

Ольга Лоза
Актерский тренинг по системе Станиславского. Упражнения
и этюды

Золотой фонд актерского мастерства (АСТ) –



*«Актерский тренинг по системе Станиславского. Упражнения и этюды/Составитель Ольга Лоза»: АСТ;
Москва; 2009
ISBN 978-5-93878-871-8*

Аннотация

Эта книга адресована не только актерам кино и театра и тем, кто хочет ими стать. Эта книга будет с восторгом встречена психологами, педагогами и всеми, кто хочет научиться владеть своими эмоциями, по желанию менять настроение, общаться легко и выразительно.

Перед вами – сборник уникальных актерских упражнений, созданных самим Станиславским. Все задания, тренинги и этюды были собраны «буквально по крупицам» из самых разных трудов великого мастера сцены и представлены читателям в максимально удобной для использования форме.

Актерский тренинг по системе Станиславского. Упражнения и этюды Составитель Ольга Лоза

Введение

Наследие Константина Сергеевича Станиславского велико и многогранно. Его знаменитая «система» завоевала весь мир и оказала громадное влияние на культурный облик эпохи. Тот облик, который мы знаем по кинофильмам, театральным постановкам и мемуарной литературе. Без всякого преувеличения можно сказать, что система Станиславского – явление эпохальное.

Несмотря на то что создавалась система Станиславского исключительно как инструмент обучения актерскому мастерству, она, как всякое великое явление, вышла за рамки театральной школы. Труды К. С. Станиславского, в которых изложены теоретические и практические основы «системы», до сих пор остаются незаменимыми пособиями для психологов, администраторов, менеджеров, коммуникаторов, продавцов, всех, кто по роду своей деятельности должен быть немного актером – должен уметь на телесном уровне психологически достоверно изображать чувства и эмоции.

«Система Станиславского» построена на овладении «инструментом веры». В ней нет ни одного упражнения или этюда, которые бы делались «просто так», для отработки навыка. Любое действие должно быть оправдано изнутри – то есть актер должен создать сам для себя такую правду, в которой бы он жил и действовал естественно и органично. Сценическая «вера» и «правда» были для Станиславского непременным условием работы актера, главным законом сцены. Открытие этого закона и сделало его систему столь эффективной и популярной.

Полное теоретическое описание «системы» содержится в труде К. С. Станиславского «Работа актера над собой»¹. Именно с этой книгой каждый начинающий актер знакомится в первую очередь. Но практические методы «системы» в книге содержатся как бы в «растворенном» виде. Для этого труда Константин Сергеевич выбрал форму дневниковых записей, а это само по себе предполагает разбросанность и непоследовательность.

В данном издании, которое основано на книге «Работа актера над собой», мы постарались

¹ Издательством «Прайм-Еврознак» в 2008 году выпущен труд К. С. Станиславского «Работа актера над собой» в двух книгах: «Работа актера над собой. Дневник ученика. Часть первая. Работа в процессе переживания» и «Работа актера над собой. Дневник ученика. Часть вторая. Работа в процессе воплощения».

отойти от теории и выделить прежде всего практические моменты: упражнения, этюды, тренировочные задания, направленные на развитие актерского психологического инструментария. Цель этой книги – облегчить задачу каждому, кто обучает по «системе Станиславского», проводит психологические тренинги, используя в качестве упражнений практические элементы системы, или занимается по системе Станиславского самостоятельно.

Теперь театральному педагогу, психологу, тренеру, студенту не придется заново «отделять зерна от плевел», самостоятельно выписывать упражнения и выстраивать из них программу актерских тренингов. Мы поставили перед собой задачу составить такое руководство, которое бы, с одной стороны, сохранило всю полноту и стройность «системы Станиславского», а с другой – избавило бы преподавателей и режиссеров от необходимости «выдирать» упражнения из контекста. При составлении мы опустили теоретические рассуждения и оставили только практику. Упражнения, данные в виде «сухих» заданий, поясняются примером из «школьного опыта ученика Названова» – главного действующего героя книги «Работа актера над собой»². В книгу не включены упражнения по развитию и постановке речи, а также указания по работе над ролью и пьесой. Эти два раздела слишком обширны – каждый из них мог бы составить отдельную книгу. Кроме того, работа по этим направлениям должна осуществляться только в группе и только под руководством опытного преподавателя. Поэтому в данном издании мы ограничились лишь упражнениями на развитие психофизического актерского инструментария³.

Как построена книга

Ознакомившись с оглавлением, читатель наверняка уже понял, что книга выстроена по особому принципу. Упражнения и тренировочные задания, из которых состоит «система Станиславского», упорядочены здесь по типам эмоциональной памяти. Как известно, в психологии этих типов три: зрительная, слуховая, чувственная (аудиальная, визуальная, кинестетическая). Такой порядок выбран нами не случайно. Сам Станиславский отмечал, как важно обращать внимание на то, к какому психоэмоциональному типу принадлежит актер:

Артисты сцены, подобно художникам и музыкантам, обладают памятью внутреннего зрения и слуха. С их помощью они могут запечатлеть и воскрешать в себе воспоминания о зрительных и слуховых образах, о лице человека, о его мимике, о линиях тела, о походке, о манерах, о движениях, о голосе, об интонации встречающихся в жизни людей, об их костюме, о бытовых и других подробностях, о природе, о пейзаже и прочем. Кроме того, человек, а тем более артист, способен запомнить и вновь воспроизвести не только то, что он видит и слышит в реальной жизни, но и то, что невидимо и неслышно создается в его воображении. Артисты зрительного типа любят, чтобы им показали в действии то, чего от них добиваются, и тогда они легко ощущают чувство, о котором идет речь. Артистам слухового типа, напротив, хочется поскорее услышать звук голоса, речь или интонацию того лица, которое они изображают. У них первый толчок для возбуждения чувствования исходит от слуховых воспоминаний.

² В качестве примеров нами использованы цитаты из труда К. С. Станиславского «Работа актера над собой». Цитаты оформлены особым образом: они набраны мелким шрифтом на суженой полосе набора.

³ Тексты упражнений цит. по: К. С. Станиславский, собр. соч. в 8 т. Т. 3. Приложение. М; Искусство, 1955.

К этим трем типам мы добавили временную (личный ритм), реактивную (способ переключения с одного чувственного различия на другое, смена эмоций) и ассоциативную (яркость реакций, ассоциативный след, воображение) память. Зрительные, слуховые, осязательные, временные, ассоциативные впечатления заставляют артиста проникнуться ролью и зажить на сцене естественной жизнью образа. Но не бывает такого, чтобы у одного человека в равной степени были развиты все типы психоэмоциональной памяти. Всегда доминируют один-два типа. Для обычной жизни это нормально, но совершенно недостаточно для жизни на сцене. Поэтому так важно начинающему актеру:

1) узнать свой доминирующий тип; 2) развить в нужной мере все второстепенные типы психофизиологической памяти.

Как пользоваться этой книгой

На основе содержащихся здесь упражнений, этюдов и заданий можно выстраивать тренинговые занятия – индивидуальные или коллективные. Предпочтение отдается коллективным занятиям под руководством педагога. Так советует сам Станиславский: он объясняет это тем, что ученик не может видеть себя со стороны, а потому допускает опасные ошибки, которые впоследствии могут превратиться в штамп или зажим. Впрочем, некоторые упражнения, такие как «ослабление мышц» или «кинолента прожитого дня», могут выполняться и индивидуально. Для удобства читателя такие упражнения мы поместили литерой [и] (индивидуально).

Как выстраивать тренинговые занятия?

В начале курса в одно занятие рекомендуется включать какой-то один тип упражнений, затем можно приступать к комбинированным тренингам. Сразу после занятия записывайте свои наблюдения: что далось легко, что труднее, как оценили вас другие участники группы. Это нужно для того, чтобы найти свой доминирующий тип и определить «слабые места», нуждающиеся в развитии.

И конечно, необходимо помнить, что никакое сокращенное руководство не даст полного понятия о системе Станиславского. Для этого нужно изучать оригинальные труды самого Константина Сергеевича и его последователей. Кроме того, не стоит забывать и о личных зрительских впечатлениях. Ходите в театр, смотрите кинофильмы, старайтесь посещать репетиции разных режиссеров, думайте, чувствуйте, записывайте... И тогда актерская профессия откроется вам так, как понимал ее Станиславский, говоря, что «сценическая индивидуальность – это духовная индивидуальность прежде всего. Это тот угол зрения художника... та художественная призма, через которую он смотрит на мир, людей и творчество».

Упражнения и задания

Тренинг визуальных и ассоциативных впечатлений. развитие зрительной памяти, внешнего и внутреннего видения

Театр, кино или телевидение – искусство, прежде всего визуальное. Любой актер должен обладать хорошо развитой зрительной памятью, уметь видеть и представлять не только то, что находится вокруг него, – сцену, декорации, зрительный зал. Внутренним зрением он должен видеть то, что видит зритель (актеров, мизансцену, сцену целиком), и то, что «видит» его персонаж. Упражнения данного раздела направлены на развитие внешнего и внутреннего видения, а также построения визуальных ассоциативных цепочек.

