

«Толя, привет. Напоминаю тебе о своей просьбе — написать вступление к моей книге о тренинге. Надеюсь, ты еще помнишь, что это за мука актерская — заниматься упражнениями. Короче, напрягись, пожалуйста, напиши что-то о роли тренинга в театре».

Из письма Юрия Альшица Анатолию Васильеву

ЧТО-ТО О РОЛИ ТРЕНИНГА

Тренинги — это скучно; не думай о веселье!

Тренинги — это противно; иди на площадь есть мороженое!

Тренинги — вначале кайф, а потом лишение свободы сроком на три года, по три часа каждый день, зато в выходной — можно оторваться от наказания и послать все к черту!

Тренинги — стучи ногами, не хлопай ушами! — мастер сделает замечание: «шевели мозгами». Или можно попроще — щупай друг дружку, не щупай друг дружку, прыгай и кувыркайся; слушай, что за окном, а смотри на свечу, а что за окном — погода чудесная, — вот что от тренингов и взрослым, и детям — одно расстройство, кто их только придумал!

Юрий Альшиц.

А до Юрия Альшица — Буткевич Михаил Михайлович придумал, а у Буткевича Скорик Василий Иванович учился «экзерсисам», — все придумывали помаленьку, а до всех-всех Станиславский К. С, только называл он это «упражнениями» и «этюдами», а Михаил Чехов называл «импровизациями», а Мейерхольд — «биомеханикой». Такая компания. Я и сам до сих пор практикую тренинги, но называю их «вербальной техникой». Я люблю — чтобы репетировать, а уж внутри этой роли и этих работ над ролью — тренинги.

Мать — едва младенец научится писать не под себя — дает уроки тренинга будущему человеку: развивает его внимание, концентрацию, фокусирует зрение, учит стоять на ногах и кувыркаться и чтоб на голос реагировал, на радостный, на печальный звук — по-разному, или даст ему куклу, такую же, как он сам, — играй дитя — не знай печали!

Так с младенческого возраста входит в нас игра без печали, но годы спешат, нашей юности годы спешат — и некогда нам возвратиться назад. К началу.

Тренинги — это возвращение к началу, воспитание младенчества в постаревшем теле, просыпание души: мизинчики-то на ручках надо расслабить, а то не сыграть нам в старости Отелло — и в самом деле удушите Дездемону деревянным одеялом!

Тренинг — это не на три года, а на всю жизнь.

Перед вами книжка «Тренинг forever!» — опыт моего ученика, режиссера и педагога театра Юрия Альшица. Именно я позвал его к себе на курс

заниматься театральной педагогикой почти 20 лет назад, и я рад, что не ошибся. Вместе мы прошли путь от Москвы до самых окраин Запада и Америки, теперь мы порознь, он в Берлине, я в Париже, а уроки тренингов, из которых мы вышли вместе с «Шестью персонажами», нас до сих пор связывают.

Ввяжитесь в нашу компанию, кто пытлив к театру, который живой и ни на каком полустанке себя не останавливает для самолюбования, а, меняясь, остается всегда одним и тем же - художественным.

А. Васильев

2008, 2 сентября,

Патмос

РЕАЛЬНОСТЬ И МЕТАФИЗИКА ТРЕНИНГА

Не исключено, что вы откроете эту книгу с абсолютно утилитарной целью — взять что-нибудь необходимое для собственной практики или, предположим, для занятий со студентами. Вы не будете разочарованы — такой материал вы найдете, разнообразный и во) многом неожиданный. Но вы сделаете большую ошибку, если этим г ограничитесь; если вы не начнете с первой страницы; если вы не) войдете целиком в эту книгу. Может быть, тогда что-то изменится в вашем представлении о нашей профессии, ее методах и приемах.

Обычно тренинг в традиционном понимании — это какое-то обязательное начало профессиональной учебы. Обязательное и подчас довольно скучное. Хлопки, перестановка стульев, пишущие машинки, нудные беспредметные действия, когда студент полчаса режет воображаемый хлеб воображаемым ножом или пришивает опять же воображаемой иглой воображаемую пуговицу. Сугубо технологическое, сугубо обязательное. Предполагается, что такие в упражнения прививают любовь к профессии, делают ее понятной, раскладывают на элементы профессиональную технику и вколачивают их в мозг и тело студента. Но, отработав эту обязательку, ее благополучно забывают, подчас так и не поняв, дал ли тебе что-нибудь полезное такой тренинг. Возникает странный дисбаланс - оказывается, искусство и подготовка к нему лежат в разных, непересекающихся пространствах.

Познакомьтесь с противоположным взглядом на этот предмет. Тренинг не просто технологически обязательный этап обучения. Тренинг — это способ жизни! Не муштра, что в принципе противопоказано воспитанию актера, но главный способ профессионального существования и мышления. Способ защиты от грязи и нечистот жизни, которые часто привносятся в репетиционный зал. Прочтите прекрасную страничку о тренинге, напоминающем чистилище, о том, что охраняет и сохраняет чистоту нашей профессии. Прочтите строки о возможности перехода с помощью тренинга в другую реальность. Прочтите, и вам станет понятно, что речь в этой книге идет о чем-то значительно большем, чем просто упражнения: «Тренинг — это переход из одного времени и пространства — в другое время и пространство. Это важнейший и сложный момент

перестройки не только рефлексов, но даже инстинктов человека, смены природы его чувств, эмоций и взглядов. Тренинг — это смена системы оценок, используемых нами в повседневной жизни, на систему, применяемую на сцене».

Здесь самое время сказать, что за спиной у Юрия (я могу так называть его, потому что знаю его самого и его работы свыше тридцати лет) стоит замечательная школа выдающегося педагога М. М. Буткевича и не менее значительная — А.А.Васильева. И не только школа, но и длительная педагогическая работа в первые и самые плодотворные годы существования театра «Школа драматического искусства» под руководством Анатолия Александровича Васильева. Время, которое определило мировоззрение и эстетику Ю. Альшица, которое сформировало его понимание театра. С основами этого театра вы можете познакомиться в этой книге — театра удивительно живого, пульсирующего, наполненного игрой, импровизацией, неожиданностями, поиском выразительного, единственно возможного способа существования актера. Я не берусь назвать этот театр игровым, хотя он включает на 90% понятие игры как главного элемента действия, или, предположим, мифологическим, хотя, без сомнения, он опирается на миф. Он — разный, включающий в себя традиции психологического, богатство игрового, лаконизм японского, метафоричность восточного театров. И все эти составляющие включены в продуманную и точно организованную методику тренинга, основа которого — подготовка «поля к посеву», подготовка содержательной «пустоты», ожидающей своего заполнения. По сути своей эта работа — определенная философия и образ жизни. Педагог Ю. Альшиц постоянно готовит по всему миру актеров определенной выучки, определенных принципов и определенного стиля. Актеров точных, подвижных, поразительно умных и живых. Актеров, преданных своей профессии и свято к ней относящихся. Постарайтесь не ограничиваться только практической частью книги. Внимательно прочитайте небольшие эссе, посвященные разным сторонам жизни и так непрямо сливающиеся с предложенными упражнениями. Познакомьтесь с «заметками из тетради», касающимися очень личных сторон жизни автора. И может быть, станет понятнее, как и из чего складывается человеческий и профессиональный опыт, как рождается мысль, идея, образ, как многообразные человеческие контакты учат широкому и свободному взгляду на мир и на свою работу. Я был на одном из семинаров Юрия. Это было в великолепной Тоскане, в Италии. Я видел его работу с актерской группой. В ней были американцы, итальянцы, шведы, поляки. Шли занятия по теме «композиция». Я помню, что было очень мало слов — профессия говорила своим, понятным всем участникам языком. Пронизанный солнечным светом зал, белые стены, натертый до блеска пол. Собранные, подтянутые люди двигались в каком-то странном, завораживающем ритме, резко и неожиданно его меняя, создавая все новые и новые пространственные композиции... Светло,

чисто, празднично!

Р.8. Некоторые упражнения из этого сборника были опробованы на занятиях режиссерско-актерской мастерской. Могу с полным основанием говорить об их плодотворности, эффективности и заразительности. Последнее особенно важно в процессе учебы. Ведь упражнение обязано не только чему-то научить, что-то открыть в индивидуальности студента, но и заразить его желанием выполнить задание до конца, до самого доньшка. И не потому, что этого потребовал педагог. Он захотел сделать это сам — ему стало интересно. И сделать задание не только самому, но вместе с партнерами, — в книге много говорится о партнерской связи. Так в сознание студента входит, пока, может быть, не очень осознанное, представление о важнейшем качестве его профессии — существовании в актерском ансамбле. Действительно, тренинг замечательно готовит поле для посева. А посему мы присоединяемся к автору — тренинг forever!

О. Кудряшов

Доброе утро!

Я занимаюсь искусством театра — ставлю спектакли, даю уроки. Эта книга тоже урок. Урок актерского тренинга. Он состоит из серии практических заданий, которые включают как определённые теоретические основы, так и мои субъективные взгляды на Театр и театральный тренинг. Здесь вы найдете более 100 различных упражнений и вариантов к ним. Основная часть упражнений была собрана и разработана мною в результате рабочего сотрудничества с театрами и театральными институтами многих европейских стран. В России это прежде всего дорогие мне театр «Школа драматического искусства» и ГИТИС.

Я максималист. Я считаю, что тренинг является важнейшим

Элементом не только обучения актерской профессии, но и всей актерской жизни. Без собственного тренинга ни одно учебное заведение не может претендовать на звание Школы. В театре для меня тренинг не менее важен, чем репетиция и спектакль. Это на самом деле ступени одного процесса, и я делаю все, чтобы актеры не замечали границ между ними. В ежедневном тренинге я вижу гарантию художественного долгожительства актера. Вот потому книга имеет такое название — «Тренинг Forever!».

Роль педагога в тренинге не последняя, и поэтому я сначала представляю себя. Я профессионал театра. Ничего другого я не умею делать. И не хочу. С детства меня преследует чувство стыда, когда я занимаюсь не своим делом: кажется, подойдет кто-то сзади, тронет за плечо и строго спросит: «Ты что делаешь?» Именно вопросы типа «Что ты знаешь?», «Кто ты такой?», «Что ты умеешь?» заставили меня большую часть жизни изучать свою профессию и постоянно менять представление о ней и о себе. И вот теперь я понял, что никогда мне от этих вопросов не избавиться и что преследуют они не только меня, но и каждого, кто решил связать свою судьбу с Театром. На себе я почувствовал, что нет трагичнее момента в жизни художника, когда ощущаешь нехватку знаний своего ремесла,

когда творишь на ощупь, когда искры вдохновения вспыхивают реже и реже, а сомнения становятся постоянными спутниками. Я понял, что вопросы мастерства рождаются ежедневно и требуют ответов, что бояться их или делать вид, что все ясно, значит идти прямым путем к дилетантизму, а следовательно, и к художественной смерти. И тогда мне открылся единственный верный путь — постоянно изучать и исследовать свою профессию. Другого выхода нет.

Знания о профессии надо сохранять — так меня учили мои замечательные учителя Олег Кудряшов, Михаил Буткевич и Анатолий Васильев — всё, что я получил от них, я собрал по крохам и зафиксировал. А как же иначе? Вот лежат передо мной сотни листов с записями. Выбросить? Пусть исчезнут вместе со мной? Глупо. Мои упражнения, упражнения моих учителей и учителей мо учителей. Вот они, собранные и записанные иногда на пачках сигарет и театральных программах. Они же могут пригодиться тем, кто хочет профессионально заниматься театром, тем, кто не знает но хочет узнать «как это делается», и каждый божий день, не боясь ошибок, начинает сначала.

Эти упражнения я начал записывать в России, продолжал в Швеции, Германии, Швейцарии, Исландии, Словакии, Италии, Румынии, Норвегии, Дании, Испании, Венгрии, Австрии, Черногории, Кипре, Франции, Англии, Польше, Канаде, Хорватии, Чехии, Ирландии, Эстонии, Мексике, Бразилии, США — везде, где работал. Так составила книга упражнений — так она стала моей книгой. Это очень важно для каждого — иметь свою книгу. Это друг, который всегда поможет в минуту сомнений. Я хочу, чтобы и у вас была своя книга. Совсем не важно, опубликована она или это просто заметки в тетради. Все упражнения я записал на одной половине страницы, другую оставляю тем, кто будет работать с этой книгой. Делайте свои наметки, дополняйте и развивайте упражнения. Это — ваша книга. То, что сочтете полезным, передайте тем, кто придет после, а они — следующим. Театру знания нужны, особенно в нынешней ситуации, и сейчас время их собирать. Потом увидим, кто был прав, а кто ошибался.

Мне стукнуло 60 лет. Я люблю культуру Японии. Преподаю много, спектакли ставлю уже редко, руковожу театральным исследовательским центром Международного института театра ЮНЕСКО AKTZENT, организовываю фестивали театральной педагогики и пишу книги. Работаю в поездах, самолетах, гостиницах, в чужих домах, у себя на кухне и вообще, где получится. Эти строки пишу в Сардинии, но живу постоянно в Берлине. Мой любимый вид транспорта — велосипед. Приводить все это к общему настроению не хочу. Зачем? Сегодня такой и пишу с ошибками, завтра другой и пишу иначе. Сегодня театр — горе, а завтра, может быть, радость. Кто знает? Сегодня я устал, значит, пора начинать.

И опять возникает вопрос: с чего?

Так со мной случается почти всегда, перед каждым уроком. Приходит

этот вопрос — я рад, не приходит — я беспокоюсь. Мне нравится это чувство азартной неуверенности в себе, в своих знаниях. Есть риск ошибиться, но можно и выиграть. Так чувствует себя актер, перед тем как выйти на сцену, или игрок, перед тем как бросить кости. Я играл, я знаю. Это художественное чувство.

Эта книга была издана и переиздана в Европе на чужих мне языках, а вот теперь русское издание, казалось, самое важное для меня. И что? Ничего. Никакой важности момента не чувствую, хотя для меня это совершенно новая книга, ее раньше не существовало. У вас никогда такого не было — далекий звук приближается и походит совсем рядом, можно рукой достать? Ждешь следующий, а его нет. Долго. И тут приходят сомнения — а был ли он, первый? Может, не было ничего? Или, скажем, сон — ясен, как на картинке. Восемь утра, встаешь и ничего не помнишь. Надо записывать? Ночь. Встаешь, спешишь к столу, берешь бумагу, ищешь ручку, вписываешь по деталям, возвращаешься, ложишься, засыпаешь. Утром читаешь — бред. Ускользают и лица друзей в России, и знания о Театре.

Что вчера вы знали о театре, об актерской профессии? Что видели? Что играли? Спросите у себя — знаете ли вы это сегодня? Если захотите ответить откровенно, то обнаружите, что в большинстве знаний сильно сомневаетесь.

С вами такое случалось? Вчера... И это уже не ваши знания, не ваши приобретения, как будто кто-то кому-то когда-то сказал, но не вам. Они не имеют для вас никакой ценности, вроде чужих, не созданных вами. Книга, которая только что издана или только написана, уже кажется старой, ошибочной. Всё, что вы с таким трупом приобрели в Театре вчера, — не принадлежит вам сегодня, вы! Нужно начинать все сначала.

~~ С чего?

~~ С чистого листа.

-- НАЧИНАЕМ! НАЧИНАЕМ!

ГЛАВА О ДО УРОКА

9.30

Каждое утро, входя в класс, я чувствую себя там чужим. Пространство, мебель, предметы не принадлежат мне, хотя я тут работаю не первый день. Это не моя студия, — говорю я себе. В лучшем случае, она ничья, мне и актерам нужно сделать ее своей. Пространство надо почувствовать и приручить. Нужно соединиться с его энергией, если хотим в нем работать, если хотим в нем что-то создавать. Иначе не получится.

Пространство может быть уставшим и раздраженным. Оно может спать, когда вы войдете, и вам понадобится его разбудить. С ним нужно разговаривать, играть, иногда давать отдых и оставлять наедине с самим собой. С пространством сцены или студии нужно поддерживать хороший контакт, и прежде всего на энергетическом уровне. Точно так, как актеру

необходим тренинг перед репетицией и спектаклем, тренинг нужен и тому пространству, где предстоит работать. Необходимо подготовить среду, которая энергетически питала бы актера. Нужно приготовить воздух, в котором полетит ваш шар.

Я давно стал придумывать упражнение для студии, для сцены. Это очень интересно. Начинать репетицию не с актерами, а со сценическим пространством. Час, два — неважно. Тут нельзя экономить, потому что, если пространство правильно подготовлено, оно само потом объяснит актерам, что и как играть. Думал об этом давно, а вот записал таких упражнений немного. Тем не менее есть несколько, которые я хочу вам порекомендовать. Одно условие: делать их имеет смысл только в том случае, если вы верите в то, что сцена — существо живое.

Упражнение

Чистка

**Настроиться на работу,
устроить себе рабочее место. От
этого зависят продуктивность,
качество труда. И удовольствие
от него. Когда рабочий стол или
студия хорошо организованы, то
и работа идет легко.**

**Никого в студии нет. Вам
никто и не нужен. Не нужны ни
тряпка, ни веник, ни щетка. Пусть
ваши руки сыграют роли этих
необходимых для уборки вещей.**

**Не дотрагиваясь руками,
очистите стены, пол, все, в том
числе и самые отдаленные углы
вашего рабочего помещения.**

**Энергетически затрачивайтесь
так, как если бы вы реально
вытирали пыль и выгребали му-
сор. Отнеситесь к этому акту с
полной ответственностью, как к
ритуалу. Не торопитесь его
исполнить. Почувствуйте себя
Хозяином, Мастером. Видели, как
мастера готовят себе место для
работы? Как разбирает кисти и
краски живописец, как
раскладывает ноты и
устанавливает стул пианист? Это
не просто аккуратность, это
переделка пространства для**

новой жизни. Ритуал. Не только место он готовит, но и себя для этого места.

Выбросив «мусор» за пределы студии, начните чистить себя самого, как бы снимать со своего тела пласты «грязи жизни», слой за слоем, вниз, к ногам. Прямо руками грубо сдирайте с себя этот прилипший к вам быт улиц и коммунальных кухонь. Сделав это упражнение, выбросьте то, что удалось счистить, за пределы комнаты. Не забудьте потом вымыть руки и сполоснуть лицо.

В Японии я, русский режиссер, наблюдал, как актер, совершенно один, более часа мыл пол своей студии, который и так уже бы идеально чист. Зачем это? — тогда удивился я.

Актеры-боливийцы, пришептывая, долго раскладывали только им известные ароматные травы в углах сцены. Суеверные люди - решил тогда я.

Индусы перед спектаклем читали тантры. Трата времени - подумал тогда я. А потом увидел одно упражнение в Мексике и сразу всех понял - и японцев, и боливийцев, и индусов. Оно поразило меня результатом, который я отчетливо почувствовал на себе.

Упражнение

Секс на сцене

Упражнение основано на старинном обычае ацтеков: в жилище тяжелобольного человека приходили молодые люди и энергетически мощными сексуальными движениями имитировали половой акт с отдельными частями пространства. Они как бы оплодотворяли мертвую среду. Возвращали ее к жизни. Давали энергию. Создавалось мощное поле, в котором больной выздоравливал гораздо быстрее. Акт, подобный этому, проводили и артисты небольшого театра. Они наполняли пространство энергией за счет сексуальных движений, звуков и слов. Занимаясь с пространством сексом, они

подготавливали таким образом сцену к спектаклю. На меня это произвело сильное впечатление. Минут через двадцать сцена была как печка, и даже я почувствовал себя опять молодым.

После спектакля я говорил актрисам этого театра, что и нам, европейцам, обязательно нужно делать подобные упражнения. «Одна проблема, — сказала мне с улыбкой красивая мексиканка, — актеры в Европе в своем большинстве атеисты». Я с ней согласился.

Упражнение

Снегоуборочная машина

Пространство материально и имеет массу. Попробуйте собрать ее.

Загребая руками и ногами, как снегоуборочная машина, вберите в себя как можно больше этой массы. Почувствуйте, как вы наполняетесь ею. Пусть она короткое время поживет внутри вас, привыкнет, согреется. Потом верните его вашей сцене, вашей студии. Отдайте полностью и добавьте частицу самого себя.

Освоив упражнение, попытайтесь делать его на одном дыхании и одним движением. Вдох — вы вбираете весь объем пространства, выдох — полностью его возвращаете. Не стойте на одном месте — двигайтесь. Чем щедрее отдадите — тем больше вашего тепла будет в этом пространстве, тем больше оно будет вашим.

Упражнения со студией нужно делать до начала тренинга. Они помогают актеру соединяться с энергетическими потоками пространства.

Об этом нужно сказать подробнее. Общеизвестно, что человек и пространство вокруг него находятся в едином мировом процессе вечного обмена энергией. Из современной физики мы также знаем, что все предметы и люди постоянно излучают определенные сгустки энергии,

которые находятся в окружающем нас пространстве и которые распределяются по определенным потокам. Это напоминает картину движения слоев воздуха в атмосфере Земли или воды в океане. Так вот, все помещения, где мы живем и работаем, пронизаны такими энергетическими потоками. Их движение построено так, что в определенных местах происходят завихрения — вроде тех, что мы видим на фотографиях со спутника, демонстрирующих нам движение холодных и теплых фронтов воздуха. Фокусы этих энергетических потоков нужно научиться чувствовать и определять. В любом помещении всегда есть две

точки: положительная и отрицательная. Положительная — дает зарядку при нехватке энергии, опытные актеры безошибочно ее находят.

Отрицательная — необходима для контраста впечатлений, когда вам нужно подумать, прояснить ситуацию. Она используется для тихих сцен, монологов-раздумий. Найдите их. Потребуется, конечно, время, но зато вы откроете важные секреты студии.

И еще совет. Придите в театр первым. Непременно первым. Это очень важно — самому открыть свой театр, свою студию. Мало кто испытал подобные минуты, а они так важны для художника. Когда я работал в театре «Школа драматического искусства» на Поварской, то и жил в этом

здании, в общежитии, которое располагалось на один этаж выше студии. Вот потому мои уроки-тренинги с актерами в расписании театра стояли первыми. У меня был ключ, и я рано утром первым открывал театр. Передать чувства, которые при этом испытываешь, невозможно. Это особые, волнующие минуты. Обязательно придите в театр первым.

Бывает так, что он вас не сразу впускает. Тогда нужно подготовиться к встрече. «Сочинять» спектакли лучше всего одному, на пустой сцене.

Актеры редко приходят на сцену побродить, послушать ее. Странно — им

здесь жить, а они сидят в буфете. Я часто готовлю сцену еще до прихода актеров. Сперва разогреваю пространство, потом в него запускаю актера.

Но делать это вместе все-таки лучше.

Посетив недавно восстановленный храм Христа Спасителя в Москве, я услышал, как один старик — скорее всего из провинции — задумчиво произнес: «Лет двадцать!». Я спросил его, что он имеет в виду? Он ответил: «Намаливать храм нужно лет двадцать, не меньше». Хорошо бы,

если бы актеры так же чувствовали энергию пространства сцены.

Упражнение

Новоселье

Пересеките пространство

студии или сцены в различных направлениях и попытайтесь

определить, где вы себя чувствуете уютно, комфортно, а где нет. Ощутите самые густые энергетические участки — они являются наиболее активными точками на сцене и как бы помогают играть. Это исследование, этот поиск фокусов энергетических потоков нужно делать не спеша и не один раз. Потратьте на это время. Почувствуйте помещение, где вам придется многое ощутить, передумать и сделать. Важно найти в нем «свое» место.

У животных это получается быстро, а вот у актеров нет. Вспомните, как кошки или собаки, попав в новый дом, через какое-то время безошибочно определяют наиболее благоприятные энергетические места для себя. И это навсегда. Они их уже никогда не поменяют.

Повторю: тренинг нужно начинать не с актера, а с подготовки среды его обитания. Подготавливается вода, а потом запускается рыба, а не наоборот. И вода должна быть живой, в мертвой воде рыба задыхается.

Упражнение

Живая студия

Когда вы ходите в одиночестве по сцене, не думайте, что вы одни. Все окружающие нас предметы с точки зрения энергии живы. На этом утверждении построено следующее упражнение.

Актер должен представить себе, что все находящееся на сцене — живое. Каждый предмет. Стул, на котором он сидит, пол, по которому ходит. Со всеми предметами, с которыми соприкасаетесь, надо обращаться осторожно — ступать мягко, «по-кошачьи», резко не садиться и не вставать. Брать и переставлять вещи деликатно.

Лет 20-30 назад почти в каждой театральной школе первокурсники

подолгу учились бесшумно переставлять стулья с места на место. Я считал это полнейшей глупостью и только с годами понял, какое это прекрасное упражнение. Оно регулирует психическое состояние актера, выстраивает энергетическую связь с рабочим пространством, создает творческое, игровое отношение с ним. Короче — оживляет для него студию.

9.35

В театральных школах всегда проблема с помещениями. Когда меня приглашают вести мастер-класс, я интересуюсь, какой урок был до меня в

предложенной мне студии. В зависимости от этого я либо отказываюсь в ней работать и прошу другое помещение, либо беру определенное время, чтобы приспособить студию к своим занятиям. Когда мои условия воспринимаются как каприз, злюсь. Подготовка энергетически насыщенной среды для возникновения жизни — это первейший закон. Для меня это норма, элементарная гигиена. Почему то, что уже давно известно в области астрономии, физики, биологии, в театре почти не используется. Почему нас заботит только «жизнь человека», а о жизни «среды» мало кто беспокоится? Идея, содержание — это важно, никто не спорит. Но нельзя забывать, что энергия среды обитания — это тоже содержание, причем наиважнейшее.

Упражнение

Сквозь воду

Расхаживая свободно по студии, представьте себе, что она заполнена водой. Вы идете сквозь воду и чувствуете ее массу и ее сопротивление. Через какое-то время представьте себе, что температура воды меняется — она становится теплой и даже горячей, потом прохладной и, наконец, застывает, превращаясь в лед. Вы теперь вроде судна — ледокола, с трудом пробирающегося сквозь льды. Попробуйте представить себе, что вы — как бочка без дна и вода проходит сквозь вас. Ваше движение по студии не встречает никакого сопротивления.

В финале упражнения, передвигаясь по студии, чередуйте свои отношения с пространством — холодная вода,

теплая, сперва вы идете сквозь воду, а затем вода идет сквозь вас.

Упражнение

Я — книга

В студии всегда есть какая-то мебель — стулья, стол, всевозможные предметы, реквизит, детали. Все это — составная часть пространства. Представьте себя, например, книгой, лежащей на столе (либо любым предметом, находящимся в данный момент в поле зрения). Сконструируйте в сознании внутреннее «самочувствие» книги — ее покой, положение на столе, защищающую от внешних воздействий обложку, сложенные страницы. Кроме того, важно увидеть «глазами книги» окружающую комнату — стул, стены, окно, потолок и расположенные рядом предметы-соседи: карандаши, ручки, бумагу, тетради, и т. п. Выполняйте упражнение 3-4 минуты. Вы перейдете в «мир иных измерений», можно сказать, в «параллельный мир» пространства.

Восприятие «иных миров» и внутреннее «включение» в один из них дает возможность понимать множественность, многогранность любой ситуации, возникающей с вами, «выключаться» из собственных обстоятельств, «включаться» в чужие и относиться к ним не как к вымышленным, а как к относительно реальным. Актеру важно усвоить, что чужое — это только одна из многочисленных форм его собственной жизни.

Упражнение

Звуковая картина

Находясь в студии, прислушайтесь к звукам улицы. Постарайтесь определить источник каждого, его направление, движение и характер. Отберите те, которые звучат постоянно и стали для вас непрекращающимся аккомпанементом. Например, шум дождя, гул толпы. Сосредоточьте внимание на тех звуках, которые представляются вам ведущими: шум автомобиля, раскат грома или чей-то голос. Эти солирующие звуки и составят основной «текст» звуковой картины. Определите консонанс и доминанту. Услышьте всю полифонию, выделяя сольные партии различных инструментов. Создайте звуковую картину. Услышьте ритм вашей сцены, монолога. Не ищите сразу содержание — это часто встречающаяся ошибка. Ритм и содержание не соединены буквально, они только сопрягаются, и у каждого свой путь. Положите на ритм слова текста.

Часто ритм сам является содержанием и передает его. В религиозных ритуалах, в заговорах и припевах фразы часто состояли из лишенных значения сочетаний звуков — глоссолалии. Значит, не смысл и содержание этих звуков имели значение, а их ритм. Благодаря ритму верующие входили в транс. В большинстве древних текстов форма и ритм не менее

важны, чем их содержание. Или обратите внимание на звучание названий древнейших мест и городов. Они немотивированны — никакая этимология не найдет исходного корня, объясняющего эти слова. В новых названиях такой вибрации звуков пока нет. Короче говоря — слушайте ритм. Не занимайтесь иллюстрацией. Начнете определять содержание, получится «строительство на песке» — картина будет исчезать. Если услышите ритм, то он будет охранять вашу сцену.

Упражнение

Комбинация звуков

Прислушайтесь ко всем окружающим шумам:

— к шумам, раздающимся за окном;

— к шумам внутри дома;

— к шумам внутри студии;

— к шумам внутри вас.

После упражнения перечислите запомнившиеся вам звуки и составьте из них рассказ, сочините маленькую новеллу.

Теперь услышьте самый отдаленный звук. Самый близкий. Самому дальнему звуку присвойте №10. А самому близкому — №1. Наметьте весь звуковой путь от 1 до 10 с промежуточными пунктами — 2,3 и т. д. — и пройдите его.

Ну, а сейчас задумайте какую-то комбинацию из этих звучащих пунктов. Например: 4, 7, 2, 9, и прослушайте ее, абстрагируясь от остальных.

То же самое сделайте, определив самый громкий и самый тихий звук. Сужая и расширяя круги внимания к

звучащему вокруг вас
пространству, вы приобретете
способность «отделять зерна от
плевел», не слышать звуковой
«мусор».

Прислушайтесь только к тем
звукам, которые издаются:

- а) живыми источниками (люди,
птицы, животные);
- б) неживыми источниками.

Придумайте композицию
звуков для вашего монолога или
для вашей сцены, над которой
вы в настоящее время работаете.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«У актера есть особая способность воспринимать звуковую, энергию и питаться ею. В Барселоне в новом, красивом, только что построенном здании Театрального института — мертвые, аудитории. Жизнь студентов здесь движется точно по расписанию. Нет на то времени, чтобы актеры пришли, познакомились со студией, прижились в ней. Студии не знают актеров, актеры не знают студий. Так невозможно работать. Меня это раздражало.

На третий день я пришел в студию за два часа до начала тренинга, включил концерт Шумана, закрыл дверь и ушел на час. Вернулся, посидел минуту, прислушался. Студия проснулась. Пришли студенты. Аудитория

для них уже теплая, живая. Ничего им не сказал. Хороший тренинг получился. На завтра сделал то же самое, но минут 40 раскачивал пространство любимым мною рок-н-роллом. Урок пошел с ходу, как заведенный. Так я менял характер музыки каждый день, и качество энергетической заряженности студии, студентов, всего урока поразительно менялось.

Для того, чтобы энергетически наполнить пространство, можно использовать определенные звуки, тексты.

Молитвы прихожан в храме. Храм утром и вечером — разные пространства».

Упражнение

Анализ зрением

Определите самый яркий и
самый тусклый предмет вашей
студии. Выстройте
последовательность из десяти
предметов от самого яркого до
самого тусклого.

Пройдите глазами всю эту

цепочку туда и обратно.

Сделайте это еще раз, но уже с закрытыми глазами.

ВАРИАНТ 1. а) Назовите наиболее светлый и наиболее темный участок вашей студии.

б) Наметив десять промежуточных световых участков, пройдите глазами, а затем и мысленно (с закрытыми глазами) весь путь от самого светлого к самому темному и обратно.

в) Укажите на предметы с наибольшей и с наименьшей массой.

ВАРИАНТ 2. а) Определите на глаз самый мягкий и самый острый предмет;

б) самый горячий и самый холодный.

ВАРИАНТ 3. а) Составьте список из десяти находящихся в комнате предметов согласно их «возрасту».

б) Выберите в студии предметы с наглядно выраженной «биографией» и объясните свой выбор.

в) Укажите на предметы, имеющие мифический знак — яблоко, зеркало и т. д.

ВАРИАНТ 4. Переключайте взгляд с одного объекта на другой, чередуя их характеристики: холодный, дальний, старый, яркий и т. д.

Когда будете работать над вашим монологом, попробуйте проделать упражнения, описанные выше, со словами текста. То есть определите, к примеру, самые светлые и темные слова, слова, имеющие мифический знак, и т. д.

9.40

До начала урока еще 20 минут. Все упражнения, которые я выше описал, — это еще не основной тренинг, а подготовка объёма, в котором будет происходить тренинг. Продолжаем. Откройте окна. Впустите в студию свет утра. Создайте максимум световой насыщенности.

До 40 лет я думал, что бабочка летает, потому что она бабочка, но недавно узнал, что это не так. Она летает прежде всего потому, что питается светом. Она летает, пока не истощена ее радужная пыльца. И у актера есть такая радужная сила. Он тоже воспринимает мощь света. Свет

воздействует на его психику, нервную систему, меняет энергетический потенциал. Весь мыслительный процесс проясняется или даже меняется, когда меняется источник света. Если изменить угол падения света на сцену или резко изменить освещение, достигается очень сильный энергетический эффект.

Ничто нельзя сравнить по «питательности» со световой волной. Не советую проводить тренинг в комнате с черными стенами. Лучшее соединение со светом происходит именно в белой или светлой аудитории. Лучше — утром, с открытыми для солнечных лучей окнами.

Тончайшие оттенки различных цветов так же, как и свет, способны изменить самочувствие, дать импульс фантазии. Смена цветов, смена источников света, смена его интенсивности меняют качество и количество

энергии. Цвет и свет могут сделать тренинг производительным и красивым.

Упражнение

Увидеть невидимое

Осмотрите комнату для занятий и определите ее характеристики — ее возраст, характер, «особенности поведения» и так далее. Вы должны рассказать, а если захотите, то и написать рассказ о ней как о живом существе.

Возьмите к рассмотрению какой-то предмет из вашей студии. Осмотрите его для более детального изучения.

Представьте себе те события, которые произошли с ним в его жизни. Ваша фантазия должна быть основана только на деталях этого предмета.

Попросите, чтобы кто-нибудь из

ваших партнеров к завтрашнему занятию убрал или добавил одну-две детали. На следующий день, войдя в студию, сразу определите, что изменилось.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Все произошло случайно. С самого начала работы режиссером в моем первом театре на меня как на новичка возложили обязанность по вечерам смотреть спектакли других режиссеров и записывать нарушения творческой дисциплины, короче — вести дежурный журнал. Делал я это неохотно и большую часть времени обдумывал план своей первой постановки. Как-то раз я так был увлечен своими замыслами, что не обратил внимания на то, что спектакль давно кончился и я сижу в ложе один. Рабочие, закончив разбирать декорации, разошлись по домам. Пожарник, поставив у портала ночную лампочку, отправился спать. Я вышел на сцену. Она жила. Все здание театра было холодным и мертвым, а сцена жила, была горячей. Она производила какие-то шорохи, движения, как будто кто-то нервно ходил по ней, смеялся, плакал и громко дышал. Я ясно ощущал, что нахожусь в центре действия

каких-то новых, до того неизвестных мне сил. Мною, как щепкой в воде, играли волны чьих-то чувств и страстей.

Ночью я не мог заснуть — пространство сцены открыло мне важную тайну, а я не знал, что с ней делать. Утром, когда я первым прибежал в театр, сцена уже была мертва. Разница была столь разительна, что я понял — будущий мой спектакль не должен начинаться на „мертвой“ сцене. И тогда я принял решение играть свой спектакль немедленно после предыдущего, который, сказать, разогреет для меня пространство. С большим трудом мне удалось сломать косность администрации (1974 год, Одесса): изменить репертуарный план театра, традиционное время начала представлений и т. д. Я смог уговорить весь технический персонал производить мгновенную смену декораций, света, реквизита, костюмов. Было сделано все, чтобы вернуть ощущения той незабываемой ночи. Успех моего спектакля у зрителя был предопределен с первой же минуты. Во многом он был обусловлен тем, что я использовал ту энергию, которая уже существовала. Я начинал свой спектакль как бы на бегущей волне предыдущего представления. Пространства сцены и зала уже заранее были энергетически наполнены. Играть актерам было легко, связь со сценой с партнерами, со зрителем устанавливалась как будто сама собой. Этот пример я запомнил навсегда, и с тех пор к пространству сцены или студии у меня живой интерес и повышенное внимание».

9.45

Со школы нам известно правило — энергия не исчезает, а переходит из

одного вида в другой. Значит, и в театре можно этим пользоваться. Актер,

научившийся определять места оптимальной энергии пространства, собирать и подготавливать энергетическую среду для работы, умеющий подключаться к большим энергетическим системам, показывает совершенно особые результаты. Эта малоисследованная в театре область

— энергия сценического пространства — дает актеру и режиссеру огромные возможности. Но редко кто этим пользуется. Объездив с легендарным спектаклем «Шесть персонажей в поисках автора» в постановке А. Васильева почти все престижные фестивали мира, могу честно сказать, что на подготовку энергии пространства сцены мы тратили не менее пяти полных репетиционных дней и только один день уходил на решение каких-то технических вопросов. Таких роскошных условий не было ни у одного театра. Поверьте, это было совсем не просто

— включить в контракт неделю на подготовку пространства для спектакля, но результат оправдывал все затраты.

Когда актер начнет доверять пространству, в котором ему предстоит работать, тогда у него будет доверие и к чувству, к движению, к слову, к самому себе, тогда и пространство начнет доверять актеру и позволит делать все, что он захочет, — так учил меня мой отец, проработавший сценографом в театре почти 50 лет. Сценографы знают этот секрет доверительных отношений с пространством сцены.

Упражнение

Философский глаз

Любимая игра Будды с учениками заключалась в следующем: Учитель бросал одно слово, по которому ученики строили целую мысль. Нет более

мудрого испытания актерского сознания, мышления и способности к анализу текста. Такие слова- и фразы-одиночки могут, как вехи, соткать весь рисунок сцены — ее атмосферу, смысл, философию. По такому рисунку легко определить, какими мыслями горит актер, что является полем его игры.

Идя по студии, обратите внимание на какой-либо предмет, находящийся в ней или на сцене.

Ни в коем случае не останавливайтесь, а, продолжая ходить, постарайтесь описать его тремя словами. Важно удержать его в воображении, а не стоять перед ним столбом. Вы с этим предметом — реквизитом, деталью декораций или костюма

— еще встретитесь сегодня,
завтра или когда-нибудь позже.

Вот тогда между вами сразу
возникнет живая связь — как
случается у старых приятелей.

