

DOI: 10.58168/BEING2024\_157-161

УДК 821.161.1

**ЛЕВ ТОЛСТОЙ И ГИМНАСТИКА**  
**LEO TOLSTOY AND GYMNASTICS****Волвенкин М.Н.**, ассистентФГБОУ ВО «Воронежский государственный  
лесотехнический университет им.  
Г.Ф. Морозова», Воронеж, Россия**Volvenkin M.N.**, assistantVoronezh State University of Forestry and  
Technologies named after G.F. Morozov,  
Voronezh, Russia

**Аннотация:** в тезисах рассматривается такая популярная для середины XIX в. телесная практика, как гимнастика, преломленная в восприятии Льва Толстого. Объектом нашего анализа являются, прежде всего, дневники писателя, в которых он с известной регулярностью отмечал в частности свои достижения в занятиях гимнастикой. При этом в исследовании подчеркивается этический оттенок его восприятия телесной деятельности. Особое внимание уделяется сопоставлению толстовской концепции самовоспитания и гимнастического дискурса.

**Abstract:** The theses examine such a popular bodily practice in the mid-19th century as gymnastics, refracted through the perception of Leo Tolstoy. The object of our analysis is, first of all, the writer's diaries, in which he noted with certain regularity, in particular, his achievements in gymnastics. At the same time, the study emphasizes the ethical connotations of his perception of bodily activity. Particular attention is paid to the comparison of Tolstoy's concept of self-education and gymnastic discourse.

**Ключевые слова:** телесные практики XIX в., гимнастика, методология самонаблюдения, дневники Льва Толстого.

**Keywords:** bodily practices of the 19th century, gymnastics, methodology of introspection, diaries of Leo Tolstoy.

Лев Толстой практически всю жизнь увлекался гимнастикой, любил физическую работу. Биографических данных об этом много. Регламентация гимнастических упражнений, оценка их выполнения занимают не последнее место в дневниковых записях писателя. В. Порудоминский в книге «Если буду жив, или Лев Толстой в пространстве медицины» (2004) достаточно подробно и точно реконструирует его физический облик на основе различных биографических данных [5, с. 49–69], начиная с особенностей походки, стремления двигаться, «точить» и «тратить» себя в труде и заканчивая мелкими, но выразительными чертами его внешности.

Внимание Толстого к воспитанию собственного тела было настолько яркой и значительной его чертой, что, например, А.А. Фет одно из писем завершает следующей фразой: «Жму Вашу гимнастическую руку» [8, с. 308]. Но, конечно, внешний облик писателя часто сливался в восприятии современников с тем, что за ним скрывалось. Порудоминский

отмечает, что физическая сила, энергичность Толстого порой соединялись с его «духовной мощью»: «Творческая, духовная мощь Толстого, его телесная энергия и сила, сливаясь воедино, создают образ, который его давний приятель, поэт Афанасий Афанасиевич Фет, обозначает словом *богатырь*» [5, с. 59].

Толстовские характеристики, относящиеся к занятиям гимнастикой, привлекают внимание не только своей регулярностью. Многие из них имеют этический оттенок: «Гимнастику дѣлалъ неосновательно, т. е. слишкомъ мало соображаясь съ своими силами, эту слабость я вообще назову: *заносчивость*, отступленіе отъ дѣйствительности» [6, с. 48]; «На гимнастикѣ хвалился (самохвальство)» [6, с. 48]; «Въ гимнастикѣ *тщеславіе*» [6, с. 49]. Однако подобным образом в раннем дневнике Толстой следит за тем, как читает и пишет, ведет себя в обществе, играет, общается и т. д.: «Съ Михалковымъ трусость, желаніе выказать и неисполненіе правилъ» [6, с. 49], «Писалъ выписки, замѣчанія и дневникъ, слишкомъ торопясь» [6, с. 54], «Вечеромъ читалъ безъ системы, *необдуман[ность]*» [6, с. 54]. Б. Эйхенбаум, анализируя ранние дневники Толстого, отмечает: «Свою душевную жизнь Толстой старается заковать в правила – он, как педагог – экспериментирует сам над собой» [9, с. 38]. Добавим от себя: и телесную жизнь тоже. «Методология самонаблюдения» поначалу связывает всё воедино. Однако позже, вместе с формированием концепции труда, Толстой всё больше сопрягает различные моральные отклонения с отсутствием физической усталости от работы, а саму гимнастику уже старается не упоминать, хотя не перестает ее практиковать.