Простые упражнения на рассматривание объекта

1. [и] Выберите несколько предметов. Рассмотрите их поочередно и рассказывайте друг другу о каждом из них.
2. [и] Рассматривайте сразу два предмета, отыскивая в них сходство или различие.
3. Просите учеников одновременно рассматривать один и тот же предмет. Переключайте внимание с объекта на объект.
4. Показывайте группу предметов ученикам, затем закройте эти предметы и попросите описать, какие это предметы и в каком порядке они расположены.
5. Попросите учащихся запомнить расположение предметов в данной части комнаты. Смотреть запрещается. Поменяйте расположение и просите рассказать об изменениях.
6. [и] В публичных местах (на улице, в транспорте, в библиотеке и пр.) рассматривайте людей: а) по одному, б) по двое, – отыскивая в них сходство или различие. Подумайте, кем бы могли быть эти люди, куда они направляются, чем заняты их мысли.
7. [и] Всматриваясь в человека, попытайтесь «поймать» его характер для роли.
8. [и] Просматривайте рисунки костюмов по эпохам. Самостоятельно выбирайте их (и развешивайте на стенах).
9. [и] То же с архитектурой.
10. [и] Представьте себе, что вам нужно организовать дружескую вечеринку или светский прием. 1. Современная вечеринка (прием). 2. То же: а) в советское время; б) до II Мировой войны; в) в начале века. 3. До 1905 года. То же. 4. 1860-е годы. То же. 5. Начало XIX века. То же.
11. [и] Вспоминайте свои зрительные впечатления: любимые картины, природные пейзажи, виды городов, обстановку комнат, форму и цвета предметов.
12. [и] Переходите к активному рассматриванию объектов. Например, возьмите объект – картину. Что она изображает? Каков ее размер? Цвета, краски, техника? При каких обстоятельствах она могла бы быть написана? Какую задачу ставил перед собой художник? Что его подвигло на выбор именно этого сюжета? Оправдайте и оживите ее – сначала одним, а потом другим вымыслом воображения!

Учимся устанавливать объект-точку

Объектом-точкой называется какой-либо предмет, на котором фокусируется внимание артиста. Объект-точка служит для того, чтобы актер мог собрать свое внимание и не давать ему рассеиваться и отвлекаться на посторонние мысли. Объект-точка может быть близким, средним и дальним. Чтобы ученику было легче понять, Станиславский рекомендует сначала упражняться в установлении объекта-точки в полной темноте. Для этого нужно поместить в коробку фонарик или небольшую лампочку. Погасите свет и зажгите фонарик. Для ученика не представляет никакого труда сконцентрировать свое внимание на единственном источнике света в окружающей его темноте. Эта светящаяся во тьме лампочка иллюстрирует близкий

объект-точку. Следующий этап занятий – утверждение объекта-точки на свету.

В последние полчаса мы впервые пробовали утверждать объект-точку и длить внимание на полном свету, но не с лампочкой, как раньше, а без нее, то есть с вещами, находившимися в «малолетковской гостиной». Рахманов указывал нам какой-нибудь предмет, хотя бы люстру. И все направляли на нее взоры и старались сконцентрировать на ней внимание. Если объект не захватывал нас сам собой, то, как полагается в таких случаях, мы начинали с рассматривания и изучения формы, линий, цвета. Но так как такое занятие мало увлекательно и не длительно, то прибегали к помощи ума, воображения и вымысла. Иван Платонович... велел одному из учеников рассмотреть хорошенько спинку кресла, мне – бутфорскую подделку эмали на столе, третьему дал безделушку, четвертому – карандаш, пятому – веревку, шестому – спичку, и так далее.

Следующая задача заключается в том, чтобы постараться также рассмотреть сначала в полной темноте, а затем на свету средний и дальний объект-точку. Для этого внимательно всмотритесь в окружающий вас мир вещей, выберите среди них один какой-нибудь средний или дальний объект-точку и сосредоточьте на нем все внимание. Вы заметите, что не можете долго сфокусироваться на объекте. Наметьте себе какой-нибудь предмет, находящийся неподалеку от вас. Попробуйте тщательно рассмотреть его. Расслабьтесь. Не подавайтесь вперед, не делайте лишних движений. Добивайтесь такого состояния, при котором вам было бы комфортно. Объекты для рассматривания: ковер, люстра, зеркало, картина. Сокращайте количество времени, которое вы тратите на рассматривание объекта (тридцать – двадцать – десять секунд). Теперь смотрите на тот же предмет, но в течение какого-то очень короткого времени. За тридцать секунд вам нужно заметить его форму, линии, детали, особенности. После чего ваш партнер должен погасить свет. В темноте опишите все, что запомнила ваша зрительная память.

Вот в чем будет заключаться упражнение: я назначаю каждому из вас объект для смотрения. Вы замечаете его форму, линии, цвета, детали, особенности. Все это надо успеть сделать, пока я считаю до тридцати. Тридцать! – говорю я. После этого я даю темноту, чтобы вы не видели объекта, и заставляю вас говорить о нем.

В темноте вы мне описываете все, что запомнила ваша зрительная память. Я проверяю и сравниваю с самим объектом то, что вы рассказали. Для этого снова дан свет. Внимание! Я начинаю. Малолеткова – зеркало.

– Голубчики! – заторопилась она, указывая на зеркало. – Вот это?

– Не надо лишних вопросов. В комнате одно зеркало, другого нет. Нет другого!

Артист должен быть догадлив.

Пушин – картина. Говорков – люстра. Вельяминова – альбом.

– Плюшевый? – переспросила она медовым голосом.

– Я показал. Два раза не повторяю. Артист должен хватать на лету. Названов – ковер.

– Их много. Какой?

– При недоразумениях – решайте сами. Ошибайтесь, но не сомневайтесь, не переспрашивайте. Артисту нужна находчивость. Находчивость, говорю!

Вьонцов – ваза. Умновых – окно. Дымкова – подушка. Веселовский – рояль. Раз, два, три, четыре, пять... – Иван Платонович просчитал не торопясь до тридцати и скомандовал:

– Темнота!

Когда наступила темнота, он вызвал меня и приказал рассказывать, что я видел.

– Вы мне назначили ковер, – стал я подробно объяснять ему. – Я не сразу выбрал, который, и потому пропустил время.

– Короче и по существу, – командовал Иван Платонович. – По существу!

– Ковер персидский. Общий фон красно-коричневый. Широкий бордюр обрамляет края,

– описывал я, пока Рахманов не крикнул:

– Свет! Неправильно запомнили, дружок мой! Не донесли, просыпались. Темнота! Пуцин!

– Не уразумел сюжета картины. По слепоте и дальности расстояния. Увидел лишь краску желтую на фоне красном.

– Свет! – командовал Иван Платонович.

– Ни желтого, ни красного тона на картине нет.

– Истинно просыпался, не донес, – басил Пуцин.

– Говорков! – вызвал Рахманов.

– Золотая люстра, понимаете ли, рыночная. Со стекляшками.

– Свет! – командовал Иван Платонович. – Люстра музейная, подлинная, александровский амбир. Просыпались!

– Темнота! Названов, опишите снова ковер.

– Я не знал, что нужно еще, простите. Я не думал, – извинялся я, застигнутый врасплох.

– В другой раз думайте. Исправляйте ошибки и не сидите ни секунды сложа руки, без дела. Знайте все: я буду переспрашивать по два и по четыре раза, пока не добьюсь точного описания впечатлений. Пуцин!

– Просыпался. Дважды просыпался.

В конце концов Рахманов добился того, что мы изучили указанные нам предметы до мельчайших деталей и описали их. Для этого пришлось вызывать меня пять раз. Описанная нервная работа в полном темпе длилась с полчаса.

От нее сильно устали глаза и напряглось внимание. С такой предельной интенсивностью долго продолжать занятия нельзя. Рахманов знает это и потому разбивает свой урок на две части – по получасу каждая. Мы временно прекратили упражнения и пошли на урок танцев. После него был снова класс Рахманова, в котором проделывали то же, что и в первые полчаса, но только счет сократился до двадцати.

Круг внимания

Круг внимания представляет не одну точку, а целый участок малого размера, и включает много самостоятельных объектов. Глаз перескакивает с одного на другой, но не переходит границ, очерченных кругом внимания. Чтобы построить круг внимания, надо ограничивать намечаемую площадь, или круг для зрительного внимания, линиями самих предметов, находящихся в комнате. Вот, например, круглый стол, уставленный разными вещами. Площадь его доски является очерченным малым кругом внимания на свету. А вот на полу довольно большой ковер со стоящей на нем мебелью – это средний круг на свету. Другой, еще больший ковер ясно очерчивает большой круг на свету. Там, где пол открыт, отсчитайте нужное количество нарисованных на половике квадратиков паркета. Самый большой круг внимания – вся сцена.