Не могу не вспомнить: 2001 год, живу и работаю в Европе почти 10
лет. Меня пригласили в Москву на театральную олимпиаду давать
мастер-

классы. У А. Васильева новый театр на Сретенке, новые, незнакомые
мне

работники. В фойе шум, ажиотаж, пресса. Уже мало тех, кто еще меня
помнит. Чувствую себя здесь гостем. Выхожу на огромную сцену. Никого
нет. Полумрак. На одном из стульев лежит моя шляпа, в которой я
играл

Режиссера в «Шест персонажах в поисках автора». Я играл в ней три
года.

Внутри чернильным карандашом написано «Ю. Альшиц». Это не
мистика. Она меня ждала, родная. Для кого — Театральная олимпиада,
а

для кого — магическая реальность Театра. Кто не общается со сценой
как

с живой, ничего тут не добьется. Это точно.

ВАРИАНТ. Возьмите текст
монолог, над которым вы
сейчас работаете, и попытайтесь
выразить его в трех словах.

Это как хокку:

Ирис на берегу.

А вот другой — до чего похож! —

Отражение в воде.

Целая картина, а всего три
строчки.

-НАЧИНАЕМ! НАЧИНАЕМ!

Не могу и не хочу начинать работу с актером, только что пришедшим
на репетицию «с улицы». Я сам прихожу заранее и хожу по сцене, пока
наконец пространство не примет меня. И когда вдруг в пальто, в
грязных

ботинках входит актер со словами «А я, брат, только что из Павловска!»
(«Белые ночи» Ф. М. Достоевского), я вздрагиваю. Я понимаю моего
друга, настоятеля маленькой церквушки в Италии, который говорил
мне,

что он спиной чувствует, когда во время мессы входит даже один турист.
Меняется среда, поле. Вот так и театр должен самым строгим образом
соблюдать правила элементарной гигиены, защищаться от засоренности
окружающей его жизнью.

Тренинг нужен, чтобы в Театр не попал мусор улицы. Тренинг — это основная защита. Тренинг — это территория между наружной дверью с улицы в дом и дверью в комнату. Прихожая. Коридор. Чистилище.

Упражнение

Переход границы

Тренинг — это переход границы. И я полагаю, что у каждого актера должен быть свой путь, свои особые секреты перехода границы. Походите по студии, изучите ее и решите, когда вам не страшно будет закрыть глаза и так продолжать свое Движение. Это легко. Вы почувствуете, когда пространство само вам разрешит это сделать и затем будет вас вести. Как только услышите любое «препятствие», ну, к примеру, скрип половицы, останьтесь, прислушайтесь, что пространство вам говорит, куда вас направляет, и смело идите. Не спешите, скорость передвижения тут не важна. Через какое-то время вы выйдете из субъективного временного потока и наступит полное психическое слияние с пространством сцены. Новое чувство времени принесет вам новую информацию, откроет неизвестные вам ранее чувства, приведет вас к новому осознанию пространства. Так профессиональный охотник соединяется с миром леса. Из их рассказов я взял это упражнение. Охотник начинает слышать дыхание животных, энергию деревьев и даже разговор птиц. Он сливается с этим миром, и тот раскрывает ему свои секреты. То же самое происходит у актера на

сцене.

ВАРИАНТ 1. Попробуйте подсоединить к упражнению текст монолога, над которым вы сейчас работаете. Не стоит это делать механически — почувствуйте сами, когда начать. Пусть сперва монолог звучит внутри вас, затем возникнет потребность в звуке, потом в произнесении какого-то слова, отдельной фразы, и наконец, всего текста монолога. Не спешите. Текст не должен заглушать ваш «разговор» с пространством. Обратите внимание на паузы в монологе. Они будут наполняться особым, новым для вас содержанием.

ВАРИАНТ 2. Та же «прогулка», но вдвоем особенно полезна тогда, когда вы готовите спектакль или сцену — диалог для двух актеров. Слушая ритм шагов, дыхание партнера, вы войдете в его психическое состояние, возникнет чувство совместного присутствия в едином пространстве и времени. Возникает новая стратегия диалога, новое понятие конфликта, открывается новое содержание.

Не ленитесь приходить в студию до тренинга и говорить с ней.

Она вам все расскажет: и как играть сцену, и как поставить спектакль. Это правда.

-НАЧИНАЕМ! НАЧИНАЕМ!

Я наблюдаю за актерами, пришедшими утром на тренинг. Для чего они приходят? По распоряжению руководства школы или театра или по внутреннему, порой неосознанному стремлению к магическому действию? Чего хотят они от тренинга? Для меня лично тренинг — это метафизический акт. Если актер, приходя на тренинг, и не стремится к переходу из одной реальности в другую, то тренинг для него бесполезен.

Пустая трата времени. Я бы даже сказал, что такой тренинг — это муштра и он вреден.

9.50

Я считаю важным, чтобы актеры начинали занятия самостоятельно, а не под присмотром гувернантки — педагога или режиссера. Никто никого

не принуждает. Все — сами. Принципиально важно, чтобы у актера возникало свое собственное внутреннее решение начать, а не по команде гражданина начальника: «Начинаем! Начинаем!».

Я не собираюсь будить актеров после веселой ночи. Если я назначаю урок-тренинг в 10 часов, я знаю, что актеры до этого часа сами соберутся

вместе и минут двадцать будут заниматься своей Разминкой, индивидуальной подготовкой к встрече с мастером и его тренингом.

Кто-

то растягивается на полу, кто-то произносит странные звуки у стенки, кто-то стоит на голове без дыхания. Такую индивидуальную подготовку-разминку актеры часто называют «освобождением». Но понимать освобождение только как релаксацию — это слишком мало. К. С.

Станиславский очень подробно об этом пишет в «Работе актера над собой». Освобождение внутреннее. Именно оно является целью всех религий, всех эпох и народов и всех тренингов. Тут более высокий смысл,

чем просто отдых для мышц и психики. Все упражнения перед тренингом

должны внутренне освобождать актера, для того чтобы потом он мог набирать, наполняться. Актер должен быть готов к накоплению.

Освобождение — это подготовка своего поля к севу, чтобы оно дало всходы. Это подготовка пустоты, чтобы ее заполнить.

Конечно же, путь к освобождению — дело частное. Нет единого комплекса упражнений, который подходил бы каждому актеру. Зная себя,

актер сам лучше выберет упражнения, способствующие его освобождению. Это как религия — ты сам вдруг понимаешь, что ты католик или буддист. Это твое. Это твоя молитва, твой разговор. В этом поле ты слышишь ответы. Поэтому, вынося подобные упражнения за скобки театрального урока, я отдаю часть ритуального «перехода» в руки

самого актера. Это его решение, это его дело, его выбор.

Мне нравится, что нет похожих упражнений, что каждый делает те упражнения и использует ту систему, которая помогает ему настроиться к

переселению с территории жизни на территорию искусства. Я люблю наблюдать, как каждый актер настраивает свой инструмент, как

музыканты в оркестре настраиваются перед началом концерта. Красивая, удивительная музыка. Еще нет ни гармонии, ни четкого ритма, ни стройной мелодии. Потом все это соберется в единое целое, движущееся по одному закону, следуя одним и тем же правилам. Все будут вместе, и каждый сам по себе. Так из единства непохожих постепенно родится ансамбль. Но это уже будет совсем другая музыка.
- НАЧИНАЕМ!НАЧИНАЕМ!

9.55

— Сейчас. Еще кое-что хочу сказать. Не прибегайте на тренинги в последнюю минуту. Выйдите спокойно из дома, без суеты организуйте свою дорогу. Шагайте по улице чуть медленнее, чем она вам диктует. Перестаньте быть ее рабами. Это важно. Опыт жизни на улице мало помогает на сцене. Надо его отключать. Используйте время дороги в театр как тренинг отказа от рефлексов и повседневных инстинктов человека — борца за лучшую жизнь. Не слышите! Не участвуйте! Не видите! Услышите в скрежете машин голос птицы, увидите счастливую улыбку ребенка, обязательно совершите галантный поступок! Я заметил, что актер, пришедший с улицы, как правило, приносит с собой эту самую улицу и ее агрессию. Улица сильнее актера. Здесь много препятствий, и они воспринимаются актером как личное оскорбление. Пробиваясь сквозь границы препятствий, актер нарушает свою энергетическую защищенность. Ломает свою «personality». Разрушает самого себя. Отсюда возникает агрессивная заряженность, «оскорбленность». Актер ее даже не замечает, но она присутствует. Так вот, ее нужно убирать, смывать, чистить, стирать все, что записалось на актере как на магнитофонной ленте. Что лучше всего очистит? Зайдите по дороге в пустую церковь и по стойте там минут десять. Походите у реки, у пруда. Или просто придите в театр первым.

Улица — Театр — это граница, и ее переход — это всегда стресс. События в роли — это тоже момент перехода границы, и вот что я заметил: большинство актеров большинство событий стали играть на сцене агрессивно. Ничего, кроме агрессии. Это результат повседневной постоянной оскорбленности, которую актер испытывает в жизни, и прежде всего на улице. Убирать это со сцены нужно. Как? Очень просто — тренинг на улице. И еще... Перед тем как открыть пограничную дверь — дверь театра, спросить себя: зачем я сюда пришел?

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Заповеди японской школы фехтовальщиков:

1 — скромность в быту, чистота

2-я — лучший фехтовальщик в мире

3 - этот бой для меня последний

Болезни фехтовальщиков:

1 - желание победить

2 — использовать технические трюки

3 — продемонстрировать все, что выучил, что знаешь, что умеешь

4 - желание играть пассивную роль

5 — желание избавиться от всех болезней

Я — лучший актер в мире, этот спектакль для меня последний.

Красиво, и все применимо к театру. Играть каждый спектакль как последний в своей жизни — это замечательно».

Упражнение

Тишина

**Итак, вы провели серию
подготовительных упражнений
до урока. Сейчас вы и
окружающее вас пространство
стали другими — готовыми к
работе.**

**Не начинайте сразу — посидите в
тишине 2-3 минуты. Не жалеете
времени. Полюбуйтесь чистотой
и порядком в вашей студии.**

**Ощутите себя художником,
сидящим перед белым холстом.**

**Простое упражнение — а вы
сделайте его и увидите, какой
будет результат.**

**Помню, у нас в доме моим отцом была заведена традиция. Наверное,
унаследованная от его отца или деда. Перед дальней дорогой, после
суматохи предотъездных сборов, все должны были прекратить суету,
сесть и помолчать хотя бы минуту. Я любил эту паузу, когда близкие
мне**

**люди как бы вглядывались в новую, ещё не открытую, но уже кем-то
написанную за них страницу, желая предугадать, что будет. У них в те
мгновения были совсем другие, незнакомые мне лица. Я помню их всех.
Знаю теперь все их даты-страницы. 1910 -1983, 1917 -1993, 1949 -1986...**

**Что еще... Ну, последнее,
обязательное упражнение перед
началом тренинга. Оп-
ределенный ритуал. Его создают
или студенты, или тренер. На
моих тренингах это происходит
следующим образом: закончив
свою собственную индивидуаль-
ную подготовку, актеры**

выстраиваются в две линии,
образуя как бы дорогу,
приглашая учителя вступить на
нее. Учитель молча, не спеша,
проходит сквозь строй актеров,
доверяющих ему провести с ни-
ми урок. Для меня это всегда
очень ответственный момент.
Пройдя этот коридор,
остановившись и повернувшись
лицом «актерам, педагог
замыкает пространство, образуя
фигуру, напоминающую букву
«П»: три стороны закрыты и одна
открыта. Это знак школы:
ограничения + свобода. Это
определенный ритуал.
Последнее упражнение перед
началом тренинга — ДОРОГА
ДНЯ.

Упражнение

Дорога дня

Представьте себе план всего
вашего творческого дня. Вы
начинаете с тренинга. Куда вы
направляетесь дальше?
Что последует за этим?
Какую сцену, монолог вы
будете сегодня готовить?
На что нужно обратить особое
внимание во время этой работы?
Какой результат вами
ожидается и чего хотелось бы
достичь, что открыть именно
сегодня в понимании роли, себя,
Театра?

Так, в подробностях составьте
творческий план дня, с четкой
композицией и предполагаемым
результатом. Финал дня Должен
быть для вас не абстрактным, а
как можно более конкретным,
эмоционально-чувственным —
притягивать вас как магнит.
Пусть композиция дня составит

не менее 5-6 основных частей.

Теперь, встретившись с воображаемым финалом, возвращайтесь в начало, в эту настоящую минуту, в начало тренинга.

Учитель первым приветствует вас: «Доброе утро!», вы отвечаете ему и приветствуете своих коллег. Тренинг начинается.

Начинается путь, каждый шаг которого вы постоянно соотносите с финалом. Все, что вы делаете, имеет для вас конкретное значение и определенный смысл, это постоянный процесс движения к предполагаемому результату.

Произойдет встреча так (произойдет ли она вообще?), как рисовало ваше воображение?

Начать день, как положить чистый лист перед собой, выйти на рассвете в море, открыть занавес своего Театра. Иначе зачем начинать?

- НАЧИНАЕМ!НАЧИНАЕМ!

10.00

Тренинг начинается с...

ГЛАВА ПЕРВАЯ

НИЧЕГО

Мне нравится каждый свой урок начинать с «Ничего».

Мне нравится, когда вначале нет никакого порядка и все перемешано.

Я наблюдал за игроками в различных играх, за тем, как они тасуют карты,

перемешивают камни или кости. Магия. Мне нравится это особое чувство, связанное с ожиданием того, **ЧТО БУДЕТ.**

Перед восходом солнца так все живое ожидает будущего дня. **ЧТО-ТО БУДЕТ.** Так в Театре ожидают открытия занавеса. По обе его стороны —

и карты, и игроки. И актеры, и зритель. **ЧТО-ТО БУДЕТ.**

Но вот встает солнце, открываются карты — «**ЧТО-ТО**» приходит. Вы с ним грустите и играете. Оно смеется и играет с вами. Вы счастливы долго, пока не наступает вечер. Вот последняя комбинация закрылась, и

отзвучала финальная шутка. Это — конец спектакля. Темнота. Все исчезает, как будто бы ничего не было. Вокруг опять хаос чувств и мыслей. Ничего.

С новым днем все начнется сначала, великое или малое начинается с «ничего».

И был вечер, и было утро...

Но опять перемешаются и упадут на стол кости.

И был вечер, и было утро...

Опять откроется занавес и зазвучит музыка.

И был вечер, и было утро...

ИГРА : жили-были кубики — стали пирамидой

Была пирамида — превратилась

в кубики, а кубики опять в пирамиду. А пирамида

снова развалилась в кубики, а кубики собрались и стали пирамидой.

Тогда пирамида разрушилась на различные кубики. Кубики же стали организовываться в пирамиду и образовались, а пирамида взяла и опять развалилась,

тогда кубики снова начали строиться в пирамиду, а когда

построились окончательно, то пирамида р а з в а л и л а с ь, и тогда...

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«... Для меня игра — это не соревнование и не конфликт. Нет ни проигравших, ни победителей. Я понимаю это как бесконечный процесс, в котором можно обнаружить, проявить себя. Солнце играет на поверхности воды — оно отражается, проявляет себя, а не старается выиграть. Вино играет в бокале».

Упражнение

Тусовка

Гуляйте! Go around! Бродите по студии.

Вот и все упражнение.

Актеры, придя на урок-тренинг, абсолютно не готовы к нему. Это реальность.

Go around!

Им нужно дать время, чтобы оказаться вместе. Вместе побродить, поболтать, увидеть друг друга. Показать себя. Короче, потусоваться.

Почувствовать себя командой, одной большой компанией. Еще не Театр, но уже компания.

Go around!

Пусть разбредаются по всей репетиционной площадке. Пусть ходят без всякого порядка. Болтают и шутят друг с другом. Пусть не думают, что работа уже началась.

Go around

Ребята! Гуляйте! Я никогда не сделаю вам замечаний: «Тише!», «Не разговаривайте!», «Соберите внимание!» Я жду.

Не смотрите на часы — это неважно. Важно ждать.

Вот видите — они уже замолкают. Сами. Они сами соединяются в

новую молекулу. Такой еще не было. Их внимание становится жестким.
Связи — крепче. Они начинают приобретать свой знак.

Вот необычный поворот и неожиданная встреча!

В угол брошенная маска...

«Я вас вижу в первый раз!»

Они сами становятся совершенно другими. Сами! В этом-то и все дело.

Так должно быть. Новые связи нового дня. Это новая роль. Совсем не та,

которая была вчера. Это новые партнеры, только очень похожие на тех,
с

которыми мы работаем каждый день. Это новые чувства ко всему, что
вокруг. Это — как выйти утром из своего загородного дома и пойти по
новому белому чистому снегу.

Уродливый ворон,

И он прекрасен на первом снегу

В зимнее утро!

— Когда большее счастье испытывает создатель: в момент, пред-
шествующий созданию, или после него?

~ В мире разбросанных кубиков — миллионы пирамид. Художник
выбирает только одну. И строит ее так, чтобы зритель Увидел все.

~ Это не ответ.

~~ А что это?

~~ Ничего.

~~ Именно в «ничего» и есть все ответы. С «ничего» и нужно начинать.

Мне нравится такое начало. Мне нравится классическая поэзия Японии.

Первый снег под утро.

Он едва-едва пригнул

Листики нарцисса.

Красиво...

Упражнение

«Доброе утро»

Свободно и не спеша

передвигаясь по студии,

поприветствуйте своих коллег

этими словами: «Доброе утро!»

Не торопитесь и не бросайте их

на ходу. Кого встретите по

дороге, тому и скажите: «Доброе
утро!»

Надо оживить стертые и

заношенные слова улицы,

принесенные на сцену.

Услышать их смысл и передать.

Увидеть того, кому из посылаете.

И повторять их каждому заново.

Не важно, виделись вы сегодня или нет, день сейчас или вечер. Все равно — «Доброе утро!» Это — ритуал. От хаоса — к точности, к ритуалу.

В Штутгарте я так начинал спектакль. Актеры выходили на сцену и каждый говорил: «Доброе утро!» Друг с другом здоровались; со зрителями, сидевшими тут же рядом. Я думаю, они произнесли слова «Доброе утро!» не менее ста раз.

[illegible]

Упражнение

Приветствие

Понтадера — это в Италии. Сюда я раньше приезжал несколько раз со своими коллегами из театра А. Васильева на встречи-занятия с Ежи Гротовским. Теперь здесь, в Центре театральных исследований, я руковожу курсом молодых актеров. Заключительный день занятий — нужно показывать работу. Накануне я не сдержался и нагрубил нагловатому парню из Неаполя. Он ответил. Прекрасная работа развалилась как карточный замок. Все как тучи перед грозой. «Доброе утро» не поможет, тут впору пощечины раздавать. А почему бы нет? Больно, но соответствует обстановке. Предложил и стал раздавать, и получал сам. Это — справедливо. Все нормализовалось, да и причин-то особых не было. Так родилось это упражнение, а потом и другие, которые

соединились в серию упражнений ПРИВЕТСТВИЕ.

Двигаясь по студии, при встрече:

а) скажите друг другу «Доброе утро». Не спешите. Не делайте это формально.

б) Представьтесь, назовите свое имя так, чтобы в нем звучало как можно больше содержания — кто вы? откуда? что хотите? и т. д.

в) Окликните по имени своего коллегу, а он окликнет вас. Имя — понятие энергетическое.

Энергию имени нужно открывать. Учтите, за именем стоит ваша индивидуальность, биография, культура, интеллект, религия, чувственная потенция и т. д.

г) Пожмите руку — пусть рукопожатие длится не менее двух-трех минут; во всяком случае, не прерывайте его, пока встреча сама не закончится. Вы почувствуете, что разговор окончен и больше нечего сказать друг другу. Откройте как бы заново своего партнера, найдите в нём то, что еще вчера было вам незаметно. Вы убедитесь,

как мало вы еще знаете друг друга. Вы почувствуете, что эти две минуты сделали вас ближе. Не забывайте, что рукопожатие — это прежде всего обмен энергией. Человек обманывает, энергия — никогда. Можно работать вместе пять лет, а открыть партнера в течение этого короткого рукопожатия. Две минуты — ничто.

д) Дайте пощечину. Пощечина — это всегда оскорбление чужого «я», при этом возмущается не только его интеллект, но и вся его психоэмоциональная природа. Негативная реакция на это действие уравнивается тем, что происходит оно не «по правде», а «по театру», и потому возникает не жизненная, а театральная оценка этого «оскорбления», что и требуется от тренинга — сменить систему оценок, используемую нами в повседневной жизни, на систему, применимую на сцене. Пощечина всегда связана с сильным эмоциональным, энергетическим всплеском, и совсем не обязательно давать эту пощечину изо всех сил. Проследите, чтобы удар не пришелся по верхней части щеки, где расположены мышцы и нервы, относящиеся к глазу и уху. Наносите хлопок не сильно, но резко по области, располагающейся между щекой и шеей. Не забывайте, что следующую пощечину получите вы.

е) Обнимите друг друга кратко, но как можно сильнее. Потом — как в первый раз. Как в

последний раз. Старайтесь при этом дать вашему партнеру как можно больше своего тепла, а потом взять от него. Один дает, другой берет, а потом наоборот. Обмениваясь таким образом с партнером энергией, вы ощутите его и себя как единое целое.

ж) Поприветствуйте друг друга шутливым хлопком по попе. Не стоит себя ограничивать в силе хлопка. Раздражение нервных окончаний этой части тела будет способствовать энергетическому разогреву. Убегайте от шлепков, но старайтесь шлепнуть других. Этот вид приветствия вносит элемент игры и шутки и может быть применен сразу же после пощечины.

з) Поцелуйтесь трижды с каждым участником тренинга. Как известно, поцелуй — это продуктивный процесс активного обмена и накопления энергии. Придумайте собственные приветствия и предложите их коллегам. Уверен, что вы вспомните или сочините десятки всевозможных приветствий-ритуалов, серьезных и шуточных. А через какое-то время вы начнете пользоваться ими не только во время тренинга, но и в спектакле и даже в повседневной жизни.

ВАРИАНТ. Итак, у вас набралось определенное количество вариантов приветствий. Сделайте их с одним и тем же партнером, чередуя так, чтобы образовалась цепочка из 8-10 приветствий: поцеловал, шлепнул, представился и т. д. Не торопитесь переходить от

одного приветствия к другому.
Важны мостики, переходы между ними. В паузах возникают зародыши игровых взаимоотношений между партнерами. Будем считать, что это приветствие — часть монолога.

В дальнейшем полезно положить на это упражнение текст монолога, над которым вы сейчас работаете.

Теперь приветствия-диалог.

Вы вольны при встрече с партнером сами выбрать, кто начнет первым и саму форму приветствия. Если вам придется отвечать на приветствие, то делайте это не адекватно полученному, к примеру: вам дали пощечину — ответьте поцелуем. Опять-таки, важны паузы, связки. Вы увидите, как начнут возникать импровизированные зарисовки, которые в дальнейшем, после создания определенной композиции легко превратятся в короткие сценки-диалоги. Проявится содержание. Положите на получившуюся сценку текст вашего диалога.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Упражнения могут быть разными: и простыми, и сложными - это неважно. Важно, чтобы они работали как ловушки. В упражнениях должна быть обманчивая простота. Простое упражнение, скорее открывает актера к работе, сложное — часто отпугивает. Не относитесь свысока к простым упражнениям — это приманки. Они должны задевать инстинкт, возмущать психику актера, а не только его интеллект. Я могу сказать, что в основном занимаюсь игровым тренингом. И собранные мною упражнения — это на 90% игра. А через игру можно на 100% вытянуть актера в стихию театра.

Спросите волшебника после произнесенных им „карам ба марам ба ту ту" или еще какой-нибудь абракадабры: не слишком ли простой и примитивный текст он использует в своих магических упражнениях?

Да, примитивный, — ответит он, — но мышь благодаря ему превращается в льва.

Готовя самый сложный спектакль, сцену, роль, не стесняйтесь начинать с простейшего упражнения. Маленькая искра — это начало большого огня. Просто это нужно уметь делать. Высший класс тренинга заключается в том, чтобы каждое простейшее упражнение развивать и доводить до порога сцены».

На протяжении всей книги мы будем говорить о тренинге, чтобы не забывать, чем мы занимаемся. Тренинг — это не просто набор упражнений. Я убежден, вы согласитесь со мной, что нет универсального знания или универсального тренинга в обучении актера и режиссера. Но,

к сожалению, часто один раз удачно найденный прием становится в театральной педагогике «методом», тренингом-догмой для нескольких поколений. И это катастрофично для всего Театра. Вот почему мне кажется, что каждому, кто занимается тренингом, важно спросить себя: как я понимаю это слово? Если понимать педагогический тренинг как законченный метод — тогда это вещь, которая фиксируется раз и навсегда

и повторяется постоянно в одном и том же виде. Это готовое, может быть,

даже пре красное, но мертвое существо. Таких мертвых тренингов существует много, и ими до сих пор пользуются. Если же понимать тренинг воспитания актеров и режиссеров как процесс живой, то он, как и

все живое, должен постоянно меняться, постоянно быть в движении — причем не в одном, а одновременно в нескольких. У каждого движения должно быть свое Направление, свое Время, свое Пространство. Такой тренинг строится так, чтобы все в нем жило одновременно, чтобы все следовало не в порядке строгой очередности — вот кончилось одно и начинается другое, — а так, чтобы все происходило одновременно. Так растет все живое, так растет человек, такая система построена по законам,

установленным самым лучшим учителем — как называли его древние греки, Космосом.

Поэтому я считаю, что урок-тренинг должен быть открытой системой, которая не только не замкнет студентов в рамках определенных художественных концепций, идейных направлений или симпатий отдельного учителя, но откроет им картину большого мира Театра без предвзятости, догматизма и иерархии.

Упражнение

Жизнь в хаосе

В организованном движении у людей срабатывает рефлекс щепки в водном потоке — главное не сопротивляться, тогда выживешь. Этот

принцип существования в стаде основывается на элементарных животных

рефлексах. Думать не нужно, внимание не обязательно, просто быть как все и подчиняться общему потоку — инстинкт самосохранения. Разве можно в марширующих шеренгах что-то создать? Но попробуйте разрушить этот порядок, дайте людям пожить в хаосе, и вы увидите, как сразу оживут человеческие лица. Беспорядок разбудит в человеке забытый инстинкт — инстинкт внутренней гармонии. Он напомнит ему о

понятии красоты, заставит иначе думать, фантазировать и создавать. Хаос

делает из человека Художника. Я начинаю тренинг с хаоса.

Увеличьте скорость вашего движения, но не касайтесь друг друга. Быстрее! На пределе!

Определяйте свой путь мгновенно.

Побегайте, поживите в таком режиме 5-7 минут. Все появится: и хорошая концентрация, и цепкое внимание.

Не меняя скорости, ограничьте территорию движения, а потом опять займите ее полностью. Вся студия.

Половина студии. Четверть. Совсем маленький ее угол, а потом только вдоль стен. Не стремитесь занять центр. В центре всегда толчея, свободы больше на окраине.

Мысленно разделив студию по диагонали, быстро займите одну часть, потом резко перейдите в другую. Сделайте так несколько раз. Обратите внимание на незанятую площадь, на углы, вмятины, неровности, ямки. Там скапливается энергия.

Не успеваете? Тогда еще быстрее!

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«О том, что Бог творит из ничего, есть ясное библейское указание: „В начале сотворил Бог небо и землю” (Быт 1 1). Слои бара (евр. 'сотворил') означает 'сотворил из ничего, мгновенно'. Библия ясно

говорит, что до сотворения Вселенная находилась в состоянии „бездны“ — т. е. не было ни времени, ни пространства. Все больше подтверждений истинности библейского повествования мы находим в результатах исследований современной физики. Начиная с 1980-х годов специалисты по квантовой физике разрабатывают теорию великого объединения — ТВО. Согласно этой теории, Вселенная сотворена, причем сотворена из ничего — явление, получившее название „квантовый вакуум“, который при воздействии сверхмощных энергий начинает генерировать вещество. Все это мы находим в книге выдающегося английского физика Пола Девиса „Суперсила“². В этой книге подтверждается еще одно библейское свидетельство — о мгновенном возникновении Вселенной: „По мнению некоторых теоретиков, наблюдаемая ныне инфраструктура Вселенной сформировалась в первые 10-32 секунды “».

2П.Девис. Суперсила. М., 1989. С. 14.

Упражнение

Дистанция

Установите между собой одну, общую

я всех дистанцию 1,5-2 метра, 0,5 метра, 3 метра. Начните хаотично бегать по студии. Внимательно следите за тем, чтобы расстояние между вами и партнерами не сокращалось и не увеличивалось.

Благодаря постоянной смене скорости и дистанции характер ваших передвижений и, самое главное, характер связей будет постоянно меняться, будет неровным и непрогнозируемым.

Тренинг — это установка дистанции. Это возможность для актера установить определенную дистанцию между собой и повседневностью, и тогда это правильное начало процесса. Актеру нужна дистанция, чтобы взглянуть на себя. Нужно как бы отделиться от себя, чтобы что-то понять

о себе. Это как умереть и увидеть себя, свою жизнь. Это значит не уйти от

себя, а идти к себе. Это как отделение себя от себя на какое-то расстояние.

Этим методом Бог с самого начала пользовался и отделял свет от тьмы, небо от земли, твердь от воды и так далее. Небу нужна высота, чтобы с нее познать Землю. И только с дистанции видна Земле красота Неба.

— А как в Театре?

- Точно так же. Одно отделено от другого. Пространство разделено: зал — сцена. Время разделено: пьеса — спектакль. И люди Разделены: артисты — зрители. С расстояния можно лучше понять, что было, что есть и что будет. Так легче познать мир и самих себя — с дистанции. Вот Душа отделяется от тела. Она уходит. И актер, когда занимается тренингом, уходит. Уходит, чтобы стать другим. Он тоже отделяется. Он идет к самому себе. Нельзя сказать, что он приходит к себе. Мне кажется,

это неправильно. Он именно идёт к себе. Тренинг — это как бесконечная,

удаляющаяся дорога. Ну, Земля же смотрит на Небо бесконечно.

Послушайте:

Ирис на берегу.

А вот другой — до чего похож! —

Отражение в воде.

Упражнение

Молекулярные частицы

Свободный, легкий бег по

студии. Заранее договоритесь о

том, что часть актеров вашей

группы — положительно, а

другая часть — отрицательно

заряженные частицы. Согласно

физическому закону, частицы с

противоположным зарядом

притягиваются друг к другу, а с

одинаковым — отталкиваются.

При передвижении вам

разрешено находиться рядом с

теми, у кого противоположный

заряд, и запрещено

приближаться менее чем на метр

к тем, у кого заряд идентичен

вашему. Есть еще группа

нейтральных частиц — они могут

встречаться со всеми. Затем по

сигналу педагога поменяйте знак

на противоположный.

ВАРИАНТ. Часть группы

уславливается о знаках.

Остальные сами решают, втайне

от других, какой взять себе знак.

В процессе упражнения, по тому,

кто отталкивается, кто

притягивается, а кому все равно,

нужно определить, кто есть кто.
Потом группы меняются ролями.
Разнообразьте эти
упражнения за счет новых
условий. К примеру, разбросайте
по полу теннисные мячи и
побегайте, не касаясь их, или
замените мячи на зажженные
свечи. Если выключить свет,
будет красиво: горящие свечи,
огромные тени, хаотично
бегающие в молчании люди.
Музыка. Театр. Сцена готова.
Простое упражнение,
попробуйте.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Яне люблю, когда день рождается по сигналу трубача. Хочется, чтобы был предрассветный час. Необязательный и нераспределенный. Заманивающий тебя в дневную жизнь. И упражнения должны как приманки, как ловушки затягивать артиста в тренинг, в работу. И пусть не актер делает упражнения, а упражнения делают актера. А сам он вначале пусть просто живет, играет в игру. Не должно быть для него этой станции — „НАЧАЛО“».

Начинать нужно с «ничего» — так, как Господь Бог создавал наш мир. Тоже просто и тоже, по-моему, в игру играючи.

Все опять развалится...

(Мы и разваливаем!)

Но и опять создастся...

(Мы и создаем!)

Это Он нам эту игру показал. Замечательную и всеми любимую. Если хотите, бесконечную. «Жизнь» называется. Превратились из «ничего» во «что-то», а потом это «что-то» разваливаем и опять превращаемся в «ничего».

Вот и получается, что без «ничего» ничего сделать нельзя. «Ничего» — исходный материал для всего. Поэтому я с него и начинаю. Мне нравится такое начало:

Весеннее утро.

Над каждым холмом безымянным

Прозрачная дымка.

ГЛАВА ВТОРАЯ

ЗА ГРАНИЦЕЙ

*Если тренинг — это переход границы, то актеры в чем-то напоминают мне сталкеров. Увлечаться таким сталкерством я стал ещё 30 назад. Тогда, еще в СССР, мне нравилось это заграничное слово — *treining*.*

Разработкой особого тренинга занимался сам Ежи Гротовский, и я помню,

как со своими друзьями ночью переписывал от руки его упражнения. В те времена заниматься с актерами тренингом в государственном театре считалось признаком современности, выводящим режиссера на качественно иной уровень театрального мышления. Каждый раз, когда я приезжал на постановку в новый театр и объявлял актерам, что моим репетициям будет предшествовать тренинг, это вызывало у молодых интерес, а у пожилых раздражение. Какое-то время мне удавалось вызывать их на час раньше перед репетицией, чтобы разогреть вялую энергию, растянуть заспанные тела и хоть как-то реанимировать творческое мышление. Проводить тренинг было непросто. С каждым днем желающих становилось все меньше и меньше. Я на них обижался. Они находили причины, извинялись. Чем ближе к премьере, тем больше их интересовали только репетиции и то, что могло прямо вести их к успеху. Им казалось, что упражнения тренинга не только не гарантируют

им этого, но отвлекают от главного. Именно тогда я усвоил для себя важное правило: актер, участвуя в тренинге, должен постоянно ощущать,

что каждое упражнение практически связано с его работой над ролью. Так

устроена психология актера. Актер — собственник, он хозяин своей роли.

И в этом ничего нет плохого. Это нужно учитывать. Но тогда я не думал

об этом. Словом, тогда все мои попытки проводить тренинг с актёрами в

театре потерпели фиаско.

Возобновил я занятия тренингом только через 15 лет в театре

А.Васильева «Школа драматического искусства». Тренингов было много, делали их актеры честно, но скорее по обязанности, чем по внутреннему стремлению. Мне кажется, русский актер до сих пор как-то не очень доверяет тренингу. Чужое это для него слово. Он не то чтобы против тренинга, а просто смотрит на него в лучшем случае как на школьную игру, забаву, а в худшем — как на чуждый ему театр. Не прививается он широко в России.

Так случилось, что первые свои уроки я, как режиссер-педагог театра «Школа драматического искусства», стал проводить с иностранными актерами. Именно их интерес к упражнениям помог мне вернуть уверенность в себе и заново полюбить тренинг. Так я начал создавать собственную методику тренинга. Вспоминал упражнения своих учителей,

сочинял свои, собирал информацию о театральных тренингах различных школ мира, пока все это не сложилось в некий фундамент. А когда есть

основа, упражнения сами придумываются сотнями. Это был первый период. Второй — систематизация и разработка тренинга по отдельным

темам. Вначале я увлекался импровизацией³. Третий этап — трансформация сцен, монологов и диалогов конкретного автора, пьесы в тренировочные упражнения. Я думаю, это самое сложное — связать тренинг с конкретной работой актера над ролью.

Тренинг помог мне встать на ноги, когда я оставил в России свой театр и оказался в Европе в чужом. Только благодаря солидному запасу упражнений мне удалось быстро и успешно адаптироваться в работе с западными актерами. Здесь тренингу, игре, физическому действию верят больше, чем слову, анализу внутренней жизни актера. Физический тренинг здесь развит неплохо, этим их не удивишь. А вот то, что я разрабатывал упражнения для тренинга внутренней актерской жизни в игровых театральных структурах, было им вновинку. Тренинг помог мне также преодолеть языковой барьер, который естественно возник в начале

работы в Европе. Переводчика у меня не было. Вести уроки, читать лекции, проводить анализы текста — не хватало знания языка. Это была

проблема. Решить ее быстро можно было только одним путем: давать актерам упражнения, которые объясняли бы им все, что я не мог выразить словами.

В первые годы я сочинил огромное количество упражнений на разные темы, придумал десятки тренировочных комплексов по подготовке репетируемых сцен и спектаклей. Так тренинг стал моим основным языком обучения и репетиций. Он выручал меня в любой ситуации, в любом театре, с любыми актерами — начинающими или известными профессионалами. Благодаря полученному опыту я сделал для себя важное открытие: упражнения сами по себе могут научить актера анализировать сцену и сыграть ее порой намного эффективнее и точнее, чем долгие беседы режиссера. Даже теперь, спустя 16 лет, когда я могу вести лекции на нескольких языках могу беседовать с актерами на любые темы, я не бросаю заниматься с ними тренингом. Я знаю: точно придуманное и хорошо сконструированное упражнение, может стать для

актера самым лучшим и бескомпромиссным педагогом.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Есть Жизнь, есть Театр. Есть Россия, есть Китай. Между ними линия границы. Тренинг учит, как переходить эту линию. Переходить из одного времени и пространства в другое время и пространство. Это важнейший и сложнейший момент перестройки не только рефлексов, но даже инстинктов человека, смены природы его чувств, эмоций, взглядов. Тренинг — это смена системы оценок, используемой нами в повседневной

жизни, на систему, применимую на сцене. Событие з д е с ь не обязательно является событием т а м .В Китае иная жизнь, и там нужно жить по-китайски.

Тренинг — это еще и дверь, ведущая актера из мира мертвых штампов в мир живых образов искусства. Тренинг — это знак стремления актера к перемене, к совершенствованию себя и жизни вокруг, а не к повтору и не к фиксации того, что уже есть. Важно то, что благодаря тренингу актер меняет свое имя: Человек - Художник, и тогда у него исчезают штампы человека. А это уже половина успеха в борьбе со штампами актера.

Непросто перейти границу, и не каждому это удастся».

Упражнение

«Left» означает «вперед»

Расположитесь на площадке так, чтобы иметь достаточно пространства для движений, и выполняйте следующие команды режиссера-педагога:
ВПЕРЕД — небольшой прыжок или шаг вперед;

НАЗАД — прыжок или шаг назад;

ВЛЕВО — прыжок или шаг влево;

ВПРАВО — прыжок или шаг вправо;

ХЛОПОК — ударить в ладоши;

УДАР ногой по полу — прыжок с поворотом на 180 градусов.

Как видите, язык исполнения соответствует языку команд, за исключением последней.

ВАРИАНТ 1 .Теперь добавьте команды на иностранном языке и чередуйте их с командами на вашем родном языке.

Используйте несколько языков, чтобы команды звучали примерно так: left, sinistra, nach rechts, влево, back, avanti, и т.д.

ВАРИАНТ 2. Вернитесь к своему родному языку. Но пусть язык исполнения будет противоположен языку команд. **ВПЕРЕД** будет означать 'назад',

ВЛЕВО — ‘вправо’ и т.д. При хлопке — прыжок с поворотом на 180 градусов, а при ударе ногой — хлопок.