Например, в 1884 году он, ретроспективно анализируя причины юношеских соблазнов, приходит к следующему выводу: «Перечитывал дневник тех дней, когда отыскивал причину соблазнов. Всё вздор, одна – отсутствие физической напряженной работы. Я недостаточно ценю счастье свободы от соблазнов после работы. Это счастье дешево купить усталостью и болью мускулов» [7, с. 107]. «Усталость» и «боль мускулов» вновь находятся не столько в сфере физических явлений, сколько в сфере этических. Растраченное тело дарует спасение и счастье. Кроме того, оно становится своеобразным местом столкновения упорядочивающего разума и того хаоса, к которому всякий раз направляет человека его телесность.

Нужно отметить, что гимнастика в середине XIX в. – занятие в светских кругах весьма популярное. В воспоминаниях Фета, относящихся к середине 1850-х гг., есть такое свидетельство: «В то время у светской молодежи входили в моду гимнастические упражнения, между которыми первое место занимало прыганье через деревянного коня. Бывало, если нужно захватить Льва Николаевича во втором часу дня, надо отправляться в гимнастический зал на Большой Дмитровке. Надо было видеть, с каким одушевлением он, одевшись в трико, старался перепрыгнуть через коня, не задевши кожаного, набитого шерстью конуса, поставленного на спине этого коня. Неудивительно, что подвижная, энергическая натура 29-летнего Л. Толстого требовала такого усиленного движения, но довольно странно было видеть рядом с юношами старцев с обнаженными черепами и выдающимися животами. Один молодой, но женатый человек, дождавшись очереди, в своем розовом трико, каждый раз с разбегу упирался грудью в круп коня и спокойно отходил в сторону, уступая место следующему» [8, с. 260]. Поэт подчеркивает, что посещение гимнастического зала в Москве того времени занимает не только людей по возрасту и телесному складу похожих на Толстого, но и тех, кто явно не отягощает себя регулярной физической нагрузкой. Кроме того, в

пособиях по гимнастике (по большей части переводных), выходявших с конца 1840-х гг., отдельно оговариваются рекомендации для женщин и детей, например, в «Домашней врачебной гимнастике, для обоюго пола и для всех возрастов, начиная от 3-х и свыше 60-ти лет: составленной по методам Шребера и Клосса с присовокуплением правил: борьбы, плавания, катания по льду и гимнастических игр: с 69-ю изображениями» (1858) или «Врачебно-комнатной гимнастике, или изображении и описании врачебно-гимнастических движений, не требующих ни снарядов, ни пособий и потому всегда и везде удобоисполнимых, для всякого возраста и пола» (1855) Д.Г. Шребера, пользовавшейся огромной популярностью во второй половине XIX в.

Судя по всему, светское общество Санкт-Петербурга охватило волной увлечения гимнастикой несколькими годами ранее. Граф В.А. Соллогуб уже в 1847 г. опубликовал в «Санкт-Петербургских ведомостях» в рубрике «Петербургская летопись» фельетон «Гимнастика. – Маскарад Благородного Танцевального Общества. – Художественный базар», позже включенный им в сборник «Черты петербургской жизни 1847 года». В этом произведении он последовательно высмеивает основные элементы гимнастического дискурса.