Самый простой способ выстроить круги внимания – в полной тьме, так, как описано у Станиславского:

...наступила темнота, а через секунду зажглась большая лампа, стоявшая на

столе, возле которого я сидел. Абажур отбрасывал круглый блик света вниз, на мою голову и руки. Он весело освещал середину стола, уставленного безделушками. Остальная громада сцены и зрительного зала тонула в жутком мраке. Тем уютнее я чувствовал себя в световом блике лампы, который как будто всасывал все мое внимание в свой светлый, ограниченный тьмой круг.

– Вот этот блик на столе, – сказал нам Торцов, – иллюстрирует *малый круг внимания*. Вы сами, или, вернее, ваши головы и руки, попавшие в полосу света, находятся в его центре. Такой круг подобен малой диафрагме фотографического аппарата, детализирующей мельчайшие части объекта.

Торцов был прав; действительно, все безделушки, стоявшие на столе в узком круге света, сами собой притягивали к себе внимание.

Стоит очутиться в световом круге при полной темноте, и тотчас почувствуешь себя изолированным от всех. Там, в световом круге, как у себя дома, никого не боишься и ничего не стыдишься. Там забываешь о том, что из темноты со всех сторон наблюдает за твоей жизнью много посторонних глаз. В малом световом круге я чувствую себя более дома, чем даже в своей собственной квартире. Там любопытная хозяйка подсматривает в замочную скважину, тогда как в малом круге черные стены мрака, окаймляющие его, кажутся непроницаемыми. В таком узком световом круге, как при собранном внимании, легко не только рассматривать предметы во всех их тончайших подробностях, но и жить самыми интимными чувствами, помыслами и выполнять сложные действия; можно решать трудные задачи, разбираться в тонкостях собственных чувств и мыслей; можно общаться с другим лицом, чувствовать его, поверять свои интимнейшие думы, восстанавливать в памяти прошлое, мечтать о будущем.

Торцов понял мое состояние. Он подошел к самой рампе и сказал мне с оживлением:

– Заметьте скорее: то состояние, которое вы испытываете сейчас, называется на нашем языке *публичное одиночество*. Оно публично, так как мы все – с вами. Оно одиночество, так как вы отделены от нас малым кругом внимания. На спектакле, на глазах тысячной толпы, вы всегда можете замкнуться в одиночество, как улитка в раковину.

Теперь я покажу вам *средний круг внимания*.

Наступила темнота.

Затем осветилось довольно большое пространство с группой мебели: со столом, стульями и углом рояля, с камином, с большим креслом перед ним. Я очутился в центре этого круга.

Было невозможно сразу охватить глазами все пространство. Пришлось рассматривать его по частям. Каждая вещь внутри круга являлась отдельным, самостоятельным объектом-точкой. Беда только в том, что при увеличившейся световой площади образовались полутона. Эти полутона попадали за пределы круга, благодаря чему его стенки сделались менее плотными. Кроме того, мое одиночество стало слишком просторным. Если малый круг можно сравнить с холостой квартирой, то средний уподобился бы квартире семейной. Как в пустом холодном особняке из десяти комнат неуютно жить одному – бобылем, так и мне хотелось вернуть свой милый малый круг внимания.

Но я так чувствовал и рассуждал лишь до тех пор, пока находился один. Когда же ко мне в освещенный круг вошли Шустов, Пущин, Малолеткова, Вьюнцов и другие, мы едва в нем поместились. Образовалась группа, разместившаяся на креслах, стульях и диване.

Большая площадь дает простор для широкого действия. В большом пространстве удобнее говорить об общих, а не о личных, интимных вопросах. Благодаря этому в

среднем круге легко создалась живая, молодая и горячая народная сцена. Ее не повторишь по заказу. Подобно малому, и средний световой круг, показанный сегодня Торцовым, заставил меня ощутить самочувствие артиста в момент расширения площади внимания.

Кстати, интересная подробность: за все время сегодняшнего урока мне ни разу не пришел в голову мой ненавистный враг на сцене – черная дыра портала. Это удивительно!

– Вот вам и большой круг, – сказал Торцов, когда вся гостиная осветилась ярким светом. Другие комнаты пока оставались темными, но внимание уже заблудилось в большом пространстве.

– А вот вам и *самый большой круг!* – воскликнул Аркадий Николаевич, когда все остальные комнаты вдруг осветились полным светом.

Я растворился в большом пространстве.

– Размеры самого большого круга зависят от дальности зоркости смотрящего. Здесь, в комнате, я расширил площадь внимания насколько было возможно. Но если бы мы были сейчас не в театре, а в степи или в море, то размер круга внимания определялся бы отдаленной линией горизонта. На сцене эту линию дальней перспективы художник пишет на заднике.

Управление вниманием в большом круге

Во время расширения круга на свету площадь внимания увеличивается. Однако это может продолжаться лишь до того момента, пока вы способны удерживать мысленно очерченную линию круга. Лишь только намеченные границы начнут колебаться и таять, надо скорее суживать круг до пределов, доступных зрительному вниманию. Но как раз в этот момент нередко происходит катастрофа: внимание выскользывает из вашей власти и растворяется в пространстве. Приходится снова собирать и направлять его. Для этого нужно скорее обратиться к помощи объекта-точки, хотя бы, например, к лампочке, светящейся в коробке. Нужды нет, что нас свету она не так ярка, как казалась раньше, в темноте, тем не менее это не мешает ей и сейчас привлекать к себе внимание. Теперь, после того как вы его на минуту укрепили, создавайте сначала малый круг на свету с лампой в его центре. Потом наметьте средний круг внимания на свету и в нем несколько малых. Прodelывайте эти упражнения в темноте и на свету. Если заблудитесь в большом круге, скорее «цепляйтесь» за объект-точку. Удержавшись на ней, создайте себе малый круг, а потом и средний. Следует помнить, что чем шире и пустыннее большой круг, тем уже и плотнее должны быть внутри него средние и малые круги внимания, и тем замкнутее публичное одиночество.

Задание

[и] Мысленно намечайте, суживайте и расширяйте круги внимания, лежащие вне вас.

Передвижной круг внимания

[и] Возьмите обруч для хула-хупа. Наденьте его на себя и держите его руками так, чтобы самому быть в его центре. Ходите по комнате внутри этого обруча. Осозаемые линии обруча помогут удерживать контуры круга в ясно зафиксированных границах. Теперь снимите обруч и постарайтесь носить с собой мысленно такой передвижной круг внимания.

Кинолента прошлого

[и] Ложась спать и потушив свет, приучите себя ежедневно просматривать всю жизнь каждого прошедшего дня, стараясь при этом детализировать свои воспоминания до последнего предела, то есть если вы думаете об обеде или об утреннем чае, то старайтесь вспомнить и увидеть не только кушанья, которые вы ели, но и посуду, на которой подавались блюда, и общую ее расстановку на столе. Вспоминайте и мысли, и внутренние чувствования, вызванные обеденным разговором, и вкус съеденного. В другие разы вспоминайте не ближайший день, а более отдаленные моменты жизни. Еще детальнее просматривайте мысленно квартиры, комнаты, места, где вам приходилось когда-то жить или гулять, причем, вспоминая отдельные вещи, мысленно пользуйтесь ими. Это возвратит вас к когда-то хорошо знакомой последовательности действий и к линии дня былой жизни. Их тоже детально проверяйте своим внутренним вниманием. Старайтесь как можно ярче вспомнить своих близких, живых или умерших. Но во всей этой работе отведена большая роль вниманию, которое получает новые поводы для упражнения.

Вглядываемся в мир

[и] Вглядывайтесь в природу. Возьмите цветок, или лист, или паутину, или узоры мороза на стекле и так далее. Постарайтесь определить словами то, что вам в них нравится. Это заставит внимание сильнее вникать в наблюдаемый объект, сознательнее относиться к нему при оценке, глубже вникать в его сущность. Не брезгуйте и мрачными сторонами природы. И тут не забывайте, что среди отрицательных явлений скрыты положительные, что в самом уродливом есть и красивое, так точно, как и в красивом есть некрасивое. Обращайтесь к такому же исследованию произведений искусства – литературы, музыки, музейных предметов, красивых вещей и прочего, к исследованию всего, что попадаете вам на глаза и что помогает выработать хороший вкус и любовь к красивому. В незнакомом месте – гостях или еще где-то – задавайте себе вопросы и честно, искренне ответьте на них: *кто, что, когда, где, почему, для чего* происходит то, что вы наблюдаете? Определяйте словами то, что вы находите красивым, типичным в квартире, в комнате, в вещах, которые интересуют вас, что больше всего характеризует их владельцев. Определяйте назначение комнаты, предмета. Спрашивайте себя и отвечайте: почему так, а не иначе расставлена мебель, те или другие вещи и на какие привычки их владельцев они намекают. Наблюдать можно не только внешний, видимый мир. Рассматривать можно и внутренний мир другого человека, когда он вскрывается через его поступки, мысли, порывы, под влиянием предлагаемых жизнью обстоятельств. Следите внимательно за этими поступками и изучайте обстоятельства, сопоставляйте те и другие, спрашивайте себя: «Почему человек поступил так или иначе, что у него было в мыслях?» Выводите из всего этого соответствующее заключение, определяйте ваше отношение к наблюдаемому объекту и с помощью всей этой работы старайтесь понять склад его души.