После успешного выполнения повторите этот вариант, опять используя иностранные языки.

ВАРИАНТ 3. Создайте новые значения в языке, новые связи между командой и ее исполнением. Пусть, к примеру, командам:

— **ВЛЕВО** будет соответствовать шаг вперед,

— **ВПРАВО** — назад,

— **ВПЕРЕД** — влево,

— **НАЗАД** — вправо, и т. д.

Освоив этот вариант, повторите его заново, используя команды на иностранных языках.

ВАРИАНТ 4. Один из актеров выходит из студии, а остальные договариваются о том, что означает та ли иная команда.

Когда он возвращается, вся группа проводит упражнение, согласно установленным правилам, а он должен их разгадать.

Посмотрите свои роль, сцену, текст монолога и подумайте, соответствует ли текст тем действиям и чувствам, которые вы играете, т. е. «тексту игры».

Не иллюстрируют ли они друг друга? Не забывают ли они друг друга? Не забывайте, что есть язык слов и есть язык вашей игры. Это разные «территории», и отражаются они друг в друге не всегда прямо.

Ни в чем не ограничивая свою фантазию, придумайте особые правила языка вашей роли.

Пусть они будут понятны только вам и больше никому.

ВАРИАНТ 5. Один актер задумывает определенные словосочетания, фразы или слова из своего монолога, при которых он совершает какое-то действие. Например, выпивает глоток воды или переставляет стул с места на место. Остальные актеры должны определить, по какому правилу он это делает.

ВАРИАНТ 6. Актер, читающий монолог, не знает правил, не знает тех слов, фраз, по которым другой актер совершает действия, направленные против него (например даёт ему подзатыльник). Как только правило открыто, ему нужно поменять слово на похожее, скорректировать фразу так, чтобы не получать больше подзатыльников.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Гостиница в Барселоне. Лето. За стеной спит немецкая пара. В ящике ночного столика лежит Библия. Я посмотрел, как заканчивается библейская притча о Вавилоне: „И сказал Господь: вот, один народ, и один у всех язык; и вот что начали они делать, и не отстанут они от того, что задумали делать. Сойдем же и смешаем там язык их, так чтобы один не понимал речи другого. И рассеял их Господь оттуда по всей земле...” (Быт 11 6-8).

С тех пор нет единого универсального языка ни в Жизни, ни в Театре. И я думаю — это хорошо. Чем больше языков, тем лучше. Мне не кажется верным объяснение первопричины языковой разобщенности людей враждебным вмешательством Бога в строительство Вавилона. По-моему, это благо! Бог специально сделал так, чтобы было множество языков. Ведь именно благодаря этому мы избавлены от единообразия жизни. Благодаря этому возникли разные народы и разные культуры. Вот потому в Москве построили Кремль, а в Риме — Ватикан».

Упражнение

Укрытие языка

Это упражнение с целью безопасности нужно проводить с 1-2 ассистентами. Через какое-то время надобность в них

*отпадет, вы привыкнете к
выбранной вами площадке,
начнете смело по ней ходить,
бегать и чувствовать себя
абсолютно уверенно. Но для
этого нужно найти язык общения
и установить диалог с
пространством.*

*Установите приемлемую для
вас скорость и характер
движения по площадке.*

*Общеизвестно, что основной
язык нашего общения с миром —
визуальный. Откажемся от него.*

*По сигналу режиссера-педагога
закройте глаза, по следующему
его сигналу откройте. При этом
не прекращайте движение, не
меняйте его темп. То, что ваши
глаза закрыты, не должно
серьезно отражаться на
характере ваших передвижений.*

*Не нащупывайте дорогу перед
собой ногами и руками. Когда
глаза открыты, спрогнозируйте
свой путь. Когда закрыты,
постарайтесь внутренним зре-
нием увидеть предстоящий
отрезок пути.*

*Постепенно увеличивайте
скорость-движения и периоды
«слепоты». Постарайтесь
сделать длительный прогноз
вашего движения и точнее
определяйте дорогу. Меняйте
характер движения. Через какое-
то время у вас обострятся
чувства слуха и запаха. Начнут
просыпаться*

*маловостребованные языки
общения с окружающим вас
миром. Если хороший результат
не дался вам сразу и вам по-
прежнему страшно ходить с
закрытыми глазами, не*

останавливайтесь, все равно идите. Страх сам уйдет.

ВАРИАНТ. *Договоритесь заранее с кем-то из партнеров и постарайтесь в течение этого упражнения найти друг друга.*

Это упражнение очень полезно проводить в работе над диалогом. Ведя диалог с закрытыми глазами, не видя ни студии, ни партнёра, актеры начинают слышать и воспринимать слова текста иначе. Теперь слова становятся самой важной опорой актера в его игре и в его присутствии. Он говорит, значит, он существует. А пауза с закрытыми глазами — это более насыщенная пауза. В темноте у актёра не только обостряются чувства, но и качество их становится иным, чем при свете. Минут через 15 вместо страха и неуверенности придет свобода, постепенно начнут возникать зримые образы сцены. Актеры говорят, что после такого эксперимента не хочется открывать глаза и видеть реальность, такую, как она есть.

БЕСЕДА С ИТАЛЬЯНСКИМИ АКТЕРАМИ.

МОДЕНА. TEATR S.GEMINIANO

«— Коротко могу сказать вам так, дорогие мои, что тренинг нужен еще и для того, чтобы побороть ваши страхи.

— О каких страхах идет речь?

— Вот вы уже напряглись, значит, испугались. Я говорю не о человеческих страхах, я так называю все ваши актерские зажимы. И психические, и физические.

— Как они появляются у актера? Они приходят из повседневной жизни?

— Нет, это другой вопрос. Я говорю о том, что когда ваши повседневные рефлексy не срабатывают на сцене, у вас как результат этого появляется актерский зажим. На сцене вы оказываетесь за границей. Здесь не функционирует то, в чем вы были так уверены на территории жизни. От этого появляется страх. Если в тренинге сможете изменить ваши рефлексy, тогда никаких зажимов не будет. Я прочитал в одной книге, что земноводные перед выходом из воды на землю или наоборот, всегда держат небольшую паузу „перехода" из одной среды в другую. Рыба становится ящерицей. Меняется имя, рефлексy, все. Так должно происходить и с актерами в тренинге. Надо разрывать паутину рефлексов.

- Как она образуется вокруг нас?

- Очень просто. Всякая нация, всякая страна, эпоха, профессия располагают определенным количеством поз, жестов, знаков, которые им присущи и из круга которых они не выходят. Это особый стиль в поведении, абрис тела, краски эмоций, форма движения и покоя этого времени, этого народа, класса или профессии. Это особый язык. Каждый

из нас, в соответствии со своей индивидуальностью, берет из этого круга какое-то количество знаков, которые и составляют в сумме определенный язык нашей индивидуальности. Последите за своими близкими или коллегами, и вы убедитесь также, как определенен и в то же время как ограничен их языковой запас.

Язык неразрывно связан с определенными формами мышления и чувств. Они порой настолько связаны, что актер, выйдя на сцену, не может изменить ни форму своих мыслей, ни форму своих чувств, не изменив своего языка. Все эти его приобретенные интеллектуальные, эмоциональные и физические позы из жизни связаны друг с другом, взаимодействуют между собой и являются той паутиной, о которой вы спрашиваете. От нее идут всевозможные клише в игре, иллюстрация одной позы другой и тому подобные актерские болезни. Отсутствие повседневного тренинга — вот что способствует накоплению всевозможных актерских клише».

Упражнение

Поза мысли

Расположитесь группой по всей площадке так, чтобы иметь свободное пространство для движений. Выберите единую, общую для всех позицию тела; назовем ее базовой.

Предположим, такую: сидя на корточках, голову и руки опустить вниз и расслабиться.

Как только режиссер-педагог дает сигнал, каждый из вас должен принять какую-либо новую позу. Не задумываясь.

Мгновенно, как импульс. Ни в коем случае не планируйте ее заранее.

Следующий сигнал — возвращайтесь в базовую позицию. Новый сигнал — новая мизансцена тела. Повторять позы нельзя. Следующий сигнал — опять базовая позиция. Так и чередуйте новые позы с базовой. Темп сигналов выбирает педагог.

ВАРИАНТ 1. По тем же правилам создавайте позы в выбранном педагогом стиле,

соответственно определенной эпохе или национальной культуре. Например: арт нуво, Древняя Греция, культура Индии, фигуры на картинах Боттичелли и т.д. Мгновенно бросайте свое тело в поиск ответа на задания. Неважно, бывали вы в Индии или нет. Может быть, даже лучше, что не бывали. Не бойтесь! Знания внутри вас. Это упражнение особенно полезно актерам, работающим над ролью, в которой важно отражение стиля эпохи, национальных особенностей.

ВАРИАНТ 2. *В первой части этого упражнения каждый сам выбирает для себя стартовую мизансцену. Меняя по сигналу педагога положение тела, чередуйте новую мизансцену с предыдущей. То есть, двигаясь вперед, удерживайте связь со станцией, откуда вы начали путь. Выполнив это задание, переходите к следующей его части: задумайте финальную мизансцену. Теперь постоянно чередуйте новую позу с финальной. Сочиняя новые мизансцены, соотносите их с тем, куда вы идете и каким должен быть финал цепочки. Соедините обе части задания в одно: сочиняя мизансцены, вы двигаетесь вперед, удерживая одновременно образ начальной и финальной позы. Вы знаете две точки пути, его направление, но промежуточные звенья вам неизвестны. Каждый ваш новый шаг соотносите с тем, откуда и куда вы идете, начало роли и ее конец, первую мысль и*

последнюю, первое чувство и последнее и т.д. Важно сочетание знания и незнания. Для выполнения этого упражнения потребуется шкала сигналов. Например, свисток — сочинение новой мизансцены, один хлопок — возвращение к начальной мизансцене, два хлопка — поза финала.

Подобные упражнения помогут актеру выйти из круга автоматизма за счет разрыва рефлекторной связи одной позы с последующей. Каждая поза — это новая мысль, новое открытие своего языка.

ВАРИАНТ 3. *Полезно делать это упражнение, применив его к работе над ролью, сценой, монологом. Разделите исследуемый вами монолог на композиционные части и по уже известным правилам дайте возможность вашему телу поискать, как лучше и точнее выразить содержание каждой отдельной части.*

Начните работу с первой частью. Возможно, понадобится 10-15 различных проб. Отберите из них лучшую мизансцену, отражающую, по вашему мнению, суть содержания первого композиционного куска. Запомните ее и затем переходите к работе со второй частью композиции. И так далее. Таким образом вы пройдете весь монолог. Затем, отобрав лучшие и точные мизансцены из каждой части, соедините их вместе в одно движение, состоящее из нескольких (6-8) перетекающих одна в другую поз. Возможно, по-

*требуется некоторая
корректировка для связок
перехода одной позиции в
другую. Так у вас получится
пластический эквивалент
композиции монолога. Можно
сказать, определенный
метафизический танец.
Если захотите далее
развивать это упражнение,
соедините его с музыкой. Музыка
даст воздух для чувственного
движения, окрасит его
содержание, уточнит ритм и
темп. Когда, освоив это
упражнение, вы заметите, что
оно превратилось из простого
упражнения в самоценный
художественный эскиз,
соедините его с текстом вашего
монолога. Вы откроете иную
реальность существования
монолога.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Тренинг — это шаг актера в мир метафизики. Театр сам по себе
метафизичен. Метафизична его главная фигура — актер и то, чем он
занимается на сцене. Во взаимоотношениях актёра и текста, персоны,
роли, персонажа, действия самого по себе и действующего актера уже
заложена метафизика. Поэтому ряд упражнений тренинга должен
настраивать актера на вход в такой метафизичный мир. Развитие
урока я стараюсь привести к моменту, к мгновению, когда актер теряет
границу между тем, что в театре реально, познаваемо и что
метафизично, что возникает по таинственным и неизвестным ему
законам. Польза от таких „метафизических упражнений" заключена в
том, что они открывают актеру новое пространство игры,
недоступное его традиционным знаниям. „Метафизические
упражнения" суть расширение границ актерской техники и ее
возможностей».*

Упражнение

Метафизика звука и движения

*Не надо бояться предлагать актерам исполнить, сыграть то, что они
никогда не делали. Если по глазам актера я вижу, что актер знает, как
выполнить мое задание, я понимаю, что оно слишком примитивно и
никуда не годится. Услышав предложение режиссера, актер должен
зажечься им, но не знать, как его выразить, как сыграть. Тогда у него*

глаза художника, а не исполнителя.

Вспомните предыдущее
упражнение. Тогда была поза
тела. Теперь движение,
действенный жест. Откажемся от
нейтральной позиции, просто
будем менять задания одно за
другим, вне логики, вне какой-
либо связи. Движение не
обдумывается и выполняется
мгновенно. Оно должно иметь
начало и конец и жить 2-5 секунд.
Задание должно подвигнуть
актёра к тому, чтобы выразить
то, что он никогда раньше не
делал и даже не думал об этом.

«Метафизика звука и движения» — название условное и не претендует
на научное обоснование. На первый взгляд, выражение „метафизический
тренинг» является во всех отношениях противоречивым, ибо как же
можно тренировать то, о чем судить не дано. Нонсенс. Но это мнимое
противоречие. Ни одна наука не может ничего утверждать о
существовании или несуществовании трансцендентных явлений. Но она
может изучать или создавать условия, в которых проявляется вера в
такие

явления, и именно об этих условиях, которые может и должен создавать
тренинг, я и говорю.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Как нужно готовить урок, как отбирать для него упражнения?
Весь тренировочно-учебный процесс должен быть построен по принципу
роста всего живого, когда все происходит одновременно. Урок не
должен развиваться линейно. Урок, построенный последовательно, —
это слишком примитивно и нерезультативно. Композицию урока можно
строить как роман — всё существует вместе. Чтобы бурлило. Пусть
развивается как воронка, спираль — от центра. Так и текст можно
учить от центра. Определить зерно и двигаться от центра к периферии.
Начинать с одного простого упражнения, которое явится основой, и
развивать его как можно дольше, и шире, и глубже. Упражнение должно
жить и расти, превращаясь в сцену. До времен и может быть
непонятно, в какую, — упражнение само начинает искать содержание.
Потом это содержание развивается, становится плотнее, яснее,
приобретают отчетливость границы сцены ее композиция, структура.
В уже текущей перед тобой жизни нужно видеть картину, образ,
суть сцены. Брать то, что уже есть, что рождается на наших глазах и
идет само по себе, самостоятельно. Вот тут нужен режиссер-
художник, могущий увидеть то, что не видно другим. Разглядеть в

жизни упражнения зародыши новой сцены — это класс! Тут потребуется анализ и направленное „воспитание" того, что родилось. Сравнение и приобщение к тому, что было задумано или необходимо по роли или сцене. Тут потребуется особая тактичность, деликатность. Вот возникла необходимость в музыке, или в тишине, или в слове, —режиссер это чувствует и осторожно руководит этим удивительно увлекательным процессом — развития клетки в живое существо сцены. Существуют так называемые стволовые клетки — это исходный материал, из которого строятся все органы человека, весь его организм. Сперва возникает одна-единственная клетка, которая затем множится в необходимых количествах. Этот материал можно, пожалуй, сравнить с кирпичами, используемыми при строительстве дома. Из них можно строить все что угодно: загородный дом, дорожку в парке, стену между государствами; из стволовых клеток — печень, сердце, сосуды. Точно таким же образом можно создавать зародыши жизни сцены, ее микроэлементы — энергетические кирпичики. Упражнение, предлагаемое педагогом-режиссером, является импульсом, а тренинг — средой, где создаются эти клетки, из которых строится необходимая сцена. Отмечу, что во многом она строится сама собой, в какой-то мере — актером и, конечно же, при участии режиссера.

Строительство сцены без предварительного анализа, это самое живое и незапрограммированное строительство, коренным образом отличается от так называемого планового строительства, которое всегда начинается с утвержденного проекта. Музыка рождается из блуждающих звуков, живопись — из разлившихся красок, сцена ткется из нитей энергий, выраженных в чем угодно - в движениях, в мыслях, в звуках, в чувствах, в словах и т. д.

Скульптор смотрит на глыбу мрамора.

Поэт слушает волны моря.

Режиссер наблюдает, как в упражнении зарождается жизнь.

За одним словом может стоять целая философия эпохи, за упражнением — идея театра».

Начнем с череды простых заданий. Например, движение, открывающее содержание слов: вера, ревность, одиночество.

Затем чуть посложнее — добродетель, справедливость, миссия. Постепенно задания должны усложняться: взрыв Вселенной, ветер странствий, тоска по будущему, конец спектакля, голос пустыни.

Помните, в «Чайке» Тrepлев говорит: «У меня в мозгу точно

звездь» или Тригорин: «Я чувствую, что съедаю собственную жизнь», — чем не задания? Ищется движение, открывающее метафизическое содержание (ср. у Михаила Чехова «психологический жест»). Если роль или монолог толковать и разбирать как дорогу, ведущую к открытию метафизического содержания, то выстраивается композиция движений, поз, жестов, ведущая к этому открытию. Собрав их все вместе и выстроив в цепочку, можно сыграть роль в одном движении, за 2-3 секунды.

Развивая упражнение, можно добавить к жесту фразу из роли. Можно использовать слова или фразы в момент перехода из одной части композиции в другую. Но это все потом, — сейчас важно открывать другой язык, которым вы сможете пользоваться в роли. «Не все можно сыграть ртом» — такое шутовское выражение бытовало в среде русских актеров. Я им и сейчас пользуюсь.

ВАРИАНТ. Это упражнение делается по той же, изложенной выше схеме, но вместо физического выражения ищется звуковой эквивалент. Звуком вы вскрываете содержание заданий, предложенных вам педагогом. Соедините все звуки вместе в композицию — вот вам метафизическое звучание роли.

Упражнение

Отхлопать роль

Когда работа над ролью находится в завершающей стадии, я предлагаю актерам сменить язык роли, поискать новую форму выражения. Так, в Швеции, в государственном театре, один

замечательный актер «пробежал» по моему заданию роль Гамлета около двадцати минут. Разные скорости, остановки и всевозможный характер движения — вот был основной язык его роли. И это было сделано так талантливо, что вызвало аплодисменты всех его коллег участвующих в тренинге. Я спросил у него: «Ты открыл что-то новое в роли, когда делал это упражнение?» Он ответил: «Мне кажется, новым явилось все». В дальнейшем, уже во время спектакля я видел, сколько нюансов появилось в его актерском языке благодаря этому упражнению.

Актер садится на пол или на стул (как ему удобно), так чтобы руки у него были абсолютно свободны. На полу или на деревянном стуле нужно отбить, отхлопать свой монолог, сцену или всю роль. Это не только ритм. Композиция, содержание, чувства, мысли — все должно быть сыграно на языке ударов рук, скрежета ногтей, потирания ладонями и т. д.

Можно со временем добавить отдельные слова, а потом и целые фразы из текста роли. Можно и музыку. Помните, что когда в упражнениях достигаешь высоких результатов, совершенства, то эти упражнения приобретают категорию художественности.

Это же упражнение сделайте с двумя актерами, в различных вариантах:

- а) оба ведут диалог, по очереди отбивая свою роль;
- б) один произносит текст, а второй общается с ним языком бита;
- в) меняются во время диалога языком общения.

Намного сложнее, но вполне реально сделать это упражнение для сцены, в которой участвуют не один и не два, а несколько персонажей.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Я уехал из Москвы жить и работать в Европу в 1992 году. Через границу ничего нельзя было провезти. Таможенники отбирали, все, что хотели. Никаких правил не было. Я пытался хоть у кого-то узнать, что необходимо в первую очередь брать с собой. Наконец нашел одного „знатока“. Он мне сказал: „Ничего с собой брать не надо. Там все есть. Учи язык — это главное!“».

Басе — ученикам:

Не слишком мне подражайте!

Взгляните, что толку в сходстве таком? —

Две половинки дыни.

Упражнение

Замри

Быстро бегите по кругу. По

сигналу «стоп!» остановитесь.

Нельзя менять позу, в которой вас застала команда, даже если вы от неожиданности упали. В какой бы эксцентричной позе вы ни замерли, замрите мгновенно.

Бежать надо как можно

быстрее и разнообразнее —

спиной вперед, правым, левым

боком, вприпрыжку, — чтобы не

было возможности заранее

подготовить позу. Это лишило

бы упражнение смысла. Если

будете все выполнять

правильно, ваше тело сможет

какое-то время просуществовать

в непривычной для него позе и

узнает неизвестную ему жизнь.

Замерев в этой необычной

позе на секунду, со второй

секунды начните читать

стихотворение, петь песню или

репетировать свою сцену из

спектакля. Как они соотносятся

друг с другом?

Упражнение

Трансформация предметов

Тренинг дает возможность открыть актеру новую реальность -

игровую. Это иная реальность, совсем не бытовая. Есть игра, которая

ведется между двумя игроками: реальностью и ирреальностью. Игра

может происходить на территории актера или вне ее, но под его

руководством. Тренинг помогает актеру вступить в игру с ирреальностью.

Старое упражнение, но мне оно очень нравится. Сядьте в круг. Возьмите какой-либо простой предмет: кусок веревки, деревянную палочку, стеклянный шарик и т. п. Актеры, обыгрывая этот предмет, должны своими действиями придать ему другое назначение. Деревянная палочка может превратиться в смычок, подозрную трубу, расческу или острый скальпель в руках хирурга. Так, передавая друг другу один и тот же предмет, нужно давать ему различные жизни.

ВАРИАНТ. Выполните аналогичное задание на бегу, бросая друг другу мяч и называя его каждый раз новым «именем»: утюг, воздушный шар или цветок и т. д. Актёр, которому был послан пас, должен ловить мяч в соответствии с данным ему «именем», тут же придумывать другое и предавать мяч дальше, не забывая назвать его новое имя.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Один из знаков современной жизни — это постоянная смена языка. Нью-Йорк, Лондон, Берлин — это пестрое лингвистическое поле. Точно так и в театре. Слово „любовь" — это не одно и то же для Шиллера и для Достоевского, для Тузенбаха и Вершинина. Чтобы быть готовым к роли, нужно уметь легко менять человеческие понятия, переходить с одного языка на другой. Манипулировать ими. Только на одном языке выразить сложную мысль не всегда легко. Крупная роль обязательно требует множества понятий одного и того же предмета, она требует разнообразия систем общения и богатства средств выражения. Иначе невозможно овладеть объемом роли».

Упражнение

Change direction

Встаньте в круг на одинаковом

расстоянии друг от друга, лицом по ходу часовой стрелки.

Установите какой-то язык, т. е. систему знаков. Предположим:

а) один хлопок — ходьба

вперед по кругу;

б) два хлопка — стоп;

в) один свисток — ходьба

спиной вперед;

г) два свистка — изменить направление движения.

По этим сигналам педагога меняйте направление или характер вашего движения по кругу. Следите за дистанцией между вами и за формой круга.

Выполнив это задание, измените язык — договоритесь о других смыслах тех же самых знаков. Пусть, к примеру, в новом варианте один хлопок будет означать изменить направление, а один свисток — стоп.

Когда сделаете, добавьте новые сигналы. Например, три хлопка — руки вытянуть вперед, три свистка — прыжки на одной ноге и т.д. Или комбинируйте различные задания в одном сигнале: два хлопка = стоп + поднять руки вверх, один свисток = движение спиной вперед + руки на коленях и т. д.

ВАРИАНТ. Выполните эти упражнения с 4-5-ю различными по тону свистками. Можно также использовать различные музыкальные инструменты.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Язык только тогда будет ясным и понятным, когда он будет жить в своей среде. Шар летает в воздухе, лодка плавает в воде. А как же иначе. Но постоянно используя один и тот же язык, мы перестаем его чувствовать и слышать, он становится для нас бесцветным, стирается. Из него уходит жизнь. В тренинге нужно ежедневно чистить язык,

возвращать первоначальный смысл слов, их связи и значения. Ну и, конечно же, искать новый язык. И тогда вы увидите то, что еще никто не видел. И тогда вы узнаете то, что до времени скрыто. Язык расскажет так, что все подумает, он — открыл!»

Упражнение

Летающий хлопок

*Встаньте в широкий круг
лицом к центру так, чтобы
хорошо видеть друг друга.*

*Правила просты: вы посылаете
хлопок одному из ваших коллег,
стоящих в круге. Это хлопок №1.
Он отправляет хлопок (присвоив
ему №2) другому партнеру. Тот
направляет следующему, хлопок
№3.*

*Теперь внимание! Хлопок №4
артист не отправляет сразу, а
прежде фиксирует его у себя, как
бы ловит его. Этим он за-
канчивает первый цикл передач.
И тут же посылает новый хлопок.
В схеме это выглядит так: №1 —
№2—№3—№4, №1—№2—№3—
№4. №1—№2—№3—№4. №1—и т.
д.*

*Проведите это упражнение в
спокойном темпе. Затем
постепенно увеличивайте
скорость.*

*Освоив главный принцип
передачи хлопков, установите
правило: тот, кто ошибся в
передаче, из круга и из игры
выходит.*

ВАРИАНТ 1. Выполните это
упражнение, передвигаясь по
студии. Сначала медленно, а
потом попробуйте бегом. Можно
посылать друг другу хлопок не
только «в лицо», но и
неожиданно, «в спину». Это
потребует большего внимания,
крепкой «сцепки» с партнерами.
ВАРИАНТ 2. Опять постройтесь

в широкий круг. Теперь тот, кто ошибается, из игры выбывает, но из круга не выходит. Он становится «черной дырой» — ловушкой для остальных. Ему нельзя посылать хлопок, а кто сделает это, тот сам станет такой же ловушкой. Напоминать друг другу, кто участвует в игре, а кто уже выбыл, нельзя.

Усложните упражнение, прибавив условия предыдущего варианта, т. е. выполните его, передвигаясь по студии.

ВАРИАНТ 3. Оставьте без изменения основную схему этого упражнения: 1-2-3.4, 1-2-3-4, 1-2-3-4, 1, но поменяйте язык: вместо хлопка посылайте звук «О».

Первый актер посылает партнеру звук «О»/затем вступают в дело второй, третий. Четвертый актер момент фиксации обозначает звуком «А». Ему следует произнести два звука — «АО»: «А» — фиксирующий, «О» — начинающий новый цикл передач.

Схема такова: О—О—О—АО—О—О—АО—О—О—АО и т. д.

ВАРИАНТ 4. Используя старый принцип передачи, придумаем новый язык — удар левой ногой по полу в сторону партнера.

Схема такова: участник №1 — удар левой ногой, участник №2 — левой ногой, участник №3 — левой, участник №4 сперва ударяет правой ногой по полу, фиксируя конец цикла, затем ударом левой ноги запускает новый цикл. Итак, получается: левая-левая-левая-правая/левая-левая-левая-правая/левая и т.д.

ВАРИАНТ 5. Не меняя схемы,

*вы имеете право пользоваться
любым из уже известных вам
языков и менять их по своему
Усмотрению.*

*Например: «0»—«О»—«О»—«ХЛ
ОПОК», «О»—«ХЛОПОК»—«УДАР
НОГОЙ»—«АО» т.д.*

*Подобных «языков» можно
придумать сколько угодно:
воздушный поцелуй, щелчки,
подмигивания и т.д. Хотя зачем
придумывать? Открывать их
надо. Изучать. Только на планете
Земля существуют сотни языков,
наречий, диалектов. А есть еще
язык животных, растений, птиц. У
японцев замечательный язык.*

*Что-то вроде иииииииххейю
ииииииааааааааааииииииииии
ииииииааааааааааааааииинниииа
аааааааааауииииуууиииииииии и
иииипчхиииуууиии.*

*Уж осени конец,
Но верит в будущие дни
Зеленый мандарин.*

ГЛАВА ТРЕТЬЯ РАСТЯЖКА

*Принципом растяжки актеры пользуются достаточно часто, порой
даже не задумываясь, вроде того, как, потягиваясь каждое утро, мы не
предполагаем, что делаем серьезное упражнение. Растяжка — это
основное упражнение всех животных. Энергия спит в мышцах
невостребованная, и ее нужно разбудить, чтобы она начала играть.
Наверное, тема этой главы не является «моей территорией». Есть
специальные кафедры сценического движения и высококачественные
специалисты, которые занимаются этим серьезно и ответственно. Но я
хочу сказать не только о физической растяжке. Растяжка для меня —
это
особый взгляд на роль и пьесу и определенный принцип работы. Если,
например, текст роли плотен, его слова зажаты, как пассажиры
Московского метрополитена в часы пик, то его нужно растянуть.
Прежде
всего это делается за счет его анализа. Должен быть воздух, дистанция,
нужно отражение, иначе не будет игры. Да и чувству нужно место, куда
прийти.
Я помню, давно в Москве мне приснился сон. Банальный образ: я*

держу в руках книгу и понимаю, что эта книга — моя жизнь. Не помню, толстая она была или тонкая. Ее, видно, кто-то читал и на время оставил,

и я держу книгу на открытой странице. Начинаю считать, сколько страниц

осталось до конца: 1, 2, 3, 4, 5, 6 — дело не в том, что мало, — 7, 8, 9, 10 — и не в том, что они уже написаны — 11, 12, 13 — и известны — 14, 15. Вот и последняя — шестнадцатая. Меня даже не удивило, что кто-то уже

написал ее за меня — мою книгу. Меня поразило другое. Текст был написан как древний — «сплошным письмом» (*scripta continua*), без разделения на слова и без знаков препинания:

вмосквесвасильевымрепетируемплатонадоновогогодазатемвстречаемне
мцевияулетаювстокгольмнапроектпочеховувьяснитькогданачнетсаяри
м

еотбораактеровнапиранделлопозвоитьвберлиниресынуодессумаменьюйорк
максимубарселонаведекиндимпровизациянаапрелькнигавиза...

Вот так все страницы. Без передыха. В этом был кошмар сна. С тех пор я

решил растягивать слова, сцены и свою жизнь. Наверное, это особое искусство. Не стремиться к рекорду долголетия, а именно растягивать

—
как материал. Это разные вещи. Вот Япония - страна с невероятной интенсивностью и уплотненностью повседневного бытия. Но японцы умеют брать реванш у такой жизни в своих неторопливых беседах, молчаливых созерцаниях, чайных церемониях.

Восход солнца.

Луг с зеленой травой.

В форме иероглифа, означающего «любовь», вырыта неглубокая канавка. В ней течет вода. По углам этого иероглифа, занимающего почти весь луг, сидят девушки, одетые в светлые кимоно.

Они поют длинную грустную песню.

Затем другую.

Потом еще одну.

Вот кто-то из них поднимает перед собой белую чашечку саке, кланяется и отпивает глоток. Опять кланяется и опускает чашку в текущую воду.

Она плывет, медленно покачиваясь. Девушка провожает ее взглядом и сочиняет пятистишие о любви — танку.

Теперь ее подруга берет приплывшую к ней чашку, бережно подносит к губам и, повторив весь ритуал, отпускает в новое плавание.

И

вновь звучит поэтическая импровизация.

Эта церемония длится до захода солнца.

Темнеет.

Девушки оставляют в чашке горящий фитилек и, спев прощальную песню, уходят в хижину дожидаться солнца нового дня.

Как это воплотить в тренинге? Актеры, приходящие на урок, переполнены повседневными проблемами. Растянуть их тела - это одно дело, а как быть с их мышлением, чувствами, восприятием жизни? Актеры уплотнены, сжаты временем, они его рабы. Так репетировать нельзя, не получится. Растянуть время. Делать это необходимо, и нужно

искать особые упражнения. Их у меня немного. Я использую в своем тренинге упражнения моих коллег, педагогов по сценическому движению, приспособливая их методику в работе актера над текстом. Я думаю, это не

важно, из какой области взяты упражнения, важно, как они используются

в тренинге. Я, к примеру, с успехом использую принципы школы икебаны или сада камней. В Швеции используют какие-то мои упражнения, обучая

менеджеров самых известных компаний. Я только рад.

Вот несколько упражнений, которые, еще раз хочу повторить, надо воспринимать как упражнения базовые. Они открывают тему, о которой

актер должен думать, работая над сценой и ролью. Это не только физические упражнения.

Упражнение

Растяжка Леонардо

Цель роли для артиста всегда должна быть чуть-чуть нереальна, за ее пределами. Тогда он иначе «выставляется» на роль, иначе играет.

Непродуктивно считать финалом спектакля момент, когда закрывается занавес. Конец роли не наступает с последней репликой и уходом за кулисы, жизнь не обрывается с последним вздохом. Исходя из этой посылки, выполните следующее задание.

Встаньте прямо. На полу перед собой выберите условную точку на предельном расстоянии, позволяющем достать ее носком ноги, не сходя с места.

Теперь отдалите ее еще на 5-10 см, чтобы она казалась вам недоступной, но возможной целью. Осуществимой мечтой. Объясню так: «предел» + «чуть-чуть» = «цель».

Итак, вы выбрали точку и отдалили ее «за предел». Теперь попытайтесь, не сходя с места,

дотянуться до нее носком левой ноги. Если сделали легко, то еще отдадите точку и опять постарайтесь достать ее, но уже носком правой ноги. Освоив физическую часть упражнения, соедините его с текстом вашего монолога. Распределите текст на всю дистанцию растяжки и определите цель — слово за пределами текста.

Выполнив это несколько раз, вы почувствуете, как, едва ли не в буквальном смысле слова, растянулся ваш монолог. Это упражнение также имеет смысл делать вместе с вашим партнером, когда вы работаете над парной сценой.

Упражнение

Юлий Цезарь

Растяжкой я также называю момент, когда актер одновременно направляет текст, физическое действие, эмоции и чувства по противоположным векторам. Каждый вектор определен своим содержанием. Игра идет как бы «на разрыв». Эта растяжка открывает и расширяет пространство игры, она дает актеру возможность отразиться в контексте роли, в действии, в чувстве.

Двум актерам, стоящим друг против друга и ведущим импровизированный диалог на заданную тему, дается его форма — определенная композиция, состоящая из 3-4-х частей. Кроме того, им предлагается параллельно диалогу вести особый ритм, который они воспроизводят в совместных хлопках.

За спиной каждого из участников находится ассистент и показывает напротив стоящему актеру цифры и арифметические действия, которые нужно с ними

произвести. Он может это делать с помощью пальцев рук либо специально подготовленных карточек. В конце упражнения актеры, ведущие диалог, должны дать правильный ответ.

Актер «держит» ритм, ведет и развивает заданную тему, создает текст диалога в заданной композиции и производит в уме математические подсчеты. Это растяжка.

Арифметические действия можно заменить более художественными заданиями. Я делал карточки со стихотворным текстом. Там требовалось подобрать слова в рифму. Можно придумать задание, используя текст из репетируемой пьесы.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«За счет растяжки актер существует одновременно в двух знаках: „да" и „нет" (как минимум). Когда он направляет себя по двум разным ходам, двум чувствам, двум действиям, возникает воздушность роли. Плотность — это затор. Растяжка дает прозрачность роли — сквозь нее космос виден. Растяжка — это игровая территория между „уйти — остаться", „желать — бояться". На ней строится игра противоречий. Лед и пламя, добро и зло, (+) и (-), они сосуществуют одновременно, и благодаря этому образуется энергия.

Энергия накапливается за счет соотношения того, что „Я" было и что „Я" есть или могло стать. Растяжка существует между знанием начала и знанием финала. Она дает напряжение, дает возможность набрать, аккумулировать энергию».

Упражнение

Растянуть круг

Встаньте всей группой в круг лицом к центру и крепко возьмитесь за руки. Растяните получившийся круг до максимальных размеров. Один актер с текстом монолога или два актера в диалоге друг с другом должны попытаться рывками разорвать его. Они должны представить

себе, что являются отдельными звеньями и каждый из них стремится вырваться из общей цепи. Важно при этом слушать друг друга и вести диалог, а не только выполнять физическую задачу. Текст совсем не обязательно иллюстрировать растяжкой и рывками — разъединяйте словесное и физическое действие. Остальным актерам нужно сохранять форму круга.

Рисунок 1

Упражнение

Растяжка у стены

Это упражнение я рекомендую использовать в работе с монологом или диалогом. Сложность исполнения его физической части не дает актеру пробалтывать текст на скорости и заставляет двигаться к конкретной точке — слову — не спеша и постепенно.

Станьте спиной к стене на расстоянии 20-30 см.

а) В начале коснитесь стены только одной точкой — теменем. Тело при этом сгибать нельзя. Не должно быть и «падения» на стенку. Нужно опуститься мягко и, слегка коснувшись указанной точкой, тут же плавно, без рывков вернуться в исходное положение.

б) Точку касания опустите ниже, на загривок — небольшой бугорок, где спинная часть позвоночника переходит в шейную.

в) Точка — между лопатками.

г) Поясничная.

д) Копчик (это последний

позвонок). Работая в этой позиции, нужно увеличить Дистанцию между вами и стеной. Упражнение с каждой точкой нужно провести не спеша и не менее 3-4-х раз. При движении к стене у вас должно быть чувство движения только конкретной точки, а не всего вашего тела. Управлять точкой сложнее, чем всем телом. Точно так же намного сложнее «вести» одно слово монолога, чем двигать всю массу его текста. Теперь повернитесь лицом к стене и сделайте это упражнение со следующими точками: а) «третий глаз» — точка в центре лба, впадина между надбровными буграми. б) Подбородок. в) Точка между двумя ключицами. г) Солнечное сплетение. д) Точка пупка. е) «Холм Венеры». Это упражнение способствует пробуждению мышечной энергии и энергетическому разогреву биоактивных точек — это вам подтвердят педагоги по сценическому движению. Я его рекомендую исполнять актерам для работы с текстом роли. Тогда оно даст чувство постепенного, медленного движения слова и движения к слову, управление действием, предшествующим событию, и растяжку самого события. Примеры еще нескольких растяжек, которые я использую в работе с текстом:

- 1) стоя спиной к стене, достать коленом поверхность

стены;

2) расположившись боком к стене на расстоянии 2-3-х ступней, достать стену ухом;

3) стоя лицом к стене на разном расстоянии, достать стену пяткой.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Растяжка обязательно должна существовать между „Я” и Персонажем. Отсутствие дистанции „Я” — „Образ” приводит к уничтожению творчества: не услышатся собственные мысли. Не будет высоты философии.

Нужна растяжка для анализа: растянул материю пьесы и узнал, как она сделана, понял, что в конфликтных узлах мало слов и физической жизни там должно быть больше, увидел, что в промежутке между словами идет жизнь. Если события в сцене организованы слишком плотно, то они перестают быть событиями. Этот парадокс до сих пор удивляет многих режиссеров — события происходят со скоростью пулеметной очереди, а зритель скучает.

Жили бы в тишине, больше бы слышали. Да и в молчании больше бы сказали. Иначе мусор дел, чехарда мыслей, выброс слов».

Упражнение

Скручивание по горизонтали

Это упражнение я рекомендую использовать в работе с монологом. Исполнение его физической части нужно сочетать с исполнением монолога. Движение к конкретной позиции тела совмещается с движением текста к намеченной фразе монолога.

Станьте прямо, ноги вместе.