Во-первых, гимнастика не требует постоянного присутствия дипломированного врача, она представляется доступным средством лечения множества заболеваний, не требующим прохождения обучения на медицинском факультете: «Теперь такой вѣкъ, что все можно знать, ничему не учившись. Кому угодно быть докторомъ – сдѣлайте одолженіе, попросту, безъ церемоніи, я докторъ, вы докторъ, онъ докторъ, мы всѣ доктора: стоитъ только встать въ хорошемъ расположеніи духа, или прибить кого-нибудь хорошенько» [5, с. 31]. Во-вторых, ее преимущество не только в доступности, но и в универсальности: «Гимнастика не только вылечиваетъ отъ всѣхъ тѣлесныхъ недуговъ, но, въ добавокъ, ободряетъ духъ, оживляетъ и веселитъ сердце» [5, с. 33]. Многочисленные упражнения не только приводят в порядок тело, но и оздоравливают дух: «Гимнастическія упражненія имѣють также вліяніе на духъ, ибо при многихъ изъ нихъ тѣлесная сила подчиняется духовной...» [3, с. 19] В-третьих, необходимость гимнастики обуславливается образом жизни светских людей, исключаящим необходимую мышечную активность: «Въ настоящее время гимнастика составляетъ искусство, необходимое по нашимъ жизненнымъ отношеніямъ, имѣющимъ вредное вліяніе на здоровье большего числа людей, какъ-то: чиновниковъ соетоящихъ на службѣ, людей ученыхъ, купцовъ, ремесленниковъ и вообще дѣловыхъ, тѣмъ самымъ, что, ведя сидячую жизнь, лишенную потребнаго движенія, они не обращаютъ должнаго вниманія на свое тѣлесное состояніе» [3, с. 6]. «Неповоротливый образ жизни» – главная причина большинства недугов: «У кого голова болить, у кого бокъ; каждый лечится отъ какой-нибудь хронической болѣзни. Еще бы немного – и весь Петербургъ захвораль бы. <...> В все это отъ сидачей жизни отъ недостатка движенія, отъ незнанія гимнастики. Къ тому же, при неповоротливомъ образѣ жизни, кровь сгущается, нервы ослабѣвають, воображеніе гаснетъ, умъ тупѣетъ» [5, с. 33]. Это механическое восприятие тела Н.Г. Чернышевский иронически осмыслит в рецензии на переведенное в 1856 году сочинение Д.Г. Шребера «Врачебно-комнатная гимнастика». С точки зрения Чернышевского, гимнастика в изложении немецкого доктора экспансивна: выполнение предписанных упражнений вытесняет любую другую деятельность.

Между тем, именно мускульная механика, наблюдение за ней, измерение и фиксация её результатов – главное нововведение гимнастики XIX в. Жорж Вигарелло, французский историк, специализирующийся в частности на изучении различных телесных практик, отмечает: «Иными словами, в новый проект были включены упражнения, называвшиеся “гимнастическими” еще с Античности, но центральное место в нем по-прежнему занимали ритмизированные движения. Однако он не просто довел до конца легитимацию термина “гимнастика”, но и сообщил ему, совершенно новое понимание механики, последовательности, цепочки движений» [2, с. 311]. Мускульная механика стремится вытеснить любую другую телесную деятельность, сделать её лишь каким-то возможным своим дополнением. Она значительно регламентирует жизнь человека, приводит ее в порядок, пытаясь сформировать, воспитать его во всех отношениях здоровым.

Судя по всему, подобное восприятие тела было в какой-то мере сообразно тому восприятию человека в целом, которое раскрывается в ранних дневниках Толстого. Идея «всестороннего развития», овладевшая им на первых порах, провоцирует стремление к упорядочиванию жизни, необходимому для движения, для гармоничного воспитания тела, разума и души: «Какая бы ни была точка исхода моего разсуждения, что бы я ни принималъ за источникъ онаго, я прихожу всегда къ одному заключенію: цѣль жизни человѣка есть всевозможное способствованіе къ всестороннему развитію всего существующаго» [6, с. 30]. Мышечная работа (воспитание «телесной воли») является для него лишь одним из компонентов, необходимых для обретения здоровья: работа мысли, например, в большей степени способствует избавлению от телесных недугов. Гимнастика у Толстого – одно из проявлений логики порядка. В этой комплексной работе над собой также нет необходимости присутствия посторонних, в том числе врача, нужна только бумага, позволяющая формулировать программы и правила, а затем фиксировать результаты. В ней также можно найти спасение от «развращающего» влияния среды и принятого в ней образа жизни.

Изучая дневники Толстого 1860-х гг., Биbihин фиксирует любопытное наблюдение: «В заботе о гигиене, диете, гимнастке Толстой угадывает старание умереть» [1, с. 94]. Прослеживая толстовский эксперимент с диетой, он отмечает, что стремление к упорядочиванию, в конце концов, не приводит к решению проблем. Регламентация, правила не совместимы с «живой жизнью». Потому Толстой в этом стремлении периодически замечает «старание умереть». И именно тело отрезвляет, выводит из тех ловушек, в которые заводит разум, не желая ему подчиняться. Однако окончательно отказаться от «генерализации» всё же не получается. Толстой формулирует новую концепцию. Тело, «животная личность» человека – это «лопата», которую нужно трать в работе.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Биbihин В.В. Дневники Льва Толстого. – СПб.: Изд-во Ивана Лимбаха, 2023. – 464 с.
2. Вигарелло Ж. Работа над телом. Гимнасты и спортсмены в XIX веке // История тела: в 3 т. – М.: Новое литературное обозрение, 2018. – Т. 2. – С. 262–318.
3. Домашняя врачебная гимнастика, для обоого пола и для всех возрастов, начиная от 3-х и свыше 60-ти лет: составлена по методам Шребера и Клосса с присовокуплением правил:

борьбы, плавания, катания по льду и гимнастических игр: с 69-ю изображениями. – М.: Типография Т. Волкова и комп., 1858. – 191 с.

