Предисловие

Время от времени в истории возникает открытие некого универсального закона, отражающего и подтверждающего общий человеческий опыт. Пэтси Роденбург в своей книге открывает для нас такой закон. Она его не придумала, но поняла, на протяжение многих лет работая с людьми, для которых это было важно — как приобрести и развивать это вполне человеческое качество. Она его называет *Присутствие* и утверждает, что это естественное состояние человека, его право по рождению. Этот термин, как многие другие подобные термины, является смутным для понимания в наше время. Его применяют разные практики и религии. Среди тех, кто претендует на его владение, отчасти существует неточность его понимания и, тем более, умения его применять в жизни. Пэтси помогает разъяснить его тем, что она выделяет два других состояния, которые представляют собой *неприсутствие*. Вместе эти три состояния составляют то, что она определяет как три образа общения, или три «круга».

Для Пэтси присутствие — одна из разновидностей энергии (еще одно смутное на понимания слово). Несмотря на то, что каждый человек (и народ) понимает жизнь и мир по своему, через свою уникальную призму — тем не менее, второй круг общения (т. е. состояние присутствия) свойственно всем и его можно развивать.

Пэтси пришла к понятию присутствия посредством своей работы с актерами. Как и многие великие драматурги до нее, она поняла, что истинный театр отнюдь не имитация жизни, а отражение правды. С его древнего замысла в Греции, театр имел терапевтическую функцию и его применяли для исцеления души. И так по сей день — человек приходит в театр для того, чтобы найти правду. Успех спектакля определяется по той мере, по которой актеры перевоплощают и передают правду — и в эту правду верят зрители. Обе стороны — как в театре, так и в отношениях — взаимозависимы друг от друга. Обе участвуют. Великий основатель современного актерского мастерства К. С. Станиславский писал: «А где правда и вера, там и подлинное, продуктивное, целесообразное действие, там и переживание, и подсознание, и творчество, и искусство» (*«Работа актера надо собой»*, издана посмертно в 1938 г.). Пэтси заметила, что успех передачи правды, и ее принятия, зависит от степени *присутствия* артиста и зрителя. *Присутствием*, таким образом, можно назвать участие

в отношениях с максимальной степенью *внимания*, открытости, контакта — отдачи и принятия.

Для меня задача постижения присутствия занимает главное место: как преподаватель гомеопатического и акушерского искусств, я знаю, что пока врач не научится по-настоящему входить в контакт с больным (и наоборот), ничего не получится. Это есть бич современной медицины и причина массовой нелюбви к ней. Большинство пациентов ощущают, что не услышаны врачами. Врачи, в свете своего невнимания и отсутствия контакта, ошибаются с диагнозами. Когда человека не видят целиком, а лишь видят его органы и системы — нет второго круга, нет присутствия. Значит нет и отношений. Терапевтические отношения и возможность исцеления рождаются лишь в честном взаимодействии равных, где каждый и отдает себя, и принимает другого.

Это много чего предполагает: готовность избавиться от нашего притворства, нашего выдуманного образа себя. Исцеляющий снимает маску, как и настоящий артист. В захватывающем состоянии присутствия человек забывает себя. Он участвует в настоящем, здесь и сейчас. Его подлинность влечет партнера к себе и тот начинает верить. Их взаимная вера на фоне присутствия рождает нечто третье — нечто больше, чем их в отдельности. В этом плане лечебное дело ни чем не отличается от театрального искусства. Там, где гомеопатия ищет средство из природного мира подобного больному,— театр воссоздает персонажей, подобных зрителям. Каждый зритель находит свой, подобный себе, персонаж. Принимая гомеопатическое (себе подобное) средство, пациент вызывает обострение своих симптомов. Таким же образом театр вызывает катарсис посредством уподобления зрителя с персонажем/сюжетом пьесы. Там, где гомеопатия свидетельствует утихание симптомов и исцеление после обострения — театр свидетельствует удовлетворение и умиротворение зрителя после катарсиса. В том и другом случае обострения/катарсис могут повторяться периодически на протяжении длительного времени. Это указывает на второй круг участников. Получился контакт. Получились настоящие отношения.