Поверните ступни ваших ног влево до предела. При этом надо стремиться к тому, чтобы только ступни были повернуты в сторону, а тело не меняло первоначальной позиции.

Зафиксируйте это положение ступней и уже не меняйте его.

Это начало монолога.

Теперь вместе с началом произнесения текста поворачивайте колени в про-

тивоположную сторону. То есть, если ступни ног были повернуты влево, колени нужно повернуть вправо. Дойдите до определенной фразы текста, которая должна совпасть с предельной точкой поворота ваших колен. Зафиксируйте это положение и поверните таз влево. Продолжая эту средневековую пытку, переходите к грудной клетке, плечам и рукам и к следующим частям монолога. В последнюю очередь — поворот головы. Это заключительная часть монолога. Делайте упражнение смело, уверенно, не «ломая» дыхания, и главное — распределяйте растяжку тела в соответствии с произнесением текста монолога. Это поможет «услышать» его смысл и содержание. В финале зафиксируйте ваше тело на 8-10 секунд и в этой позиции завершайте монолог. Выполните упражнение еще раз, закручиваясь в противоположном направлении. Начните скручивание сверху вниз, а потом снизу вверх.

Рисунок 2

Упражнение

Скручивание по вертикали

Исходное положение: стоя, руки расставлены в стороны на уровне плеч. Кисти рук максимально повернуты назад. Это начало монолога или диалога.

Начните постепенно скручивать кисти вперед. Когда они дойдут до предельного положения (конец первой части монолога), подключите часть

руки от кисти до локтя — 2-я часть. Затем от локтя до плеча — 3-я часть.

Собственно говоря, особых усилий подключение не потребует. Предыдущая часть монолога будет сама тянуть за собой последующую. Вы только следите, чтобы подключение происходило не раньше, чем каждый отдельный участок достигнет своего предельного разворота.

После плеч начинайте скручивать грудной отдел, затем поясничный, в заключительной фазе — шею и голову.

На протяжении всего скручивания голова должна держаться высоко, как бы над водой — эта позиция соответствует Цели монолога, его основному открытию, которое, как магнит, притягивает и определяет движение монолога к финалу- И только в последний момент голова Может нырнуть вниз.

Раскручивающее движение начните с головы. Монолог как бы отталкивается от смысла. Голова выныривает первая, затем шея, и т.д. в обратном порядке. Последнее движение — поворот кистей рук.

Хочу заметить, что крайние точки не обязательно должны быть финальными точками текста. Не обязательно останавливаться в крайних точках. Не берите кратковременный отдых. Добейтесь от монолога или от диалога ощущения непрерывно работающей часовой пружины.

Рисунок 3

Упражнение

Растяжка по частям

Верхняя часть вашего туловища должна стараться двигаться вперед, а нижняя назад. Равномерные усилия, направленные по противоположным векторам, не позволят вам передвигаться по студии, но дадут растяжку в области поясницы.

Поменяйте направления:

верхняя часть тела устремлена назад, а нижняя вперед.

Сделайте это упражнение так, чтобы верхняя часть тела тянулась вверх, а нижняя вниз.

Потом поменяйте направление.

При этой растяжке нужно ходить по студии.

Теперь пусть только голова движется вперед, а остальная часть туловища назад. Меняйте направление каждые 20-30 секунд. При этом варианте основная растяжка будет происходить в области шеи и плеч.

Руководствуясь вышеизложенным принципом, разделяйте ваше тело так, как вам угодно, и растягивайте отдельные его зоны. Не ограничивайте свою фантазию в различных комбинациях.

Например: левая часть — налево, правая — назад; правая — направо, левая — вперед; левая Рука и правая нога — вперед; левая нога и левая рука — назад.

Когда наберется 10-12 таких растяжек, составьте из них композицию в 8-10 частей и соедините в одно движение. Его

можно проводить в паре с коллегой. Верно подобранная музыка к упражнению поможет вам соединить отдельные его части и придать упражнению качество художественной формы.

И последнее о растяжке. Можно ставить спектакль, чтобы зритель либо смотрел на актера, либо следил за действием. В первом случае актер

постепенно исчезнет, во втором случае он начнет проявляться из действия, в котором есть воздух. То есть появляется тот, кто этот воздух

создавал и является этим воздухом. Работая по этому принципу, актер должен на какое-то время становиться прозрачным, тогда зритель видит

не его, а сквозь него. Такая прозрачность достигается за счет растяжки.

Прозрачный актер — это стекло, через которое зритель видит целый мир,

эпоху, философию, идею. Можно сказать, что тренинг - это чистка стекол.

ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ

ЭНЕРГИЯ ДЛЯ АКТЕРА

Все упражнения тренинга из этой главы понадобятся для того, чтобы энергетически подготовить актера к входу в пространство сцены, пьесы и

роли. Актеры после тренинга должны легко впрыгнуть на площадку сцены, без напряжения и волевых усилий. Тренинг должен свести на нет контраст, возникающий при переходе из одной энергетической среды (повседневного бытия) в другую (искусство). Это первое.

Второе, тренингу необходимо вызвать брожение всего энергетического потенциала актера, всех его творческих способностей, совершить

определенный внутренний нагрев.

Третье, упражнения должны настроить энергетику актера на определенную энергию пьесы и на конкретные условия работы со своими коллегами.

Четвертое — сбалансировать энергию каждого индивидуума со всем ансамблем, соединить их в единую систему.

Только после такой предварительной подготовки можно считать актера энергетически способным к творчеству, к работе над сценой, ролью, к встрече с партнерами.

Не экономьте время на такую подготовку. Энергия — это как электрическая искра, она зажигает репетицию, воспаляет пьесу и роль,

создает желание творить там, тогда и в тех, куда, когда и в кого она была послана.

Упражнение

Ревизия

Начните энергетический тренинг спокойно, не спеша. Я уверен, многие из вас знают, что большинство наших проблем связано с разбалансировкой энергии. Поэтому прежде всего энергию нужно выровнять, установить ее баланс.

Ложитесь на пол, под шею положите валик, чтобы мышцы шеи были полностью расслаблены. На полном вдохе сожмите мышцы заднего прохода и напрягите все тело снизу вверх.

Ведите счет задержки дыхания до 10, затем резко выдохните через нос и расслабьтесь. Во время выдоха посылайте энергию волной от макушки через все тело до кончиков пальцев ног. Со следующим вдохом волна энергии сама поднимется снизу вверх до макушки.

Так несколько раз, пока дыхание не успокоится. После этого, отключив все посторонние мысли, начните «просматривать» мышцы головы, затем шеи, рук, спины, груди, живота, ног. Что это значит? Объясню. Это не сложно. Сосредоточьтесь на определенном участке тела и чуть-чуть поиграйте с его мышцами, убедите себя в том, что этот участок вас слушается. Сделайте что-то вроде «саморевизии» основных частей тела, а затем перейдите к

*проверке внутренних органов.
Проверяйте все тщательно и
не забывайте следить при этом
за спокойным и ровным
дыханием.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Библия ясно говорит о том, что началом творения является
Божественная энергия: „И сказал Бог: да будет свет. И стал свет”
(Быт 13). Значит, свет — это и есть основная, первоначальная,
истинная и чистая энергия».*

Упражнение

*Свет и музыка внутри нас
Как вы уже поняли из
названия упражнения, вам
понадобится музыка. Я думаю,
что для начала лучше всего
подойдут произведения старых
мастеров.*

*Учитывая, что в предыдущем
упражнении вы лежали на полу,
можно в таком положении и
оставаться. Пусть вас не
смущает, что это уже второе
упражнение на тему энергии, а
вы еще даже пальцем не
пошевелили, лежите себе
спокойно и отдыхаете. Уверю
вас, энергетические упражнения
совсем не обязательно начинать
с беготни, криков, прыжков и раз-
махивания руками. Это
ошибочное мнение. Резкий звон
будильника тут ни к чему.*

*Начните прежде всего с
собственной внутренней
энергии. Она у вас спит и не
работает. Разбудите не востребо-
ванный, потенциальный запас
энергии вашего тела со
спокойных, статичных
Упражнений.*

*Займите оптимальное для
стереоэффекта положение —
между динамиками вашего
аудио-аппарата. Закройте глаза.*

*Старайтесь воспринимать
музыку всем своим телом.*

*Дальше разделите этот процесс
таким образом: слушать музыку
только ногами, затем животом,
головой, руками и т. д.*

*Можно проводить это
упражнение и в другой
последовательности. Например:
низкие звуки — живот, таз, ноги;
средние — грудь; высокие —
голова.*

*Добейтесь того, чтобы
музыка начала «гулять» по всему
телу. Каждая часть вашего тела
должна быть захвачена энергией
звуковых волн. 10-15 минут
упражнения дадут актеру
неплохую подзарядку.*

*Предостерегаю от ошибки,
которая сведет на нет пользу от
этого упражнения: не дергайтесь
и не танцуйте под музыку.*

*Научитесь только слушать ее,
воспринимать и впитывать,
чтобы музыка поселилась в вас,
стала составной частью жизни
вашего тела. Энергия звуковых
волн сама все сделает.*

*ВАРИАНТ. Первоначальная
энергия — свет. Свет — это тоже
волны. Сделайте, аналогично
предыдущему, упражнение,
используя на этот раз не музыку,
а солнечный свет. (Делать это
упражнение с электрическим
светом не имеет смысла.) Свет
должен как бы входить в вас.*

*Научитесь аккумулировать свет.
Легче всего начать его собирать
в зоне солнечного сплетения.*

*Когда ощутите, что свет внутри
вас, начните не спеша двигать
его по всему телу.*

Я уже говорил выше,

пользуйтесь светлой студией для тренингов, с окнами. Нет возможности? Придумайте, как сделать так, чтобы в студию хоть немного проникал живой, естественный, а не искусственный свет. Постройте систему зеркал, к примеру.

Поможет вам в работе над сценой и её цветовая раскладка: здесь, например, голубой цвет, а здесь желтый. Не только слова, но и цвет актером передается и играется вполне успешно. Я люблю цветные витражи в католических соборах. Они сделаны не только для красоты.

Упражнение

Эффект шампанского

Станьте прямо. Руки прижаты к туловищу, пятки вместе, носки врозь.

Вытянитесь максимально вверх, не отрывая ступней от пола. Поймите в этой позиции минуту.

Теперь, продолжая медленно вытягиваться, отрывайте пятки от пола, оставаясь на носках.

Установите вертикальную ось вашего туловища таким образом, чтобы она проходила от макушки головы по позвоночнику к воображаемому центру между ступнями. Уделите подготовке к упражнению достаточное время, сделайте все предельно точно, чтобы не навредить своему позвоночнику.

Успокойте дыхание и затем на выдохе Резко ударьте пятками о пол, так чтобы волна от удара поднялась строго вверх по Установленной вами вертикали. Не производите слишком

сильного удара, пока не достигнете точной направленности волны снизу вверх. Удар должен быть коротким, четким и резким. Для ощутимого результата достаточно сделать это упражнение 2-3 раза, не более.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«У восточных народов была традиция хоронить воинов, погибших в бою, в одной общей могиле и насыпать сверху гору земли Скифы называли их „курганы“. Монголы — „батыры“, японцы - как-то иначе. Существовала мифология холмов и пригорков, вздымающихся над плоской равниной: плато усиливало впечатление от зрелища. На таких холмах для отправления всевозможных ритуалов строились деревянные помосты — прообраз современной сцены. Эти места захоронений обладали сильным энергетическим полем благодаря сосредоточению под землей большого количества энергии.

Перед началом ритуала участники топали босыми ногами по „сцене“ и этим как бы будили энергию усопших воинов. Говоря современным языком, их „топот“ — это определенная разминка биоактивных точек, расположенных на ступнях ног. Принцип этой церемонии лег в основу тренинга известного японского театра Тадаси Судзуки, который мне посчастливилось наблюдать у этого Мастера. Его метод призван использовать способность превращать биологическую энергию человека в особый сценический язык».

Упражнение

Разминка БАТ ступни

БАТ — это биологически активные точки. Этот комплекс упражнений желательно выполнять под ритмичную музыку, босиком на деревянном полу или на хорошо утрамбованной земляной площадке. Путь, по которому вы будете идти, должен быть прямым и длиной не менее 12 метров.

Шаг №1. Исходное положение: туловище вертикально, колени слегка согнуты, подбородок поднят, взгляд устремлен вперед.

Двигайтесь вперед мелкими

шагами, высоко поднимая колени и ударяя о пол ступнями, как бы утрамбовывая его. Ступня во время удара обязательно должна соприкасаться с полом полностью, длина шага 10-15 см. При том же исходном положении:

Шаг №2. Движение спиной вперед.

Шаг №3. Движение вперед левым боком.

Шаг №4. Движение вперед правым боком.

Шаг №5. Движение вперед с вращением вокруг собственной вертикальной оси.

Шаг №6. Ступни повернуты друг к другу. Пол ударяйте внешней стороной ступни.

Шаг №7. Ступни развернуты. Удар внутренней стороной ступни.

Шаг №8. Удар только подушечкой ступни.

Шаг №9. Удар пяткой.

Теперь совместите шаги №2, 3, 4, 5 с 8 и 9.

Шаг №10. Двигайтесь вперед, как бы падая, но выставляя в последний момент ногу для опоры. Это упражнение можно сделать дважды — пройти один раз, падая на правую, а второй раз — на левую ногу. Ноги можно чередовать.

Шаг №11. Тот же шаг с падением, сперва левым, а затем правым боком.

Шаг №12. Шаг боковой перекрестный. Акцент удара на правую ногу, при этом левая нога заносится назад, без удара.

Затем акцент удара на левую ногу, а правая уходит назад без

удара.

Шаг №13. Сядьте на корточки и передвигайтесь так, скользя ступнями по полу. Не сутультесь, следите за тем, чтобы ваши туловище постоянно вытягивалось вверх.

Шаг №14. Выполняется вдвоем с партнером. Двигайтесь по дороге лицом друг к другу. Пусть один наступает, а второй, пятясь, отступает. Расстояние между вами не должно быть более 20 см.

Поменявшись ролями, пройдите так еще раз.

Шаг №15. Наступающий и отступающий актеры располагаются спиной друг к другу.

Движение в связке с партнером спиной вперед.

Шаг №16. Выполняется с несколькими партнерами.

Станьте в круг. Возьмитесь надежно за руки и, растянув круг, начинайте, быстро переставляя ноги и ударяя ступнями о пол, вращаться против часовой стрелки, не забывая при этом двигаться вперед.

Закончив цикл упражнений, не усаживайтесь сразу отдыхать, походите еще какое-то время не спеша по студии или переходите к другому, более спокойному упражнению.

Упражнение

Аплодисменты

Известно, что на ладонях расположено множество биоактивных точек. При аплодисментах они подвергаются физическому воздействию. Аплодирующий

*поднимает собственный
энергетический градус
Попробуйте использовать это
свойство аплодисментов.
Разотрите ладони, не жалея
сил. Делайте это минуты две-три,
а в конце, подняв руки,
хорошенько потрясите кистями.
Поставьте ладони так, как
будто вы держите средних
размеров воздушный шар.
Теперь, как бы сжимая его,
начните аплодировать
подушечками пальцев.
Медленно, но постоянно
увеличивайте объем «шара».
Меняйте характер
аплодисментов: а) всей
поверхностью пальцев; б) всей
плоскостью ладоней; в)
подушечками ладоней у
основания кистей; г) внешней и
внутренней стороной ладони; д)
косточками суставов пальцев; е)
ребром ладони; ж) кончиками
пальцев; з) одной ладонью по
другой, которая неподвижна, и т.
д.
Меняйте характер и ритм
ударов — от сильных до нежных,
от громких до едва слышных.
Таких вариантов
аплодисментов десятки. Все их
можно с успехом использовать
при активизации энергетических
точек.*

*В наше время аплодисменты звучат только в знак благодарности
зрителей своим любимым актерам. А в древнегреческом театре, где
спектакли длились по несколько часов, а порой и дней, зритель
аплодисментами поддерживал энергию уставших актеров и требовал
активной игры. Когда же публика засыпала, актеры выходили к рампе и
аплодисментами требовали от зрителей внимания к спектаклю.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Я заметил, что актеры часто задерживают взрыв эмоций, выплеск
энергии, как бы копят их. Но это — неверный ход. Можно, вернее, нужно*

накопленную энергию либо трансформировать в другой ее вид, либо тратить, причем без остатка. Не может быть тут никакой экономии. Закон у энергии такой: чем больше расходуешь, тем больше прибывает. Когда одна вода уходит, на ее место приходит новая».

Упражнение

*Разогрев энергетических зон
Прежде всего позаботьтесь о том, чтобы ваши руки были тщательно вымыты и насухо вытерты.*

Растирайте одной рукой другую. Сначала только внешнюю поверхность кисти, затем только внутреннюю. Когда они через короткое время нагреются, начните вращать ладонями наподобие жерновов растирающих зерно. Кисть правой руки должна совершать круговые вращательные движения по часовой стрелке, а левой — против. Не прижимайте сильно одну ладонь к другой, они должны как бы скользить, только слегка касаясь друг друга. Через какое-то время, когда ощутите тепло между ладонями и все ваше тело также слегка согреется, сложите ладони вместе, образуя сферу, и подносите по очереди к основным энергетическим зонам: копчику, промежности, половому центру — холму Венеры, солнечному сплетению, горловому центру, «третьему глазу» и темени. Накрывайте выбранную зону, не прикасаясь к ней. Оптимальное расстояние — 1-2 см. На каждую зону нужно потратить не менее минуты. Можно расположить две ладони так, чтобы нагреваемая зона находилась между ними. Например, разогревая «третий

глаз», вы устанавливаете ладони следующим образом: одна ладонь у лба, а вторая сзади на затылке.

Упражнение

Двигать свой центр

Разогреть свои основные энергетические зоны — задача для актера важная. В этом упражнении мы займемся только четырьмя центрами. Многого можно сделать заранее, как бы подготавливаясь к упражнению, — например, прикладывая заранее разогреты ладони к этим Центрам, как было описано в предыдущем упражнении. Или можно это задание выполнить вдвоем: вы разогреваете своими ладонями зоны партнера, а он в это же время разогревает ваши зоны. Очень быстро происходит разогрев всех энергетических зон актера, если им занимаются хотя бы 5-6 его коллег одновременно.

Представьте себе, что у вас на лбу есть третий глаз. Или, чтобы нагляднее, лампа-фонарь, и вы двигаетесь по направлению его луча. Вы этим узким лучом как бы освещаете все углы и мельчайшие детали студии. Вы можете задержаться на каком-то предмете, медленно осматривая и изучая его, или, не обращая внимания на мелочи, стремительно двигаться к тому объекту, что вас интересует более всего. Важно постоянно двигаться, следя за тем, чтобы движение контролировалось центром третьего глаза. Вас интересует будущее. Именно оно манит и притягивает вас. Вы как

*будто мчитесь в первом вагоне
ночного поезда, освещая своим
прожектором железный путь.
Перспектива дороги манит и
притягивает вас, как магнит. Вы
ощущаете, что дорога, как вода,
течет сквозь вас. Все
отдаленные и неясные детали
приближаются, и через
мгновение они уже рядом с вами.
Вы питаетесь этой дорогой —
каждым ее отрезком, каждым
поворотом.
Если говорить об этом
движении по дороге
применительно к роли, то это тот
ее участок, который построен на
безудержном и рациональном
стремлении в будущее. Все
прошлое, остающееся позади
роли, не важно, вас не
интересует и настоящее.
Прагматизм идеи и расчет
увлекают роль только вперед.
Существует прежде всего
мощная энергия,двигающая и
роль и актера в будущее роли.
Резко поменяйте свою
позицию: пусть теперь основная
точка,двигающая вас, находится
не впереди, а сзади, на затылке.
Вы идете назад — спиной
вперед. Вы не знаете, куда вы
идете и что вас ожидает теперь
представьте себе, что вы
находитесь в последнем вагоне
поезда. Дорога роли исходит из
вас. Будущее неизвестно.
Перспектива вашего движения
вперед основана на фундаменте
прошлого.
В роли почти всегда есть участок, который построен на памяти об
удаляющихся событиях, исчезающих лицах и предметах.
Хочу заметить, что энергия прошлого не так сильна, как энергия
будущего, хотя актеры чаще всего любят строить роль на том, «что*

было». Но согласитесь, что питаться можно не только из прошлого, не только от земли, но и от будущего, от неба. Это разные виды энергии. В работе над ролью важно обнаружить и постоянно следить, где она в целом

и каждая ее отдельная часть берет питание в данный момент. Надо искать

и сочетать несколько источников энергии, а не только «от прошлого» или

«от будущего». Не говоря уже о разнообразии качеств, сама постоянная смена их дает роли необходимую энергию.

Педагог уславливается с

актерами о сигналах, при

которых они должны либо

двигаться лицом вперед, либо

менять направление и двигаться

назад, то есть спиной вперед.

Смену направления нужно

проводить так, чтобы постоянно

менялся Ритм и темп

упражнения. Обязательно

обращайте внимание на то,

чтобы смена происходила

мгновенно.

ВАРИАНТ. Теперь попробуйте

поменять образное восприятие

этого упражнения. Представьте

себе, что в центре вашего лба

вместо прожектора находится

могучий рог. Вы единорог,

бегаєте по студии и своим рогом

атакуете все раздражающие вас

предметы, накалываете их на

него или подбрасываете вверх.

Эта позиция отличается от

предыдущей своей особой

активностью и даже, можно

сказать, агрессивностью. Она

провоцирует актера,

концентрирует его внимание и

заставляет его собирать энергию

для короткого, но мощного

импульса, удара.

Если один из актеров или

педагог встанет в центре студии

и выставит в сторону руку с

шарфом или платком, а остальные, подбегая, будут атаковать этот лоскут своим «рогом», то это будет в какой-то мере напоминать картину корриды, когда бык атакует раздражающую его красную тряпку. В этом варианте важно обратить внимание на момент удара. Сперва намечается цель, потом идет аккумуляция энергии и затем резкая, мгновенная и мощная атака.

Усвоив процесс подготовки удара, попробуйте во время него произнести слово или фразу из роли, над которой вы сейчас работаете.

Переходим к следующей зоне — «источник жизни». Она находится по центру, в углублении при основании шеи.

Это точка агнца, жертвы.

Начните движение вперед и представьте себе, что это не вы, а только эта точка ведет и направляет вас. Вообразите себе, что из этой точки выходит ваша жизненная энергия. Вы как бы отдаете вашу жизнь, дарите ее без остатка, до конца. Вы выбрасываете фонтаном всю свою жизненную энергию, до последней капли.

Выполняя это упражнение, не старайтесь его сыграть, изображая жертву. Следите за тем, чтобы превратить движение в импульсивные короткие рывки и резкие выплески энергии из заданной точки.

Я все время употребляю слова «резко», «импульсивно» потому, что энергия передается за счет мгновенных взрывов, ко-

ротких ударов, квантов.
Поменяйте направление движения. Теперь, когда вы движетесь назад, пусть в вашем движении будет лидировать точка, расположенная сзади, на уровне шейных позвонков. В этом движении назад вы отступаете и перекрываете передний горловой центр подбородком, как бы стараясь обезопасить его. Но, перекрывая его, вы одновременно с этим готовитесь, собираетесь к очередному выплеску из него новой порции энергии. Когда это произойдет, вы почувствуете, как из горловой точки вырвется наружу струя фонтанирующей энергии.

Попробуйте сделать этот выплеск одновременно с текстом.

Переход от движения «вперед» к движению «назад» во всех вариантах предлагаемого упражнения нужно, как я писал выше, делать по сигналу педагога, но со временем можно попробовать делать это самостоятельно, по собственному расчету или интуитивно. Когда почувствуете, что энергия собралась и переполняет вас, выбрасывайте ее резко, всю до конца, без остатка.

В конце каждого этапа работы соединяйте упражнение с нужным вам текстом, с ролью или сценой, над которой вы работаете.

Точка «солнечного сплетения» — на ладонь выше пупка. Сначала, как обычно,

начните с простого движения вперед. Эта точка особая, точка солнца — источник всего богатства ваших эмоций, и вы должны, не щадя себя, наполнять ими, их энергией территорию вокруг вас — всю сцену, своих партнеров и зрителя. Энергией своих эмоций вы должны осветить как можно большее пространство широким, всеобъемлющим потоком света. Интенсивность должна быть такова, чтобы осветить каждый уголок, согреть каждый участок. Отдавайте энергию без остатка, не жалея, по-царски. Вспомните упражнение, когда вы аккумулировали солнечный свет. Теперь движение назад. Сейчас вы должны как бы забирать себе все то, что только что отдали. Втягивайте все в себя, представьте, что вы вдыхаете не ртом или носом, а через точку солнечного сплетения. Но, забирая в себя все, вы знаете, что тут же отдадите собранное с лихвой. Нет одинаковых выбросов, они не повторяются. Аккумулируя энергию, вы можете поменять ее оттенок перед новым выплеском. Сделать его более мощным или более изящным, чем предыдущий. Важно обратить внимание на почти мгновенную смену движения «назад» на движение «вперед». Важна резкость выплеска энергии. Должен быть короткий выброс, как удар гейзера из-под земли. После освоения техники упражнения используйте текст роли в момент

каждого выброса.

*«Точка Венеры» расположена
чуть выше лобковой кости.*

*Энергия земная, мощная,
сексуальная, животная. Она во
многом агрессивна и груба. С ней
связан красный свет.*

*Работа с этой точкой
проводится точно в той же
последовательности, что и в
предыдущих упражнениях.*

*Можно сказать, что этим
заканчивается подготовка к
финальной части комплекса
упражнений. В финале, после
разогрева каждой отдельной
точки, нужно начать работу со
всеми ними одновременно.*

*Другими словами, вы должны
менять энергетические центры,
менять направление движения,
ритм и темп исполнения в
течение всего упражнения.*

*Вначале проводите смену точек
по сигналу педагога, а затем
самостоятельно, по
собственному решению, в
согласии со своей композицией и
своим текстом.*

*Как это делается? Для
работы, например, со сценой или
конкретным монологом надо
прежде всего разложить их на
части и установить порядок
работы энергетических центров.
Вы определяете для себя, что,
например, в этом месте монолог
начинается эмоционально,
открыто, как бы исходит из точки
солнечного сплетения. Здесь
происходит смена, и монолог
движется назад, он как бы
готовится к следующей части. А
вот в этом месте он холоден,
рационален — точка «третий*

глаз» наиболее соответствует этой части. И так далее и тому подобное. В этой части накапливается энергия, и в определенный Момент происходит выплеск ее.

Обратите внимание на смену качества энергии —

предположим, накапливается интеллектуальная энергия, а выплескивается сексуальная.

Смена качеств энергии всегда неожиданна и интересна для актера.

Подробно подготовив композицию, смело приступайте к выполнению этого упражнения.

Во время всего упражнения, наступая и отступая, и особенно во время выплеска энергии в момент смены частей

композиции используйте отдельные слова или фразы текста. Таким образом,

упражнение поможет вашей конкретной работе над сценой.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«„Театр существует только в настоящем времени" — это постулат? Не уверен. Во всяком случае, в отношении энергии это не так.

В театре есть энергия, располагающаяся в прошлом, настоящем и будущем. Актеры часто пытаются найти энергию в прошлом.

Именно поэтому русские актеры так любят черпать энергию в паузах. Это красиво, но на самом деле не всегда результативно.

Намного лучше качество и выше потенция у энергии, которая зарождается сейчас. Другими словами, когда источник энергии находится в сцене или монологе, исполняемых в настоящее время. На глазах зрителя и партнеров актер открывает источник энергии и добывает ее во время игры. Это не только красиво, но и

вовлекает зрителя в действие. Это как скважина, из которой вдруг на ваших глазах вырывается из-под земли фонтан нефти.

Но еще интереснее для актера искать, найти и питаться источником энергии, который находится не здесь и не сейчас — а впереди. Он живет в будущих сценах или даже за пределами роли и пьесы. И это, как вы понимаете, уже совсем другая энергия —

энергия веры, мечты. И другая игра. Она магична, волшебна, она задевает подсознание актера и зрителя, она просто несравнима по качеству с двумя предыдущими, но очень трудно уловима и удерживаема.

Суммируя вышесказанное, могу уверенно утверждать, что на одном источнике энергии актер далеко не все может сыграть. Источники энергии для актера, для роли, сцены и спектакля все время должны меняться. Нужно открывать разные источники, разной энергии, разного качества. Другой источник — другая игра, другая структура чувств и краска эмоций. Важно открывать и использовать в работе мощные энергии, вечные источники, а не только короткие всплески животных желаний и нафталин воспоминаний. Нужны энергии созидающие, положительные, объединяющие вовлекающие».

Упражнение

Энергия в паре

Упражнения, связанные с энергией, продуктивны в паре: ведущий и ведомый. В таких спаренных тренингах закладывается основа восприятия диалогов не просто как обмена словами и мыслями в порядке очередности, а как постоянного обмена энергиями.

Один актер — ведущий. Он, разогрев предварительно свои ладони, накрывает один из центров ведомого актера.

Именно так, за счет подобного контакта, он ведет партнера по студии. У ведомого актера глаза должны быть закрыты.

Лучше всего начать с точки, расположенной на темени.

Скорость и характер Движения зависят прежде всего от лидера, но также и от того, насколько ведомый актер послушно выполняет предложения своего лидера. Ведомый ни в коем случае не должен проявлять инициативу. А ведущему важно добиться того, чтобы его слушались. Не забывают, что

руководство движением должно происходить только через одну точку — энергетический центр. При этом условии он по-настоящему начнет разогреваться и включаться в действие.

Через какое-то время поменяйте точку контакта и займитесь разогревом другого центра. Затем следующего и т. д. В финале упражнения в течение 3-5 минут, используя то одну, то другую руку, поочередно меняйте энергетическую точку контакта со всеми центрами. После этого произведите смену ролей ведущего и ведомого.

ЗАМЕТКА ИЗ ТЕТРАДИ

«Энергия диалога создается разностью потенциалов партнеров, а не только активностью действий и контрдействий».

110

Упражнение

Борьба энергетических точек

В этом упражнении задействуются только три точки — «третий глаз», «солнечное сплетение» и «холм Венеры».

Два актера располагаются друг против друга на комфортной дистанции 100—120 см. Установите между точкой одного актера и аналогичной точкой второго актера деревянную планку соответствующего установленной дистанции размера. Это поможет актерам почувствовать и удерживать постоянную дистанцию между собой. Как только дистанция увеличится — планка упадет; сократится — причинит вам

боль. Первая, подготовительная часть упражнения состоит в том, чтобы, передвигаясь по студии, организовать игру между актерами по захвату лидерства в движении. Важно удерживать на весу планку между энергетическими точками.

Инициатива скорости, характера и направления движения принадлежит обоим актерам и потому постоянно меняется в зависимости от выбранной тактики борьбы.

Как только актерами усвоен принцип взаимосвязи в этой игре, нужно убрать планку и продолжать упражнение без нее. Важно, чтобы напряжение между точками сохранялось.

Характер передвижения теперь нужно разнообразить. Сокращайте или удлиняйте базовую дистанцию между собой (от этого меняется напряжение между точками), провоцируйте и атакуйте друг друга, предлагайте партнеру новые ходы во взаимной игре центров.

Подобную работу необходимо провести со всеми вышеназванными центрами. На упражнения с каждой точкой отводится не менее 10-15 минут.

Освоив технику упражнения, подключите к нему текст роли, постоянно меняя энергетические точки, варьируя дистанцию, направление движения, характер отношений, интенсивность атак и т.д. Это упражнение очень полезно для репетиций диалога.

Подготовка, восприятие, атака, оборона, инициатива, ложный ход, провокация и т. д. — все это

*есть в тактике и стратегии
любого диалога. Разложите с
партнером ваш диалог по
направлениям и энергетическим
точкам, определите моменты
смены, переходов и проведите
упражнение как сцену.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Как восстановить сделанный спектакль или сыгранную роль,
когда возвращаешься к ним после большого перерыва?*

С чего начать?

*Как вернуть жизнь тому, что было раньше открыто и
сделано? Нужно прежде всего раскопать источник энергии
спектакля и прошлых репетиций, оживить его. Выяснить, как
возникает жизнь роли, — это значит выяснить, где берется
энергия, как она развивается и как движется. Надо найти ту
точку, где энергия зарождается и куда она стремится».*

Упражнение

Игра хлопков

*Подготовительная часть. Два
актера становятся друг против
друга. Руки несколько вытянуты
вперед на уровне груди. Начните
с обычного хлопка двумя
ладонями, которому дадим №0.*

*Следующий хлопок — по
ладоням вашего партнера. Это
хлопок номер №1.*

Теперь повторите №0.

*Хлопок №2: вы и партнер
ударяете друг друга только
правой ладонью.*

Опять №0.

*В третий раз ударьте друг
друга левой ладонью. Затем
хлопок №0, и все сначала: двумя
ладонями — №0 — правой
ладонью — №0 — левой — №0 —
двумя — №0 — правой №0 —
левой и т. д.*

*Проведите эту игру минут
пять, не щадя ни своих ладоней,
ни ладоней партнера. Как можно
развить упражнение? Во-первых,
разнообразьте ритм, темп,*

включите паузы в динамику игры, постоянно меняйте дистанцию общения, ищите моменты импровизации, ну и, конечно же, неплохо использовать музыку.

Переходим к основной части упражнения. Сочинив с вашим партнером определенную композицию, начните передвигаться по всей площадке, не меняя принципа игры.

«Хлопки» становятся для вас фундаментом для импровизированной сценки.

Характер общения между партнерами, происходящие события, смена инициатив — только за счет разнообразия хлопков.

Можно использовать в этом упражнении какой-либо реквизит или даже мебель. Включите моменты общения с этими деталями в общую композицию игры.

Добавьте в получившуюся игру текст и обстоятельства сцены из репетируемой пьесы.

Стремитесь к тому, чтобы ритм хлопков постепенно стал понятием внутренним, а на поверхность выходило новое качество общения с партнером.

Уберите хлопки, но, продолжая слышать их внутри, убедитесь в том, что новый характер общения зависит от вашего внутреннего ритма.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Это закон для актера и режиссера: если исчерпывается чувство — значит, исчерпывается энергия, — значит, нужно менять природу театра. Невозможно долго находиться в одной природе театра, к примеру, психологической или игровой, — нужно менять ее, менять природу театра, природу игры, иначе спектакль или

роль начнет терять энергию.

Качество энергии определяет время ее активной или пассивной. Например, энергия агрессии — очень короткая, так как она должна быстро переходить в конкретное действие. Энергия радости может длиться достаточно долго и варьировать. Энергия смеха, радости и веселья втягивает зрительный зал быстрее, чем энергия слёз, несчастья, грусти и разложения. Последняя отталкивает зрителя».

Упражнение

Смех и слезы

Это старинное упражнение использовал в своей работе с труппой Карло Гольдони.

*Выдающийся писатель, драматург, режиссер, он, кстати, занимался еще и театральной педагогией. Этот мастер потратил годы, переобучивая свободолюбивых актеров *commedia dell' arte* на игру в жесткой драматической структуре диалогов и монологов, с точным авторским текстом.*

Тем не менее Гольдони взял все полезное из искусства площадных импровизаций, все, что могло бы пригодиться ему для уроков. Он заметил, что артисты театра масок, отрабатывая качество и содержание смеха — одного из сильнейших актерских средств этого вида искусства, — быстро входили в хорошую форму. Вот почему он без сомнений включил это упражнение в свой тренинг.

Начните смеяться, используя только звук А. Не думайте о натуральности и искренности смеха — это неважно. Главное — чистота заданного звука и продолжительность упражнения.

Минимум одна минута, но лучше дольше. То же самое проделайте со звуком О, потом У, Э, И.

*Теперь посмейтесь
непрерывно две минуты, меняя
поочередно звуки от А до И.
Потом, начав с И, двигайтесь к А.
Далее — слезы. «Поплачьте»
со звуком А, затем меняйте
буквы так, как вы делали это в
упражнении со смехом.
Следующее задание:
используя все звуки от А до И,
чередуйте смех и слезы.*

*ВАРИАНТ 1. Сделайте это
упражнение в паре, используя с
вашим партнером один и тот же
звук, а потом — у каждого
разные.*

*ВАРИАНТ 2. Один актер
смеется, а другой плачет, потом
тот, кто смеялся, меняет букву и
начинает плакать, а тот, кто
плакал, — смеяться.*

Упражнение

Тип

*Три-четыре актера —
«мишени» — становятся у стенки,
лицом к ней. Один актёр —
«стрелок» — располагается в 7-9
метрах позади них. Он сам для
себя решает, кто из стоящих у
стены будет его целью.*

*«Стрелять» можно в область
любого энергетического центра,
кроме тех, что находятся на
голове. «Выстрел» — резкий
хлопок ладонями, направленный
в выбранную точку «мишени».*

*Итак, «мишень» установлена,
выбрана точка, куда вы будете
направлять свой энергетический
луч. Разотрите свои ладони до
появления теплоты. Затем, как
бы собрав энергию в руках,
резко пошлите хлопок
одновременно со звуком И в
заданную точку «мишени».*

Представьте себе, что из хлопка рождается предельно сконцентрированный энергетический луч, укол. Звук и посылаемый хлопок должны слиться воедино, в короткий и резкий импульс. Тот актер, который ощутит посланный в него энергетический заряд, должен поднять руку. В случае ошибки можно повторить «выстрел» или сменить «мишень».

Добившись хороших результатов, увеличьте дистанцию между вами и «мишенью».

ВАРИАНТ 1. Пусть актеры, стоящие у стены, повернутся к «стрелку» лицом, но при этом закроют глаза. Замените резкие хлопки на бросок воображаемого воздушного шара. При этом шар должен лететь навесно и приземляться на цель плавно. Звук И растяните на все время полета, вплоть до момента касания цели.

В качестве «оружия» для данного упражнения возможен также резкий и страстный поцелуй — конечно, воздушный.

ВАРИАНТ 2. Сделайте это упражнение, используя серии «выстрелов». Переходите от резкого хлопка к воздушному шару, нежному поцелую или к различному по высоте и силе звуку И. Постоянно меняйте ритм и темп.

ВАРИАНТ 3. Теперь пора использовать слова текста. Слова — это те же энергетические «уколы», «поцелуи», «выстрелы». В начале

пользуйтесь ими в сочетании с другим «оружием», пока слова не начнут работать так же эффективно и разнообразно, как в предыдущих вариантах действовали хлопки, звуки и т. д.

Упражнение

Маяк-радар

Это упражнение рассчитано на две группы артистов по 4-6 человек в каждой. Эти группы находятся друг от друга на расстоянии приблизительно 6-8 метров. Одна группа, назовем ее «А», садится у стены на расстоянии метра друг от друга и закрывает глаза. Проследите, чтобы энергетические центры сидящих актеров не были перекрыты, т. е. им нельзя скрещивать руки или ноги.

Участники другой группы, назовем ее «Б», тайно договариваются между собой и выбирают одну цель в группе А. Таким образом, у каждого актера группы Б есть свой объект атаки в группе А.