Отрешитесь от видимого

[и] Отрешитесь от данного места, от времени, перенеситесь в другую обстановку, хорошо вам известную, и действуйте так, как вам подскажет вымысел воображения. Решите, куда бы вы хотели мысленно перенестись. Допустим, вы хотите очутиться у себя дома. Для этого нужно сначала мысленно подняться по лестнице, позвонить у входной двери, словом, совершить ряд последовательных логических действий. Подумайте о ручке двери, которую надо нажать. Вспомните, как она поворачивается, как дверь отворяется и как вы входите в свою комнату. Что

вы видите перед собой? Попробуйте пройтись по комнате и пожить в ней. Что вы хотите делать? Который теперь час? Мысленно переноситесь в другие, незнакомые, не существующие сейчас, но могущие существовать в реальной жизни условия. Например, совершите кругосветное путешествие. Эти мечтания нужно выполнять не «как-нибудь», не «вообще», не «приблизительно» (всякое «как-нибудь», «вообще», «приблизительно» недопустимы в искусстве), а во всех подробностях, из которых складывается всякое большое предприятие. Во время дороги вам предстоит иметь дело с самыми разнообразными условиями, с бытом, обычаями чуждых стран и народностей. Едва ли вы найдете в своей памяти весь необходимый материал. Поэтому придется его черпать из книг, картин, снимков и иных источников, дающих знание или воспроизводящих впечатления других людей. Из этих сведений вы выясните, где именно вам придется мысленно побывать, в какое время года, месяца; где вам предстоит мысленно плыть на пароходе и где, в каких городах придется делать остановки. Там же вы получите сведения об условиях и обычаях тех или иных стран, городов и прочее. Остальное, чего недостает для мысленного создания кругосветного путешествия, пусть творит воображение. Все эти важные данные сделают работу более обоснованной, а не беспочвенной, какой всегда бывают мечтания «вообще», приводящие актера к наигрышу и ремеслу. После этой большой предварительной работы можно уже составлять маршрут и пускаться в дорогу.

Приблизьте невозможное к вероятному

[и] Теперь вообразите то, что в реальной жизни неосуществимо. Например, перенеситесь на другую планету или в сказочный мир. Каковы ваши планы? Зачем вы попали в этот неведомый мир? Что вы намереваетесь делать? Будьте последовательны: учитывайте «местные» условия и ваши жизненные потребности. Логически оправдайте свои действия, то есть «приблизьте невозможное к вероятному».

«Я есмь», или отход в сторону

[и] Представьте, что ваши партнеры отправились в экспедицию по Крайнему Северу, в то время как вы остались дома. Попробуйте угадать, что они делают сейчас? Мысленно «отойдите в сторону» и посмотрите, как они мерзнут на севере, чинят поломанный аэроплан или готовятся к защите от нападения зверей. В этом случае вы являетесь простым зрителем того, что рисует вам ваше воображение, и не играете никакой роли в этой воображаемой жизни. Теперь вообразите, что вы находитесь там же. Еще раз «отойдите в сторону» и постарайтесь увидеть себя среди них. Чем вы заняты? Сами перенеситесь в свою мечту. Теперь в качестве действующего лица в воображаемой жизни вы уже не можете видеть себя самого, а видите то, что вас окружает, и внутренне отзываетесь на все совершающееся вокруг как подлинный участник этой жизни. В этот момент ваших действенных мечтаний в вас создается то состояние, которое мы называем «я есмь».

Мысленное путешествие

[и] Мысленно путешествуйте по разным местам: ходите по улицам города, катайтесь в трамвае, метро, заходите в магазины, музеи и прочее.

- Пойдемте в церковь, – предложил нам Торцов, когда вошел в класс.
- В церковь?! Зачем? – недоумевали мы. – А как же урок?

– В этом и будет заключаться урок, что мы с вами пойдем сначала в церковь, потом в мебельную лавку, потом в какое-нибудь правление, на станцию железной дороги, на рынок.

Вьюнцов уже встал, по-видимому, собираясь идти, но Торцов его остановил.

– Нам, артистам, совсем не требуется нанимать извозчика, чтобы объехать все эти места. Сидите спокойно, а путешествовать будет ваше воображение. Его сфера, а не реальная жизнь, является нашей артистической областью.

Не прошло и несколько секунд, как большинство из нас уже очутились мысленно в церкви.

– В какой? – спросил Торцов Вельяминову, которая уже успела перекреститься, помолиться и пококетничать глазками с мнимым Николаем Чудотворцем, прикладываясь к его ручкам.

Наша красавица не сумела определить, в какую церковь она зашла.

– Вообще – в церковь.

– Нет. «Вообще» в искусстве не считается, – сказал ей Аркадий Николаевич. – Вы сходите в церковь в честь какого-нибудь святого, а не в церковь – вообще.

– Я не знаю, как это делается, – кокетничала Вельяминова.

– Мы сейчас разберем, – успокоил ее Торцов. – Позвольте вашу ручку, – любезно обратился он к ней.

Она поспешила исполнить его просьбу и протянула Аркадию Николаевичу свою красивую руку. Но Торцов положил ее обратно на ее полные колени, сказав при этом:

– Только мысленно... мысленно протяните мне вашу ручку, я ее возьму, и мы пойдем. По какой улице? – спросил Торцов Вельяминову.

– По Покровке, – ответила она.

– Идем, – смело промолвил Торцов, не двигаясь с места. – Не забудьте сказать мне, когда вы придете.

«Родословная» предмета

Рассматривая какой-либо объект, постарайтесь заглянуть в его прошлое, придумайте ему «родословную». Переключайте внимание с объекта на объект. Делитесь своими фантазиями с партнерами.

Рахманов указывал нам какой-нибудь предмет, хотя бы люстру. И все направляли на нее взоры и старались сконцентрировать на ней внимание. Если объект не захватывал нас сам собой, то, как полагается в таких случаях, мы начинали с рассматривания и изучения формы, линий, цвета. Но так как такое занятие мало увлекательно и не длительно, то прибегали к помощи ума, воображения и вымысла.

Я говорил себе:

«Эта люстра знает времена Александра I и Наполеона. Может быть, она светила кому-нибудь из них во время пышных празднеств, балов или при государственных переговорах, творивших историю. Пусть даже ее судьба была скромнее и она служила не императорам, а простым вельможам. Сколько красивых дам и господ она видела! Сколько пышных, витиеватых фраз, сентиментальных стихов, трогательных романсов под клавикуды или под старые фортепиано она прослушала! При скольких любовных свиданиях, пикантных сценах она присутствовала!

Потом пришли суровые времена Николая I. Кто знает, быть может, эта люстра светила во время тайных собраний декабристов, а после она долго висела заброшенная в опустевшем доме, пока ее господа томились далеко в снегах, на севере, под землей, в кандалах, с прикованными к тачкам руками.

Время летело, и, кто знает, может быть, люстру продали с торгов разбогатевшему и сиволапому купцу. Он повесил ее в свою лавку. Как была шокирована бедная изящная аристократка-люстра новым вульгарным обществом, в которое она попала.

Неужели купец проворовался? Неужели чудесная люстра надолго повисла в антикварной лавке? Ее аристократическая простота не ценилась. Она ждала знатока. Явился Торцов и с почетом перенес ее в свой театр...

Но здесь она попала не в его руки, а к Рублевым, Полушкиным и к театральным бутафорам. Смотрите, что они с ней сделали! Вот помятая тончайшая прорезь! Вот погнутый подсвечник! А тусклый тон бронзы! Разве он не свидетельствует о тяжелой доле, которую нашла нежная аристократка среди театральной сутолоки и богемы?!

Бедная изящная старая люстра! Что-то ждет тебя впереди? Неужели тебя продадут в лом? Неужели тебя сплавят в горне, чтобы после наделать дверных петель или пузатых самоваров?!»

Я так замечтался, что пропустил назначение нового объекта.

Все уже перенесли внимание и фантазировали по поводу пошлого плюшевого бутафорского альбома с металлическими углами и прорезными бляхами.

А попробуйте раскрыть альбом. Вы удивитесь сброду фотографий, которые в него нарисовали бутафоры. Наверху портрет какого-то вольноопределяющегося из Рогожской. Молодой купчина впервые надел мундир и поспешил сняться для потомства. Как показать свою удаль? Он схватил саблю, наполовину выдернул ее из ножен и со свирепым лицом тянется к аппарату, точно собираясь уложить на месте невидимого врага.

Рядом с героем из Рогожской фотография австрийского императора Франца-Иосифа в напыщенной позе. Под ним человек-рыба под водой, в аквариуме, с неприятными белесоватыми глазами. А рядом с рыбой – портрет почтенной старицы-монахини, настоятельницы монастыря.

В какую пеструю компанию попала святая женщина!

