



Это безусловно помогает исцелению человека в целом.

В Вы хотите сказать, что, танцуя, можно изменить свою жизнь?

— Конечно, да. Танец на протяжении тысячелетий выполнял много ролей и функций. Был священным ритуалом, искусством, развлечением, работой, спортом и так далее. В разных культурах в разные времена он выполнял самые различные функции. Но в любой своей ипостаси он меняет человека. Утверждаются новые качества, люди становятся более уверенными, раскрепощёнными, целенаправленными. Есть десятки, сотни историй о людях, изменившихся с помощью танца.

В Можно ли, глядя на то, как человек двигается, определить, какой он?

— Определение человека как набора личностных качеств — устаревшая модель. В современной психологии она не используется. Понятно, что есть некие предпосылки, личные истории, «задающие» персону. Но на этом основании нельзя ставить «диагноз». Человек — это процесс. И куда

более актуально, чтобы он был в большем контакте с собой, умел определять себя в текущем моменте. Этому на занятиях ТДТ мы помогаем, в том числе и с помощью такой дисциплины, как анализ движения. Человек начинает более ясно понимать, что для него важно, куда ему следует направляться, как наиболее оптимально развиваться.

Важный момент: я не исхожу из позиции, что я — эксперт и лучше знаю, что человеку необходимо. Напротив, самый крупный эксперт в жизни человека — он сам. И в этом — стать лучшим экспертом собственной жизни — мы можем помочь, обращаясь к ТДТ.

В Сегодня достаточно широко распространены книги, где расписаны жесты и позы человека с пояснениями, что стоит за ними, какое настроение, мысли. Если исходить из вашего опыта, такие «справочники» верны?

— Моя точка зрения по этому вопросу достаточно радикальна. Я считаю, что это вредно. Потому что живой контакт заменяется схемами. Да, за ними стоит определённая реальность, в каких-то случаях на эти модели мож-

но опереться. Но достаточно высока вероятность ошибки: при общении с человеком вы можете встретиться с подсмотренной в книге схемой и совершенно неверно её истолковать. Поэтому мы изначально учим живому контакту, пониманию контекста, личной истории человека. Только после этого можно посмотреть, подходит ли к этому случаю модель. Без реального живого контакта все эти схемы приносят только вред.

В Знаю истории нескольких пар, где женщина бывает настроена на изменения и зовёт мужа заняться танцами. Мужья, как правило, не отвечают на призыв. Есть ли какой-то универсальный совет в такой ситуации?

— Давать советы, не зная реальной ситуации, — плохое занятие! Я бы сказал так: тем парам, которые находят общий танец, очень везёт! Это большая удача и большой ресурс для семьи. Для того чтобы его использовать, нужна большая смелость со стороны мужчины и большое принятие со стороны женщины. Хорошо, если вам повезёт найти общий танец. Однако так бывает не всегда. **■**