Участники группы Б располагаются в различных местах студии и начинают все одновременно посылать энергетические удары, импульсы своему актеру-объекту, так же как и в предыдущем упражнении ТИР. Только в этом упражнении они должны из «стрелка» превратиться в «маяк» для своего партнера, стать определенным «радаром», посылающим луч, по которому он найдет верный путь. Для этого потребуется не столько атакующий, сколько зовущий характер импульсов. Можно ис-

*пользовать все из арсенала
ТИРа, кроме слов и звуков.
Переходить и менять место
своего положения
актеру-«радару» нельзя.
Не торопитесь, найдите
верную энергетическую
пульсацию, одну волну с вашим
партнером. Когда он почувствует
это, он должен подняться на ноги
и, определив, где находится
источник, начать двигаться в
этом направлении, пока с ним не
встретится.*

*Затем группа А и группа Б
меняются «ролями».*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«В Швеции я проводил тренинг с актерами городского театра.
Возраст участников был различным — от дебютантов до
умудренных сценой и жизнью ветеранов. Большинство работало с
увлечением, но некоторые „старики“ серьезно побаивались в
простых школьных упражнениях уронить достоинство. Надеясь
на какие-то поблажки, они рассказывали мне о своих прошлых
успехах и очень нервничали, когда в упражнениях у них мало что
получалось. По-человечески я их очень хорошо понимал, но
требований не снижал.*

*И вот один такой „авторитет“, сославшись на проблемы со
здоровьем, стал приходить на тренинг в черных очках и в целом
ряде упражнений, где следовало работать с закрытыми глазами
незаметно для остальных подглядывал. Благодаря этой хитрости
он, естественно, ни разу не ошибся.*

*Когда я заметил это, первым желанием было открыть обман,
но меня изумило, с каким мастерством актер проделывает этот
трюк, особенно в упражнении МАЯК-РАДАР. Как он изображал
поиск пути, как радовался встрече с партнером и как восхищался
его энергией!!! С каждым таким „успехом“ к нему приходила
уверенность в собственном экстрасенсном таланте. Он менялся
буквально на глазах — перестал бояться, стал с удовольствием,
участвовать в других упражнениях. Он опять почувствовал, что
м о ж е т ... Я решил тогда ничего никому не говорить».*

ГЛАВА ПЯТАЯ

ДОРОГА

*Самое опасное — это когда энергия неуправляема. Это Чернобыль.
Энергия требует точно построенной дороги. Композиция — это умение
строить дорогу, создавать произведение. Композиция — это творчество,*

это особая способность мышления, это природный дар, который можно и

нужно актерам (режиссерам обязательно!) развивать в повседневном тренинге. Композиция — это и техника исполнения, мастерство в стилистически точном и ясном изложении своих мыслей, чувств, движений и т. д. Все это вам известно.

Я очень люблю восточное выражение: «Дорога создает идущего». Из него возник образ — актер, идущий по дороге роли. Отталкиваясь от него,

я понял, что композиция — это дорога, а искусство композиции — составление дороги роли. Дорога говорит актеру слова, дает импульс для чувств, эмоций, организует физическую жизнь, ритм, стиль поведения, оживляет темы, рождает образы и т. д. Одна дорога — одна жизнь, другая

дорога — и жизнь получается другая. Если что-то неверно и противоречит

пьесе, сцене, анализу, надо прежде всего менять дорогу.

Упражнение

Лабиринт

Постройте из стульев коридор, шириной в 1,5-2 метра и длиной в 8-12 метров. Актеры должны, закрыв глаза, по одному пройти по нему, не задев стульев.

Когда все актеры справятся с этим заданием, измените конфигурацию прохода, создайте в нем два-три поворота.

Дальше сложнее. Создайте лабиринт из стульев с множеством возможностей прохода по нему. Важно, чтобы актер сам выбрал свой путь, свою композицию.

Прежде всего разделите лабиринт на отдельные композиционные части и пройдите мысленно по каждому из них, а потом и по всему лабиринту. Прикиньте, сколько вам потребуется времени и шагов для каждого участка. Как долго вы задержитесь в точке поворота? Где возникнет пауза в

дороге? Какой участок вы проходите быстро, а какой медленно и в каком ритме? Выполните все, что задумали, с закрытыми глазами и сравните с предварительными расчетами. Приучите себя точно выполнять задание с первого раза. Предварительная подготовка состоит как раз в том, что вы тренируете умение с первой же попытки правильно оценить время и пространство лабиринта и распределить себя в нем. Если вы учите композицию роли, а не слова текста, то слова сами к вам придут. Хотите свободной игры — точно постройте дорогу роли. Подлинное сознание свободы приходит не в широком поле, а в тюремной камере.

ВАРИАНТ. Актер сначала проходит путь от исходной точки к намеченному выходу из лабиринта, а потом возвращается назад к исходной точке.

Используйте это упражнение при изучении композиции своей роли, монолога или сцены. В этом случае вы сами должны построить из стульев лабиринт и пройти его. Причем не один раз.

В местах поворотов можно использовать слова, фразы из текста роли, определяющие поворот в сцене или в роли.

Попробуйте сыграть весь монолог в лабиринте. Это непросто, но уверен, что композиция монолога станет для вас намного яснее, осязаемее, живее.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Композиция — это не только внешнее, но и внутреннее представление о том, как складывается роль внутри, как складывается содержание и образ всего спектакля. Она не всегда видима.

Посетители японского сада камней при храме Реандзи в Киото стараются разгадать невидимую его композицию. Нередко стоят они часами, придумывая и умозрительно достраивая всевозможные варианты. Я открою вам невидимые принципы создания композиции этого сада:

а) воображаемые линии, соединяющие два предмета, не должны быть одинаковой длины;

б) воображаемые линии, соединяющие предметы, не должны быть параллельны;

в) два предмета не должны быть одинакового размера;

г) главный принцип — асимметрия.

Асимметрия предполагает взаимообщение актеров и зрителей, театра и жизни. А вот самый главный принцип композиции в расположении камней этого прославленного в мире сада: как бы вы ни изменяли точку обзора, один камень всегда будет скрыт от вас другим.

Нет возможности увидеть всю композицию? Есть: поднимитесь вверх, над нею, — в этом идея сада».

Упражнение

Композиция времени

Установите время, в течение которого вы должны совершить какое-то простое действие: сесть на стул, взять книгу со стола и т.

д. Теперь выполните одно из таких действий, распределив его в этом временном отрезке.

Причем сделайте это сразу, без репетиций. Первые попытки могут быть выполнены в одном темпе, без ускорений и замедлений, но затем нужно избегать монотонности во времени. Не нужна и излишняя нервозность, частая смена ритма. Задумайтесь над тем, как течет время вашего монолога, вашей сцены и всей роли. В бурной или спокойной реке живут слова текста? Из зала всегда видна актерская «суета», по которой сразу распознается

нехватка профессионализма.

*Сделайте коррекцию и
попробуйте еще раз, в другой
временной композиции.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Композиция может быть настолько завуалирована, так
запрятан ее каркас, что никто и не поймет, как он удерживает
все произведение. Приведенный выше пример композиции
японского сада как нельзя точно иллюстрирует это.*

*Но может быть и обратное — композиция роли, спектакля
обнажена, как в современной архитектуре. Виден ее скелет.
Например, Музей Помпиду в Париже. Связки, остов, фундамент и
рискованность построения всей конструкции открыто
демонстрируются зрителю. Это еще раз доказывает нам, что
композиция имеет не только утилитарное значение, но и сама по
себе является искусством».*

Упражнение

Печатная машинка

*Этому упражнению уже,
наверное, лет сто. Его
использует не одно поколение
актеров, но я его и сегодня
считаю очень современным и
полезным. Вот потому я немного
усовершенствовал его для сво-
его тренинга. Начнем по порядку.
Представьте себе, что вся группа
— это печатная машинка. Каждый
актер — это одна отдельная
буква, а если ваша группа не
очень большая, то каждый
участник будет представлять две
или три буквы.*

*Выберите одну небольшую
фразу, состоящую из 4-5-и слов.
Попробуйте напечатать, точнее,
отхлопать один за другим свои
буквы, из которых составлены
слова избранной фразы. Конец
слова — общий хлопок, конец
фразы — общее вставание. Если
необходимы знаки препинания,
отхлопайте их сообща ногами.
Это упражнение поможет вам
понять и почувствовать, как*

*удерживается и ведется
композиция всем ансамблем.
Пройдя начальный этап,
возьмите в качестве задания три
строчки хорошего хокку:*

*На голой ветке
Ворон сидит одиноко.
Осенний вечер.*

*В изложенных выше
вариантах фразы, слова и буквы
актерам известны заранее. Иначе
говоря, композиция актерам
Известна. Главное — точно ее
реализовать. Теперь я
предлагаю варианты этого
упражнения, при которых
композиция должна будет
создаваться всем ансамблем в
процессе исполнения, без
предварительного договора.*

*ВАРИАНТ 1. Начнем с такого
задания: напечатайте известную
фразу К.Станиславского об
искусстве и художнике. Будем
надеяться, что эта фраза о
любви к искусству и к самому
себе сразу же возникнет в
воображении актеров. Важно,
чтобы она не была произнесена
вслух. Важно, чтобы она, пусть в
небольшой мере, но тем не менее
спровоцировала процесс своего
воспроизведения в воображении
актеров. На основе этого единого
для всех образа необходимо эту
фразу «отпечатать на машинке».
Для выполнения этого упраж-
нения, возможно, понадобится
несколько попыток, и каждый раз
нужно следить, чтобы фраза не
была произнесена вслух. Она
может либо жить в воображении,
либо находиться в процессе
«печатания».*

ВАРИАНТ 2. Этот вариант

будет посложнее. Задание такое: составьте и «напечатайте» фразу утреннего приветствия, новогоднего пожелания и т. п. Или иначе: создайте фразу, которая была бы уместна при выражении сочувствия, сострадания, дружеской поддержки. В этом варианте в воображении каждого могут возникнуть десятки слов и предложений. Их будет объединять одна общая тема. В процессе создания слова будут складываться медленно, неуверенно, по буквам, и каждая буква будет предлагать актерам новые модели, всевозможные конструкции и новые, отличные друг от друга по содержанию фразы. Все решается и создается актерами в самом процессе работы над композицией. Этот вариант упражнения важен для воспитания чувства красоты возникающей, живой композиции. Он важен и для умения коллективно вести единое сочинение.

***ВАРИАНТ 3.** При работе над конкретной пьесой предложите актерам «напечатать на машинке» фразу из монолога одного из персонажей. Можно определить это задание более конкретно, то есть таким образом, чтобы у актеров спонтанно возник процесс анализа роли. Например: фраза из основного события роли, парадоксальные фразы роли и т. д. Это будет полезно не только для воспитания композиционного мастерства актеров, но и для изучения ими материала*

*пьесы, ее художественного
стиля, ее анализа.*

ВАРИАНТ 4. *Разбейтесь на
две группы — две «машинки».*

Ведите диалог «машинок».

*Конечно, сегодня это анахронизм
— печатать на машинке. Ну, хоро-
шо, будем считать, что вы
используете клавиатуру
компьютера и ведете беседу в
режиме on-line. Неважно...*

*Прежде всего определите
ролевые позиции каждой группы.*

*Например, одна группа берет
роль актрисы и печатает ее
текст, а вторая группа — роль
режиссера и отвечает за его
текст. В процессе сочинения
между ними должен возникнуть
диалог.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Одни из самых сложных по исполнению видов композиции это
композиция образов. Последовательность ее частей должна
принести актеру свободу образного мышления, умение сочинять и
собирать на сцене образы. Последовательное сочетание образов
создается для движения и рождения цельного художественного
образа роли, сцены, спектакля».*

Упражнение

Радуга

*Радуга — это одна из самых прекрасных природных композиций. Но и
работая над композицией роли, можно определять ее световые и
цветовые*

*параметры. Роль вполне может быть представлена как радуга. Сцена
может быть розовой, потом стать зеленой, а далее желтой и т. д.*

Монолог

*может быть черным, потом голубым, затем красным. Цвет и свет —
это*

*смысловые, чувственные и энергетические понятия и должны браться
актером в работу над композицией.*

*Сядьте удобнее, примите
спокойную, расслабленную позу.*

*Закройте глаза. Вызывая в
воображении цвета, начнем
составлять с вами радугу. Ее
порядок таков: первый цвет —*

КРАСНЫЙ. Когда он возникнет у вас в воображении, постарайтесь, чтобы он не исчезал и не менялся. Второй цвет — **ОРАНЖЕВЫЙ.** С ним та же работа. Затем по порядку вызывайте последующие цвета: **ЖЕЛТЫЙ, ЗЕЛЕНый, ГОЛУБОЙ, СИНИЙ, ФИОЛЕТОВЫЙ.**

Сравните: а) какой цвет труднее всего возникал в вашем воображении? б) какой труднее всего удерживался? в) какой не хотел меняться по вашему приказу?

Поработайте с «непослушными» цветами. Все они должны следовать вашей воле.

ВАРИАНТ 1. Поменяйте исходный порядок композиции. Пусть первым цветом будет оранжевый, вторым — желтый, затем зеленый и т. д. Таким образом, последним в вашей радуге станет красный.

Теперь начните с желтого и последовательно идите к конечному — оранжевому. Так продолжайте менять последовательность в композиции, каждый раз смещая начало на один цвет.

ВАРИАНТ 2. Двигаясь по радуге вперед, как и в предыдущих вариантах, постоянно возвращайтесь к стартовому цвету.

Рисунок 4

Теперь наоборот: идите сразу от первого к последнему цвету, а потом, возвращаясь, каждый раз подбирайте один предыдущий цвет. Например, первый цвет белый, идите от него к фиолетовому, от него

возвращайтесь к оранжевому и опять идите к фиолетовому, затем опять назад к зеленому и опять к фиолетовому. Ясно, что именно к нему устремлены все связи от разных цветов.

Рисунок 4а

***ВАРИАНТ 3.** Вы знаете из физики, что семь основных цветов радуги — это те цвета, на которые раскладывается БЕЛЫЙ цвет. Он будет в этом варианте обобщающим образом всей радуги.*

Идея того, что вы сделаете сейчас, — это БЕЛЫЙ ЦВЕТ.

Начало, исход, причина — это БЕЛЫЙ ЦВЕТ.

Ваша цель — это БЕЛЫЙ ЦВЕТ.

Ваша дорога: красный — оранжевый — желтый — зеленый — голубой — синий — фиолетовый — это все тот же БЕЛЫЙ ЦВЕТ.

Первым у вас в воображении возникает красный цвет, но за ним должен стоять БЕЛЫЙ. Вы встречаетесь дальше с оранжевым, желтым, зеленым, но понимаете, осознаете, всем существом своим ощущаете, что это все равно он — БЕЛЫЙ ЦВЕТ. То есть, говоря о красном цвете, вы говорите о БЕЛОМ, говоря о зеленом — снова о БЕЛОМ. И так всегда, как бы цвета у вас ни менялись, постоянно присутствует БЕЛЫЙ ЦВЕТ, покрывающий собой всю композицию цветов, всю радугу.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«В композиции важно все — масса предмета и актера, слова, фразы, сцены. Их зрительный, смысловой, эмоциональный вес. Их расположение в спектакле, в сцене, в монологе. Важное в конце? \$ начале? В центре? По кускам разбросаны? Как чередуются текст

и паузы, движение и покой, смешное и трагическое, свет, цвет, звуки, — важно все. Это все предметы, из которых актер и режиссер создают композицию спектакля и роли. Композиция — это и определенная, созвучная душе современного художника и требованиям времени пластическая форма выражения. Не будете же вы носить пальто, сшитое по лекалам 30-летней давности, — вы ищете новые композиции, новые пропорции в линиях одежды. Так и композиция спектаклей должна соответствовать современному течению жизни».

Упражнение

Композиция образов

Рекомендую еще одно

упражнение, которое позволит вам через множество ассоциативных связей найти путь к индивидуальному образному восприятию выбранной темы.

Последовательность тем — это еще не все. Это упражнение можно делать самому, но, конечно же, намного лучше в компании с партнерами.

Выбирается исследуемая тема монолога, сцены, роли и т. д. Ей дается название. Например — счастье.

Упражнение начинает один актер с фразы «Счастье для меня — это...» Пусть первая ассоциация будет, к примеру, театр. Это первая ступенька. Затем другой актер повторяет после короткой паузы еще раз всю фразу сначала и добавляет свою ассоциацию. Таким образом, получается: «Счастье для меня — это театр, любовь». Это вторая ступенька. Опять короткая пауза, и следующий актер: «Счастье для меня — это театр, любовь, понимание».

Потом следующий, и так далее, пока не создастся длинная цепочка ассоциаций на заданную

тему. Повторять ассоциации друг друга нельзя, даже если они показались вам удачными. Таким образом упражнение продолжается, и вскоре первые ассоциации, которые на самом деле обычно являются всего лишь поверхностными клише, сменяются личностными, тонкими и оригинальными. С этого момента упражнение начнет приобретать художественный смысл. Учтите, это упражнение ни в коем случае не направлено на тренинг актерской «памяти». Сумма всех ассоциаций должна создавать в актерском воображении ассоциативную сетку. Именно благодаря ей происходит рождение новых, неожиданных сравнений, парадоксов, метафор. Это начало образного мышления. Это упражнение настраивает актеров на полифонию исследуемой темы. Развивается это упражнение следующим образом. Когда наберется не менее 25-30 ассоциаций, каждая новая ассоциация должна сопровождаться жестом актера, отражающим ее содержание, — т. е. слово и поддерживающее его физическое движение. Следующий актер, повторяя образовавшуюся цепочку слов, вместо нового слова предыдущего актера повторяет только соответствующий ему жест. Затем он произносит свою ассоциацию и также сопровождает ее своим жестом. Упражнение продолжается до тех пор, пока все актеры не сделают

это по одному разу. Получится цепочка из слов и жестов. Так наберется не менее 35-45 звеньев.

Следующий этап задания состоит в том, чтобы каждый актер разрушил установившуюся последовательность звеньев цепочки и создал бы свою композицию из ассоциаций слов и жестов. Можно перемешивать слова и жесты как угодно.

Разрешается выбросить неудачные или неподходящие ассоциации. Теперь актер — автор композиции. Он строит ее начало, развитие и финал.

Педагог может ограничить создаваемую композицию количеством частей — например, только 4 части. Тогда актеру нужно распределить все ассоциации в четырехчастной композиции. Можно дать название каждой части. Добавить музыку. Вставить в каждую часть одну фразу из текста роли.

Вариантов много, важно развивать упражнение в тесной связи с конкретным материалом, над которым идет работа.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Со студентами я часто делаю учебные спектакли на одну какую-либо тему. Например, на тему, которая разрабатывалась в мировом искусстве столетиями (Дон Жуан, Фауст), или вариации одной темы у отдельного автора в разных его произведениях и т.д. Студенты сами находят и готовят в течение семестра сцены, диалоги, монологи, и потом я из этого материала складываю спектакль за 3-4 дня. Это очень интересное дело — складывать композицию спектакля не по готовому тексту, а из отдельных эпизодов, отрывков, набросков. Есть сцены, монологи и диалоги или просто удачные интермедии, песни и т. д. Они не соединены в единый сюжет, в единую историю. Строя композицию, я думаю, конечно, о том, каким способом она будет удерживать целое, я думаю о ее динамичности, устойчивости и

подвижности, о ее красоте. Но прежде всего мне интересно услышать, что она сама расскажет при таком вот построении сцен, а что — при ином построении. Изменяю порядок тех же самых сцен, и получится иная история, иной смысл. Огромное наслаждение составлять композиции не только из отдельных образов и частей, но и из различных материалов. Это поле для „авангарда " — соединять несоединимое. Возникает сочинение, построенное на неизвестном тебе ранее образном коде, и в самой композиции дается ключ к его прочтению. Я часто замечал, что композиция сама складывается, главное ей не мешать. Она сама высказывает содержание. Надо только ей помочь. А для этого нужно научиться видеть и слышать композицию. Вот потому сложение такого рода спектаклей я (лишая себя удовольствия) часто поручаю актерам и режиссерам как учебное задание по композиции. Им я прежде всего говорю: не заключайте композицию в жесткую схему единого смысла, единого действия, чувства и вообще в какую-то „коробку". Она должна быть свободна. Конечно, есть каноны композиции, но у подлинного художника всегда есть стремление вырваться из оков и создать свои композиции. Важно, чтобы они со временем не превратились в каноны, не стали его собственными оковами. Композиция, отвечающая индивидуальным творческим поискам художника, — единственно верная композиция. Главное — научиться мыслить композиционно, и тогда композиции будут складываться сами».

Упражнение

Композиция композиций

Такие композиции могут складываться на протяжении одного урока. Вот один из базовых примеров развития небольшого упражнения в развернутую композицию — упражнение ПЕРПЕТУУМ МОБИЛЕ.

1. По первому сигналу педагога вся группа актеров начинает ходить по студии, а по следующему сигналу останавливается.

Выполните это задание без сигналов педагога.

2. Теперь, по сигналу педагога, только один актер из группы начинает движение. Кто? Решается самой группой по

*соглашению. Следующий сигнал педагога — к нему добавляется следующий актер, и так далее, пока все, кроме последнего участника, не начнут ходить по площадке. Теперь внимание! Как только последний актер начнет движение, один из актеров, уже занятый в движении, должен остановиться. Через какое-то время (желательно делать интервал в 5-10 секунд между сигналами, чтобы у актеров было время принять решение, кто будет следующим) педагог дает сигнал и еще один актер останавливается, потом третий и т.д. Когда остановится последний, наступает конец цикла, но не конец упражнения, потому что опять кто-то один должен начать движение, а за ним через интервал другой, третий. Короче говоря, *perpetuum mobile*.*

3. То же самое задание нужно выполнить самостоятельно, без сигналов педагога.

4. Задание немного видоизменяется. Начало движения каждого актера или его остановка — событие, и оно меняет направление движения всех актеров. Например, первый актер начинает движения вперед, но как только начинает движение второй актер, причем спиной вперед, то и первый обязан изменить направление своего движения. Теперь оба движутся назад. Третий должен идти вперед, и как только он начинает идти, все идущие меняют направление и тоже движутся вперед. И так продолжается, пока

качество исполнения не достигнет необходимого уровня внимания, точности и согласованности в работе ансамбля.

5. Усложним упражнение, добавив новые условия. Пусть теперь каждому событию, каждому изменению соответствует и особая скорость. Возьмем, к примеру, композицию скоростей 10-4-7-2. Это значит, что каждая смена вынуждает движущихся актеров менять не только направление, но и скорость движения, согласно этой предлагаемой композиции. Если группа актеров, исполняющих это упражнение, больше, чем количество предлагаемых скоростей, то композиция может повторяться, пока идет упражнение: 10-4-7-2-10-4-7-2-10 и т. д.

6. Для отвлечения внимания актеров разложите на полу пару десятков теннисных мячей. Или расставьте небольшие свечи. Актеры, выполняя данное упражнение, не должны касаться их. Добавьте музыку. Не ленитесь усложнять упражнения, делать их изящными, красивыми, художественно увлекающими актеров. Такие упражнения скорее приведут к хорошему результату.

7. Пусть актеры возьмут с пола по мячу и к предыдущим условиям упражнения добавят передачу мячей друг другу. Нельзя, чтобы мяч падал на пол. Запрещено задерживать мяч у себя более чем на 5 секунд.

8. Новое задание в

композиции. В течение одного цикла каждому актеру нужно выбрать себе 4-х партнеров. В конце упражнения одновременно (по сигналу педагога или по взаимному соглашению) обмениваться с партнерами мячами. Естественно, бросок должен быть точен.

9. Разнообразьте композицию сигналов и их значений.

Например, если в финале звучит три хлопка, то это означает, что нужно обмениваться мячами с партнером №4, четыре хлопка — с №1, два хлопка с №3 и один — с №2.

10. Добавьте следующее условие — с каждым партнером обмен мячами должен происходить по-разному.

Например, первому партнеру нужно просто перебросить мяч по воздуху, второму — покатить по полу, третьему отдать пас с отскоком мяча от пола, а к четвертому подойти и отдать мяч в руки.

Так можно бесконечно развивать и усложнять композицию упражнения, добавляя новые условия и детали задания. Очень продуктивно вставлять в подобные композиции тексты монологов или диалогов.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Мне всегда очень любопытно наблюдать, как строят композиции хорошие кинорежиссеры. В искусстве кино хорошая композиция — 70% успеха. Можно возразить, что киномонтаж — дело техническое и склеить кусочки ленты легче, чем в монологе соединить части или в спектакле соединить сцены. Но я не соглашусь с этим. Я еще не встречал ничего такого в кино, живописи, архитектуре, что нельзя было бы реализовать в театре. Скажу больше: определенные кинематографические

приемы монтажа в театре выглядят намного интереснее, чем в кино. А кусок пленки соединить с другим — это ничто по сравнению с соединением, с монтажной композицией живого действия и живого актера, с его чувствами и эмоциями. Так же, как соединяются части пленки или звуковой дорожки, можно соединять чувства, слова, движения, образы. В театре это выглядит намного интереснее, чем на экране. Даже если, к примеру, в кино нужно произнести только одну фразу или разместить в кадре только одного актера (назовем их условно „точка“), то уже встает проблема, когда, как и где это сделать. То же и в театре. Впечатление меняется в зависимости от нахождения или перемещения „точки“ в пространстве сцены и в пространстве спектакля. Нужно учиться приемам композиции по работам живописцев, архитекторов, музыкантов, танцоров».

Упражнение

Марафон

Это упражнение требует выполнения нескольких подготовительных заданий, большинство из которых известны из предыдущих глав этой книги.

1. Свободно передвигаясь по площадке, актеры перебрасывают друг другу теннисные мячи. Увеличивая скорость вплоть до бега, они достигают хорошей концентрации при передаче мяча и учатся мгновенно устанавливать связи друг с другом.

2. Устанавливается шкала скоростей передвижения от 0 до 10, и актерам предлагается четырехчастная композиция, состоящая из различных скоростей, к примеру, 8-2-10-3. Актеры по общему договору должны уметь все вместе начать, совершать переходы от одной части к другой, а также одновременно завершать упражнение.

3. Соединяется первое

задание со вторым: в заданной композиции скоростей актеры перебрасывают друг другу мячи.

4. Во время произвольной ходьбы по студии каждому актеру нужно суметь без слов и внешних знаков установить контакт с одним из партнеров и в конце по сигналу педагога, а еще лучше без сигнала, подбежать к нему.

5. Предыдущие задания соединяются в одно упражнение: в предложенной композиции скоростей и свободном перебрасывании мячей актерам нужно установить контакт с одним из партнеров и в финале без сигнала педагога обменяться с ним мячами.

6. Двигаясь среди расставленных по площадке стульев, в количестве, равном количеству участников, каждому актеру нужно определить «свой» стул и в конце упражнения, когда тайное распределение будет закончено, безошибочно и в одно и то же время его занять.

Необходимо, чтобы группа проводила финал упражнения одновременно, по общему согласию.

7. Сидя на стуле, нужно выбрать себе партнера и без слов договориться с ним, кто будет играть роль «гостя», а кто «хозяина». Каждый «гость» одновременно с остальными, по сигналу педагога или по взаимному соглашению должен подбежать и усесться на стул к своему «хозяину».

Пройдя серию подготовительных упражнений,

можно приступить к выполнению МАРАФОНА. Вот один из возможных примеров композиции.

Постоянно пасуя мячи друг другу, нужно выполнить композицию скоростей: 8-2-10-3, и в то же время выбрать партнера. Определите его как №1.

Нужно только выбрать, договориться друг с другом и запомнить этот договор.

ПАУЗА.

В паузе определите партнера №2 и договоритесь с ним. Выбор этого партнера также является заготовкой на будущее.

Следующая композиция: 2-10-3-8. Во время этой композиции всем актерам нужно выбрать «свой» стул, но не садиться на него, а лишь удерживать в памяти.

ПАУЗА.

Следующая композиция скоростей: 3-10-2-8. Актеры должны выбрать нового партнера, №3, а в финале упражнения каждому нужно одновременно, по общему договору со всеми, произвести обмен мячами со своим партнером №2.

Новая композиция: 2-3-8-10. В конце ее всем одновременно усесться на «свой» стул.

Сидя в паузе, запомнить, на каком стуле сидит партнер №2, и договориться без слов с партнером №1, кто в следующем упражнении будет исполнять роль «гостя» или «хозяина».

Следующая композиция скоростей свободная: она состоит из четырех скоростей, но сами скорости определяются

актером. Во время этой композиции скоростей актеры обязаны перебрасывать друг другу мячи. Если передача не точна и мяч падает на пол, все упражнение должно начинаться сначала. В конце упражнения по общему договору, одновременно каждому нужно сесть на стул своего партнера №2, затем также всем в одно мгновение обменяться местами с партнером №3 и в финале реализовать задуманный визит с партнером №1.

Упражнение делается не более двух раз. Поэтому пока актерам композиция не ясна, пока каждый из участников не представит себе всю композицию в целом, проводить ее нет смысла.

Педагог должен только раз повторить задание, вся остальная подготовка лежит на самих актерах. Для успешной подготовки и выполнения этого упражнения может потребоваться час или более.

Желательно включать упражнение МАРАФОН в план повседневного тренинга, строя урок так, чтобы сперва шла серия различных упражнений, а в конце они объединялись в длительную композицию, которая будет как бы суммировать сделанное. Не повторяйте композиции, придумывайте новые. Пытайтесь завтра сделать то, что не получилось сегодня, надо только в том случае, когда речь идет о сложной и длинной композиции, имеющей конкретное отношение к репетируемой роли или

*спектаклю. Марафон — это бег на
42 км и 195 м. Хорошая
композиция роли — это не менее
долгая и занимательная дорога.*

Нет, нет, я не погиб в пути!

Конец ночлегам на большой дороге

Под небом осени глухой.

ГЛАВА ШЕСТАЯ

ЗАКОНЫ

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Композиции складываются не просто как получится, а по какому-то определенному закону. Прежде всего по закону самого художника. Что означает закон для него? Это связь и взаимосвязь каких-то отдельных частей, явлений, знаков и т. д. Понять актеру закон роли — это значит в результате анализа установить связи в ряду действий, событий, образов, слов и т. д. Для меня закон — это только фундамент для открытий, но никак не уголовный кодекс, не догма, которой я должен всегда следовать. Знание закона рисует мне не столько настоящее, сколько будущее. Я стараюсь работать над пьесой и ролью подобно астроному, который предсказывает, когда и где родится новая звезда. Это удивительно интересно. Если открыть закон создания произведения, можно предсказать сцену или реплику, даже слово, которые появятся через десяток страниц. Возьмите хорошую драматургию, и вы убедитесь, что это так».

Упражнение

Пять точек

*В центре комнаты
устанавливается стул. Один из
актеров садится на этот стул,
«замирает» в какой-то
мизансцене и запоминает ее. В
финале он должен ее повторить.*

*Остальные актеры —
желательно, чтобы их было не
меньше шести-восьми, —
усаживаются в стороне и
закрывают глаза. Режиссер-
педагог вызывает одного актера
из этой группы. Открыв глаза, ак-
тер осматривает мизансцену
сидящего на стуле и старается
запомнить ее. Через 10-15 секунд
по знаку режиссера-педагога
первый актер встает и*

возвращается к общей группе, а второй занимает его место, чтобы в точности повторить исходную мизансцену.

Приглашается следующий актер, и все повторяется в той же последовательности, потом другой актер и т.д., пока, наконец, последний из участников не «замрет» в финальной мизансцене.

Задание состоит в том, чтобы в результате смены исполнителей в конце получилась мизансцена, предложенная вначале.

В финале всей группе предлагается сравнить первоначальную мизансцену с той, что получилась при исполнении упражнения. Для напоминания первый актер еще раз повторяет исходную позицию.

Теперь об основной цели упражнения — определении закона той или иной мизансцены.

Проанализируйте с актерами их ощущения в момент запоминания и в момент воспроизведения мизансцены. Как будто все им ясно, а запомнить и повторить в точности никак не удастся. Как добиться хороших результатов? С чего начать? Прежде всего нужно понять, как эта вещь сделана, т. е. понять ее закон.

Достаточно запомнить положение лишь пяти точек, например: а) левая ступня; б) правая ступня; в) левая ладонь; г) правая ладонь; д) положение головы — взгляд. Для этого не потребуется много времени, во всяком случае нужно гораздо меньше предлагаемых 10-15 секунд.

*Когда нужно будет
воспроизвести мизансцену, эти
точки пригодятся. Они опре-
деляют закон создания
произведения. Закон для того и
нужен, чтобы по нему
строить композицию. Подумайте,
где эти точки в вашем монологе,
в вашей роли?*

*И еще... Актеры часто
запоминают только внешнюю
оболочку «вещи», но этого явно
недостаточно. Закон — понятие
внутреннее, а потом уже
внешнее. Невозможно
профессионально с вещью
работать, не понимая, как она
сделана. Бережь ее, а она
разбавит тебя.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Высший уровень мастерства — создать закон не „до“, а „во
время“, в момент самой игры. Это по силам лишь подлинным про-
фессионалам, которые постоянно находятся „в сговоре“ именно
потому, что они профессионалы. У них есть свои законы, они
умеют „читать“ и уважать законы других и сами могут вместе с
другими создавать новые законы. Первоклассные джазмены,
встретившись друг с другом впервые в жизни, в самом процессе
исполнения создают уникальные законы своих сочинений.*

И тем не менее, они основаны на общих принципах:

- а) прислушиваемся друг к другу;*
- б) мы сочиняем лучшее произведение;*
- в) мы не делаем ошибок;*
- г) если солируем, ведем соло до конца, но помним, что только
то соло хорошо, которое вовремя заканчивается;*
- д) не настаиваем на „своем“ — слушаем „другого“;*
- е) тема исчерпана — заканчиваем;*
- ж) не торопимся — все впереди.*

*Думаю, это применимо и к театру. Запомните правило: точ-
ность исполнения принятого закона — точное звучание темы,
неточность — живое течение темы. И решите, что вам дороже в
данный момент роли».*

*Тренинг — вещь живая. Он живет и меняется, как мы сами и все
вокруг нас. Поэтому, готовясь к встрече с ним, нужно одновременно
учитывать, что вся подготовка может быть разрушена в одно
мгновение*

из-за живой, возникающей каждую секунду, новой ситуации урока. Актеры, студенты сразу понимают, работает педагог по живой ситуации

или по домашней заготовке, слышит он течение тренинга или нет, творчество это для него или просто работа. На творчество — ответят творчеством, на работу — работой.

Для успешного тренинга важно качество того, что педагог придумал для урока и как он проводит сам урок.

Важно и то, что ученики выучили исходя из предлагаемой методики.

Но самое важное и любопытное то, что получилось само собой.

Именно это нужно подробно проанализировать. Педагогу делать это обязательно, а вместе с актерами — еще лучше.

Упражнение

Трансформация закона

До сих пор мы говорили о необходимости распознавать законы, по которым автор построил пьесу, создал ее персонажей. Теперь давайте обратимся к тем законам, по которым идет сценическая жизнь и которые

постоянно подвержены изменению. Эти изменения обусловлены сиюминутностью актерского присутствия на сцене. Актеру, строящему законы своей сценической жизни, не менее важно понять, по каким правилам строит и ведет игру партнер — только тогда есть возможность

организовать поле для совместных действий.

Итак, упражнение для двух актеров.

Станьте напротив друг друга.

Один из вас «лидер». Пусть он не спеша, в одном темпе, меняет по определенному закону

мизансцены своего тела в течение двух-трех минут. Каждая мизансцена должна быть зафиксирована короткой паузой.

Второй актер наблюдает и старается «прочитать», по какому закону эти мизансцены меняются. Как только «лидер» заканчивает показ мизансцен, второй актер обязан не только повторить их в том же порядке, но и сказать, по какому закону эти смены происходили.

В дальнейшем участники меняются ролями.

ВАРИАНТ. Один актер меняет позиции тела по определенному закону. Когда этот закон станет ясен второму, тот входит в игру и теперь они оба по очереди меняют мизансцены, согласно общему для них закону. Главное следовать закону, а не только повторять одни и те же позы. Упражнение может продолжаться одну-две минуты, после чего актеры, по общему согласию, но без слов, должны поменять общий для них закон на новый. Через какое-то время опять смена и т. д. В этом варианте упражнения партнерам нужно пройти три этапа: а) понять закон; б) совместно в нем просуществовать; в) по договору изменить его на новый.

Упражнение

Выбрать закон

У каждого государства есть официальные законы. Но есть и другие законы — неписанные, по которым люди договариваются о совместном существовании. Именно они определяют наш повседневный быт, в наибольшей мере формируют личность каждого. Точно так же и у пьесы,

у роли есть своя «непровозглашенная» конституция, скрытые законы, по которым организована жизнь персонажей.

Начните с простых заданий: а) постройтесь в одну линию по росту; б) постройтесь по цвету волос: первыми «светлые» головы, за ними брюнеты; в) расположитесь по расцветке одежды и т. п.

Эти законы очевидны, и установить по ним порядок построения совсем не сложно.

Но они не вызовут большого интереса, как слишком наглядные и примитивные.

Попробуйте выстроиться в линию по следующим законам:

- а) по цвету глаз;*
- б) по длине носов;*
- в) по размеру обуви;*
- г) по величине ушей и т. д.*

Это чуть интереснее, правда?

Чем примитивнее законы — тем легче по ним существовать. Но чем сложнее они — тем интереснее по ним жить.

ВАРИАНТ 1. *Создайте сами закон. Всеi группой договоритесь о нем между собой, а один актер заранее покидает комнату, чтобы ничего о нем не знать. Когда вы расположитесь, согласно своему закону, в одну линию, актер входит в комнату и в течение минуты отгадывает его. Отгадав, занимает в соответствии с ним свое место в общем ряду.*

ВАРИАНТ 2. *Расположитесь по всей территории студии согласно закону.*

ВАРИАНТ 3. *Придумайте закон передвижения актеров по студии.*

ВАРИАНТ 4. *Постройтесь всеi группой в одну линию или расположитесь в студии без предварительного договора, но по единому закону. То есть, в самом процессе построения сообща сообразите, что же вы строите.*

Предлагайте, но и учитывайте пожелания других. Если хотели одного, а стало получаться иное, не отвергайте это сразу. Не можете понять то, что получается? Не спорьте и не паникуйте — образующийся закон сам вам все объяснит. Пусть он руководит вашим построением. Доверьтесь ему, и

он найдет вам место.

Известный японский писатель Ясунори Кавабата в своей нобелевской речи «Красотой Японии рожденный» советовал молодым поэтам: когда сочиняешь стихи, не думай, что сочиняешь их. Нужно просто довериться.

Упражнение

Игра с мячом

Группа актеров из восьми и более человек становится в широкий круг, лицом к центру. Возьмите теннисные мячи в количестве, равном половине участвующих, и перебрасывайте их друг другу, соблюдая следующие условия: а) актер не имеет права удерживать мяч — он должен тут же перебросить его кому-либо из партнеров; б) нельзя одновременно держать больше одного мяча; в) мяч не должен касаться пола.