Создавать видения

[и] Создавайте внутренние видения. Вспоминайте свою предыдущую жизнь – по десятилетиям, по годам, по месяцам, по дням. Восстанавливайте в памяти события, лица людей, обстановку. Детализируйте воспоминания. Если вы, например, восстанавливаете в памяти, как вы обедали сегодня, то надо вспомнить все, что вы ели и в какой очередности, вкус всего съеденного, всю посуду и общую ее расстановку на столе, мысли и внутренние чувства, вызванные обеденным разговором. Представляйте себе не только прошедшее, но и будущее время.

– Расскажите мне, как вы провели сегодняшнее утро с момента пробуждения? – обратился он к Вьюнцову.

Неугомонный юноша смешно сосредоточился и крепко думал, чтобы ответить на вопрос. Но ему не удалось направить внимание назад, на прошлое сегодняшнего дня. Чтобы помочь, Аркадий Николаевич дал такой совет:

– При воспоминаниях о прошлом не идите от него вперед, по направлению к настоящему, а, наоборот, пятьтесь назад, отталкивайтесь от настоящего к прошлому, которое вы вспоминаете. Пятиться легче, особенно в тех случаях, когда дело идет о близком прошлом.

Вьюнцов не сразу сообразил, как это делается, поэтому Аркадий Николаевич пришел к нему на помощь. Он сказал:

– Сейчас мы разговариваем с вами здесь, в классе. А что вы делали до этого?

– Переодевался.

– Это переодевание является небольшим самостоятельным процессом. В нем скрыты отдельные маленькие моменты хотения, стремления, действия и прочее, без которых нельзя выполнить поставленную очередную задачу. Переодевание оставило в вашей памяти воспоминание о короткой линии вашей жизни. Сколько задач, столько и процессов их выполнения, столько и таких коротких линий жизни роли. Вот, например:

– Что происходило раньше, до переодевания?

– Я был на фехтовании и на гимнастике.

– А раньше?

– Курил в буфете.

– А до этого?

– Был на пении.

– Все это – короткие линии вашей жизни, оставляющие след в памяти, – заметил Аркадий Николаевич.

Так, все больше и больше пятясь назад, Вьюнцов дошел до момента его сегодняшнего пробуждения и начала дня.

– Получился длинный ряд коротких линий вашей жизни, прожитых вами сегодня, в первой половине дня, начиная с момента пробуждения, заканчивая настоящей минутой. О них сохранилось воспоминание в вашей памяти.

Чтобы лучше зафиксировать их, повторите несколько раз в том же порядке только что проделанную работу, – предложил Аркадий Николаевич.

После того как и это приказание было исполнено, он признал, что Вьюнцов не только ощущал прошлое сегодняшнего дня, но и зафиксировал его.

– Теперь скажите, – обратился к нему Аркадий Николаевич, – не чувствуете ли вы, что все эти воспоминания и проделанная вами работа оставили в вас какой-то след в виде мысленного, чувственного или иного представления о довольно длинной линии жизни вашего сегодняшнего дня? Она сплетена не только из воспоминаний об отдельных действиях и поступках, проделанных вами в ближайшем прошлом, но и из ряда пережитых вами чувствований, мыслей, ощущений и прочего.

Вьюнов долго не понимал, о чем его спрашивают. Ученики и я вместе с ними объяснил ему:

– Как же ты не понимаешь, что если оглянуться назад, то вспомнишь целый ряд хорошо знакомых, каждодневных, очередных дел, сменяющихся в привычной последовательности. Если же сильнее напрячь внимание и сосредоточиться на ближайшем прошлом, то вспомнишь не только внешнюю, но и внутреннюю линию жизни сегодняшнего дня. Она оставляет неясный след и расстилается за нами, точно шлейф.

– Вы поняли, как можно оживить первую половину линии жизни сегодняшнего дня. Сделайте то же и со второй его половиной, не дожитой еще сегодня, – предложил он мне.

– Откуда же я знаю, что со мной произойдет в ближайшем будущем? – недоумевал я.

– Как? Вы не знаете, что после моего урока вам предстоят другие занятия и что потом вы пойдете домой, что там будете обедать? Разве у вас нет никаких перспектив на вечер: визита к знакомым, театра, кино, лекции? Сбудутся ли ваши намерения или нет – вы не знаете, но предполагать можете.

– Конечно, – согласился я.

– А если так, то, значит, у вас есть какие-то виды на вторую половину сегодняшнего дня! Не чувствуете ли вы и в ней тянущуюся вдаль сплошную линию будущего, с его заботами, обязанностями, радостями и неприятностями, при мысли о

которых повышается или понижается ваше теперешнее настроение?

В этом предвидении будущего тоже есть движение, а там, где движение, там намечается и линия жизни. Чувствуете ли вы ее, когда думаете о том, что ждет вас впереди?

– Конечно, я ощущаю то, о чем вы говорите.

– Соедините эту линию с прежней, примите во внимание настоящее, и вы получите одну большую, сплошную сквозную линию прошлого, настоящего и будущего вашего сегодняшнего дня, тянущуюся непрерывно, от момента утреннего пробуждения до вечернего сна. Понимаете ли вы теперь, как из отдельных маленьких линий вашей жизни складывается одна большая, сплошная линия жизни целого дня?

Из кадров – в киноленту

[и] Прочитывая литературное произведение или пьесу, создавайте зрительные образы для отдельных отрывков, а затем и для целого произведения. Пусть эти образы, как отдельные кадры, складываются в «киноленту». «Прокручивайте» эту киноленту внутри себя.

Что было бы, если бы...

1. [и] Я был бы один у себя в комнате и пытался вспомнить песню для роли...
2. [и] Мне было бы скучно, ищу чем-нибудь заняться, все валится из рук...
3. [и] Я вошел в комнату, где жил в детстве и где теперь живет другой человек...
4. [и] Мне пришлось бы решать для себя важный и срочный вопрос...
5. [и] Я собирался в театр, где назначена встреча с дорогим мне человеком...
6. [и] Все участники группы были бы: зверьми; французами, англичанами и т. д.; цветами на клумбе; птицами; статуями, например, в античном музее...
7. [и] Если бы я был деревом...

Выполняя эти упражнения, нужно не просто представлять себе отвлеченные картины, но попытаться вжиться в этот образ.

– ...Попробуйте пожить жизнью дерева, глубоко вросшего корнями в землю. Если бы вы были дубом и вокруг вас сложились такие-то и такие-то обстоятельства, то что бы вы стали делать?

– Однако, – усомнился Шустов, – как же можно действовать в бездействии, неподвижно стоя на одном месте?

– Да, конечно, вы не можете передвигаться с одного места на другое, ходить. Но кроме этого существуют другие действия. Чтобы вызвать их, прежде всего вам надо решить, где вы находитесь? В лесу, среди лугов, на горной вершине? Что вас больше взволнует, то и выбирайте.

Шустову мерещилось, что он дуб, растущий на горной поляне, где-то около Альп. Налево, вдали, высится замок. Кругом – широчайший простор. Далеко серебрятся снеговые цепи, а ближе – бесконечные холмы, которые кажутся сверху окаменелыми морскими волнами. Там и сям разбросаны деревушки.

– Теперь расскажите мне, что вы видите вблизи?

– Я вижу на самом себе густую шапку листвы, которая сильно шумит при колыбании сучьев.

– Еще бы! У вас там, наверху, часто бывает сильный ветер.

– Я вижу на своих сучьях гнезда каких-то птиц.

– Это хорошо при вашем одиночестве.

– Нет, хорошего тут мало. С этими птицами трудно ужиться. Они шумят крыльями, точат клювы об мой ствол и иногда скандалят и дерутся. Это раздражает... Рядом со мной течет ручей – мой лучший друг и собеседник. Он спасает меня от засухи, – фантазирует дальше Шустов.

Торцов заставил его дорисовать каждую деталь в этой воображаемой им жизни.

Если воображение бездействует, начинайте задавать вопросы

– *Что вы слышите?*

– Что вы слышите вашим внутренним слухом в воображаемой жизни старого дуба?

Сперва Шустов ничего не слышал. Торцов напомнил ему о возне птиц, свивших себе гнезда на сучьях дуба, и прибавил:

– Ну а кругом, на своей горной поляне, что вы слышите?

Теперь Шустов слышал блеяние овец, мычание коров, звон колокольчиков, звук пастушьих рожков, разговор женщин, отдыхающих под дубом от тяжелой полевой работы.

– Скажите мне теперь, *когда* происходит все, что вы видите и слышите в своем воображении? В какую историческую эпоху? В каком веке?

Шустов выбрал эпоху феодализма.

– Хорошо. Если так, то вы в качестве старого дуба услышите еще какие-нибудь звуки, характерные для того времени?

Шустов, помолчав, сказал, что он слышит песни странствующего певца, миннезингера, направляющегося на праздник в соседний замок: здесь, под дубом, у ручья, он отдыхает, умывается, переодевается в парадную одежду и готовится к выступлению. Здесь он настраивает свою арфу и в последний раз репетирует новую песню о весне, о любви, о сердечной тоске. А ночью дуб подслушивает любовное объяснение придворного с замужней дамой, их долгие поцелуи. Потом раздаются бешеные ругательства двух заклятых врагов, соперников, лязг оружия, последний вскрик раненого. А к рассвету слышатся тревожные голоса людей, разыскивающих тело погибшего, потом, когда они нашли его, общий гомон и отдельные резкие выкрики наполняют воздух. Тело поднимают, – слышны тяжелые, мерные шаги уносящих его.

