6+



Гурьева Екатерина

Екатерина Гурьева

Озорно о серьезном. HandBook для вдохновения и выздоровления

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23144032
ISBN 9785448382659

Аннотация

Книга написана больничным клоуном и подойдет детям, проходящим лечение в больнице, их родителям, врачам и медицинским сестрам, будущим и настоящим клоунам, а также актерам и всем тем, кто хочет узнать об уникальной и важной профессии – больничный клоун. Вместе с Фросей вы попробуете отыскать своего внутреннего клоуна и увидеть мир сквозь красный нос. Удачи!

Содержание

Предисловие 5
Часть первая. Больничный клоун 6
Глава первая. Начало 6
Глава вторая. Среда обитания 8
Глава третья. Имя 10
Глава четвертая. Костюм 13
Глава пятая. Красный нос 15
Глава шестая. Учеба 17
Глава седьмая. Тычинки и пестики 19
Глава восьмая. Сомнения 21
Конец ознакомительного фрагмента. 22

Озорно о серьезном HandBook для вдохновения и выздоровления

Екатерина Гурьева

Иллюстратор Даша Арубджанян

© Екатерина Гурьева, 2025
© Даша Арубджанян, иллюстрации, 2025

ISBN 978-5-4483-8265-9
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Предисловие

Когда эта книга задумывалась, я даже не представляла, какой она будет, и знаете, так и вышло)

Она получилась такой, какой должна быть!

Честной, наивной и, надеюсь, полезной!!!

Настоящий автор книги – больничный клоун Фрося =)

Посвящаю эту книгу:

моему дедушке Анатолию Филипповичу Бирюкову – мечтателю и изобретателю.

моим родителям – тем, кто верят в меня.

моему мастеру – тому, кто поддерживает меня.

Часть первая. Больничный клоун

Глава первая. Начало

Рассветы не похожи друг на друга, они всегда новые и завораживающие, чудесные. Настолько они впечатляют нас, что создаются целые новые профессии – ловцы рассветов (например, волшебный ф.). А дело все в том, что новый день – это новое маленькое чудо!

А значит, каждое новое утро похоже на новое рождение! Засыпая вечером, вы можете проснуться кем угодно и где угодно!!! Мы можем стать сильнее или романтичнее, мудрее или беззаботнее, мы можем все!..

Жаль, что не все об этом знают и чаще всего просыпаются там же, где уснули… Но это можно изменить, если в одном дне будет сразу несколько рассветов…

Однажды несколько людей собрались вместе и решили проснуться в этом дне еще раз. Они долго путешествовали в полусне и искали место, в котором всегда хотели оказаться, там, где безопасно и уютно, там, где они почувствовали бы себя готовыми к новому утру этого дня.

И вот, найдя заветную дверь, они проснулись новыми, иначе чувствующими и снова познающими все вокруг себя. Теперь они видели мир сквозь красный круглый нос, кото-

рый стал проводником для познания себя и новой вселенной.

Это легенда о появлении больничных клоунов… Ну как легенда – так все и было!!! Потому что я одна из них – привет, утро – я Фрося!

Я и сейчас следую за носом и приглашаю вас вслед за ним.

Поиграем?

Глава вторая. Среда обитания

Больничный клоун – достаточно редкий вид для России. Завезен он был из-за границы десять лет назад, где он обитает около тридцати лет.

Как же появился столь редкий вид? Очень непросто – путем скрещивания очень многих важных подвидов!

Больничный клоун сейчас – это гибрид клоуна циркового, психолога, реабилитолога, волшебника, лучшего друга, учителя, снежинки и радуги.

Исторически же существовало всего два подвида больничных клоунов: клоун-доктор – настоящий клоун в костюме доктора сэр Майкл Кристансен и доктор-клоун – настоящий доктор в костюме клоуна Пейтч Адамс.

Сейчас же множество разных больнично-клоунских подвидов – это больничные клоуны, доктора-клоуны, музыкальные клоуны, скорая клоунская помощь и т. д. Это огромное семейство клоунов, которое распространилось по всему миру, и вот уже десять лет существует в России.

Первые ростки этой профессии были ввезены в Россию простым парнем Костей Седовым, известным тогда как актер-юрист, а сейчас – как художественный руководитель АНО «Больничные клоуны». Так сила мечты скромного и немного трусливого клоуна Коси проросла в целую организацию профессиональных клоунов.