Несмотря на то, что на двух участников приходится только один мяч, от вас потребуется внимание. Если, не нарушив правил, вы продержитесь одну минуту, Добавьте еще один мяч. Это усложнит игру. Так продолжайте до тех пор, пока количество мячей сравняется с числом Участников.

Уверяю вас, что это произойдет не скоро, если вы не прибегнете к определенному закону в передачах мяча. Пока мячи перебрасываются в беспорядке, уследить за ними очень трудно и они будут падать на пол. Но если каждый мяч совершает полет по оговоренной актерами траектории, то задача значительно упростится.

Договоритесь о законе передачи мяча. Например, круг состоит из 10 актеров: А, Б, В, Г,

Д, Е, Ж, З, И, К. Пусть 1-й мяч постоянно курсирует по маршруту: А—Б—В—К—А—Б—В—К—А.

2-й мяч: Г—Ж—А—Е—Г—Ж—А—Е—Г и т. д.

3-й мяч: Д—К—З—В—Д—К—З—В. Таким же образом закон передачи устанавливается и для остальных мячей.

ВАРИАНТ 1. *Вся группа актеров перебрасывает друг другу мячи. Законов никаких нет. Пусть каждый для себя определит, с кем он хочет перебрасываться мячом, а с кем нет. Важно заметить и с кем общаются те, с которыми ты хочешь общаться. Создается свой круг. Так постепенно образуются две команды в одной. До какого-то момента они вместе, потом им нужно по уговору в одно мгновение разделиться. Разделившись, каждая команда определяет внутренний закон передачи мячей.*

ВАРИАНТ 2. *Утвердившись в своих законах, внезапно атакуйте команду ваших соседей. Другими словами, ворвитесь в их зону со своим законом. Это внесет естественную сумятицу в их ряды. Трудно жить вместе по разным законам, но интересно и продуктивно. Вначале для обеих команд важно не потеряться и удержать свой закон. А через минуту-две договоритесь и опять разделитесь по новым командам, так, как вы это делали в предыдущем варианте. То есть, создайте новый закон.*

Упражнение

Смена закона

Исходное положение и

основные правила такие же, как и в предыдущем Упражнении.

Задание: не устанавливая заранее закон передачи мячей, создайте его в самом процессе упражнения. Молча, по договору.

ВАРИАНТ 1. Перед началом договоритесь сразу о нескольких законах перебрасывания мячами, а также установите правило, по которому вы будете эти законы чередовать.

Например, вы договорились о двух законах: I — по росту: высокий актер передает мячи только низкорослым и ни в коем случае не наоборот. Самый маленький актер имеет право перебросить мяч только самому высокому; II — по именам, расположенным в алфавитном порядке. Правило передачи такое же, как и в предыдущем законе: первая буква — последующей, последняя — только первой.

Переход с одного закона на другой происходит в том случае, когда самый маленький актер или актер с именем на последнюю букву алфавита нарушит правило и вдруг передаст мяч кому-то не по закону. Это означает, что принятый закон разрушается и начинает действовать другой.

ВАРИАНТ 2. Выполните задание следующим образом: во время игры установите три-четыре закона, а также правило, по которому вы будете их менять.

Смена закона игры во время самой игры — очень сильное актерское средство. Законы, как бы они ни были хороши, требуют частой смены, иначе пропадает свежесть игрового чувства — вы для него прогнозируемы, и оно уходит.

*Например, ваш первый «шаг» такой,
Все! Ваши действия прогнозируемы и потому лишены интереса. И
зритель уже ничего от вас не ждет, а ждет разве что конца спектакля.
Прекращается игра. Уходит чувство.*

*Но чем сложнее жизнь вашего спектакля, вашего персонажа, тем
заманчивее это для вашего игрового чувства. Нельзя давать ему спокойно
существовать, оно постоянно должно разгадывать ваше поведение на
сцене, быть застигнуто врасплох вашими сменами и вообще зависеть от
вас, а не только вы от него. Тогда и жить с вами будет долго и не бросит
вас.*

На рисунке движение роли может выглядеть так:

Рисунок 5

*Чем сложнее и переменчивее дорога, тем больше она требует
энергии. Энергия же приходит только в том случае, если она вос-
требована. На ровной, прямой дороге шофер засыпает (в этом смысле в
России жить не скучно). Если же говорить о зрителе, то сложное
движение вашей роли надолго удержит его интерес к ней. Из
наблюдателя*

*он превратится в активного попутчика. Пройдя с актером сложный
путь,*

*он как бы сам придет к смысловой цели, значение которой после такой
напряженной дороги неизмеримо возрастет. Чем извилистее лабиринт,
тем сильнее катарсис при выходе из него.*

*Идеальным образцом может служить пьеса Луиджи Пиранделло
«Сегодня мы импровизируем», лабиринт, в котором законы композиции,
языка, стиля — все постоянно меняется. Каждый акт, сцена, эпизод —
как*

новое произведение нового автора. Или вообще — новый театр.

*Персонажи пьесы подготавливают западню для зрителей и попадают в
нее*

*сами, потому что вся пьеса — это ловушка Луиджи Пиранделло,
который,*

в свою очередь, сам попал в большую ловушку, каковой является Театр.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Знание законов дает художнику свободу, а ремесленнику —
хлопоты. Незыблемость закона дает уверенность. Но
неподвижный закон — это закон мертвых. Именно отклонения от
установленного порядка спасают роль от пресного
существования. Можно даже сказать, что они поддерживают
высокий тонус жизни роли. Скажу так: нарушения — это основа
перемен в роли, они являются источником вдохновения и
фантазии. Отклонение от закона — это возможность что-то
открыть. Только благодаря нарушениям закон живет и
развивается. Гауди сперва изучил законы архитектуры и только
потом их блестяще нарушил. Пикассо овладел академической*

школой рисунка, прежде чем стал ПИКАССО. Мне скажут, что желание преступить закон свойственно преступникам. Я отвечу, что оно также владеет и артистами. Это чувство - творческое. Это чувство Художника».

Упражнение

Фуга Баха

Движение роли, игра актера должны постоянно идти вперед, не останавливаться. Играть не то, что происходит в эту секунду, а то, что будет в следующую за ней. Находясь в играемой сцене, актер не обязан постоянно в ней быть и следовать ее законам. Можно сказать иначе: находясь в сцене настоящего времени, актеру надо попробовать жить по законам сцены из будущего.

Четверо актеров участвуют в этом задании. Поставьте четыре стула в одну линию на расстоянии 1,5 метра друг от друга. Первый актер подходит к стулу 1 и строит вокруг него четыре различные мизансцены.

Рисунок 6

К примеру: а) облокачивается на спинку руками; б) ставит одну ногу на сиденье; в) садится; г) становится на сиденье коленями. Прodelав эти мизансцены, актер переходит к стулу 2 и сочиняет новые четыре позиции. А в то время, когда он работает со стулом 2, следующий актер повторяет его мизансцены, сделанные со стулом 1.

Рисунок 7

Следующий этап: первый актер переходит к работе со стулом 3, второй со стулом 2, третий со стулом 1. Все синхронно повторяют позиции впереди идущего партнера.

Рисунок 8

Последняя часть упражнения — четвертый актер работает со стулом 1, третий со стулом 2, второй с третьим и первый с четвертым.

Нетрудно догадаться, что в этом задании использован закон построения фуги.

ВАРИАНТ. Попробуйте провести это упражнение с тремя, а потом и с двумя стульями для четырех актеров.

ГЛАВА СЕДЬМАЯ

«Я»

Труднее всего тренировать свое «Я». Сложно тренировать то, что малоизвестно и неуловимо. А главное, понимается всеми по-своему. Кто «Я»? — вопрос гамлетовский, и не решив его, трудно быть актером, общаться с партнерами, со зрителем, наконец, с Персонажем. Мне нравится западный миф, утверждающий, что Персонаж — жив. Но он справедлив не для каждого театра. Например, традиция школы русского театра трактует Персонаж как создание актера. Актер идет от своего «Я»

и создает Персонаж. На Западе по-другому — актер отталкивается от Персонажа и идет к своему «Я». Но я не уверен, что всем всегда ясно, где «Я», а где Персонаж. В повседневной театральной практике мы можем оперировать категориями Я - АКТЕР, Я - АРТИСТ, МОЯ РОЛЬ, МАСКА, ХАРАКТЕР, ПЕРСОНА И ПЕРСОНАЖ, но всегда ли мы определенно знаем, о чем говорим и что имеем в виду? Например, роль: _____ ее можно

*понимать просто как *role* (фр.), или *rotulus* (лат.) — бумажный свиток для*

актеров с записями реплик, или это художественный образ, созданный драматургом и воплощаемый актером. Роль можно понимать как ноты для

*музыканта, как дорожку слов, эмоций, действий. Можно сказать, что это знаковая запись конкретной идеи в художественных формах, что это движение и развитие определенной энергии. Персона по-этруски — *phersu* — фигура человека в маске'; *persona* по-латыни означает и 'маску', и 'лицо', и 'роль', и 'личность'. От этого много путаницы. В разночтениях я*

вижу одну из проблем тренинга разных театральных школ и, как результат, — проблемы современной сцены: актеры пытаются играть вместе, но исповедуют разные мифы.

Упражнение

Баланс

Начните с легкого бега по студии. Меняйте его характер каждые 15-20 секунд: бег спиной вперед, левым боком, правым боком, на носках вперед, потом назад, на пятках вперед-назад, на внешней части ступни, на внутренней части ступни, колени соединены и т.п. После этого передвигайтесь по площадке, кружась влево, затем вправо. Закройте левый глаз, если вы поворачиваетесь влево, и правый — если поворачиваетесь вправо. По сигналу режиссера-педагога резко остановитесь. Закройте оба глаза и, стоя на одной ноге, удерживайте равновесие. Это самый важный момент упражнения. Чем быстрее восстановите баланс, тем более высокий балл можно поставить вашему психическому и физическому состоянию, вашей креативно-художественной кондиции. Короче, вашему «Я». Если же артист долго не может восстановить баланс, если его бросает в разные стороны, то это, как правило, признак неуверенности в себе, сомнений, неготовности к творчеству, скрытых внутренних комплексов, а порой и физического недуга. Чтобы скорее добиться баланса, максимально вытягивайтесь кверху. Не ищите «Я» по горизонтали, только — по вертикали.

ВАРИАНТ 1. Сделайте это упражнение без сигнала к остановке. Сами решите, в какой момент вы готовы для верти-

кального баланса. Должны быть периоды подготовки, разгона и момента взлета. Представьте себе, что это самый важный момент вашего монолога, вашей роли. Все готовится именно для этой минуты. Тут сомневаться нельзя. Это вершина, к которой Вы стремитесь.

*_____ **ВАРИАНТ 2. Определите 8-12 различных характеров движения (на носках, на пятках, спиной назад и т. д.) и мысленно составьте из них композицию⁴. Пусть ее финалом будет баланс (на одной ноге с закрытыми глазами). Это — вершина. Пройдите всю композицию сначала мысленно, а потом реализуйте в движении. Каждая часть ее должна быть осознана вами как определенная ступенька на пути движения к вершине, к встрече с основным событием, к определенному открытию.***

ВАРИАНТ 3. Это упражнение можно с успехом использовать в конкретной работе над ролью или отдельным монологом.

Разделите свою роль на композиционные части, чтобы она представляла для вас образ определенной дороги. Из всех уже опробованных в этом упражнении движений выберите те, характер которых, на ваш взгляд, в какой-то степени отражает особенность каждой части композиции. В финале, когда вы установите баланс, произнесите ключевое слово или фразу из вашей роли, к которым вы и стремились. Может быть, здесь происходит встреча «Я» и

Персонажа?

4 Этот вариант упражнения скорее относится к работе актера над композицией роли, но так уж повелось, что я всегда предлагаю его делать актерам в связке с поиском баланса, равновесия, своего «Я». Поэтому я решил, что пусть так и остается в книге. И вообще, очень мало упражнений, которые отвечали бы только за одну часть и не затрагивали другой части тренинга.

165

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Если слушают рассказчика и верят ему, начинают верить его слову. Важно присутствие Личности на сцене, так как прежде доверяют ей, затем миру, в котором она живет, то есть роли. И только потом — технике, то есть исполнению. Тут нужно договориться, потому что для меня личность человека и личность актера — это разные понятия. Хотя они в определенной мере взаимосвязаны, а иногда даже трудноотделимы друг от друга, но тем не менее, они не одно и то же... Нельзя считать, что актер — это только профессия. Все-таки это самостоятельное существо. И разговор с ним должен быть отдельным. Должно быть ясное звучание Человека и Актера отдельно и вместе. Вместе — это и есть „Я“.

Это раньше ценился исполнитель с так называемым „большим жизненным опытом“, который считался богатством его „Я“ и непременно использовался на сцене. Но сегодня, мне думается, театру нужен другой актер — чистый. Мусор „опыта“ только засоряет его».

Упражнение

Вертикаль

В Древней Греции место для строительства театра выбирали так: если храмы богов располагались на вершинах гор или, во всяком случае, достаточно высоко, а рынок строился внизу, то площадку для театра всегда искали между ними, чтобы он как бы объединял их. Связывал Верх и Низ. В этом виделось предназначение Артистов — приближать божественные идеи к людям.

Представьте себе, что вы стоите в сильном луче света, падающем сверху. Речь идет о настоящем — вашем «сейчас», вашем ощущении себя как Личности, как Художника.

Назовем это «чувством вертикали». Осознать себя частью этого самого луча значит

постичь свою вертикаль.
Установите ровное, спокойное
дыхание. Постойте некоторое
время с закрытыми глазами.
Пусть внутри вас звучит звук Я.
Теперь отклоняйтесь от
«вертикали» назад, до предела
возможностей тела. Уходите из
настоящего в прошлое. Воз-
вращайтесь к началу, к истоку
самого себя, чтобы понять,
откуда вы. Делайте это не спеша,
не сходя с места. Прошлому
соответствует звук А.
В критический момент
утраты равновесия удержите его
и возвращайтесь к своей
«вертикали» в настоящее — звук
Я.

Установив заново баланс,
наклоняйтесь вперед, чтобы
заглянуть в свое будущее и
ответить на вопрос: куда вы
идете? Будущему соответствует
звук О.

И опять, как маятник,
возвращайтесь в «прошлое»,
через точку «настоящего».
Настоящее «Я» существует
мгновение.

ВАРИАНТ 1. Монолог, роль
или сцена тоже имеют свое
время: прошлое, настоящее и
будущее. Используя данное
упражнение в конкретной работе,
актер может вместо звуков
использовать слова или фразы
текста, соответствующие тому
или иному времени.

ВАРИАНТ 2. В роли есть
элемент раскачивания, как у
маятника. Монолог может
раскачиваться так до
критической точки и двигаться
назад и опять вперед. Определив

эти точки в тексте вашего монолога, соедините его с упражнением.

Попытайтесь сделать так, чтобы время проведения упражнения постепенно стало соответствовать реальному времени произносимого монолога.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«„Настоящее " образуется между тем, что было, и тем, что будет, и существует лишь мгновение. Так и „Я". Помните опыт, из школьной физики, когда в двух металлических шарах накапливался электрический потенциал и в критической точке между ними с треском проскакивала искра? Так вот и „Я" — это тоже мгновение, это рождение.

И энергия сцены должна рождаться как искра между шарами.

Чем ярче „вчера " и „завтра ", тем яснее будет „сегодня ". Чем больше в работе над сценой мы познаем ее „прошрое" и „будущее", тем точнее откроется ее настоящее.

„Я" находится между точкой „откуда" (вы пришли) и „куда" (вы идете). Причем эти точки рассматриваются отдельно, как с точки зрения человека — персоны, так и с точки зрения актера — мастера.

Точно так же, как существуют люди прошлого, настоящего и будущего, есть актеры прошлого, есть актеры, ориентированные на настоящее, а есть те, кто смотрит в будущее.

На отклонении от вертикали и возвращении к ней построена одна из самых старинных и популярных игрушек. В России она называется „неваляшка" или „ванька-встанька", в Германии - „Stehen auf Menschen", в Италии — „Clessidra". Как ни пытайся ее повалить, она все равно встанет, вернется к себе, в вертикальное положение. В этом главный принцип: отклониться, чтобы вернуться. Если игрушка не будет отклоняться, как и если она перестанет удерживать вертикаль, она утратит свой игровой смысл. »Я" — это уйти и вернуться, чтобы опять от него уйти и опять вернуться, чтобы открыть. Так и в театре: нужно определить "вертикаль" роли, сцены и постоянно играть с ней — уходить и возвращаться».

Упражнение

Секунда страха

Встаньте на небольшое устойчивое возвышение так, чтобы часть ваших ступней находилась за его краем.

Наклоняйтесь вперед до предела возможностей. Делайте это, так чтобы не упасть и успеть в последнее мгновение вернуть себе равновесие.

ВАРИАНТ 1. Постройте «вертикаль», стоя спиной к открытому пространству, и начните медленно отклоняться назад. Боритесь за свое равновесие и не падайте.

Удерживайте свое «Я». Запомните момент на грани потери равновесия. В нем — верное актерское самочувствие в высшие моменты роли. До этого момента актер играет с ролью, как бы «раскачивает» ее. А эта секунда — откровение его «Я». Ради нее и идут на сцену. В ней все: и страх, и радость. И это нормально — боишься идти на сцену и в то же время не можешь жить без нее.

ВАРИАНТ 2. Сделайте то же самое с закрытыми глазами. Будьте осторожны, ведь вы рискуете упасть. Но игра — это всегда риск, и никто не знает, чем она закончится. А если знать, то это будет что-то другое, но не игра. По словам булгаковского Иешуа, нет большего порока, чем трусость. Для актерской профессии этот порок губителен. Страх перед новым несовместим с долгом и призванием артиста.

ВАРИАНТ 3. Сделайте все варианты этого упражнения, используя текст роли, над которой вы работаете. Вы услышите новые интонации и возможности своего голоса, уловите новые сочетания движе-

*ния своего тела и текста,
сделаете неожиданные открытия
в композиции и даже в
содержании материала.*

*Используйте эти открытия в
спектакле.*

Упражнение

Борьба равновесий

*Станьте с партнером лицом
друг к другу, установив ступни
ног так, чтобы они
располагались по одной линии и
касались одна другой. Теперь
попытайтесь короткими
толчками нарушить равновесие
своего партнера, сбивая его с
установленной позиции. При
этом самому нельзя сходить с
места.*

*В последний момент, когда
ваш партнер уже готов упасть,
удержите его, помогите
восстановить баланс. Здесь
важна не победа, а сам процесс
игры с равновесием. Важно
также тренировать умение актера
мгновенно менять
направленность и характер его
действия, менять свой знак —
«за» на «против».*

*Повторите упражнение, стоя
на одной ноге, боком, спиной
друг к другу.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Есть „Я“ актера-человека и есть „Я“ актера-Артиста. Есть
„Я“ человека, есть „Я“ Персонажа. Для меня „Я“ Персонажа
всегда свободно, а „Я“ человека ограничено. Вот это противоречие
между свободой духа и ограниченностью реальных сил рождает
энергию движения к „Я“ идеальному.*

Знаете ли вы, что такое „сатори“?».

Упражнение

Карниз

*Станьте лицом к стене, ноги
вместе, носки врозь (первая
балетная позиция). Представьте*

себе, что вы стоите на узком карнизе высотного здания, ширина которого не больше ширины ваших ступней.

Ухватиться вам не за что. Чтобы не упасть, вам необходимо «прилипнуть» к стене всем телом. Задание: установив равновесие, развернитесь так, чтобы оказаться спиной к стене. Не торопитесь, нужно успеть построить равновесие в новых, непривычных условиях.

Потребуется время, чтобы установить контакт со стеной, «договориться» с ней. Только достигнув такого согласия, начинайте менять положение тела. И учтите: каждая новая позиция требует корректировки баланса. На одном общем «Договоре» не удастся пройти весь путь. Нужно поэтапно: договорился, прошел какую-то часть. Опять новые условия — новый «договор» и новое продвижение. И так до конца. Прodelайте упражнение несколько раз, меняя исходную позицию: то лицом, то спиной к стене.

ВАРИАНТ. Станьте вместе с другими актерами на «карниз» и возьмитесь за руки. Всем нужно поменять позицию по отношению к стене или, что намного сложнее, поменяться местами.

Руки разъединять нельзя.

Помогайте друг другу.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Мне всегда важно договориться с актером о том, как его „Я“ общается с ролью — как с Персоной или как с Персонажем. Различие в подходе коренным образом меняет методику моей работы с актером. Например, когда актер произносит имя „Гамлет“, кого он имеет в виду? Если реально существовавшую

Персону, то и театральная история о ней требует рассказа о жизни конкретного человека. При этом на первый план выйдут его взаимоотношения с матерью, друзьями, врагами, любимой девушкой, отцом и т. д. Этот человек кого-то любил, кого-то нет, страдал от одиночества и предательства друзей, короче говоря, переживал реальные человеческие чувства. Иначе говоря, я предлагаю актерам понимать Персону как личность человека. Но если Гамлет воспринимается актером не просто как человек, а как энергетический сгусток идей, особое мировоззрение, определенный миф, то это уже иная область исследований. Большая часть его направлена не на всевозможные проявления человеческого характера, а на исследование определенной философской и эстетической позиции, на вопросы константных ценностей жизни. Такой путь наполняет актера мощной энергией идеи и мифа. Я говорю актеру: „Гамлет как человек — мертв, как Персонаж он жив. Вот и вопрос, чем ты хочешь заниматься — мертвым делом или живым?" Актеру надо решить, что предлагать зрителю — страдание отдельного человека или страдание целого мира?

Занимаясь исследованием Персонажа, актер создает такой театр, в котором существуют не просто „живые" люди, а художественные образы — миры. Может показаться, что исключение

“человека " из роли лишает ее эмоционального разнообразия, но это так. Художественный мир так же может страдать, любить и ненавидеть, как и человек. Только выражаться эти чувства будут иначе, несравненно богаче, сильнее и разнообразнее. Этого не надо бояться — „человеческое" всегда будет присутствовать на сцене реально, видимо. Во-первых, потому, что его играет живой актер. А во-вторых, жизнь персонажа воздействует и на психологическую жизнь актера на сцене, которую актеры так высоко ценят. (Я думаю, потому, что не пробовали другой.)»

Упражнение

Молния

Это упражнение поможет вам воспитать в себе важнейшее для артиста качества — азарт, способность рисковать, а также включать в работу то, что мы с вами редко включаем, — инстинкт, подсознание. Это упражнение поможет вам полюбить молниеносную реакцию на сцене, когда нет

времени на обдумывание.

Четыре артиста становятся так, чтобы образовался прямоугольник с диагональю 10-12 метров. По сигналу режиссера-педагога бегите на место партнера, стоящего от вас по диагонали, все вместе и одновременно. Теоретически при равном расстоянии и одинаковой скорости ваши пути должны пересечься в одной точке и в одно мгновение. Тогда-то и создастся оптимальное для тренинга положение, требующее от вас молниеносного решения, моментального договора.

Ситуацию нельзя до конца спланировать и рассчитать заранее — все решит инстинкт. Внутренняя подготовка к этому мигу может длиться долго, но сам он — как вспышка молнии. Михаил Буткевич, один из моих замечательных педагогов, любил повторять: «Искусство возникает молниеносно, тогда, когда вы не успеваете подумать». Так, я полагаю, рождается «Я». Это же сатори. Вы знаете, что такое сатори?

ВАРИАНТ. По центру каждой стороны прямоугольника поставьте по актеру. Теперь в точке встречи сойдутся восемь человек. Бегите, как по рисунку английского флага, — из середин всех сторон и из углов, соединяясь в центре и меняясь местами.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Персонажи живут вечно, вне конкретного места и времени, и энергетически присутствуют среди нас, общаются с нами. Но не каждое действующее лицо пьесы обладает таким энергетиче-

ским потенциалом, какой позволил бы назвать его Персонажем. Некоторые действующие лица несут только функциональную, сюжетную нагрузку. Чем выше уровень драматургии, тем меньше в ней вспомогательных фигур. Треплев и Шамраев из „ Чайки" -это реальные люди, но один создан Чеховым как Персонаж, другой — как Персона. Заниматься Шамраевым как Персонажем значит искусственно „раздувать" его — он этого не выдержит, хотя теоретически такое возможно. Относиться к Треплеву только как к Персоне значит обеднять роль. В судьбе Персонажа автором всегда заложена энергия особой идеи, особого мифа. Важно определить ее, напитаться ею и воплотить на сцене».

Упражнение

Моя карта

ИГРА ПЕРВАЯ. В этом упражнении используется колода из 36-и обычных игральных карт. Известно, что самая главная среди них туз, затем следуют король, дама и так далее до низшей — шестерки. Пусть каждый актер возьмет из колоды по одной карте, которая будет символизировать его в карточной иерархии. Не показывая друг другу своих карт, попытайтесь внутренне воспринять значение вашей ступеньки. Не примитивно ее иллюстрировать, а постараться осознать себя, свое «Я» в соответствующем ранге. В течение двух-трех минут, сопоставляя свою ступень со ступенями других актеров, постройтесь в одну линию, согласно значениям ваших карт. Затем откройте их и проверьте правильность построения. Когда добьетесь того, чтобы вся группа работала без единой ошибки, продолжите упражнение с колодой из 52-х карт — от туза до двойки. Это, естественно, значительно усложнит поиск.

Жизненный опыт

подсказывает нам важность умения определять свой уровень. Человек, не чувствующий его, выглядит в лучшем случае смешным, а иногда — просто хамом. Подобное впечатление оставляет и артист, не ощущающий «своего места» в сцене.

ИГРА ВТОРАЯ. При разборе карт одни артисты получают красную масть — черви и бубны, другие — черную: пики и трефы.

Представьте себе, что полученный цвет — это ваша качественная характеристика. Это должно быть ясно и вашим коллегам. Не забудьте распознать также и их цвета.

После сигнала построитесь в две линии против друг друга: одна с красной мастью, а другая, напротив, с черной. Затем откройте карты и сравните, что у вас получилось.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Я убежден, что персонажи живы, если верить в то, что живы мы — актеры. У персонажей есть свой мир, своя жизнь, своя судьба. У нас, актеров, иная. И мы и они ищем то, в чем можно отразить себя. Но разве персонаж не является лучшим отражением для актера, его играющего? Не потому ли актер хочет сыграть какой-то определенный персонаж, стремясь к большей зеркальности, лучшему качеству отражения своего „Я“? Если персонаж отражает актера, т. е. выполняет функцию зеркала, значит, к нему мы должны предъявить прежде всего требования чистоты и глубины. Но эти же требования персонажи предъявляют и к нам, к нашему идеальному „Я“. Актеры предпочитают играть роли, в которых они отражаются, а персонажи предпочитают актеров, в которых они отражаются лучшим образом. За счет отражения и те и другие открывают новое в своих „Я“, за счет открытия нового знания они меняются, а значит, остаются живыми».

ИГРА ТРЕТЬЯ. Разобрав колоду, построитесь через какое-то время в две линии. В одной — обладатели только четных карт

(2, 4, 6, 8, 10, дама, туз), в другой — только нечетных (3, 5, 7, 9, валет, король). Уловите качество: «четный человек» вы или «нечетный». Определите позиции партнеров: кто с вами, кто — против. Построившись в две линии, откройте карты и сравните результаты.

ИГРА ЧЕТВЕРТАЯ. Разберите колоду, но «рубашкой» вверх — так, чтобы вы не знали, какая у вас карта, — и, подняв карту над головой, откройте остальным.

Никто не знает своей карты, зато каждый знает карту партнера.

Ваши коллеги оценивают вас, а вы их. Задание то же — определить свою ступеньку на общей лестнице. Короля играет свита.

ИГРА ПЯТАЯ. Получив карту, примите ее значения. То есть, вы и «красный» или «черный», и «четный» или «нечетный», и «высокий» или «низкий».

Оцените также по всем этим качествам и своих партнеров. В предыдущих упражнениях вы знали, в каком порядке надо построиться в финале, а сейчас это вам неизвестно.

Договоритесь о схеме сигналов и будьте готовы к любому варианту, который предложит режиссер.

Понять Гамлета намного легче, чем самого себя, это ясно всем. Тренировка и восприятие чужого «Я» требует в то же время хоть какого-то размышления о собственном «Я». Может же ученик, как Отец — персонаж из пьесы Л. Пиранделло «Шесть персонажей в поисках автора», спросить учителя: а ты сам кто

*такой? Непростой вопрос. Но, не
ответив на него, как прийти на
урок?*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«На Востоке считают, что полное познание своего „Я” —
это и есть счастье. Понятно, что это долгий путь к вершине. А
что там — непонятно.*

*В начале XVII века по приказу японского правителя Токугавы
Изясу буддийским монахом Тэнкай были установлены семь ступе-
ней счастья: сила, удовлетворенность жизнью, материальное бла-
гополучие, честность, долгая жизнь, известность и мудрость. Для
каждой из них была определена своя школа.*

„Я” и мои семь школ.

*Я родился 9 августа 1947 года в Одессе и вырос в
театральной среде — актеров, режиссеров, сценографов и
драматургов. Это было поколение интеллигентных людей,
душевно чистоплотных и фанатично преданных Театру. Свою
жизнь среди них я считаю моей первой школой.*

Но они умерли. Все. А я утратил их лучшие качества.

*Один из последних учеников К. С. Станиславского руководил
моей следующей школой. Он был старый и добрый. Был в полной
мере удовлетворен собой, его театром и жизнью вокруг. Его уже
нет — как и той жизни и того театра. Он старался успеть пере-
дать мне „систему” своего учителя, как говорится, из первых рук
в последний момент. Но она была мне неинтересна, и я ее тогда не
принял.*

*Окрыленный фактом молодости и видимости знаний, я ис-
колесил вдоль и поперек 1/6 часть земного шара, ставя спектакли в
крупных столицах и провинциальных городах. Учился взлетать и
падать. Находить в себе веру и самоуничтожаться. Эти мои те-
атральные скитания стали третьей и очень непростой для меня
школой.*

Слава богу, она кончилась, но я что-то стал понимать.

*На следующий день после того, как мне исполнилось 36, я
бросил все и уехал учиться в Москву. Опять начав с азов, я вскоре
оказался в мастерской известного режиссера и педагога. Мне
нравилась его школа — моя четвертая, потому что в ней учились
все. Даже учителя. И это было честно.*

Но мне уже было 40.

*Потом „перестройка” разрешила этим уже немолодым
людям открыть свой театр. Они назвали его правильно —
„Школа драматического искусства”. Правильное имя —
счастливая жизнь! И я остался там работать. И учиться в своей
пятой школе. И жить.*

Но уже без семьи.

Как-то ко мне пришли ученики и спросили... Так я стал опять учиться учительствовать. Несколько лет я собирал по крохам знания о театральной педагогике, создавал свой метод. Когда создал — мне пришлось бросить свой театр и свою страну.

Я обучаю актеров и режиссеров в театрах и школах разных стран мира, и они мне за это шлют открытки на Рождество. Я стал писать книги о профессии. Так я опять учусь и узнаю что-то о театре.

Это для меня — седьмая школа.

Я прошел все ступеньки счастья и, по плану японского правителя XVII века, нахожусь на вершине блаженства.

Но здесь я остался совсем один. „Я“ и больше никого.

Значит, это японское счастье.

Так знаете ли вы, что такое „сатори“? Час... день... месяц. А может, и жизнь? Удар кистью, как ножом. Штрих пером, как укол иголкой. „Сатори“ — Озарение. В этом мгновении соединилось все: дни и годы, мысли и размышления, смена всевозможных идей и решений. Все Школы. Вся энергия Человека и Художника. Все сконцентрировалось в эту долю секунды и... родилось „Я“! Вот это и есть творчество — всего себя выразить в одном мгновении „Я“. Сатори — красивое иностранное слово».

ГЛАВА ВОСЬМАЯ

«Я + ты»

Современный актер должен корректировать, соотносить свое «Я» с тремя основополагающими объектами — искусство, партнер и персонаж.

Сперва регулируется ситуация «Я» и Театр, затем «Я» и роль, затем «Я» и партнеры.

Эта глава о партнерстве. С точки зрения философа Мартина Бубера, можно сказать, что «Я» — это всегда «Я и Ты» вместе. Играть с партнером, вести совместно диалог — это постоянно искать друг друга, находить, помогать, догонять, обгонять и вместе проходить сложные узлы

композиции. Игра будет получаться, если друг другу давать, а если все время забирать, то ничего не получится. В диалоге нельзя быть выше собеседника, общаться свысока. Надо допускать мнение и позицию другого. Партнеры должны быть одного уровня! Как в джазе.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Нельзя лепиться друг к другу, надо давать свободу в предложениях, в действиях, в мизансценах, во всем. Надо делать все, чтобы освободить пространство партнеру, оставлять ему воздух для игры. Каждый ход должен что-то предлагать, открывать партнеру, даже если партнер выглядит „закрытым“».

Открытая игра всегда притягивает. Это как открытая дверь, куда хочется войти.

Известный русский режиссер Анатолий Эфрос говорил: „Я могу репетировать даже с врагами“, — и он умер от разрыва сердца. Математика — основа для репетиций с врагами, поэзия — для друзей. Но в театре с этим всегда путаница. Вот и он ошибся».

Упражнение

Падение

Четыре артиста становятся в одну линию, в метре друг от друга. За их спинами — четыре партнера. Актеры, стоящие на передней линии, по очереди падают спиной назад, а коллеги ловят их, подхватывая под мышки, у самого пола.

Падать нужно не суетясь и не сгибаясь. Легко и свободно.

Не думайте о приземлении — думайте о полете. И главное, не бойтесь — сзади ваш партнер.

В момент падения назад произносите звук А. Падение с коротким вскриком. Если падение вперед, тогда используйте звук О.

Сделайте то же самое, но с закрытыми глазами.

Следующий этап — сокращение числа актеров, стоящих за вашими спинами. Теперь в линии «падающих» по-прежнему четыре человека, а в линии «ловящих» уже только три.

Когда вы окончательно поверите в способности партнеров, сократите вторую линию до двух человек.

Страшно, когда вы с закрытыми глазами падаете назад, точно не зная, сколько там партнеров. Четыре? Три? Два? Один? Верьте в партнера, и вы

никогда не упадете. А если и упадете, то никогда не ударитесь. А если и ударитесь, то все равно вставайте и начинайте с самого начала, с веры в себя и в своего партнера.

Упражнение

Пушинка

Возьмите птичью пушинку.

Почти не-весомую, чтобы реагировала на малейшее движение воздуха. Поиграйте с ней — подуйте на нее. Погуляйте, положите ее себе на плечо, на лоб — приучите ее подчиняться любому вашему желанию.

Продолжайте игру с летающей пушинкой, но не сходите с места.

Пригласите партнера.

Дуновением передавайте пушинку друг другу. Продолжайте игру, не сходя с места.

Научитесь вдвоем «укладывать» пушинку на пол.

Ведите игру с ней во время словесного диалога.

ВАРИАНТ 1. Разделив группу на две команды, проведите между ними границу. Пусть кто-нибудь не участвующий в упражнении подбросит пушинку вверх над границей, и тогда начинайте сообща дуть на нее, пытаясь уложить на территорию другой команды.

ВАРИАНТ 2. Задание для групповых занятий: образовав большой круг, поднимите вашим дыханием пушинку, лежащую в центре круга. Поиграйте с ней минуту и положите туда, откуда взяли.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«„Инь ” и „ян ” — два неразлучных начала. Две энергии.

Бывает, что нужен тренинг, энергия которого перед спектаклем наполнит актера. В этом случае, когда зритель входит, актер уже в пути – в роли. Спектакль и актер идут впереди публики. Тогда зритель вынужден их догонять. Это тренинг „ян" — наполняющий, мужской тренинг.

Но есть тренинг „инь" — женский, который перед спектаклем очищает, освобождает и опустошает актера, для того чтобы во время спектакля он мог набирать. Актер начинает спектакль с нуля и наполняется энергией на глазах у зрителя. Тогда спектакль — это время, когда роль постепенно наполняется содержанием, чувством, смыслом и т. д. Для этого должен быть иной тренинг и иные упражнения. Это подготовка поля, чтобы на нем появились всходы, это земля, ожидающая дождя, чтобы ответить травами. Но запомните, что „инь" и „ян" всегда вместе, их диалог не прекращается».

Упражнение

Диалог со свечкой

Свеча — в вытянутой перед собой руке. Игра строится на изменении позиции пламени. Вы руководите его положением, его активной или замирающей жизнью. Это можно делать стоя, за счет вашего дыхания. Или так: вы стоите не двигаясь, а рука со свечой движется вокруг вас.

Проведите упражнение на бегу, меняя скорость и характер бега.

В вариантах это упражнение можно сочетать с текстом.

Упражнение

Сиамские близнецы

Договоритесь о совместной работе с кем-либо из приглянувшихся вам сегодня партнеров. Соединитесь боком, как сиамские близнецы, и походите вместе или побегайте.

Потом «сраститесь» только руками, плечами, головами, животами и т. д. Соединяйтесь не только внешне, но и в общем мышлении. У вас два тела, но интеллект, психика, спектр

эмоций — одни на двоих.
Теперь повернитесь друг к
другу спиной и соединитесь: а)
только спинами; б) только
затылками; в) только тазом; г)
только точкой «третьего глаза».
Ощущения будут различны, и
потому после упражнения
полезно их сравнить:
соединитесь головами — будет
одна жизнь, соединитесь грудью
— будет другая. Придумывайте
любые соединения, не сковывая
своей фантазии.

ВАРИАНТ 1. Ваш партнер с
закрытыми глазами. Положите
центр ладони на его темя и
зафиксируйте это положение.
Ваши движения по площадке не
ограничены, вы — лидер, он
обязан слушаться вас.
Через 15 минут поменяйтесь
ролями.

ВАРИАНТ 2. Попробуйте
использовать это упражнение
для поиска ваших взаи-
моотношений с персонажем.
Представьте себе, что персонаж,
который вы собираетесь
воплотить, перед вами. Зная всю
композицию роли, проведите
свой персонаж через ее
лабиринт, через все взлеты и
подъемы, через бурные и
спокойные места, меняя ритм и
характер движения.