Этот универсальный закон работает везде и повсюду, при любых отношениях. Отношения бывают разной сложности: между близкими или неблизкими людьми, самим собой, между человекоми миром, между человеком и Богом. Чудесное

исцеление — рождение «третьего», которое больше чем сумма субъектов — возникает лишь тогда, когда и человек, и артист, и врач (кто бы то ни был) работает в состоянии полного присутствия. Если этого не хватает, как утверждает Пэтси, весь спектакль (т. е. отношения) проваливается. Зритель ощущает, в духе Станиславского — «не верю!» Пациент говорит «Меня не видят!» Жена жалуется: «Муж всегда в своем мире». Ребенок ноет: «Мама! Ты меня не СЛУШАЕШЬ!» Ни тот ни другой не вылечится. Вместо полного внимания и контакта, зритель надеется на гениальный текст пьесы — пациент надеется на сногсшибательную силу пилюли. Мама, Папа, муж, жена,— надеются на систему образования, на уровень жизни, на хорошие жизненные условия. Они не понимают, что преобразующая сила не в гениальном тексте, и не в хороших пилюлях, не в передовой системе образования или в красивой материальной жизни — а в исцеляющем итоге, которая воплощается в простом уравнении: 1+1=3. Целое больше, чем сумма его частей.

Но как развивать навыки присутствия? Этот вопрос мучил меня долгое время. С одной стороны, у некоторых это естественное свойство. Как гомеопат я наблюдала, как некоторые пациенты легко входит в контакт, быстро доверяют, меньше претворяются и практически не скрывают правду о себе. Другие уходит от личных вопросов, лгут или не делятся полной правдой, стесняются, стыдятся, подозревают. Эти качества, на языке гомеопатии — симптомы. С новорожденными малышами я наблюдала такие же варианты поведения: подавляющее большинство из них рождаются здоровыми, и поэтому они жаждут присутствия. Они долго держат контакт глаз со взрослыми (гораздо дольше, чем держит средний взрослый человек!). Они реагируют на подачу стимула от других: звуки, мимики, прикосновение. Они тут же определяют даже эмоциональное состояние мамы или других людей в комнате и реагируют с соответствующими эмоциями. Все эти особенности — то, что гомеопаты называют конституциональные симптомы — можно классифицировать по отношению к степени присутствия. То есть степень, по которой человек способен пребывать в состоянии присутствия (*второй круг*) — определяет степень здоровья.

Пэтси подробно описывает почему присутствие необходимо для здоровья. Человек присутствующий более внимательный и быстрее реагирует на окружающую среду, поэтому он способен

делать все, чтобы заботиться о выполнении своих нужд, определять границы безопасности, избегать вредных ситуаций, и развивать здоровые отношения. Присутствующий артист ощущает действия и даже мысли других артистов на сцене, а между тем и реакции зрителей, поэтому может действовать правильно. Присутствующая мать по настоящему слышит своих детей, интересуется их вопросами, волнением, а также радостью, и так как она сама по большей части во втором круге с ними, они и ее слышат. Присутствующий врач быстрее поймет истинный диагноз своего пациента, и пациент во втором круге умеет выразить свою тревогу без страха о том, что его отвергнут. Присутствие — пребывание во втором круге — дает основание для любви во всех наших отношениях.

Пэтси показывает свой метод развития второго круга на основе ее многолетнего опыта в преподавании традиционного английского актерского мастерства. Это мастерство включает в себя работу с телом, дыханием и голосом: для Пэтси, именно в том порядке. Как при творении человека: *И создал Господь Бог человека из праха земного, и вдунул в лицо его дыхание жизни, и стал человек душою живою* (книга Бытия 2:7). Тело наше сформировано из самой земли. Ясный, приятный голос рождается на правильно поставленном дыхании. Правильное дыхание проходит через весь организм, и имеет основу в правильно сбалансированном теле. Телом мы связаны в состоянии полного присутствия с землей. Бог вдунул в нас дыхание жизни — и это дыхание стало и требование и доказательство нашей жизни. *Мы нуждаемся во вдохновении*: в божьей благодати, которое дано нам с самого начала. Дальше в состоянии полного присутствия мы вдыхаем эту благодать, а также отдаем ее обратно окружающему миру. Принимаем и отдаем, отдаем и принимаем. Такое гармоничное дыхание создает возможность нормального голоса. Голос — инструмент для передачи уникального слова человека — его индивидуального и неповторимого выражения, его личности в мире. Эти составляющие объединяются в одно целое в состоянии присутствия. Присутствие есть, в этом смысле, причастность в Боге.

Пэтси нас терпеливо и с любовью наставляет и поддерживает на каждом этапе: от тела через дыхание и до голоса и постановки слов. И за всем стоит второй круг — присутствие.

Я стала ученицей Пэтси и прошла ее курс для Регистрированного Преподавателя Метода Пэтси Роденбург потому, что она раскрывает нам универсальный закон. Он имеет применение во всех областях и профессиях. Он имеет потенциал действительно менять жизнь людей. Я свидетель исцеляющего действия ее метода среди моих пациентов, знакомых, близких. О пребывании во втором круге должен знать каждый. С благодарностью и любовью к ней я прилагаю это предисловие.

Молли Калигер
Директор Школы классической гомеопатии и акушерства Tropos
Registered Rodenburg Teacher
Санкт-Петербург, 2020 г.