Ростки дали множество всходов, и теперь в России есть своё семейство больничных клоунов, отличающихся от западных молодостью и «зеленостью», но постепенно растущих и развивающихся в компетентных профессионалов.

Основная среда обитания больничного клоуна – это больнички и госпитали, хосписы и реабилитационные центры, дома престарелых и социальные приюты. Короче говоря, клоуны селятся там, где обитают врачи и медсестры, где множество деток, а также обаятельных старушек и дедушек.

Все клоуны втайне мечтают совсем не работать – чтобы все эти дома опустели, но пока они есть – клоуны намерены превращать их в другие миры.

Клоуны любят свои домики и стараются сделать их уютнее и светлее, ну и конечно же всюду суют свои красные носики и придумывают всему новые имена.

Глава третья. Имя

В имени есть нечто сакральное, важное, что отзывается в нас при его звучании, написании, произношении. Имя дается при рождении, родные дают ребенку сочетание звуков и написание последовательности букв, которые будут сопровождать его всю его жизнь. Ведь так? А значит, имя не может быть чем-то пустым и неважным.

Имя может меняться, стать короче для друзей или нежнее для любимых, а еще может удлиниться и стать официальным и значительным на работе… Имя может забыться и уступить место прозвищу или, чаще всего, социальной роли – тогда уходит на задний план то, что делает человека особенным – его звучание, его личное и важное.

У больничных клоунов особые имена – они отражение того, кем является человек, который отправился на поиски своего внутреннего клоуна.

Имя звучит впервые в момент пробуждения клоуна, в тот момент, когда человек мысленно отправляется в мир волшебства. Он приоткрывает дверцу и видит другой мир, непохожий на тот, в котором он живет – не лучше и не хуже, просто другой – и когда человек входит в него, в нем просыпается его клоун, и звучит новое имя, и рождается новая частица мироздания внутри одного человека.

Имя дает клоуну защиту, ведь пока он часть имени – он

часть клоуна, а значит, он соткан из любви, наивности и любопытства. Клоун готов увидеть все и справится с любой задачей, которая смогла бы заинтересовать детей – он открыт новому и неизведанному.

Нафаня, Бульон, Буковка, Лю-лю, Луша – эти имена клоунов наполняют сердца нежностью и умилением, звучат мягко и заботливо.

Чап, Пин, Жюль, Или, Вжика – звучат коротко и лаконично, оттого они понятны каждому, но вместе с тем они характерны и разносторонни.

Мотя, Кося, Фрося, Николя, Муся – имена клоунов самобытных и простых, их хочется обнять и спеть что-то душевное с ними рядом.

Актимальдина, Принцесса Лили, Белла Донна, Джульетта – эти клоунессы по имени своему важные и аристократичные особы, с ними, конечно, же будут светские рауты и поиск женихов.

За каждым именем клоуна – целая маленькая история и свой удивительный мир.

Но, к сожалению, слышат свои сокровенные имена зачастую только клоуны и дети. А вот взрослые часто не слышат или забывают свои нежные и теплые имена, подменяя их официальными или заменяя имя на социальную роль… Но стоит лишь попробовать вспомнить (реально стоит!), как ваша семья или близкие называли вас, когда вы были ребенком… Как любимые ласково называли вас, подшучивая

и обнимая при ваших первых встречах? Какими именами вы подписывали ваши юношеские стихи, какие имена выцарапывали на парте ручкой?

Это и есть имя вашего внутреннего клоуна – вспомните и произнесите его, и этот многогранный мир наполнит вашу душу покоем и умиротворением.

Глава четвертая. Костюм

Фрак, бабочка, лаковые туфли… – так можно узнать тех, кто исполняет джаз. Как узнать клоуна среди людей, ожидающих своей очереди в приемные больницы?

Ярко-рыжий парик и огромные ботинки, огненно-красный с желтыми помпонами комбинезон. Ну и само собой яркий грим на все лицо, на фоне которого его красный нос и не заметен… Так вы себе представляете его?.. Ну, думаю, отчасти я угадала!? Верно?..

Но так выглядит клоун-аниматор на детском празднике или ковровый клоун в цирке – ведь там он часть феерического праздничного или торжественного действа.