ВАРИАНТ 3. Положите
правую руку на темя друг друга и
походите так вместе по студии
минут 15-20 как единое существо.
Это значит, что нужно не только
двигаться вместе, но и
чувствовать, и мыслить, и
сочинять, как один. Подлинное
единство может возникнуть

*прежде всего на фундаменте
вашего уважения к партнеру.
Недостаточно только слышать
каждое минимальное (внешнее
или внутреннее) движение
партнера и точно отзываться на
него, необходимо принять его как
свое. Или, точнее, как часть
своего. Потому что согласие,
возникнувшее как результат
компромисса партнеров, не так
высоко по качеству, как согласие
комплементарное, т. е. когда что-
то одно дополняет что-то другое.
Как ключ подходит к замку, так
партнер — к партнеру.
Упражнение требует
ассистента, который следит за
вашей безопасностью.*

*Проведите это упражнение в
композиции вашей совместной с
партнером сцены, а со временем
добавьте в работу и текст
диалога.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«„Игровой театр: Я + Персонаж, психологический театр: Я
= Персонажу (или Персоне) ". Важно понять, что вы исповедуете
— равенство или сложение. Это разные арифметические
действия и разные Театры. Нельзя играть, когда партнеры
существуют в одной сцене, но в разных Театрах.*

*Но не каждый умеет складывать. Соединение двух существ
-Персонажа и Актера — в одно строится прежде всего на единой
вере. В театре можно услышать: „Я сегодня играл Гамлета ", —
но трудно себе представить, чтобы актер сказал: „Сегодня
Гамлет играл мною". Мы не готовы к тому, чтобы Гамлет играл
нами. По так игры не получится — это всегда двусторонний
процесс: »Я+ТЫ"».*

Упражнение

Второе тело

*Представьте себе, что перед
вами находится ваше тело. Оно
как бы выдвинулось вперед на 10-
20 сантиметров. И вы должны
это тело, свое второе тело, дви-
гать вперед — назад — влево —*

*вправо, усаживать его,
укладывать на пол и т.д. При
продолжительном исполнении
этого упражнения вы
действительно ощутите, что
ведете вперед себя абсолютно
конкретную массу, даже
почувствуете усталость.*

Повернись ко мне!

Я тоскую тоже

Осенью глухой.

Упражнение

Игра с тенью

Аналогичное упражнение

*делается при специальном
освещении студии, чтобы на
стене возникали тени. Сперва
актер должен научиться
создавать композицию из
определенных движений своей
тени, затем — попытаться
создать целую историю. Ну и,
наконец, попробовать сыграть
своей тенью, без слов сцену или
монолог из роли. Потом можно
попробовать с текстом.*

*Это упражнение, как и
предыдущее, выносит интерес
актера во время игры «вне себя».*

*Его аппарат настраивается на
Художественную, созидательную
работу, которая прежде всего
происходит вне его. Это
разделение приводит к игре с
тем, что находится снаружи.*

*Благодаря образовавшейся
игровой дистанции актер зани-
мает позицию автора — игрока,
лидера, «машиниста» роли.*

*ИЗ ИНТЕРВЬЮ ШВЕДСКОМУ ТЕАТРАЛЬНОМУ ЖУРНАЛУ
«THEATER»*

«Во-первых, я верю в древнейший театральный миф:

*Персонаж жив. Он влияет на жизнь и судьбу актера. Об этом
пишет в своих пьесах гениальный Луиджи Пиранделло.*

Во-вторых, для меня не существует вопроса: „Пишут черни-

лами или пером?", „Я пишу или мною пишут?", — в театре эти два совершенно разных процесса соединены в один. Этот парадокс составляет уникальность актерского творчества: исполнитель и инструмент в одном существе — исполнитель играет на инструменте, инструмент играет на исполнителе. Актер играет с Персонажем вместе. Художник создает образ, но и образ создает Художника».

Упражнение

Роль роли

Теперь роль «роли» будет исполнять ваш партнёр. Он закрывает глаза и повинуется вашим желаниям. Вы кладёте ладонь левой руки на его темя, так чтобы центр ладони оказался там, где расположен энергетический центр темени и ведете партнёра по собственному усмотрению и фантазии. Важно то, что сейчас вы имеете дело с живым человеком. Вы лидер, а он ведомый, но природа партнёра будет, тем не менее, достаточно сильно влиять на ваши решения. Важно, чтобы бытие персонажа все более и более приобретало форму живой конкретной субстанции, со своими желаниями и особенностями. Вы обязаны считаться с жизнью другого существа, с его желаниями, намерениями и особенностями. Вспомните предыдущие три упражнения. В первом из них воображаемая субстанция находится впереди. Поле игры — вне актера. Возникшая дистанция обеспечивает игровую позицию для диалога на этом поле. От воображаемой субстанции переходим к видимой: ваша тень — это уже что-то более осязаемое. Последний этап —

конкретное живое существо. Так в упражнениях актер постепенно приучается к тому, что персонаж — это вполне живая субстанция. Актер не один. Есть его партнер — персонаж. С ним нужно вести диалог, а не просто им руководить. Диалог помещает их в одно поле. Персонаж влияет на актера и меняет его. Между актером и персонажем устанавливаются резонансные отношения. «Я +ТЫ» — это одно создание.

Упражнение

Насос

Встаньте напротив друг друга на расстоянии 1,5 метра.

Представьте себе, что вы работаете как два насоса в одной связке: общий объем воздуха, один выдыхает, а второй вдыхает. Сколько ваш партнер выдохнул, столько вы можете и вдохнуть. Не больше, не меньше. Не торопитесь. Постарайтесь растянуть вдох и выдох как можно дольше.

Когда вы вдыхаете —

почувствуйте себя пустой формой, в которую ваш собеседник вливает, закладывает свои слова, мысли, чувства.

Отбросьте все свои личные оценки, забирайте все. Когда вы выдыхаете, отдавайте все до последней капли, наполняйте партнера до краев. Попробуйте делать это плавно, а потом короткими импульсами.

Сделайте это упражнение не сходя с места, с фиксированной дистанцией, а потом меняйте ее, ходите по студии, придумывайте всевозможные мизансцены,

вверху — внизу, близко — далеко и т. д. В начале упражнения пусть обмен дыханием происходит только за счет воздуха, потом используйте один звук А. Затем пусть каждый возьмет себе свой звук, например А и У. В дальнейшем используйте любые гласные звуки (можно и согласные). Составьте композицию диалога в звуках, согласно сцене, над которой вы в настоящее время работаете с партнером. Потом переходите к работе с текстом вашего диалога.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Можно сказать, что Персона и Персонаж в какой-то степени соотносятся как понятия Актер — т. е. только профессия, владение знаниями в определенном ремесле, и Артист — уникальное художественное мировоззрение, особая творческая позиция, своя тема в творчестве. Актер — это исполнитель чужой воли, Артист — это творец, исследователь. Второе понятие является более емким и включает в себя не только профессиональные навыки, но и этику, эстетику и философию художественной личности. Из зала сразу видно, кто вышел на сцену, Актер или Артист.

Можно также и территорию сцены воспринимать с разных позиций: или это место, где рождаются и живут люди, или это место, где рождаются и живут идеи. Либо искусство театра занимается отражением бытовой реальности, либо это абсолютно иная планета, требующая другого мышления, общения, других эмоций, особых идей и лишь в некоторой степени соотносящаяся с планетой людей».

Упражнение

Легкий флирт

Вся группа свободно передвигается по площадке. Каждый актер в течение одной-двух минут должен без слов и видимых знаков «договориться» с одним из партнеров о создании пары. По сигналу педагога все «договорившиеся» должны без ошибок соединиться в свои

пары.

Повторите это упражнение несколько раз, всякий раз выбирая нового партнера, сокращая время поиска и увеличивая скорость передвижения.

ВАРИАНТ 1. Свободно двигаясь по студии, найдите партнера и договоритесь с ним. Запомните этот союз. Назовем его А.

Продолжая движение, найдите себе нового партнера — это будет союз Б. Удерживайте обе эти связи. Определите сигналы педагога: свисток — встреча по первому договору, хлопок — по второму. Вы не знаете, навстречу кому из ваших двух «союзников» побежите, так как это целиком зависит от вида сигнала. Незнание гарантирует вам одновременное существование в двух связях. Увеличивайте число таких договоров и разнообразьте систему сигналов. Чем сложнее система, чем больше у вас союзов, тем продуктивнее будет тренинг. Вот пример: актеры вначале ищут партнера 3, потом по общему согласию ищут партнера 2, затем партнера 4 и, наконец, партнера 1. Один хлопок педагога означает встречу с партнером 3, два хлопка с партнером 4, 4 хлопка — со вторым партнером, а 3 хлопка — с первым. С первым партнером обмениваться рукопожатиями, обнять второго, третьему дать подзатыльник и поцеловать четвертого. Если справитесь с заданием, можно его дальше

усложнять и развивать.

Обратите внимание на процесс поиска партнера и договора с ним. Важна тайна. Именно скрытость действий дает вам игровое самочувствие.

Тайная игра, секретный сюжет роли, сцены, скрытый сговор с партнером всегда дадут вам энергию игры. Момент встречи вскроет секрет, и энергия выплеснется.

Выберите себе партнера, и пусть ваша связь с ним будет открыта и всем видна. Ведите импровизационную игру вокруг этой связи увлекательно, с фантазией. Это открытая история. Энергия ее игры будет невелика, если вы одновременно не установите и тайную связь с другим партнером. Это — внутренний сюжет. Это — скрытая история. Это — тайная игра, которая живет по инстинкту травы, пробивающейся сквозь асфальт, и обнаруживающая себя, свою судьбу в исключительно важный момент. Эта игра обладает колоссальной энергией — энергией неявной жизни.

Поэтому важно, чтобы в роли было две истории, два направления и два движения (минимум). Тогда между ними на отражении возникает энергия.

Попробую нарисовать...

Если «открытую» игру мы изобразим так:

Рисунок 10

то «скрытая» игра такова:

Рисунок 11

Общая картина выглядит так:

Рисунок 12

Тайная и открытая игра

связаны между собой таким образом:

Рисунок 13

От этого подталкивания снизу сюжетная поверхность сцены развивается не столько сама по себе, сколько за счет скрытой, спрятанной игры. Именно отсюда, из тайного, она получает неровный темперамент, волнение, бриз.

Чем более напряжена и насыщена внутренняя коллизия, движение скрытой игры, тем больше это отражается на сюжетной поверхности. И наступает момент, когда пленка внешней жизни пьесы не выдерживает внутреннего напряжения и рвется. Тогда все скрытое извергается наружу. И чем глубже была спрятана тайна, чем дольше она томила под спудом — тем мощнее этот прорыв.

ВАРИАНТ 2. *Соедините двух актеров в пару. Но пусть только они об этом знают. Остальные же во время упражнения должны определить, между кем существует сговор, и в конце, когда они захотят встретиться, воспрепятствовать их соединению.*

ВАРИАНТ 3. *Опять тайно назначьте пару. Пусть даже самым назначенным будет неизвестен искомый партнер.*

Задача: назначенным — найти своего партнера и по сигналу соединиться с ним в пару; остальным — обнаружить тех, кто ищет друг друга, и не дать им возможности встретиться.

*Заметьте, участникам
основной пары необходимо
обнаружить своего суженого,
открыться ему, договориться с
ним, в то же время сохранив его
в тайне от остальных. Энергия
игры возникнет именно
благодаря одновременности тай-
ного и явного существования.*

*Начинайте с одной
назначенной пары, а потом, в
зависимости от количества
Участников и вашего опыта,
можно добавить еще одну-две.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Когда актер воспринимает своего героя только как человека,
т. е. как Персону, то он сравнивает свой человеческий, жизненный
опыт, свои психологические навыки с поведением и чувствами
своего героя. Из этого сравнения он черпает энергию и материал
для работы с ролью. Энергия от таких жизненных сравнений не
велика. Действуя по формуле „Персона = Я“, актер меняется за
счет простого зеркального отражения.*

*Когда актер воспринимает роль как персонаж, то он
отражается в зеркале особой художественно-философской
системы персонажа. Формула „Персонаж = Я“ пробуждает в
актере достаточно высокий уровень энергии его собственного
мировоззрения, взглядов на искусство, этику, эстетику и т. д. На
основе этой энергии он ведет работу над ролью. Количество и
качество энергии зависит как от уровня идей персонажа, так и
от способности актера их „отражать“ и меняться под их
влиянием. В этом варианте неминуемо происходит смена статуса
актера-человека на статус актера-артиста.*

*Есть и третий вариант, в котором актер и персонаж —
это два постоянных, неизменных и равных по уровню субъекта. Их
встреча — это конструкция двух равнозначных величин, в чем-то
согласных, в чем-то близких друг другу, но в чем-то и находящихся
на разных позициях. В единой системе можно наблюдать две са-
мостоятельные величины, влияющие друг на друга. Тут работает
формула „игрового“ театра, где действует закон „Я +
Персонаж“. Эти две величины постоянно ищут, в чем бы
отразиться, чтобы проявить себя. Персонаж ищет своего
актера, вернее, Артиста. Но и актер ищет свой персонаж.
Наверное, каждый актер желает сыграть Треплева, только вот
хочет ли Треплев, чтобы его сыграл этот актер? Ясно, что для
равновесной встречи с Персонажем прежде всего необходим*

хорошо подготовленный Артист.

Эта система „Я + Персонаж“, постоянно ища возможности отразиться, находит свое отражение в ней самой созданном зеркале — игре. Обе составляющие части этой системы излучают и отражают свет. Оба — персонаж и актер — являются одновременно предметом отражения и зеркалом друг для друга. Они существуют как величины константные, но в игре, специально занимая разные позиции, постоянно меняются. Они непрерывно меняют угол и дистанцию по отношению друг к другу».

Упражнение

Мяч между вами

Удерживая теннисный мяч между собой и партнером на уровне лба, ходите так некоторое время вдвоем по площадке.

Теперь без помощи рук опустите мяч на пол, а затем поднимите его кверху. Мяч постоянно должен касаться одновременно обоих партнеров. Пусть перекачивается между вами, как хлебный шарик между ладонями. Это упражнение научит вас внимательно относиться к партнеру, чувствовать и понимать каждое его движение.

ВАРИАНТ 1. Удерживайте два мяча: один — вверху туловища, другой внизу. Перемещайте их по вертикали при помощи телодвижений так, чтобы в результате они поменялись местами.

ВАРИАНТ 2. Пусть один из вас станет в середине между двумя партнерами. Удерживая мячи между собой и тем, кто в середине, опускайте и поднимайте мячи. Можно один мяч поднимать, другой одновременно опускать.

Стоящему в центре придется

*думать сразу о двух мячах, быть
своеобразным диспетчером
передвижений, координатором
действий остальных партнеров.
В этой центральной позиции
должны по очереди побывать
все участники упражнения.*

ВАРИАНТ 3. *Станьте все в одну
линию, плечом к плечу и
установите между собой по
теннисному мячу. Преобразуйте
вашу линию в круг, квадрат,
треугольник. Если упадет хоть
один мяч, вся команда должна
начинать упражнение сначала.*

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Для отражения всегда нужна дистанция, без этого
отражение невозможно. Но важно еще и расположение, важен
„угол“. Зеркало и субъект располагаются не прямо напротив друг
друга, а под определенным наклоном. Система должна быть как
бы раскрыта, разомкнута. Такая система приглашает
участвовать. Эта разомкнутость увеличивает объем роли,
придает ей особое „эховое“ звучание, заставляет как бы
балансировать и тем самым создает новое, третье игровое
отражение. Так действует магическое, почти нереальное,
полярное сияние — как результат сложнейшего отражения
расположенных под углом друг к другу нескольких поверхностей.
Так создается особое игровое поле, построенное на отражении
Персонажа и Актера».*

Упражнение

Эхо-система

*«Зеркало», или «сообщающиеся сосуды», или «эхо» — это различные
пилы «эхо-системы», законы которых вы можете использовать в
анализе.*

*В кабаре, на эстраде вам не раз встречались особые «пары» актеров —
«толстый и тонкий», «злой и добрый», «высокий и маленький». В цирке
рыжий и белый клоуны, Арлекин и Панталоне в театре *commedia
dell'arte**

*и т. д. Они взаимодействуют как дополнение друг другу, как отражение и
как единое целое. Эхо-системы это «день и ночь», «земля и небо»,
«мужчина и женщина», «лето и зима» — они завязаны друг с другом и, в
сущности, представляют собой диалектическое единство, хотя могут
существовать и отдельно друг от друга. На земном шаре есть места,
находящиеся в разных полушариях и обладающие едва ли не оди-
наковыми условиями жизни, традициями, ритуалами. В пьесе есть*

персонажи, есть сцены, которые как бы связаны друг с другом особыми нитями, дополняя, противостоя или отражаясь одна в другой. Вот почему

это, казалось бы, не очень сложное упражнение я считаю крайне важным

в работе над ролью и спектаклем.

Итак, _____ два актера становятся на расстоянии метра напротив друг друга. Один является субъектом, второй — зеркалом, отражающим его. Первый что-то делает, второй повторяет его движения. Действуйте в такой последовательности:

а) один актер — лидер;

второй актер — «зеркало» — ведомый, он только воспроизводит движения лидера;

б) поменяйтесь ролями;

в) увеличьте скорость, растяните дистанцию между вами и разнообразьте характер движений;

г) «кривое» зеркало — придумайте, как оно искажает по определенному принципу действие лидера;

д) нет лидера, нет ведомого.

Оба могут брать инициативу и передавать ее друг другу;

е) выполните упражнение в вариантах «а» и «б», разделив группу на пары «лидер — зеркало». Увеличьте расстояние между парами настолько, чтобы полностью занять территорию студии. Свободно пересекайте магистрали движения других пар.

Не прерывая работу в паре,

найдите себе новое «зеркало»

или нового лидера. По сигналу

режиссера-педагога

одновременно поменяйте партнеров

и начните работу в новой связке;

ж) одна группа артистов на ходу сочиняет пластическую сцену, другая же группа — «зеркало», тут же повторяет их импровизацию.

В современных пьесах множество таких зеркальных пар. Пару Треплев и Тригорин можно определить как угодно — «молодой и старый», «авангардист и консерватор», «дилетант и профи» и так далее.

Существуют пары: Аркадина и Нина Заречная, Соленый и Тузенбах, Банко и Макбет. Такие персонажи завязаны друг с другом и существуют как бы вместе, но по обе стороны зеркала. Между ними может быть диалог, а может случиться так, что отдельные части «дубль-системы» так

и не встречаются друг с другом. Это способствует созданию еще большего напряжения между ними.

Приведенные в качестве примера пары очевидны, и обнаружить их легко. Но для объемности анализа можно и самому создавать такие эхо-системы. Макбет и Дункан — это «король и его подданный», «отец и сын», «генерал и солдат», «убийца и жертва» и т. д. Эти системы в зависимости от необходимости и содержания сцены могут взаимозаменяться. Такие созданные из ролей пары должны складываться не на время, а быть долгодействующей связкой в координатах всего спектакля и активно влиять на действия друг друга. Исходя из такой взаимосвязи можно сказать, что Макбет убил Дункана, но и Дункан убил Макбета. Прочитайте рассказ ф. Достоевского «Двойник». Вы увидите, как одна жизнь, одна энергия, одна история разделены на двоих. Ваше понимание роли расширится, если вы обнаружите и для своей роли «двойника».

Примером эхо-системы сцен могут послужить следующие связки: в I акте «Чайки» образ рождения театра, в последнем акте — образ его истлевшего скелета, смерти театра. В I акте «Трех сестер» — весна, в последнем — осень. Сравните первую сцену Нины и Константина и их последнюю встречу. Эхо-система может распространяться на группы персонажей, например: три мужчины — Вершинин, Тузенбах и Соленый, и три женщины — Маша, Ирина и Ольга. Обратите внимание на то, что в

каждой пьесе есть фразы или отдельные слова, существующие как эхо к словам и выражениям вашей роли. То есть, какой-то иной персонаж использует те же мысли и даже те же фразы, соглашаясь с ними, пародируя их или же полностью их отрицая.

Эхо-системы могут возникнуть в вашем воображении и за пределами пьесы: «три сестры — три святых: Вера, Надежда, Любовь», «три сестры

— три ведьмы из Макбета». Чехов явно написал «Чайку» как эхо

«Гамлета» Шекспира. Любые эхо-системы, как минус и плюс, всегда обладают энергией. Они расширяют поле роли, вызывают сравнения, приближают вашу роль к уровню романа, устраняют опасность однолинейного изложения истории.

... Вот уже книга заканчивается, и мне обязательно нужно сказать о тренинге, который должен стать частью жизни актера в театре. В школе

— это понятно. Школа — место тренировок. Но я считаю неверным прекращать тренинг в стенах театра. Ни я и никто другой не знает, как сложится судьба театра в этом новом столетии. Но, представляя себе завтрашний день, я не могу вообразить жизнь театрального организма, оснащенного разнообразной режиссерской методикой и развитой техникой актерской игры, без формирования в нем постоянного процесса изучения и исследования сценического ремесла. Не мыслю Театр будущего без теснейшего контакта со «школой», сцены со студией, спектакля с учебным тренингом.

Роль тренинга в процессе воспитания ансамбля профессионального театра и каждого его отдельного актера — художественной индивидуальности — мне понятна не только как педагогу, но и как практикующему режиссеру, который может сравнить качество актера, пришедшего на репетицию после тренинга или прямо с улицы. Сколько репетиционного времени тратится на так называемый «разогрев» актера,

его «раскачку»? И наоборот, подготовленный тренингом актер всегда приносит с собой на репетицию инициативу, неожиданное предложение, творческий огонь.

Тренингу актеров театра нужно уделять не только особое время, но и особое внимание. В театре у тренинга иные задачи, чем в школе. Он не столько обучает актера — хотя это тоже необходимо, — сколько готовит его

к конкретной репетиции или спектаклю.

В театре необходимо иметь педагога по тренингу. Его роль в современном театре трудно переоценить. И актер, и режиссер нуждаются в

этом связующем звене в творческом, исследовательском и в психологическом плане. С появлением фигуры педагога и его занятий с актерами меняется театральный климат. В эти полтора-два часа тренинга

происходит настройка психофизического аппарата актера, непосредственно относящаяся к конкретной работе. В упражнениях тренинга отрабатывается то, с чем актер встретится сегодня в своей сцене,

в своей роли. Именно энергию тренинга приносит актер на репетицию. Благодаря тренингу у него рождается инициатива и свобода, желание рискнуть и пойти новым путем. В часы тренинга актер получает заряд

уверенности в своем художественном потенциале, освобождается от груза ответственности за ошибки. Скажу больше: с тренинга начинается путь к спектаклю.

Упражнение

Место встречи

Разделившись пополам, встаньте в две линии, одна против другой, на расстоянии 7-10 метров.

Пусть каждый актер установит контакт с кем-то из партнеров, стоящих напротив. Образовавшимся парам нужно договориться о месте и времени встречи. Например, «9 августа 2008 года, в 6 часов вечера, на площади Венеции в Риме».

По сигналу режиссера-педагога актеры первой линии назначают свидание своим партнерам второй линии.

Делается это одновременно в течение 20-30 секунд. Затем проверяется, верно ли было услышано время и место встречи. После этого упражнение начинает вторая линия актеров.

ВАРИАНТ. Двигаясь по студии, выберите себе партнера и на ходу договоритесь с ним о месте и времени вашего свидания. Попробуйте сделать этот вариант упражнения на бегу, в заданной скорости.

Упражнение

Люди и стулья

Станьте на расстоянии 10-12 метров от своего партнера.

Установите между собой 7-8 стульев. Молча, без знаков, договоритесь между собой, на какой стул вы сядете. На заключение договора дается 10-

15 секунд. После этого вам нужно бегом подлежать и усесться на выбранный стул.

***ВАРИАНТ 1.** Бегаая между стульями, тайно договоритесь с коллегой об одном общем для вас стуле. Время договора ограничено, учитесь заключать его быстро, но не в ущерб качеству. По сигналу педагога сядьте оба на «ваши» стул.*

***ВАРИАНТ 2.** Введите в предыдущее упражнение третьего актера, который должен разгадать договор и не дать вам сесть на выбранный стул.*

Появление третьего участника заставит вас выполнять договор более тонко, незаметно, прибегать к игровому обману, чтобы запутать соперника.

***ВАРИАНТ 3.** На площадке стульев столько же, сколько участников упражнения.*

Походите среди них. Задание: во время ходьбы всем молча определиться, какой стул кому будет принадлежать, и после условного сигнала безошибочно его занять.

***ВАРИАНТ 4.** Введите отвлекающее условие: гуляя и договариваясь о стульях, начните упражнение **ИГРА ХЛОПКОВ** или **ЛЕГКИЙ ФЛИРТ**.*

Упражнение

Один голос

Два актера должны как бы соединиться в одно существо.

Вместе ходят и вместе ведут диалог с другой такой же парой.

Текст и сам ход диалога должны возникать в процессе игры, в момент произнесения слов.

Актеры должны не только

*научиться вместе произносить
единый текст, не опережая друг
друга и не отставая, но и
научиться вместе мыслить и со-
чинять диалог.*

*Вначале используйте
придуманные простые,
построенные на контрасте ста-
тусов, парные персонажи.*

*Например: солдат и генерал,
режиссер и актриса и т. д.*

*Освоив технику исполнения,
попробуйте провести это
упражнение с персонажами из
репетируемой пьесы.*

*Нельзя путать беседу и диалог. Диалог — это всегда чувство двух
равных и разных потенциалов: Начала и Конца. Нужно всегда держать
два полярных слова, смысла, образа, чувства, философии. Между ними
партнеры намечают композиционные части. Двигаясь по частям
композиции, надо вместе удерживать основную цель, основное событие и
приходить к ним. При переходе от одной части к другой возникают
чувства, возникает энергия. Этот процесс движения и есть познание
цели.*

Если всего этого нет, то это не диалог, не драма, а только беседа.

*Если нет познания, нет смысла драматургического действия. Если что-
то*

*открывается для актеров, то это открывается и для тех, кто за ними
наблюдает.*

Диалог — это не так:

*Векторы конфликта диалога должны быть разомкнуты, чтобы была
дорога, по которой будут двигаться и партнеры, и зрители. Напряжение
диалога создается разностью потенциалов каждого из партнеров.*

Упражнение

Карточки: мизансцены

*На отдельных карточках
опишите различные мизансцены,
но не как определенное
действие, а как положение тела.*

*Например: актер стоит
полусогнувшись, прямые руки
отставлены назад, ноги слегка
согнуты в коленях, голова и
туловище направлены вперед.*

*Возьмите с партнером по
одной карточке с различными*

мизансценами. Вы не должны знать задания друг друга. На исполнение мизансцены дается 5-10 секунд. В этот же промежуток времени нужно понять и то, что показывает партнер. Затем сравните правильность ответов.

ВАРИАНТ 1. *Взяв каждый по карточке, вы с партнером должны после двух-трехминутных переговоров сыграть вместе сцену, основанную на предложенных в карточке мизансценах.*

ВАРИАНТ 2. *Возьмите по новой карточке и, не показывая их друг другу, сыграйте на их основе сцену, сочиняя ее во время игры.*

ВАРИАНТ 3. *Следующий вариант особенно полезен для студентов-режиссеров. Два актера получают по две карточки с начальной и финальной мизансценой. Карточки показываются друг другу и режиссеру. Времени на подготовку нет. Актеры один за другим сочиняют мизансцены, выстраивая таким образом сюжет сцены. Так они совместно движутся к известной им финальной позиции. Но смена одной мизансцены на другую совершается только по сигналу режиссера. От него зависит темп, ритм развития сцены, паузы и событийные акценты. Так, втроем, актеры и режиссер сочиняют сцену.*

Упражнение

Карточки: *действия по ситуации*
Заготовьте *два набора карточек. В одном описаны*

ситуации, в другом — задачи и действия. Два актера должны сыграть по ним этюд. Взяв карточки, каждый узнает из них либо только задачу и действие, либо только обстоятельства. Времени на обдумывание практически нет. Актерам нужно понять задание партнера, создать вместе территорию игры, а затем решить, как в ней совместно выполнить то или иное действие.

Примеры обстоятельств: на цирковой арене, в густом тумане, на замерзшем озере, на седьмом небе и т.д. Действия: убедить партнера принять ислам, спрятать его от приближающегося шторма, предложить себя в поводыри и т. д.

ВАРИАНТ. Эти упражнения с карточками легко могут использоваться режиссером для подготовки конкретной сцены. Нужно разнообразно и толково выразить задание, чтобы оно помогло актерам самостоятельно открыть новые детали в сцене.

ГЛАВА ДЕВЯТАЯ

«Я + Я + Я + Я + Я + Я + Я»

«Я часто наблюдаю за актерами во время тренинга, как за полетом стаи птиц. Не у всех из них есть талант летать вместе. Полет одинокой птицы прекрасен, полет стаи птиц — магичен. Синхронное движение сотен завораживает меня магией невидимого общения и согласия. Никто им ничего не объясняет, никто ими не руководит. Сами. Красиво. Так, наверное, по высшему замыслу должны общаться все люди на земле, а актеры — на сцене. Но не получается это у нас. Может быть, мы это раньше знали, а теперь забыли?

Недавно я пришел к мысли, что одним из самых полезных занятий для людей, изучающих тайны искусства, является наблюдение за работой пчел или муравьев. Попробуйте уткнуться глазом в микроскоп и наблюдать завораживающее перемещение микробов по неведомым нам законам. А пугливое движение стайки

рыб у кромки моря, прямо у твоих ног... Ну что может быть занимательнее и поучительнее? Возможно, здесь кроется один из секретов искусства свободного дыхания жизни. Я убежден, что ансамбль — это высшая форма общения всего живого в природе. Магическое движение множества как единого целого может передать все — энергию, эмоциональное состояние, атмосферу, но самое главное — приоткрыть тайный, спрятанный от нас высший смысл бытия. Он то появляется на одно мгновение, то опять исчезает. Такая вот занимательная игра в прятки. Он как-то все время от нас ускользает, а нам совсем не хочется надолго потерять его из виду».

Упражнение

Начать вместе

*По первому сигналу
режиссера-педагога начните
произвольно ходить по площадке, по второму —
остановитесь. Так, чередуя
ходьбу и остановки, ходите в течение двух-трех минут.*

*1. Режиссер-педагог дает
только сигнал остановки, а
момент начала движения всей
группы нужно определить
самостоятельно. Начните вместе,
как один человек. Договоритесь
без слов и знаков. Ощутите себя
и других как единое целое.
Услышьте общее дыхание
группы, чтобы поймать волну и
начать движение.*

*2. Режиссер-педагог дает
сигнал, означающий начало
движения, а группа определяет
момент одновременной остановки.
Добиться согласия
одновременной остановки в
процессе движения будет на-
много сложнее.*

*3. Проведите все упражнение
сами, договоритесь между собой,
начните все вместе и через
какое-то время, по согласию, так
же вместе остановитесь. Никаких
команд со стороны. Все*

самостоятельно, по общему договору группы.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Стокгольм осенью. Не видят, не слышат. Смешно и нелепо требовать от них стать ансамблем Художников, как нельзя требовать от улитки, чтобы она вылезла. Надо создать условия. Жизнь сама себя организует, а не мы ее, как нам порой кажется. Может быть, и вся идея искусства сводится к тому, чтобы природа сама себя организовала, чтобы произведение само себя осуществило?»

Лучше не мешать. Просто создать условия, в которых может возникнуть жизнь. И этого достаточно. Организовать среду, в которой может родиться творчество.

Сегодня я беседовал со шведскими актерами о смысле и цели режиссерской профессии. И мне понравился результат, к которому я пришел в конце. Нескромно, но он мне действительно понравился. Вернее — улучшил настроение. Вот сижу и радуюсь в одиночестве. Пописываю.

Я говорил о режиссерской профессии и вспоминал свой путь. Вначале я занимался в театре организацией визуальной стороны сценической жизни, строительством всевозможных эффектов, трюков и т. д. — это естественное начало для молодого режиссера. Жизнь вокруг меня.

Затем меня все больше занимал вопрос собственной жизни и воплощение личного мироощущения на сцене. Я организовывал свой мир и хотел, чтобы в нем жили другие люди. Но они не всегда могли или не всегда хотели. Тем не менее это уже была следующая ступень. Жизнь моя.

Другой уровень профессии, более сложный, начался тогда, когда режиссура была осознана мною как организация внутренней жизни Человека. Жизнь чужая.

Но совсем недавно я пришел к выводу, что ни свою, ни чужую жизнь на сцене организовывать не надо. Ни внешнюю, ни внутреннюю — как бы это ни тешило режиссерское тщеславие.

— В чем же тогда смысл этой профессии? — спросили меня артисты.

— Мне кажется, в том, — ответил я, — чтобы создать условия для возникновения жизни, а потом только наблюдать и сохранять ее такой, какая она есть.

Миссия режиссера в том, чтобы создать особый климат для рождения, новых побегов, такой благоприятный сезон, чтобы РОСЛО. Чтобы листья сами распускались, а душа резвилась, как восьмиклассница. Вы думаете, это просто — организовать весну? Чтобы все поверили, что можно начать сначала, и побежали, не зная куда? Нет, это не просто, но в этом, мне кажется, суть ре-

жиссерской профессии — организовывать Весну.

На этом я закончил лекцию и был собой доволен. Потом шел один под ноябрьским дождем в гостиницу и думал с грустью: вот встретит сейчас меня школьный друг и расскажет о своих жизненных достижениях, а уходя, спросит: „А ты, чем занимался?“ Что я ему отвечу? „Организовывал весну“?»

Упражнение

Колонна

Станьте тесно-тесно в одну группу и, как можно плотнее обхватив друг друга за спину, образуйте большую колонну. Теперь закройте глаза и вытянитесь на носках. Установив вертикаль, слегка раскачайте эту колонну, чтобы проверить ее устойчивость. С места не сходите и помогайте друг другу удерживать равновесие.

Попросите кого-нибудь раскачать вашу колонну, чтобы проверить ее устойчивость и стабильность.

Тренинг играет огромную роль в процессе воспитания ансамбля.

Тренинг — это способ решения не только профессиональных, но и человеческих проблем. Тренинг на основе этических законов легко может соединять партнеров и примирять врагов. Любые тренинги должны строго контролироваться этикой. Если этого не происходит, рост актерских способностей и техники перекрывает духовную ориентацию актера. Уровень духовности должен быть выше уровня технических, профессиональных возможностей актера. Достаточно вспомнить уроки Спарты, где был обычай, согласно которому ребенка, рожденного слабым и болезненным, бросали со скалы в море. Для жизни в Спарте отбирались только лучшие младенцы. Это делалось для того, чтобы сохранилось здоровое потомство. В результате Спарта погибла от духовного вырождения.

Упражнения тренинга соединяют актеров не только для сцены, но и для повседневных взаимоотношений. В арсенал педагога или режиссера всегда должен входить набор упражнений на единство ансамбля, на взаимопонимание актеров, на «договор», на укрепление связей, на лидерство и подчиненность. Подобные упражнения должны применяться на многоязычных интернациональных проектах, которых становится все больше и больше в России. Хотя различие культур и традиций прекрасно,

но оно и таит в себе опасность этических разногласий. Благодаря опыту работы с интернациональными группами могу сказать, что первая эйфория в связи с темой «какие мы разные» исчезает через две-три недели, и тогда возникают огромные трещины в отношениях между людьми, и уже

с другой интонацией звучит: «какие мы разные!» Но и в обычных проектах, которые так популярны в последнее время, когда уже практически редко встретишь группу актеров, соответствующих понятию

«ансамбль», вопрос соединения актеров в единый ансамбль становится, пожалуй, самым важным для будущей работы. И тренинг помогает решить здесь многие вопросы не только техники, но и этики. Я подробно разработал этот аспект с актерами различных стран на всевозможных проектах. Помню, в начале совместного проекта «Школы драматического

искусства» с римским театром «Атенео» над пьесой Луиджи Пиранделло

«Каждый по-своему» лет 15 назад я потратил неделю на тренинги с итальянскими актерами, нарабатывая в специальных упражнениях элементарные навыки взаимоотношений внутри ансамбля. Выяснилось, что хорошо известные итальянские коммуникативность, открытость, юмор и манера держаться вместе не имеют к сцене никакого отношения.

Я встретился с самым махровым, закоснелым индивидуализмом — индивидуализмом в худшем смысле слова, когда никто никого не видел, не слышал и не принимал во внимание. Я решил продолжать тренинг до тех пор, пока они не поймут, что такое ансамбль и как он «работает». Разговаривать с итальянцами я не стал, потому что не мог и не хотел. И

потому просто уходил с урока, оставив их несколько раз наедине — сами должны договориться. Это были нескончаемые споры, дискуссии и даже ссоры. Я понял, что ничего не изменится. Проект, если бы он так продолжался, мог с самого начала принять неправильное направление, с невозможными отношениями внутри этой группы. И тогда я стал заниматься с ними на тренинге молча, используя бессловесные упражнения. Молчал и все. Сперва это было тягостное молчание, но через

день-два оно превратилось в молчание партнеров, затем единомышленников, а потом и понимающих друг друга с полуслова друзей. С тех пор я предпочитаю проводить тренинг с минимальной тратой времени на разговоры и дискуссии. Задание объясняется только один раз. Если что-то непонятно одному, понятно другому. Помогайте друг другу, подтягивайте отстающих. Все неясности прояснятся в работе.

Так должен действовать ансамбль.

Упражнение

Гордиев узел

Станьте всей группой в максимально большой круг, лицом к центру. Пусть каждый мысленно проведет прямую линию от точки своего нахождения, через центр, к диаметрально противоположной точке круга. Это линия вашего пути. Сходить с него нельзя. Начинайте одновременно идти по нему с приблизительно одинаковой скоростью. Остановки запрещены. На это дается, к примеру, 30 секунд. Задание можно будет считать законченным, когда вы окажетесь на противоположной стороне круга. Но, если двигаться одновременно и с равной скоростью, то всем неизбежно предстоит встреча в центре в один и тот же момент. Это основной момент задания. Это и есть тот гордиев узел, который нужно распутать. По молчаливому договору решите, как «выпутаться» самому и как помочь группе.

Можно внести дополнения, которые разнообразят это упражнение. К примеру: выполнять задание с закрытыми глазами, или в темноте, освещая себе путь горячей свечой, или сократить время задания.

Опасность огня и возможность манипулировать только одной рукой создадут новые трудности, которые придется решать сообща.

ИНТЕРВЬЮ ХОРВАТСКОЙ ГАЗЕТЕ «СВОБОДНАЯ ДАЛМАЦИЯ»

«— ...Семь букв Я. По-русски это звучит как „семья“. Я так и понимаю ансамбль — как театральную семью.

— За счет чего происходит соединение этих „я " в театре, если даже в обычных семьях сейчас наблюдается устойчивый кризис?

— Я не специалист по семейным проблемам, но думаю, что в нашем искусстве это главный вопрос. Не решив его, не получишь ни театра, ни лаборатории, ни школы. Так, группа граждан, объединенных общей профессией, — это профсоюз. Или точнее... Общество с ограниченной ответственностью.

Попытки соединиться только на реалиях повседневности обречены на провал. Нельзя искать психологическую заряженность участников ансамбля в мелких собственных переживаниях и суете. Из этого ничего не выйдет. Нужна объединяющая идея. Не общая, а именно объединяющая. И высокохудожественная.

Смотрите... Вот Солнце объединило все живое. Разве не ясно, что объединение по горизонтальной линии было бы невозможно. Обязательно должно быть высшее объединение.