4. Порудоминский В. Если буду жив, или Лев Толстой в пространстве медицины. – СПб.: Алетея, 2012. – 376 с. – (Серия «Русское зарубежье. Коллекция поэзии и прозы»).

5. Соллогуб В.А. Черты петербургской жизни 1847 года // Сочинения графа В.А. Соллогуба: Т. 1-5. – СПб.: Издание придворного книгопродавца А. Смирдина, 1856. – С. 16–106.

6. Толстой Л.Н. Дневник 1847–1854 гг. // Полн. собр. соч. («Юбилейное»): в 90 т. – М.: Гос. изд-во художественной литературы, 1937. – Т. 46. – 606 с.

7. Толстой Л.Н. Дневники и Записные книжки 1858–1880 // Полн. собр. соч. («Юбилейное»): в 90 т. – М.: Гос. изд-во художественной литературы, 1952. – Т. 48. – 576 с.

8. Фет А.А. «Был чудный майский день в Москве»: Стихи. Поэмы. Страницы прозы и воспоминаний. Письма / А.А. Фет; сост. : А.Е. Тархова и Г.Д. Аслановой; вступит. статья А.Е. Тархова; примеч. Г.Д. Аслановой. – М.: Московский рабочий, 1989. – 400 с. – (Московский Парнас).

9. Эйхенбаум Б. Молодой Толстой. – Екатеринбург; М.: Кабинетный ученый, 2019. – 192 с.

#### REFERENCES

1. Bibikhin V.V. Dnevniky L'va Tolstogo. – SPb.: Izdatel'stvo Ivana Limbakha, 2023. – 464 s.

2. Vigarello Zh. Rabota nad telom. Gimnasty i sportsmeny v XIX veke / Zh. Vigarello, R. Kholt; per. s fr. O. Aver'yanova // Istoriya tela: v 3 t. – М.: Novoe literaturnoe obozrenie, 2018. – Т. 2. – S. 262–318.

3. Domashnyaya vrachebnaya gimnastika, dlya oboego pola i dlya vsekh vozrastov, nachinaya ot 3-kh i svyshe 60-ti let: sostavlena po metodam Shrebera i Klossa s prisovokupleniem pravil: bor'by, plavaniya, kataniya po l'du i gimnasticheskikh igr: s 69-yu izobrazheniyami. – М.: Типография Т. Volkova i komp., 1858. – 191 s.

4. Porudominskii V. Esli budu zhiv, ili Lev Tolstoi v prostranstve meditsiny. – SPb.: Aleteiya, 2012. – 376 s. – (Seriya «Russkoe zarubezh'e. Kolleksiya poezii i prozy»).

5. Sollogub V. A. Cherty peterburgskoi zhizni 1847 goda // Sochineniya grafa V.A. Solloguba: T. 1-5. – SPb.: Izdanie pridvornogo knigoprodavtsa A. Smirdina, 1856. – S. 16–106.

6. Tolstoi L. N. Dnevnik 1847–1854 gg. // Poln. sobr. soch. («Yubileinoe»): v 90 t. – М.: Gos. izd-vo khudozhestvennoi literatury, 1937. – Т. 46. – 606 s.

7. Tolstoi L. N. Dnevniky i Zapisnye knizhki 1858–1880 // Poln. sobr. soch. («Yubileinoe»): v 90 t. – М.: Gos. izd-vo khudozhestvennoi literatury, 1952. – Т. 48. – 576 s.

8. Fet A. A. «Byl chudnyi maiskii den' v Moskve»: Stikhi. Poemy. Stranitsy prozy i vospominanii. Pis'ma / A. A. Fet; sost. : A. E. Tarkhova i G. D. Aslanovoi; vstupid. stat'ya A. E. Tarkhova; primech. G. D. Aslanovoi. – М.: Moskovskii rabochii, 1989. – 400 s. – (Moskovskii Parnas).

9. Eikhenbaum B. Molodoi Tolstoi / B. Eikhenbaum. – Ekaterinburg; М.: Kabinetnyi uchenyi, 2019. – 192 s.