Клоун в больнице другой – он не сразу заметен в толпе, он входит почти бесшумно, он проникается атмосферой пространства, дышит, смотрит, чувствует – и только после этого его яркий нос становится заметен всем, кто в помещении. Ведь грим на лице лишь подчеркивает черты лица и дополняет главный аксессуар клоуна – его красный нос. Прочла как-то в записках клоуна Фани цитату одного из малышей: «Я знаю ваш секрет: вы не настоящие клоуны – вы клоуны, переодетые в людей».

Все в этой фразе)

Костюм – часть нас. Наш образ – это часть нашей «защиты» и часть нашей истории. Мы любим простые и ин-

тересные вещи – костюм должен быть частью мира клоуна и помогать ему в работе. Пестрить и переливаться нам не нужно, ведь мы с обитателями больницы на одном «уровне», не на сцене. Мы вовлекаем в общий процесс, вместе придумываем игру. Малыши и некоторые взрослые боятся клоунов – их яркости и шумности. Мы очень деликатны и не настойчивы – мы создаем общую атмосферу волшебства и энергию выздоровления. Это, конечно же, не значит, что мы унылые и серые – просто мы модно и современно одеты, почти как люди, но в нашем образе есть сумасшедшинка и смешинка. А еще у нас есть красный нос, который как наша визитная карточка и как приглашение к игре… Хочешь, поиграем?

Встречают по одежке… Поэтому мы заботимся о том, какое первое впечатление мы производим на всех жителей больницы. И, конечно же, с удовольствием делаем комплименты нашим стильным врачам, очаровательным мамочкам и ярким малышам. То, что ты видишь в зеркале, то, в чем тебе комфортно и уютно, то, как шуршит платье и звенят ботинки, делает каждого неповторимым и счастливым… и для клоунов тоже.

Ну и ключевое место в нашем образе отводим мы нашей визитной карточке – красному носику)

Глава пятая. Красный нос

Сколько на свете цветов? Семь… а еще белый и черный и бесчисленное множество оттенков и полутонов.

Какого цвета больше?.. Из космоса наша планета синяя, чуть ближе с борта самолета – зелено-коричневая, ночью – фиолетово-черно-мерцающая. Мир наполнен сотнями красок и теней, он приветливо вмещает все цвета. Отчего же мы порой начинаем искать отличия и выделять цвет глаз, кожи, волос, оттенки голосов и языков? Мир вмещает все цвета, а значит, и наша внутренняя вселенная может вместить всех, кто живет в нем.

Больничный клоун не принадлежит какому-то этносу или национальности, потому что он вмещает в себя все цвета и оттенки мира. Цвет кожи клоуна может быть любым, он может не знать других языков и диалектов, но может говорить со всеми, так как знает универсальный язык – язык любви и любопытства, всегда неизменен только его взгляд на мир, взгляд через его красный нос.

В мире клоуна бывают совершенно разные дети, но они одинаково любимы и любопытны для него…

В это мире больничных палат и процедурных кабинетов много темных оттенков боли и грусти, но клоун-проводник готов показать все оттенки и раскрасить атмосферу вокруг… Он не волшебник, он просто способен видеть все краски сра-

зу, и от этого его нос всегда красный от смущения и любви, а еще немного распух от любопытства.

Нос, как маячок, ведет его туда, где он нужен сейчас сильнее. В самых мрачных уголках палат клоун может отыскать переливы всех оттенков цвета. Ведь темнота вмещает в себя все цвета, а красный носик, как фонарик, освещает и различает эти оттенки тепла и радости.

Но! Не торопитесь бежать в магазин за поролоновыми чудо-носами и не спешите макать кончик носа в гуашь. Нос лишь символ. Вы можете придумать его на себе, любой формы и размера (и по секрету: даже не обязательно красный), но главное – поверить в то, что он сможет раскрасить ваше *здесь и сейчас* в тот цвет и оттенок жизни, который нужен именно вам и детям вокруг, несмотря на цвет кожи, волос, оттенки голосов и языков, вне национальностей и условностей – навстречу чуду и свету.

Найти своего внутреннего клоуна вы можете сами, стоит лишь решиться, а для того, чтобы стать больничным клоуном, нужно много и усердно учиться у самых разных учителей.