„ Там "легче соединиться, чем „ здесь ". Если свет придет свыше, он соберет всех вместе. Значит, только „верх" создаст ансамбль, „низ" — никогда. Я часто говорю студентам, что найти то, что разделяет людей, просто, а найти то, что по-настоящему объединяет, намного сложнее. Вот, к примеру, сидит напротив меня молодая красивая студентка из Дании. Сколько между нами различий! Девушка — мужчина, молодость — старость, неопытность — профессионализм, западная культура — русская культура, студентка — профессор, разные языки, разные увлечения и еще множество всего. Кажется, все между нами построено на противоречии, конфликте. Но ведь есть то, что объединяет: мы живем под одним Солнцем, и все, что происходит на этой нашей планете, волнует нас; у нас общая Земля, и мы решаем общие проблемы, связанные с обитанием на ней; нас объединяет любовь к театру, общечеловеческие ценности, культура, наука, Толстой, Гёте, Андерсен, музыка, поэзия. Все то, что высоко и вечно, объединяет нас значительно сильнее, чем то, что разъединяет. Долгое время в театре прежде всего старались на сцене строить конфликт. Конфликт по любому поводу. И что сейчас мы видим? Получилось что сцена стала местом вражды, борьбы самолюбий, никто никого не слушает и не допускает иного мнения, сразу — „Нет!" Такой театр скандалов и грызни по любому поводу меня лично раздражает. Мне кажется, нужно научиться на сцене строить согласие, гармонию, „договор", искать пути, которые бы объединяли людей, а не ставили их по разные стороны баррикады. Ансамбль в театре — ансамбль в жизни».

Упражнение

*Многорукое и многоногое чудовище
Вначале оговаривается
количество конечностей у
воображаемого чудовища.*

*Например: в вашей группе 6
актеров — это 12 рук и 12 ног, т.
е. 24 конечности. Исходя из этого
числа, дается задание на количе-
ство рук и ног у «чудовища».*

*Например: 18 ног + 2 руки, или 4
ноги + 20 рук, или 7 ног + 13 рук.
«Ноги» — конечности, касающиеся
пола, «руки» — не имеющие
точек соприкосновения с ним.*

*Не сговариваясь, в
ограниченный период времени
соединитесь всей группой так,
чтобы получилось «чудище» с
заданным числом конечностей.*

Упражнение

Змейка

*Станьте вместе как можно
плотнее друг к другу и вытяните
руки вверх. Закройте глаза и
найдите ладонь другого актера.*

*Одна рука должна соединиться
только с одной рукой. Так
получится, что все руки
соединены между собой
попарно. Теперь откройте глаза,
и вы увидите, как сложно и
перепутанно соединились ваши
руки. Теперь надо в
ограниченное время «распутать»
узел и организовать общий круг.*

Вот и все упражнение.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Режиссеры и актеры любят строить симметричные
композиции. В симметричной композиции все располагается
зеркально по отношению к центральной оси спектакля, к
центральному слову монолога, к центральному эпизоду сцены.
Симметрию любят актеры-реалисты — они отталкиваются от
реальной действительности, от природы с ее симметричными
формами — фигура человека, бабочки, снежинки, цветка. Это их
аргументы. Но такие симметричные композиции роли или*

спектакля очень статичны. Закон таков: когда все уравновешено — жизнь стоит на месте. Был такой известный режиссер Борис Ровенских. Рассказывают, что посредине сцены мелом была проведена черта и от этой оси он строил массовые мизансцены. Такие спокойные композиции, передающие величественность, нерушимость, стабильность, значительность события, ценились на советском государственном и партийном уровне.

Уравновешенность его спектаклей достигалась за счет содержания, эмоциональной яркости сцен, силы характеров, напряженности сцены, за счет света, музыки и т. д. Будучи студентом, я старался следовать его симметричному мышлению. С годами же понял, что это невыносимо скучно. Поставьте один стул на сцене, поставьте два. Если они расположены по оси или на одинаковом расстоянии по разные стороны от нее — мизансцена мёртвая, неподвижная; все уже готово. Все, что парно, одинаково, уравновешено, ведет к успокоению действия спектакля. Все, что единственное, униженное или возвышенное, непарное, неуравновешенное, нелогичное, ведет к динамике действия. Неуравновешенная композиция — это восточная философия искусства. Там редко встречается уравновешенность. Как тут не вспомнить Басе:

Передо мною стоят

Четыре простые чашки.

Смотрю на цветы один».

Упражнение

Симметрия

Чтобы создавать

асимметричные композиции,

начнем с изучения простых

симметричных схем.

Расположитесь группой (в разбираемом примере 5 человек)

на сценической площадке в

какой-либо мизансцене.

Рисунок 14

Равная по числу актеров

группа №2 не видит

подготавливаемой мизансцены,

а лишь потом выходит на

площадку и за 10-20 секунд

доставляет ее таким образом,

чтобы она стала симметричной.

Когда это будет сделано,

актеры группы №2 предлагают

аналогичное задание группе №1.

*Выполняя упражнение,
можете советоваться друг с
другом или назначить «ре-
жиссера», но в дальнейшем
откажитесь от этого.*

*Прежде всего научитесь
быстро договариваться об
основном законе построения —
оси симметрии.*

*Вариантов решения может
быть много:*

*— исходная композиция группы
№1*

*— достроенная композиция
группы №2*

Рисунки 16, 17, 18

- основная ось композиции;

А – А – дубль-связка.

ВАРИАНТ 1. Группы

*отличаются друг от друга по
количеству участников.*

*Предположим, 5 и 8 человек. На
рисунке 19 — основная ось
выносится актерами из большей
группы №2 за пределы пред-
лагаемой композиции.*

Рисунок 19

*ВАРИАНТ 2. Постройте
совместно двумя группами
симметричную мизансцену.*

*Теперь пусть актеры одной
группы произвольно «ломают»
симметрию. Вторая группа,
перестроившись, должна ее
восстановить. Затем*

*поменяйтесь ролями: группа №2
разрушает, а первая — вос-
станавливает симметрию.*

*ВАРИАНТ 3. Один из актеров
старается освободиться, выйти
из симметричной схемы. А вся
группа меняет композицию так,
чтобы опять включить в нее
«беглеца».*

ВАРИАНТ 4. Теперь то же

самое, но наоборот: группа каждый раз исключает одного артиста из общего рисунка. Стройте новую симметричную композицию так, чтобы этот участник оказался вне ее. Его же задача — войти в новую композицию, не нарушив ее симметрии.

ВАРИАНТ 5. Пусть предлагаемая вашей группой начальная мизансцена содержит скрытый сюжет. Второй группе надо не только отгадать закон композиции, но и уловить направление сюжета, его стиль и развитие. Для этого задания используйте работы известных живописцев.

ВАРИАНТ 6. Составьте, согласно вашему пониманию, серию мизансцен, соответствующих началу, кульминации и развитию той сцены, над которой вы сейчас работаете.

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

«Как размещаться актерам по площадке? Надо строить мизансцену будущего. То есть, во взаимоотношениях (это тоже мизансцена) и в расположении фигур не должно быть регистрации прошлого или фиксации настоящего, а должна быть перспектива будущего — с тем чтобы развивать следующее движение роли, а не успокаивать его. Такая мизансцена — это как бы расстановка до действия. Надо заставить зрителя смотреть не на то, что происходит сейчас, а на то, что произойдет — или, возможно, произойдет — в ближайшем либо отдаленном будущем. Он должен быть во власти предчувствий того, как действие будет развиваться дальше. Важно и актеру настроить ход мыслей в перспективу. Текст еще впереди, а мизансцена уже существует».

Упражнение

Эстафета действия

Актеры ансамбля должны быстро понимать друг друга, только тогда они могут перейти к «договору». Один актер выби-

рает карточку, в которой названо определенное действие. Все актеры, кроме него, закрывают глаза. Педагог вызывает на сцену второго актера. Он наблюдает, а первый, по своему разумению, пластически передает ему смысл действия. Время ограничено — 15-30 секунд. Когда время истечет, вызывается следующий участник, и теперь уже второй актер передает ему суть действия. Так, по эстафете, актеры передают друг другу содержание задания из карточки. Последний должен сформулировать его.

ВАРИАНТ. Это упражнение проводится в форме игры двух команд. Все участники одной команды выходят из студии, кроме одного актера, который получает задание от команды соперников. Оно состоит в том, чтобы без слов показать место действия, профессию персонажа, время действия и предмет действия из известной пьесы. Возьмем, к примеру, такое задание: «Три сестры», Соленый, I акт.

- а) место действия — актер может показать провинциальный дом;*
- б) профессия персонажа — это тоже показывается — военный офицер;*
- в) время действия сцены — май или День рождения;*
- г) предмет, реквизит, которым пользуется или который упоминает персонаж в этой сцене, — флакон одеколона у Соленого.*

Задача исполнителя состоит в том, чтобы своей игрой передать коллегам информацию, по которой они смогут отгадать задуманную пьесу, сцену и персонаж. Исполнитель вызывает одного актера из своей команды и по собственному разумению и замыслу показывает место действия, профессию, время действия и предмет. Когда информация передана, вызывается следующий член команды и т.д., по эстафете, передается суть задания. Нельзя ни пользоваться словами, ни напрямую общаться с коллегой. Еще одно очень важное условие: актер, принимающий информацию, обязан в этот же момент с точностью, как в зеркале, повторять все, что будет ему передаваться. Важно, чтобы в процессе повторения он успевал сообразить, что он повторяет.

Последний актер, выполнив все то же самое, что делали его коллеги по команде, должен затем назвать место, профессию, время и предмет игры и в результате — пьесу, сцену и персонаж.

Время каждой игры ограничено: $n-1$ минута, где n — количество участников.

БЕСЕДА С РЕЖИССЕРАМИ. БЕРЛИН

«Не получается ансамбль. Почему?»

- а) Слишком много индивидуальных настроений;*
- б) отсутствие четкого договора;*
- в) отсутствие „слуха“ к общей дороге;*
- г) настаивание на своем понимании;*
- д) разный класс исполнителей.*

Я ошибался, когда думал, что один человек может сделать ансамбль. Идеи, конечно, имеют решающее значение, но ансамбль

строит сам ансамбль. Это самоорганизующийся организм. Нет командира, все сами.

Что же касается принципов строительства, то они как раз в первую очередь зависят от самой идеи, от того, что создается.

Главное запомнить: нельзя строить мертвый организм.

Структура ансамбля должна быть подвижной, живой. Я понял это, изучая японскую культуру. С камнями японцы общаются как с живыми творениями. Существует даже такое пожелание: „Да продлится ваша жизнь столько, чтобы галька выросла в скалу и покрылась мхом“.

Если камни могут расти, значит, в Японии они живут?»

Упражнение

Перо и чернила

Начните с ходьбы по площадке.

Затем, не прекращая движения, постройтесь в большой круг. Круг превратите в квадрат. Не останавливаясь, квадрат сделайте треугольником. И так, постоянно перестраиваясь, составляйте всей группой различные геометрические фигуры.

Научитесь это делать, не договариваясь заранее о результате. Идея той или иной фигуры должна возникать и реализовываться в процессе самого упражнения, по молчаливому соглашению всех участников.

Научившись рисовать фигуры, легко начать писать буквы и слова, знаки. Например, мизансцены известного спектакля театра «Школа драматического искусства» «Плач Иеремии» были в основном построены на основании этого упражнения. Так из одного упражнения тренинга рождается пластическая форма целого спектакля.

ВАРИАНТ 1. Постройтесь в

затылок и положите руки на плечи впереди стоящего партнера.

Пусть актер, который стоит первым, начнет движение по площадке, а остальные змейкой последуют за ним.

Первый актер линией движения змейки «пишет» какую-либо букву или слово, остальные должны понять и в конце ответить, что же было написано. Затем произведите смену лидера и повторите упражнение.

Особенно будьте внимательны и точны на всех изгибах, так как именно они образуют букву.

ВАРИАНТ 2. Две команды соревнуются, кто скорее отгадает написанное слово. Одна на площадке пишет, другая отгадывает. Затем наоборот.

ВАРИАНТ 3. Команда должна отгадать слово по первой букве и тут же «написать» его.

Например: слово театрального лексикона из семи букв, начинающееся с «А».

Все варианты выполняются по молчаливому «соглашению».

Упражнение

Брейгель. «Слепые»

Это упражнение нужно проводить с одним-двумя ассистентами.

Походите по студии, установив приемлемую для вас скорость и характер движения по площадке.

По сигналу режиссера-педагога закрывайте глаза, по следующему его сигналу — открывайте. При этом не прекращайте движение, не

меняйте темп. То, что ваши глаза закрыты, не должно отражаться на характере передвижений.

Прогнозируйте свой путь.

Постарайтесь внутренним зрением увидеть предстоящий отрезок пути.

Глаза открыты — 1 секунда,

глаза закрыты — 10 секунд.

Постарайтесь двигаться с закрытыми глазами как можно дольше. Если это удастся не сразу, не останавливайтесь, идите вперед. Нужно время, и страх уйдет.

ВАРИАНТ 1. Не открывая глаз, соединитесь по парам таким образом, чтобы один был ведущим, а второй — ведомый — положил ему руку на плечо. При этой мизансцене у вас произойдет перераспределение психической и физической нагрузки. Походите так парой 3-4 минуты. Затем поменяйтесь ролями. Соединитесь по такому же принципу в группы по четыре человека, по шесть. А через некоторое время, соединившись все, в одну линию-змейку, походите по студии, ведомые одним лидером, то есть тем, кто находится во главе. От его смелости и фантазии зависит сложность сочиняемой дороги. Каждые 15 секунд меняйте ведущего, чтобы все смогли пройти роль лидера.

ВАРИАНТ 2. Когда артисты привыкнут к своему участию в такой брейгелевской сцене, режиссер-педагог должен разорвать общую цепь так, чтобы каждый опять остался в одиночестве. Через минуту-две

*актерам нужно заново составить
цепь в определенной последова-
тельности — по алфавиту, по
росту или по какому-либо иному
принципу.*

ИЗ ИНТЕРВЬЮ НЕМЕЦКОМ ЖУРНАЛУ «THEATER DER ZEIT»

« — Как долго живет актерский ансамбль?

— Очень коротко. В молодости, когда я спрашивал об этом, старожилы театра обычно отвечали: от двух до пяти лет. Я думаю, что сегодня и этот срок кажется нереальным. Ансамбль создается, какое-то время живет, а потом умирает. Это же живой организм. Больно, когда он умирает, но не страшно. Страшно, когда он еще играет, но уже мертв.

Вот в последние десятилетия были знамениты актерские ансамбли Ежи Гротовского, Питера Брука, Еужения Барбы, Питера Щтайна, Анатолия Васильева. Красиво актеры играли. О них ходили легенды. Где они? И все заново. И так будет всегда. Не хочет камень лежать на вершине — катится вниз. И чем выше его поднимают, с тем большим грохотом он падает.

— Так стоит ли опять поднимать? Нужен ли вообще этот сизифов труд? Чтобы на мгновение?

— А разве счастье длится дольше? Пусть на мгновение, но все же... В конце концов, цветут же некоторые цветы один день. Летают же бабочки всего одну ночь».

Упражнение

Ткачи

*Разделившись пополам на
две группы, станьте в две линии
одна напротив другой на
расстоянии 7-9 метров. Слева и
справа от каждого участника
должно быть расстояние,
достаточное для прохода одного
человека.*

Рисунок 20

*Теперь эти две линии
одновременно начинают
движение навстречу друг другу,
как бы прочесывая
пространство. И как челнок,
пробегаая площадь будущего ков-
ра, оставляет на ней узелок, так и
каждая линия должна по очереди
оставлять на площадке одного
актера в качестве детали*

будущего орнамента.

Рисунок 21

*Задание для обеих групп
состоит в том, чтобы в
результате челночных движений
совместно создать рисунок.*

*Всем участникам нужно с
начала до конца видеть и
понимать, что ткется.*

Рисунок 22

Рисунки 23, 24, 25, 26

Рисунки 27, 28

ЗАМЕТКИ ИЗ ТЕТРАДИ

*«Искусство икебаны — составления букета — поражает
больше, чем сама красота цветов. Глядя на них, и не
задумываешься об их форме и расцветке — задумываешься о том,
как из них сложился уникальный мир, построенный на почти
невидимых связях.*

*Главное — не количество цветов и даже не своеобразие
каждого. Композиция привлекает нюансами связей. Букет,
составленный по законам икебаны, всегда своеобразно выражает
сезон года и место его создания, живые приметы времени,
настроение, состояние души человека. Мне кажется, по этим же
законам должен составляться „букет" актерского ансамбля».*

Упражнение

От 0 до 10

*Представьте себе, что каждый
из вас — это автомобиль, у
которого коробка передач с
десятью скоростями. Начните
движение со скорости 0, то есть с
паузы, и далее по сигналу
режиссера-педагога переходите к
ходьбе со скоростью 1 — самой
малой, затем, по нарастанию, к 2,
3 и т.д. и, наконец, к 10 — самой
большой. После этого начинайте
снижать скорость — 9,8 и т. д. до
нуля.*

ВАРИАНТ. Выполните

*упражнение от 0 до 10 и обратно,
переходя с одной скорости на
другую одновременно, без сиг-
налов режиссера-педагога,
каждый раз договариваясь друг*

*с другом о моменте совместной
перемены скорости.*

ИЗ БЕВЕРБУНГА В ТЕАТРАЛЬНЫЕ ШКОЛЫ ГЕРМАНИИ

Творческая биография

*«Если честно, я впервые почувствовал, что устал. И не знаю
отчего. Сколько помню себя — занимался Театром.*

*Мой первый Театр был под столом. Первыми актерами — фла-
кончики из-под маминых духов. Темно-зеленое суконное одеяло со
следами от утюга служило занавесом. Когда он поднимался —
медленно и таинственно, со сцены пахло модными тогда духами
„Красная Москва“. Это было прекрасно. Я любил свой Театр.
Особенно в тот момент, когда открывался занавес.*

*Я всю жизнь ждал, когда откроется занавес и меня окутает
облако прекрасного аромата духов. Но это почему-то не
происходило, и тогда я сомневался: а есть ли в реальности мой
Театр?*

Может, я устал ждать?»

Упражнение

«10-5-0»

*Установите для всех
участников единую скорость — 5,
т. е. среднюю в вашей
десятискоростной системе. С нее
по сигналу режиссера-педагога и
начните движение. Затем, после
очередного сигнала одни актеры
меняют свою скорость на
большую — 6, а другие на
меньшую — 4. Кто убыстряет, а
кто замедляет ходьбу, решайте
самостоятельно. Таким образом
участники разделятся на две
подгруппы А и Б. По
следующему сигналу в
подгруппе А поменяйте скорость
6 на 7, а в подгруппе Б скорость
4 на 3 и так и продолжайте,
увеличивая после каждого
сигнала скорость в одной части
подгруппы и уменьшая в другой.
Делайте это до тех пор, пока
подгруппа А достигнет
максимальной скорости — 10, а
подгруппа Б остановится на
нуле. С этого момента все*

меняйте: пусть одни с высшей скорости спускаются к нулю, а другие, наоборот, поднимаются вверх. Достигнув крайних точек, опять поменяйте направление движения и заканчивайте упражнение все вместе на общей для всех скорости 5.

***ВАРИАНТ.** Выполните это задание по договору — начните все одновременно движение со скоростью 5 и, договариваясь каждый раз между собой, произведите все изменения и вместе закончите упражнение. Все без сигналов режиссера-педагога. Старайтесь вообще упражнения проводить без команд со стороны.*

Научитесь договариваться друг с другом без слов.

Обратите внимание на ту энергию, которая возникает за счет противотока: это явление, когда часть актеров движется «вверх», а другая «вниз». Это дает возможность ощутить природу игры «против течения».

Игра же «по течению» никогда энергии не даст. Возьмите два противоположных по направлению движения и сразу почувствуете прилив энергии.

ИЗ БЕВЕРБУНГЛ В ТЕАТРАЛЬНЫЕ ШКОЛЫ ГЕРМАНИИ

Творческая биография (продолжение)

«... Отец мой, умный, добрый, талантливый человек, служил в театре главным художником. На самом верху, под крышей театра, у него была крошечная мастерская, где стояли макеты всевозможных спектаклей, в которых он с очень серьезным лицом переставлял какие-то кубики, развешивал лоскутки тканей, радуясь, как ребенок. А за окном весь день ворковали голуби...

Я не помню, чтобы он когда-нибудь рисовал красками. Всегда карандашом. На трамвайных билетах, обложках журналов и обертках конфет. Однажды он сделал эскиз сценографии моего спектакля на спичечном коробке. Я был возмущен и сильно на него

кричал.

Каждое утро он поднимался по крутой деревянной лестнице к себе в „голубятню" и останавливался после каждого пролета, а с возрастом и на каждой ступеньке. Но мне кажется, что не от усталости, а потому, что ему приходила новая мысль и ее нужно ; было обдумать. Дирекция обещала дать ему большую и светлую мастерскую во втором этаже.

Он ждал долго. Лет тридцать.

Ему дали.

Он умер».

Упражнение

Композиция скоростей

В этом упражнении ваше движение определено заранее общей для всех композицией скоростей. Например, вы начинаете очень резво — с цифры 9, затем меняете на 4, замедляете до 1, а в финале опять разгоняетесь до 8. Композиция вашего движения: 9-4-1-8. Если принцип ясен, выполните это упражнение под руководством режиссера-педагога, а затем и самостоятельно, договариваясь между собой о начале, смене скоростей и финале.

ВАРИАНТ 1. Каждому актеру дается индивидуальная композиция скоростей.

Композиции различны, но все состоят из равного количества частей — обычно четырех.

Нужно совместно начать упражнение, одновременно произвести смену частей и закончить движение — без сигналов режиссера-педагога.

Чтобы одновременно произвести смены скоростей, вам в этом варианте потребуется хорошо знать не только свою композицию, но и композиции ваших партнеров. Это уже принцип ансамблевого театра,

где изучают не только свою роль, но и роль партнеров, где играют не каждый за себя, а все вместе.

ВАРИАНТ 2. *Теперь задумайте каждый себе композицию из четырех скоростей, совместно начните, совместно произведите смены и в финале одновременно поставьте точку.*

*В этом задании вам неизвестны композиции друг друга, поэтому момент смены одной части композиции на другую потребует от вас еще более тонкого внимания к малейшим изменениям в игре ансамбля. В этом варианте вы свободны в выборе композиции и внутри каждой из ее частей, но в момент их смены всем необходимо собраться вместе хотя бы на секунду. Потом вы опять свободны. Эти точки сбора — самые важные элементы композиционной игры ансамбля. Они представляют собой основные «события», без которых дальше никто двигаться не может. **СОБЫТИЕ** = совместное + бытие. Это то, что объединяет весь ансамбль и определяет дальнейшее бытие каждого.*

ВАРИАНТ 3. *Работая над конкретной сценой, можно распределить участников сцены по определенным скоростям. Их участие в сцене выражается через смену различных скоростей. Они могут действовать как в группах, так и отдельно, ни от кого не завися. Важнейшие моменты сцены-события — мгновенные*

объединения всех актеров ансамбля, после чего они продолжают свое собственное движение.

В задании группе актеров, работающих над единой сценой, можно установить композицию упражнения — например, четырехчастную. Тогда актер самостоятельно решает, «в какой скорости» он «живет» в каждой из четырех частей этой сцены. Так выстраивается «скоростная линия» его роли, например: 4-9-0-5.

К этому упражнению легко подключить упражнение с энергетическими точками (ДВИГАТЬ СВОЙ ЦЕНТР). В таком варианте в узловых точках будет меняться не только скорость, но одновременно с ней и качество энергии.

Так может выглядеть композиция сцены.

Рисунок 29

Этот вариант полезен для умения разумно сочетать индивидуальную и ансамблевую игру, существовать в свободном режиме, и притом соблюдать строгий порядок. Если актер работает только в свободном режиме, без обязательств перед законами композиции, то это движение без дороги. С другой стороны, нельзя ожидать живой игры от актера, скованного строгим порядком. Итак, снова все дело в гармонии между свободой и необходимостью.

ИЗ БЕВЕРБУНГА В ТЕАТРАЛЬНЫЕ ШКОЛЫ ГЕРМАНИИ
Творческая биография (продолжение)

«... Мама работала в Театре актрисой, и потому я ее плохо знал.

Потом она ушла преподавать, и вокруг нее постоянно было много талантливой молодежи. В театрах всегда есть актеры, которые с тобой особо холодны, если ты их не приглашаешь паролем в свой спектакль. Так было и у нас: Аркадина и Треплев — обычная история.

На следующий после похорон день я пил вино на могиле с бывшими ее учениками — сегодня известными артистами, и они называли ее мамой. Мне это было странно. Ночью я читал рецензии на ее спектакли в старых, пожелтевших от времени газетах, с трудом разбирал надписи на театральных программках, обнаружил ее неотправленные письма, неопубликованные рассказы, стихи и понял, что она готовилась в жизни к совершенно другой роли. Раньше меня это не интересовало, а теперь уже было поздно.

Только сейчас я понял, что, готовя „Чайку“, надо помнить, что Треплев обязательно должен любить Аркадину».

Упражнение

Смена скоростей и партнеров

Актерам предлагается единая для всех композиция, состоящая из четырех скоростей. В каждой из них нужно найти нового партнера.

Начните по команде

режиссера-педагога движение с первой скоростью и одновременно ищите себе первого партнера. В новой части опять ищите партнера. Встреча, новая скорость — новый партнер, встреча, и так до финала.

ВАРИАНТ 1. Проведите это упражнение без команд — по «договору».

ВАРИАНТ 2. У каждого индивидуальная композиция скоростей. Задание выполняется без руководства со стороны режиссера-педагога.

ВАРИАНТ 3. Разнообразьте варианты встреч со своими партнерами: 4 разные скорости, 4 партнера и 4 вида встречи — рукопожатие, объятия, пощечина, поцелуй.

ИЗ БЕВЕРБУНГА В ТЕАТРАЛЬНЫЕ ШКОЛЫ ГЕРМАНИИ

Творческая биография (окончание)

«... Я. Первая роль — немецкий солдат, которого убивали советские партизаны на первой же минуте спектакля.

Первый спектакль — „Без грима“; излагал собственное понимание Театра.

Первый друг — Леонид. В детстве играл на аккордеоне „ Турецкий марш" Моцарта, а теперь крупный торговец нефтью.

Первая любовь — балерина Надя. Танцевала „маленьких лебедей " в балете Чайковского. Теперь пьет.

Первый учитель. Первая жена. Первый сын. Потом второй учитель, вторая жена, второй сын. И вдруг вот — первая книги в России.

Это все. Больше ничего „первого" в жизни не жду.

Сейчас для меня торжественно звучит: последний друг! последний спектакль! последняя любовь!»

Упражнение

Шаг из круга

Этим упражнением хорошо начинать и заканчивать урок или даже весь рабочий день. Потому что кроме учебно-тренировочного оно имеет и ритуальный смысл.

Пусть все артисты станут в круг, лицом к центру и возьмутся за руки.

Установите контакт между собой — создайте «круг»!

Задание: по сигналу

режиссера-педагога либо все одновременно сделайте шаг вперед, либо останьтесь на месте.

Следующие варианты задания:

а) шаг вперед — шаг назад;

б) шаг вперед — шаг назад — стоять на месте.

Сделать это всем вместе далеко не так просто, как кажется. Не суетитесь, не хитрите. Помните, упражнение имеет ритуальный, обрядный характер.

*Ну а теперь выполните это
задание с закрытыми глазами.
Установите контактжатием
рук. Создайте круг своим
дыханием.*

*И опять: шаг вперед, или
назад, или — стоять на месте.*

Это ваш «круг» решает.

*Новые условия: стоя в круге, с
закрытыми глазами, не касаясь
друг друга.*

*Услышьте круг! Услышьте
себя!*

Услышьте себя в «круге»!

Один...

Два...

Три...

И... Вместе!

*Потому что хуже нет, чем когда одни — вперед, а другие — стоят на
месте.*

Берлин,

март 2008

«ТРЕНИНГ — ВЕЩЬ ЖИВАЯ...»

*Всю жизнь, занимаясь театром, его люди не перестают задавать себе
вопрос: чем же они занимаются? Лучших из них поиски ответа с годами
поглощают столь сильно, что они без остатка посвящают себя
исследовательской работе, стремясь в постижении тайн творческого
процесса найти ответ на главный вопрос.*

К таким беспокойным мастерам принадлежит Юрий Альшиц.

*Свидетельством тому его жизнь. Эпиграфом к ней могли бы стать
слова,*

*вынесенные Юрием в название на удивление личной для учебника книги
— «Тренинг Forever!».*

*Основное место в ней занимают упражнения, вводящие
заинтересованного читателя (а именно к нему обращается автор) в
лабораторию художника и мастерового театра.*

*Щедрость, с которой Альшиц делится накопленным опытом и
наблюдениями, многого стоит. За одно это мы должны быть
благодарны.*

*Но ценность его труда не только в описании тренинга, могущего
принести пользу каждому, посвятившему себя театру. Уникальность в
том, что за описанием, казалось бы, профессиональных упражнений
встает личность самого автора. И она заинтересовывает ничуть не
меньше*

того, что нам предлагается в качестве предмета для изучения, для

опробования в собственной практике; подчас — большие.

По-моему, это обстоятельство — лучшее подтверждение плодотворности самого тренинга, которому посвящена работа Альшица. Тут уместно вспомнить одно из восточных изречений (автор часто и по делу использует их в своей книге): «Дорогу осилит идущий».

Жизненный путь Юрия, который в книге дается скромным пунктиром, извилист и прихотлив. Несмотря на капризы судьбы, ему выпала счастливая возможность — быть участником крупных художественных событий. Впитывая навыки различных школ, изучая сценическую практику многих народов, он осилил главное — выработал собственный способ существования в театре, оправдывающий пребывание в нем.

Убеждение, что в упражнении может быть заключена идея театра, подвигнуло Юрия Альшица предложить нам задания, с помощью которых

каждый из нас может обрести свой театр.

Подобное предложение сначала настораживает. Но, когда знакомишься с книгой «Тренинг Forever!», оно быстро исчезает, поскольку Альшиц не утверждает единственность своего взгляда и вообще чужд всяческого догматизма.

Хотя из авторских отступлений, помещенных между описаниями упражнений, нетрудно догадаться, что Юрий приверженец игровой модели театра (недаром среди его учителей такие замечательные личности, как М. Буткевич и А. Васильев), не ощущается стремления непременно обратить нас в свою театральную веру.

Напротив, Альшиц подчеркивает: тренинг — это открытая система, не заключающая актера в прокрустово ложе той или иной художественной концепции или идейного направления.

При всей привлекательности подобного взгляда, нельзя не заметить противоречия с не менее привлекательным утверждением, ' что в упражнении может быть заключена идея театра. Но оно, это противоречие, — одно из тех, которые вызывают доверие к автору, находящемуся не в позиции гуру, изрекающего истины, а в состоянии творческого поиска.

Самое место цитаты из книги: «Тренинг — вещь живая. Он живет и меняется, как мы и все вокруг нас. Поэтому, готовясь к встрече с ним, нужно одновременно учитывать, что вся подготовка может быть разрушена в одно мгновение из-за живой, возникающей каждую секунду, новой ситуации урока. Актеры, студенты сразу понимают, работает педагог по живой ситуации или домашней заготовке, слышит он течение

тренинга или нет, творчество это для него или просто работа».

Ракурс, с которого автор исследует суть и значение тренинга, постоянно меняется. От этого предмет исследования обретает объем и

многозначность. Тренинг предстаёт то как генератор актерской энергии,
то как настройка его психофизического аппарата, а ещё — в качестве
способа для смены системы оценок, гарантии художественного
долголетия. Короче, тренинг по Альшицу — это исключительно живой
процесс, требующий постоянного обновления и учета всех
обстоятельств,
в которых он совершается. Автор на этом настаивает, и трудно с ним
не
согласиться.

В эффективности того или иного упражнения те, кому адресована
книга, могут убедиться в репетиционном классе. Но перед тем как
приступить к этому, хотелось бы обратить внимание на несколько
положений автора, имеющих, на наш взгляд, особое значение.

1. Взаимосвязь упражнений, которые в интересах ясности изложения
разделены на отдельные главы, друг с другом.
2. Конечная цель и смысл тренинга — это воспитание из актёра-
исполнителя Артиста, из человека — Художника.
3. «Любые тренинги должны строго контролироваться этикой».
Эти принципы подняли «Тренинг Forever!» до уровня лучших об-
разцов специальных исследований для работников театра, которые
можно
отнести к разряду учебников. И немаловажно то, что, при завидной
широте взглядов и опыта, обретенных Юрием Альшицем в работе со
многими ансамблями мира, он остается тесно связанным с традициями
русской театральной педагогики.

Впрочем, об этом не стоит напоминать. Это становится очевидным по
прочтении книги. Как очевидно и то, что работа Юрия Альшица
появилась исключительно вовремя — в момент, когда эти традиции
проходят нешуточные испытания и нам нужен, необходим постоянный
тренинг, чтобы с честью их выдержать.

А. Шапиро

СОДЕРЖАНИЕ

А. Васильев. Что-то о роли тренинга.....	5
О. Кудряшов. Реальность и метафизика тренинга	7
Глава 0. ДО УРОКА.....	19
Чистка	20
Секс на сцене	21
Снегоуборочная машина	22
Новоселье	24
Живая студия.....	25
Сквозь воду.....	26
Я — книга	26
Звуковая картина.....	27
Комбинация звуков.....	29

<i>Анализ зрением.....</i>	<i>30</i>
<i>Увидеть невидимое.....</i>	<i>32</i>
<i>Философский глаз.....</i>	<i>35</i>
<i>Переход границы</i>	<i>37</i>
<i>Тишина.....</i>	<i>42</i>
<i>Дорога дня</i>	<i>43</i>
<i>Глава первая. НИЧЕГО</i>	<i>45</i>
<i>Тусовка</i>	<i>46</i>
<i>«Доброе утро»</i>	<i>48</i>
<i>Приветствие.....</i>	<i>50</i>
<i>Жизнь в хаосе</i>	<i>55</i>
<i>Дистанция</i>	<i>57</i>
<i>Молекулярные частицы</i>	<i>58</i>
<i>Глава вторая. ЗА ГРАНИЦЕЙ.....</i>	<i>60</i>
<i>«Left» означает «вперед»</i>	<i>63</i>
<i>Открытие языка</i>	<i>65</i>
<i>Поза мысли</i>	<i>68</i>
<i>Метафизика звука и движения.....</i>	<i>72</i>
<i>Отхлопать роль.....</i>	<i>76</i>
<i>Замри.....</i>	<i>77</i>
<i>Трансформация предметов</i>	<i>78</i>
<i>Change direction</i>	<i>80</i>
<i>Летающий хлопок</i>	<i>81</i>
<i>Глава третья. РАСТЯЖКА.....</i>	<i>85</i>
<i>Растяжка Леонардо.....</i>	<i>87</i>
<i>Юлий Цезарь</i>	<i>88</i>
<i>Растянуть круг.....</i>	<i>90</i>
<i>Растяжка у стены</i>	<i>91</i>
<i>Скручивание по горизонтали.....</i>	<i>93</i>
<i>Скручивание по вертикали.....</i>	<i>95</i>
<i>Растяжка по частям.....</i>	<i>97</i>
<i>Глава четвертая. ЭНЕРГИЯ ДЛЯ АКТЕРА</i>	<i>99</i>
<i>Ревизия</i>	<i>Ю0</i>
<i>Свет и музыка внутри нас.....</i>	<i>101</i>
<i>Эффект шампанского</i>	<i>Ю3</i>
<i>Разминка БАТ ступни.....</i>	<i>104</i>
<i>Аплодисменты</i>	<i>Ю7</i>
<i>Разогрев энергетических зон</i>	<i>108</i>
<i>Двигать свой центр.....</i>	<i>109</i>
<i>Энергия в паре</i>	<i>117</i>
<i>Борьба энергетических точек.....</i>	<i>119</i>
<i>Игра хлопков</i>	<i>121</i>
<i>Смех и слезы</i>	<i>122</i>
<i>Тир</i>	<i>125</i>
<i>Маяк-радар.....</i>	<i>126</i>

<i>Глава пятая. ДОРОГА</i>	129
<i>Лабиринт</i>	129
<i>Композиция времени</i>	132
<i>Печатная машинка</i>	133
<i>Радуга</i>	136
254	
<i>Композиция образов</i>	139
<i>Композиция композиций</i>	142
<i>Марафон</i>	146
<i>Глава шестая. ЗАКОНЫ</i>	150
<i>Пять точек</i>	150
<i>Трансформация закона</i>	154
<i>Выбрать закон</i>	155
<i>Игра с мячом</i>	157
<i>Смена закона</i>	159
<i>Фуга Баха</i>	162
<i>Глава седьмая. «Я»</i>	167
<i>Баланс</i>	168
<i>Вертикаль</i>	170
<i>Секунда страха</i>	173
<i>Борьба равновесий</i>	175
<i>Карниз</i>	175
<i>Молния</i>	177
<i>Моя карта</i>	179
<i>Глава восьмая. «Я + ТЫ»</i>	184
<i>Падение</i>	185
<i>Пушинка</i>	186
<i>Диалог со свечкой</i>	187
<i>Сиамские близнецы</i>	187
<i>Второе тело</i>	191
<i>Игра с тенью</i>	191
<i>Роль роли</i>	192
<i>Насос</i>	194
<i>Легкий флирт</i>	195
<i>Мяч между вами</i>	201
<i>Эхо-система</i>	203
<i>Место встречи</i>	208
<i>Люди и стулья</i>	208
<i>Один голос</i>	209
<i>Карточки: мизансцены</i>	211
<i>Карточки: действия по ситуации</i>	212
253	
<i>Глава девятая. «Я + Я + Я + Я + Я + Я + Я»</i>	213
<i>Начать вместе</i>	214
<i>Колонна</i>	216

<i>Гордиев узел</i>	<i>218</i>
<i>Многорукое и многоногое чудовище.....</i>	<i>220</i>
<i>Змейка.....</i>	<i>222</i>
<i>Симметрия</i>	<i>223</i>
<i>Эстафета действия</i>	<i>229</i>
<i>Перо и чернила</i>	<i>231</i>
<i>Брейгель. «Слепы».....</i>	<i>232</i>
<i>Ткачи</i>	<i>235</i>
<i>От 0 до 10</i>	<i>239</i>
<i>«10-5-0»</i>	<i>240</i>
<i>Композиция скоростей</i>	<i>242</i>
<i>Смена скоростей и партнеров</i>	<i>245</i>
<i>Шаг из круга.....</i>	<i>246</i>
<i>А Шапиро. «Тренинг — вещь живая...»</i>	<i>248</i>

Учебное издание

Альшиц Юрий Леонович ТРЕНИНГ ГОКЕУЕК!

Дизайн О. Кениг Художник С.Архангельский Редактор М. Григорян

Подписано в печать 25.11.2010. Формат 60х90/16 Бумага офсетная.

Печать

офетная. Усл. п. л. 16 Заказ № 1944

Тираж 1000 экз.

Российская академия театрального искусства — ГИТИС

«Издательство „ГИТИС"». 125009, Москва, Малый Кисловский пер., 6

Отпечатано с готового оригинал-макета В ГУП ППП «Типография „Наука"» РАН. 121099 Москва, Шубинский пер., 6

—