Нюансы «если бы» – почему, зачем?

– *Почему?*

– Что почему? – недоумевали мы.

– Почему Шустов – дуб? Почему он растет в средние века на горе?

Торцов придает этому вопросу большое значение. Отвечая на него, можно, по его словам, выбрать из своего воображения прошлое той жизни, которая создалась уже в мечте.

– Почему вы одиноко растете на этой поляне?

Шустов придумал следующее предположение относительно прошлого старого дуба. Когда-то вся возвышенность была покрыта густым лесом. Но барон, владелец того замка, который виднеется невдалеке, по ту сторону долины, должен был постоянно опасаться набега со стороны воинственного феодала-соседа. Лес скрывал от глаз передвижение его войска и мог служить врагу засадой. Поэтому его свели. Оставили только могущественный дуб, потому что как раз подле него, в его тени, пробивался из-под земли ключ. Если бы ключ пересох, не стало бы и того ручья,

который служит для водооя стад барона.

Новый вопрос – *для чего*, предложенный Торцовым, опять привел нас в тупик.

– Я понимаю ваше затруднение, так как в данном случае речь идет о дереве. Но вообще говоря, этот вопрос – *для чего?* – имеет очень большое значение: он заставляет нас уяснять цель наших стремлений, а эта цель намечает будущее и толкает к активности, к действию. Дерево, конечно, не может ставить перед собой целей, но и оно может иметь какое-то назначение, подобие деятельности, служить чему-то.

Шустов придумал такой ответ: дуб является самым высоким пунктом в данной местности. Поэтому он может служить прекрасной вышкой для наблюдения за врагом-соседом. В этом смысле за деревом числятся в прошлом большие заслуги. Неудивительно поэтому, что оно пользуется исключительным почетом у обитателей замка и ближних деревень. В его честь каждую весну устраивается особый праздник. Сам феодал-барон является на этот праздник и выпивает до дна огромную чашу вина. Дуб убирают цветами, поют песни и танцуют вокруг него.

Задавайте вопросы

Спрашивайте друг у друга простые вещи, например:

Как вам сегодня спалось?

Что вы видели во сне?

О чем вам думалось при пробуждении?

Что вы ели на завтрак?

Как вы одевались? Что вы надевали и в каком порядке?

Во сколько вы вышли из дому?

Как вы добирались до места занятий?

Холодно ли сегодня?

Можно отвечать односложно, главное, чтобы за вашими словами стояли реальные ощущения, пережитые вами. Прежде чем ответить «холодно», или «тепло», или «не заметил», мысленно побывайте на улице, вспомните, как вы шли или ехали, проверьте свои ощущения, вспомните, как кутались и поднимали воротники встречные прохожие, как хрустел под ногами снег, и только тогда скажите это одно нужное вам слово.

Если бы вымысел стал действительностью

[и] Рассматривая объект, старайтесь сосредоточиться на нем полностью. Чтобы не было пустого рассматривания, вообразите, что этот объект является частью чего-то большего, быть может, опасного.

– Как же добиться стойкого объекта и полного к нему внимания? Вы это знаете. Поэтому проверим на деле. Названов! Идите на сцену и смотрите там на лампу в коробке на круглом столе.

Я пошел на сцену. Скоро свет потух, за исключением одной лампы, ставшей для меня единственным объектом. Но через минуту я ее возненавидел. Хотелось швырнуть лампу об пол, до такой степени она казалась мне назойливой.

Когда я сказал об этом Аркадию Николаевичу, он мне напомнил:

– Вы знаете, что не сам объект, не лампа, а привлекательный вымысел воображения притягивает на сцене внимание к объекту. Вымысел перерождает его и с помощью предлагаемых обстоятельств делает объект привлекательным. Окружайте же его скорее этими красивыми, волнующими вымыслами вашей фантазии. Тогда

назойливая лампа преобразится и делается возбудителем творчества.

Наступила длинная пауза, во время которой я смотрел на лампу, но ничего не мог придумать для обоснования своего смотрения.

Наконец Торцов сжалился надо мной.

– Я помогу вам. Пусть эта лампочка явится для вас полураскрытым глазом спящего сказочного чудовища. В густом мраке не видно очертаний его гигантского туловища. Тем страшнее оно будет казаться вам. Скажите себе так: «Если бы вымысел стал действительностью, что бы я сделал?» Совершенно так же задумался бы над таким же вопросом какой-нибудь сказочный царевич, прежде чем вступить в поединок с чудовищем, решайте вопрос по простой человеческой логике: с какой стороны целесообразнее нападать на зверя, раз морда его направлена в вашу сторону, а хвост находится далеко сзади? Пусть вы плохо составили план наступления, пусть сказочный герой сделает это лучше, тем не менее что-то вы все-таки придумаете и тем направите ваше внимание, а за ним и мысль на объект. От этого проснется и воображение. Оно захватит вас и родит позыв к действию. А раз вы начали действовать, значит, приняли объект, поверили в него, связали себя с ним. Значит, появилась цель, и ваше внимание отвлеклось от всего, что вне сцены. Но это только начало перерождения объекта внимания.

Поставленная передо мной задача казалась трудной. Но я вспомнил о том, что «если бы» не насилует и не выжимает чувства, а требует только ответа по «человеческой логике», как выразился Аркадий Николаевич. Пока надо только решить: с какой стороны целесообразнее напасть на чудовище? После этого я стал логически и последовательно рассуждать: «Что такое этот свет в темноте? – спрашивал я у себя. Это полуоткрытый глаз дремлющего дракона. Если это так, то он прямо смотрит на меня. Надо спрятаться от него». Но я боялся пошевелиться. Как быть? Чем больше и обстоятельнее я обсуждал поставленный себе вопрос, тем важнее становился для меня объект внимания. А чем больше я был занят им, тем сильнее он гипнотизировал меня. Вдруг лампочка мигнула, а я вздрогнул. Потом она стала гореть сильнее. Это слепило и вместе с тем волновало, пугало меня. Я попятился назад, так как мне показалось, что чудовище увидело меня и пошевелинулось. Я сказал об этом Аркадию Николаевичу.

– Наконец-то вам удалось увидеть намеченный объект! Он перестал существовать в своем первоначальном виде и как бы пропал, а на его место появился совсем другой, более сильный, подкрепленный волнительным вымыслом воображения (была лампочка – стал глаз). Такой преображенный объект создает внутреннюю, ответную, эмоциональную реакцию. Такое внимание не только заинтересовывается объектом: оно втягивает в работу весь творческий аппарат артиста и вместе с ним продолжает свою творческую деятельность.

Нужно уметь перерождать объект, а за ним и самое внимание из холодного – интеллектуального, рассудочного – в теплое, согретое, естественное.

Обстановка диктует воображению

Находясь в разных местах – репетиционном помещении, в музее или фойе театра, ходите по разным комнатам и углам и попытайтесь определить: какие настроения, эмоциональные воспоминания, повторные переживания они вызывают в вашей душе? Придумайте мизансцену, подходящую к данной обстановке, и попробуйте представить себе, при каких обстоятельствах и как вы воспользовались бы данной мизансценой.

Воображение задает обстановку

Пусть кто-то – вы сами, ваш партнер или педагог – придумает для вас ряд мизансцен. В вашу задачу входит вспомнить и определить, при каких душевных состояниях, при каких условиях, при каком настроении или предлагаемых обстоятельствах вы нашли бы удобным сидеть так, как вам указали.

Другими словами: если прежде вы сами придумывали мизансцену, по своему настроению, по окружающей обстановке, по чувству задачи действия, то теперь вы должны оправдать чужую мизансцену. Вам нужно подыскать соответствующее переживание и действие, выискать в них соответствующее настроение. Такие задачи – как создание собственной мизансцены, так и оправдание чужой – постоянно встречаются в практике актера. Поэтому необходимо уметь ими хорошо владеть.

Мы устроились сообразно «с делом и настроением». Но Торцов до неузнаваемости изменил выбранную нами мизансцену. Он посадил учеников умышленно неудобно, вразрез с настроением и с тем, что мы должны были делать. Одни казались совсем далеко, другие, хоть и близко от преподавателя, но повернутые к нему спиной.

Несоответствие мизансцены с душевным состоянием и делом спутывало чувство и вызывало внутренний вывих.

Далее Аркадий Николаевич велел расставить всю мебель по стенам, рассадить вдоль них всех учеников и поместить посередине, на голом полу, только одно кресло.

Затем, вызывая каждого по очереди, он предлагал исчерпать все положения с этим креслом, какие только может придумать воображение. Все положения, конечно, должны были быть оправданы изнутри – вымыслом воображения, предлагаемыми обстоятельствами и самим чувством.

