Здесь все гармония...

М.П.Жигалова

О, ***сколько нам открытий чудных***
Готовит просвещенья дух...

Давно замечено, что только гармония души и тела создает в жизни человека ощущение комфорта, душевного спокойствия, счастья. Но как достичь этой гармонии? Для большинства людей это было и остается загадкой. Люди чаще упражняют тело, реже — душу. И уж совсем редко — то и другое в гармоническом единстве.

Несомненно, уникальный образец для подражания в этом плане дает нам личность А.С.Пушкина. Чем же было гарантировано единство его гениальной личности, ее целостность и душевное здоровье? Конечно же, творчеством. В нем глубоко таилась охранительная и спасительная нравственная сила. Этой силой- была любовь к труду, потребность труда души и тела.

Свидетельства друзей и современников А.С.Пушкина говорят нам, что “физическая организация молодого Пушкина, крепкая, мускулистая и гибкая, была чрезвычайно развита гимнастическими упражнениями” [1]. Так, П.И.Бартенев в своих “Рассказах о Пушкине” писал, что поэт отличался завидным здоровьем и большое внимание уделял физическим упражнениям и телесно был отлично сложен, строен, крепок. Об увлечениях Пушкина гимнастикой говорит в своих воспоминаниях и П.А.Плетнев: “Он (Пушкин) был самого крепкого сложения, и к этому много способствовала гимнастика, которою он забавлялся иногда с терпеливостью атлета. Как бы долго и скоро ни шел, он дышал всегда спокойно и ровно. Он дорого ценил счастливую организацию и приходил в некоторое негодование, когда замечал в ком-нибудь полное невежество в анатомии”. П.В.Анненков отмечает, что А.С.Пушкин “между прочим неутомимый ходок пешком, много ездил верхом, но во всех его прогулках поэзия сопутствовала ему”. Такое занятие было временем серьезных раздумий обдумывания новых планов. Вот что сообщает тот же П.Анненков о пристрастии поэта к ходьбе пешком: “Пушкин иногда делал прогулки пешком из Петербурга в Царское Село, он выходил из города рано поутру, выпивал стакан вина на Средней Рогатке и к обеду являлся в Царское Село. После прогулки в его садах он тем же путем возвращался назад... Весною 1833 г. Пушкин переехал на дачу на Черную речку (дача Миллера) и отправлялся пешком оттуда каждый день в архив возвращаясь таким же образом назад”.

На одной из картин Н.Щербакова “Пушкин на берегу Сороти” [2] художник запечатлел поэта во время отдыха. Одухотворенное лицо, глаза, всматривающиеся вдаль, на зеленой траве — пудовая трость. Это с ней он совершал пешие прогулки, а когда его спрашивали, зачем он носит такую тяжелую дубину, Пушкин отвечал: “Это, чтобы рука была тверже и не дрожала, когда придется стреляться”. Провидчески сказано. Стреляться пришлось. Рука действительно не дрогнула. Но выстрел Дантеса оказался роковым.

Брат поэта, Лев Сергеевич, в “Биографическом известии об А.С.Пушкине до 1826 г.” вспоминает: “Пушкин был собою дурен, но лицо его было выразительно и одушевленно; ростом он

был мал..., но тонок и сложен необыкновенно крепко и соразмерно” [3, с. 102].

Вспоминая о пребывании А.С.Пушкина в Михайловском, брат замечает, что “с соседями он не знакомился... В досужное время он в течение дня много ходил и ездил верхом”. Не любил поэт и одиночества, и, оставшись в доме один, без дела и гостей, “играл двумя шарами на бильярде сам с собой, а длинные зимние вечера проводил в беседах с нянею Ариной Родионовной. Он посвящал почтенную старушку во все тайны своего гения” [3, с. 128]. “Знаешь мои занятия? до обеда пишу записки, обедаю поздно; после обеда езжу верхом, вечером слушаю сказки — и вознаграждаю тем недостатки проклятого своего воспитания...”, — писал Пушкин своему брату в ноябре 1824 г. [3, с. 90].

Верховая езда была любимым занятием Пушкина: бывали дни, когда он почти не слезал с лошади. В октябре 1924 г. в письме к В.Ф.Вяземской Пушкин пишет: “...все время, что я не в постели, я провожу верхом в полях. Все, что напоминает мне море, наводит на меня грусть — журчание ручья причиняет мне боль в буквальном смысле слова, думаю, что голубое небо заставило б меня плакать от бешенства...” [3, с. 409].

А в следующем, 1825, году, поэт пишет П.А.Вяземскому: “Пишу тебе в гостях с разбитой рукой — упал на льду не с лошади, а с лошадью; большая разница для моего наездническо-го самолюбия”. И действительно, верхом на коне объехал Пушкин Крым, Кавказ, путешествовал по степям Новороссии.