Глава шестая. Учеба

Где учат на больничного клоуна? Отличный вопрос! Клоуны ходят в Школу – да-да! Существует специальная школа больничных клоунов. И там никто никогда не пропускает занятий. Просто иногда так случается – живешь себе, живешь и даже не подозреваешь, что ты настоящий клоун. А в этой чудесной Школе вдруг открываешь в себе это, и НОС становится твоим любимым аксессуаром, который подходит подо все на свете и невероятно идет тебе каждый день все больше и больше. Но получить заветный НОСИК непросто – нужно долго и усердно учиться и сдавать экзамены, а еще проходить практику и любить получить новые знания каждый день. Учителя в клоунской Школе озорные, но строгие, а предметы интересные и полезные. Чтобы стать НАСТОЯЩИМ больничным клоуном, нужно много чего уметь и знать… Тут тебе и фокусы, и пантомима, и актерское мастерство, и танцы, и вокал, а еще занятия по психологии и гигиене, семинары по работе с куклами и музыкальные импровизации. Мы тоже сидим за партой, правда, парта нам для этого не нужна, но многое, чему мы учимся, мы делаем в паре – у нас есть наш партнер, и мы учимся любить его открыто и искренне, доверять ему и всегда быть наготове и в ожидании новой игры вместе с ним. Клоуны особенно любят занятия, на которых они собираются все вместе, одной общей кучкой – ми-

нимум один раз в год. Мы приглашаем в гости наших учителей из других стран и городов и учимся у них, а они у нас. И конечно же, самые важные знания и умения мы обретаем в больнице, когда выходим в отделения и учимся у детей тому, как быть искренними и любознательными, как создать игру из ничего и любить мир открыто и светло. Это самые важные знания, это самый ценный опыт! Спасибо вам, наши мудрые учителя – дети!!!

Глава седьмая. Тычинки и пестики

Как-то в отделении маленькая девочка спросила меня и мою напарницу: «Эй, а кто из вас мальчик, а кто девочка?»

Оглядевши друг друга придирчиво, мы постановили, что я – в сарафане, с убранными под платок волосами и низким голосом – формально девочка, но веду себя как мальчик, а Вжика, моя напарница, в комбинезоне и шапке с нежным голоском и маникюром, – девочка в костюме мальчишки….

Но вообще-то мы обе девочки…

И тут я задалась вопросом, а есть ли различия между клоунами – мальчиками и девочками? Или мы цельные цветки с тычинками и пестиками?

Приходя в отделения с напарниками-мальчишками, я вдруг поняла, что клоунам мужского пола достаточно лишь надеть нос и просто БЫТЬ в отделении – дети сразу же обожают его и смеются, другое дело клоунессы – ух, надо попотеть, чтобы стать интересной и смешной… А может, и не надо так стараться – ведь клоуны-девушки могут привносить в жизнь палат гармонию, красоту, легкость, а веселье и смех – это для мальчишек.

Что же делать, если в палату вдруг заходят две девушки-клоунессы? А вот тут срабатывает контраст – в паре две девушки могут быть интересными и смешными, если они разные и самобытные и каждая в своем образе. И девушкам

всегда есть о чем посплетничать с девчонками и попытаться выйти замуж за мальчишек. И вообще, напарника-клоуна можно отыскать и в процессе – столько веселых пап и малышей, готовых надеть нос хоть сейчас, стоит лишь приглядеться…

А вот если вдруг в палате окажутся двое парней-клоунов… Кажется, отделение должно просто разорваться от смеха и урагана шуток… И ремонтируй потом палаты после это вихря… Но нет – один из пары клоунов выступает в роли строгого и «правильного» клоуна, а второй озорничает. Озорничать на пару – это чересчур. А еще можно быть послушными вдвоем под надзором малыша, который, как выяснилось, вовсе и не маленький – а вполне себе большой и вообще Царь. Поиск принцесс также никто не отменял – мамы, медсестры и малышки с удовольствием командуют и капризничают, напоминая и пародируя красноносых напарниц.

Если же в паре клоунов есть и девушка, и парень – то все совпадает, и непременно происходит волшебство момента, и музыка звучит стройнее, и малыши танцуют, подражая паре клоунов, и мамы готовы спеть хором…

Желаю всем найти свою пару! А тычинки и пестики – это для ботаников, ведь у нас всегда в комплекте целый и прекрасный цветник красноносых роз.

Глава восьмая. Сомнения

У каждого, наверное, был такой момент в жизни, когда вы выбирали себе профессию, сомневались: а в том ли вузе я учусь, в тот ли профильный класс попала в школе, моё ли это призвание!?..

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.