Мы поочередно проделали упражнения, определяя, к какому переживанию толкает нас каждая из мизансцен, групп и положений или, наоборот, при каких внутренних состояниях какие позы напрашиваются сами собой. Все эти упражнения заставляли нас еще больше оценивать хорошую, удобную и богатую мизансцену, не ради нее самой, а ради тех чувствований, которые она вызывает и фиксирует.

[и] Говорим отдельные слова

1. Быстро-быстро, не думая, назовите какой-нибудь предмет, которого нет здесь.
2. Так же быстро назовите имя.
3. Назовите цвет.
4. Назовите прилагательное.
5. Назовите глагол.
6. Назовите междометие – одно или несколько.

Называя слова, старайтесь мгновенно вызвать в воображении образы, возникающие при произнесении этих слов. Постройте цепочку ассоциаций к этим образам.

[и] От слов к картине

1. Пусть кто-либо из группы – руководитель или учащийся – назовет несколько не связанных между собой слов. Остальные должны соединить их в одну гармоническую картину, дополнив ее своей фантазией.

2. Дается несколько предметов, фантазировать картину и событие по поводу их.

3. Фантазировать в заранее данных условиях: обуславливается время, место и количество действующих лиц.
4. Нафантазировать картину с данными предметами, переставить или переменить картину, соответственно меняя фантазию.
5. Вспомнить яркую характерность знакомого лица и ее передать.

[и] От воображения к ассоциациям

1. Представьте себе, что вы находитесь в приемной зубного врача. Слышатся звуки медицинского сверла, доносится специфический запах стоматологического кабинета. Какие ассоциации у вас возникают?

2. Вы сидите в очереди к доктору и смотрите на лица других пациентов. Попробуйте угадать, кто чем страдает; подумайте, о какой болезни говорят ваши симптомы; опасаетесь чего-то серьезного, рисуете себе мрачное будущее и т. д.

3. Перенеситесь в комиссионный или антикварный магазин. Здесь расставлены не новые уже вещи, каждая из них сменила не по одному хозяину. Выберите себе предмет и начните пристально вглядываться в него. Какие мысли возникают у вас при рассмотрении данной вещи?

4. Представьте себе обычную белую рубашку. Какие дополнительные ассоциативные образы у вас возникают? Придумайте себе магические «если бы» и пофантазируйте. Например: 1) я болен; кладу рубашку куда-нибудь поблизости, чтобы сменить, когда вспотею; 2) белая сорочка, которую я должен надеть, чтобы идти на бал или в театр; 3) надеваю перед венчанием, чтобы идти в церковь; 4) висит на стене; я принимаю ее за привидение (вспомните Германа из «Пиковой дамы»); 5) волшебная сорочка: кто наденет ее, тот может переноситься в любую эпоху (вроде «Калош счастья» Андерсена); 6) сорочка, в которой умерла Клеопатра; 7) сорочка, в которой дрался на дуэли Пушкин.

5. Точно так же пофантазируйте на тему письма. Вы получили письмо. Кто вы: муж, любовник, шпион, мошенник; письмо – любовное, анонимное, долговое, денежное, богатое наследство, донос, смерть, угрозы и т. д.

Воображайте действия

[и] Прodelайте все указанные ниже упражнения, но только не наяву, а мысленно. Для этого перенесите мысленно место действия в какую-нибудь другую, хорошо вам известную комнату, будь это ваша собственная или комната ваших друзей.

1. Перенесите стул, стол, разные предметы с одного места на другое.
2. Найдите какую-нибудь безделушку, которую потихоньку от вас кто-то спрятал.
3. Сосчитайте количество предметов мебели или количество мелких вещей.
4. Сотрите пыль со всех столов и вещей, чтобы не было ни одной пылинки.
5. Расставьте вещи и мебель в полном порядке, по-старому, по-новому, по вашему вкусу, так, чтобы удобно было для того дела, для которого комната предназначена.
6. Начертите план комнаты, отсчитывая размеры шагами.
7. Налейте воды и подайте стакан даме.
8. Полейте цветы и срежьте сухие листья.
9. Играйте в мяч. Бросайте какой-нибудь предмет другому или ловите его сами.
10. Подайте даме стул. Рассадите других или сами рассядьтесь поудобнее.
11. Войдите и поздоровайтесь с каждым. Проститесь с каждым в отдельности и со всеми

вместе и уйдите.

12. В дверь стучат. Пойдите, отворите и, если там никого нет, постарайтесь понять недоразумение. Если там есть кто-нибудь, впустите и снова закройте дверь.

13. Опустите шторы так, чтобы не было никакого просвета, никакой щели.

14. Закройте глаза, перевернитесь несколько раз, чтобы себя спутать, и найдите выход из комнаты или то кресло, на котором вы сидели.

15. Назовите звуки, запахи, которые вам слышатся.

16. Завяжите партнеру глаза, поднесите ему разные предметы, и пусть он угадывает их по осязанию и называет по имени.

Вообразите все эти действия при следующих «если бы» и предлагаемых обстоятельствах, из них вытекающих логически:

1. Когда?

Если бы дело происходило днем (солнце, пасмурно), ночью (темно, луна), рассвет, утро (то же), вечер, закат (то же).

Если бы дело происходило зимой (мороз трескучий, умеренный), весной (холод, тепло), летом (ясно, дождь), осенью (ясно, дождь).

Если бы дело происходило в наше время, в 20 – 60-х годах прошлого столетия, в XVIII веке, в средние века, в античные времена, в доисторические.

(То, что непонятно, малоизвестно, пропускать. Все от своего лица, как самому представляется.)

2. Где?

Если бы дело происходило на море, на озере, реке (северных, полярных, южных, тропических). На корабле, на палубе, в трюме, в капитанской рубке. На большом, малом корабле, на военном, пассажирском, торговом, на яхте, в подводной лодке, на парусной лодке, на плотках. Если бы дело происходило в воздухе (на аэроплане военном, пассажирском, на цепелине).

Если бы дело происходило на земле, в России, в Германии, во Франции, в Англии, Италии и пр., в городе, в деревне, в доме, в разных комнатах, в избе, в сарае, в подвале, у себя дома, у родных, близких, чужих, в гостинице, в театре (на сцене, в зрительном зале, в уборной), в тюрьме, в магазине, в суде, на фабрике, в казармах, в милиции, в общественной столовой, на выставке, в картинной галерее, на улице, на площади, на бульваре, в лесу, в поле, на гумне, в саду, в горах, под горой, в ущелье, в гроте, на скале, на ледяных вершинах, на вокзале, в вагоне, на таможне, на аэродроме.

Запишите свое состояние

[и] Обдумывайте свои физические и другие действия на разные моменты, настроения, состояния, страсти. Анализируйте природу таких состояний. Записывайте свои ощущения и мысли на бумаге. То же делайте с определенной ролью, пьесой, рассказом, повестью. Каждое из этих действий, ролей, персонажей попробуйте представить в самых разнообразных ситуациях.

Оправдайте свое состояние

Пусть ваш партнер назовет какое-нибудь состояние, а вы попытайтесь вызвать в себе это ощущение. Ваше чувство должно быть оправдано внутренне. Подсказка: любое состояние легче всего передать, если попытаться не выразить его, а, напротив, скрыть.

– Попробуем сделать еще один опыт влияния правды физического действия на чувство, – предложил Аркадий Николаевич.–

Вам сейчас не хочется плакать, но мы добьемся того, что вы вспомните состояние, при котором можно легко прослезиться. Для этого я вам даю такую задачу, ставлю перед вами такое «если бы»: ответьте мне, что бы вы сделали, если бы слезы подступили к глазам, а вам стыдно было бы показывать присутствующим свое состояние?

Я стал усиленно тереть лоб, как будто бы все дело было в нем, а не в глазах. Это действие дало мне возможность скрыть их, заслонив ладонью. Но такое положение нельзя долго длить без риска выдать себя. Пришлось искать новую маскировку. Я облокотился о спинку стула, подпер щеку ладонью и наполовину закрыл лицо от сидевших направо, другой же рукой вынул платок и стал сморкаться, чтобы не показываться своим левым соседям. При этом я старался незаметно смахнуть слезы с глаз и со щеки. Но и это действие не продлишь долго. Поэтому пришлось придумать новое. Оно заключалось в том, что я достал из кармана какую-то бумагу и стал внимательно читать ее. Это позволило мне заслониться от всех присутствующих и оправдать свое молчание большим интересом к письму. Были и другие действия в том же роде, но о них нет нужды распространяться, тем более что меня интересует другое. Дело в том, что мои внешние приспособления, помогавшие скрывать лицо от любопытных взглядов, напомнили мне (по аналогии или по смежности) о более тонких жизненных действиях, связанных с поставленной задачей. Они сами собой явились мне на помощь. Я стал мигать глазами, часто глотать слюны, нервно шевелить языком, раскрывать рот, чтобы глубже вздохнуть, как мы это делаем, когда нарушается правильное дыхание и забухает нос. Эти сами собой появившиеся маленькие действия и правды вызвали много других маленьких, а за ними и более крупных правд, действий, заставивших меня почувствовать подлинную жизнь и знакомые ощущения. Я попробовал осмыслить состояние, создавшееся во мне, и для этого спросил себя: «При каких предлагаемых обстоятельствах можно получить испытываемые мною ощущения?» Воображение заметалось во все стороны в поисках подходящего вымысла. Оно примеривало то одно, то другое оправдание. Сначала мне представилось, что письмо, которым я закрывал лицо и которое якобы читал, возвещало мне о смерти любимого друга. Это напомнило мне потрясения, которые испытываешь в такие минуты. На фоне создавшегося внутри настроения мое воображение продолжало рисовать все новые и новые вымыслы. Так, например, оно уверяло меня, что Малолеткова кому-то сказала, что моя «отцовская» (в кавычках) забота тяготит ее. Этот вымысел подлил масла в огонь. Еще больше меня взволновало то, что Торцов якобы передал роль Отелло Шустову, а роль Яго – Говоркову, оставив меня, таким образом, от трагического репертуара. Мне стало очень жалко самого себя. Но я не заплакал от всех этих нахлынувших на меня мнимых бед. Тем не менее они не остались без влияния и укрепили правду, веру в правильность производимых мною физических действий. Я поверил тому, что если бы все происходило так, как говорит вымысел, то мне пришлось бы поступать так, как я тогда действовал, и эта вера самым искренним образом волновала меня.