Кроме гимнастических упражнений, пеших прогулок и верховой езды, игры в биллиард, со всей, присущей только Пушкину, страстностью, отдавался он таким видам спорта, как стрельба из пистолета, бокс, плавание, купание в холодной воде (закаливание), катание на коньках и просто занятия физическим трудом: сам копал грядки, рассадил множество деревьев, рассаживал и цветы, “принимал участие даже в рытье пруда”. Труд был для него святыней, купелью, в которой исцелялись язвы, обреталась бодрость и свежесть, восстанавливались расслабленные силы. Когда он чувствовал налет вдохновения, когда принимался за работу, то успокаивался, мужал, перерождался. И неудивительно, “пылкость его души в слиянии с ясностью ума образовала из него это необыкновенное, даже

странное существо”, в котором все качества составляли единое многомерное целое. А.П.Керн вспоминает о том, что А.С.Пушкин был очень неровен в обращении: то шумно весел, то грустен, то робок, то дерзок, то нескончаемо любезен, то томительно скучен — и нельзя было угадать, в каком он будет расположении духа через минуту. Быть может, эти состояния, так часто и быстро сменяющиеся, искали выхода. и артистическая натура Пушкина реализовывала их как в словесном творчестве, так и в физических занятиях.

Следует отметить, что Пушкин не только сам активно занимался спортом, но и других учил осваивать популярные в то время виды спорта: сына поэта и друга А.С.Пушкина Павла Вяземского — английскому боксу, С.М.Сухотина с братом — плаванию. Вот что вспоминает Сухотин: “Мы с братом ходили каждый день купаться в большую купальню, устроенную на Неве против Летнего сада; один раз, барахтаясь в воде, кой-как еще тогда плавая, я не заметил, как ко мне подплыл какой-то кудрявый человек и звонким приветливым, голосом сказал: “Позвольте мне вам показать, как надо плавать, вы не так размахиваете руками, надо по-лягушечному”, и тут кудрявый человек стал нам показывать настоящую манеру, но вдруг от нас отплыв, сказал вошедшему в купальню господину: “А, здравствуй, Вяземский”. Мы с братом обомлели, и в одно и то же слово сказали: “Это, должно быть, Пушкин” [4].

Известно, что Пушкин искренне завидовал Дж.Байрону, переплывавшему Геллеспонт (как в древности называли пролив Дарданеллы), т.е. около 6,5 км с течением, хотя действительно ширина пролива составляет всего одну милю. Знал Александр Сергеевич и подробности. Отправившись в свое первое большое путешествие вокруг берегов Европы в 1809 г., Байрон посетил страны Средиземного моря, и среди них Грецию, единственную страну, где, по его собственным словам, он был счастлив. Весной 1810 г. фрегат “Сальсетта”, на котором находился Байрон, стоял в Дарданеллах. Как-то в кают-компании зашел разговор о легендарном пловце Леандре, который по ночам переплывает Геллеспонт, чтобы попасть на свидание с любимой Геро, жрицей Венеры. Жившая на европейском берегу в городе Сестое, она зажигала факел, по которому ориентировался Леандр. Днем Леандр возвращался обратно на азиатский берег. Однажды

осенью в непогоду факел Геро потух, Леандр заблудился и в тумане погиб...

“Сальсетта” стояла как раз в Сестое, и Байрон решил повторить проплыв Леандра. Конечно, он состоялся. Хотя никакая Геро не ожидала Байрона, поэт благополучно проплыл Геллеспонт.

И хотя сам Пушкин не повторил подобный марафонский проплыв, можно смело утверждать, что он был отличным пловцом, знавшим различные виды плавания. А купание для него было просто средством закаливания. П.А.Плетнев подтверждает это: “Летнее купание было в числе самых любимых его привычек, от чего не отставал он до глубокой осени, освежая, тем физические силы, изнуряемые пристрастием к ходьбе”. Брат, Лев Сергеевич, описывая жизнь Александра в Михайловском, рассказывает: “Вообще, образ его жизни довольно походил на деревенскую жизнь Онегина. Зимою он, проснувшись, также садился в ванну со льдом, летом отправлялся к бегущей под горой реке...”

У П.И.Бартенева читаем: “В банях, куда езжал Пушкин с Нащокиным тотчас по приезде в Москву, он, выпарившись на полке, бросился в ванну со льдом и потом опять уходил на полок” [5].

Когда в Петербурге был открыт первый каток, принадлежащий, по воспоминаниям Бурнашева, какому-то английскому обществу конькобежцев, Пушкин был одним из частых его посетителей.

Так, гений возвышения А.С.Пушкин, который искал гармонии во всем, в том числе в душевном и физическом, входит в нашу жизнь как оптимист, познавший, несмотря на трагичность судьбы, счастье бытия. И тем становится ближе и понятнее потомкам.

1. *Анненков П.В.* Материалы для биографии Пушкина. — М., 1873.

2. Копия картины находится в школьном литературном музее А.С.Пушкина в Ореховской СШ Малоритского района Брестской области.

3. Друзья Пушкина / Сост. В.В.Кунин. — М., 1986. — Т. 1. — С. 102, 128, 90, 409.

4. Русский архив. — М., 1894.

5. *Бартенев П.И.* Рассказы о Пушкине. — М., 1848.