Такие же этюды были проделаны с другими чувствами, состояниями, переживаниями, а именно: со скрыванием смеха, радости, озабоченности, влюбленности, равнодушия. Для этого потребовались всевозможные приспособления вроде напускной серьезности, беспечности, безразличия, взволнованности и пр.

Придумайте задание для другого

Придумывайте и задавайте действия – реальные или мысленные – своему партнеру по

группе.

«Уча других – учишься сам», – говорил Иван Платонович. Поэтому он приучает учеников заниматься друг с другом. Я «беспредметно», на память, писал портрет своего дяди на мнимой бумаге и холсте, с мнимыми карандашом, углем и красками.

– Не ища нашел карандаш, – придирался Паша. – Слишком скоро взял его. Чересчур сжал пальцы. Еще меньше... Еще. Не поправил рукава и манжеты, прежде чем писать. Не осмотрел карандаш, не очинил его и так далее, – говорил мне Паша...

Кто все эти люди?

Разыграйте следующие этюды:

1. На семейный ужин является незваный гость, и вы вынуждены пригласить его к столу.
2. Вы – школьный учитель или руководитель детской студии. Вы ведете своих учеников на прогулку или экскурсию по городу. Вам навстречу попадается компания пьяных, агрессивно настроенных людей.
3. Вы с друзьями заблудились в лесу.

В любом предложенном этюде определите, кем вам придется все эти люди, и через воображение, ассоциативную цепочку, войдите в образ.

При счете денег я случайно взглянул на горбуна – Вьюнцова, и тут в первый раз передо мной встал вопрос, кто он и почему постоянно торчит перед глазами? До выяснения моих взаимоотношений с горбуном стало невозможно продолжать этюд.

– Видите! – торжествовал Торцов, когда я сказал ему об этом. – Маленькие правды потребовали все больших и больших.

Вот вымысел, который я с помощью Аркадия Николаевича придумал для оправдания взаимоотношений с партнером.

Красота и здоровье моей жены куплены ценой уродства ее брата-кретина. Дело в том, что они близнецы. При их появлении на свет жизни их матери угрожала опасность; акушеру пришлось прибегнуть к операции и рисковать жизнью одного ребенка ради спасения жизни другого и самой родильницы. Все остались живы, но мальчик пострадал: он рос идиотом и горбатым. Здоровым казалось, что какая-то вина легла на семью и постоянно вопиет о себе.

Этот вымысел произвел сдвиг и переменял мое отношение к несчастному крестину. Я исполнился искренней нежности к нему, начал смотреть на уроча иными глазами и даже почувствовал что-то вроде угрызения совести за прошлое.

Как оживилась вся сцена счета денег от присутствия несчастного дурачка, который искал себе радости в горящих бумажках. Из жалости к нему я готов был забавлять его всякими глупостями: постукиванием пачек о стол, комическими движениями и мимикой, смешными жестами при бросании бумажек в огонь, другими шутками, которые приходили мне на ум. Вьюнцов откликался на мои эксперименты и хорошо реагировал на них. Его чуткость подталкивала меня на новые выдумки. Создалась совсем иная сцена: уютная, живая, теплая, веселая. Она поминутно вызывала отклики в зрительном зале. Это тоже ободряло и подстегивало. Но вот пришел момент идти в столовую. К кому? К жене? А кто она? Сам собой вырос передо мной новый вопрос.

На этот раз также стало невозможно играть дальше, пока не выяснится вопрос – кто моя жена. Я придумал чрезвычайно сентиментальный вымысел. Мне даже не хочется записывать его. Тем не менее он волновал и заставлял верить, что если бы все было так, как рисовало мое воображение, то жена и сын стали бы мне бесконечно

дороги. Я бы с радостью работал для них не покладая рук.

Среди оживавшей жизни этюда прежние, актерские приемы игры стали казаться оскорбительными.

Как легко и приятно было мне идти смотреть на купающегося сына. На этот раз не нужно было напоминать о папироске, которую я сам заботливо оставил в гостинной. Нежное и бережное чувство к ребенку требовало этого.

Возвращение к столу с бумагами сделалось понятным и нужным. Ведь я работал для жены, для сына и для горбуна!

После того как я познал свое прошлое, сжигание общественных денег получило совсем иное значение. Стоило мне теперь сказать себе: «Что бы ты сделал, если бы все это происходило в действительности?», и тотчас же от беспомощности сердце начинало биться сильнее. Каким страшным представилось мне ближайшее будущее, надвигавшееся на меня! Мне надо было открыть завесу будущего.

Для этого неподвижность сделалась мне необходимой, а «трагическое бездействие» оказалось чрезвычайно действенным. То и другое нужно было для того, чтобы сконцентрировать всю энергию и силу на работе воображения и мысли.

Дальнейшая сцена попытки спасения уже умершего горбуна вышла естественно, сама собой. Это понятно при моем новом, нежном отношении к горбуну, ставшему моим родственником и близким человеком.

– Одна правда логически и последовательно ищет и рождает другие правды, – сказал Аркадий Николаевич, когда я объяснил ему свои переживания. – Сначала вы искали маленькие правды действия «счета денег» и радовались, когда вам удавалось вспомнить до малейших подробностей, как физический процесс счета денег совершается в реальной жизни. Почувствовав правду на сцене в момент счета денег, вы захотели добиться такой же жизненной правды и в остальные моменты, при столкновении с действующими лицами: с женой, с горбуном. Вам нужно было знать, почему горбун все время торчит перед вами. С помощью житейской логики и последовательности вы создали правдоподобные вымыслы, которым легко было поверить. Все вместе заставило вас жить на сцене естественно, по законам природы.

[и] Нарисуйте картину из слова

Прочитайте следующие слова:

красный;

сладкий;

арфа;

виолончель;

зелено-коричневый;

дымный;

арбуз;

береза;

небесно-голубой;

море;

роза.

Что вам напоминает этот предмет, запах, звук, цвет? Постарайтесь вспомнить какую-нибудь связанную с этими ассоциациями ситуацию из жизни и все ее детали.

Пусть воспоминания о вкусовых, осязательных, обонятельных ощущениях имеют мало применений в нашем искусстве, тем не менее иногда они получают большое

значение, но в этих случаях их роль является лишь служебной, вспомогательной.

– В чем же она заключается? – допытывался я.

– Я объясню вам на примере, – сказал Торцов, – расскажу случай, который мне пришлось наблюдать недавно: два молодых человека, после какого-то ночного кутежа, вспоминали мотив пошлой польки, которую они слышали где-то, сами не зная где.

«– Это было... Где же это было?.. Мы сидели у столба или у колонны... – мучительно вспоминал один из них.

– При чем же тут колонна? – горячился другой.

– Ты сидел налево, а направо... Кто же сидел направо? – выжимал из своей зрительной памяти первый кутила.

– Никто не сидел, и не было никакой колонны. А вот что мы ели шуку по-еврейски, вот это верно, и...

– Пахло скверными духами, цветочным одеколоном, – подсказывал первый.

– Да, да, – подтвердил второй. – Запах духов и шука по-еврейски создавали отвратительное и незабываемое настроение».

Эти впечатления помогли им вспомнить какую-то сидевшую с ними даму, которая ела раков.

Потом они увидели стол, его сервировку, колонну, у которой, как оказалось, они действительно сидели. При этом один из кутил неожиданно пропел ругань флейты и показал, как эту ругань исполнял музыкант. Вспомнился и сам капельмейстер.

Так постепенно оживали в памяти воспоминания об ощущениях вкуса, обоняния, осязания, а через них и слуховые и зрительные впечатления, воспринятые в тот вечер.

Наконец один из кутил вспомнил несколько тактов пошлой польки. Другой в свою очередь добавил еще несколько тактов, а потом оба вместе запели воскресший в памяти мотив, дирижируя наподобие капельмейстера.

Но этим не кончилось: кутили вспомнили о каком-то оскорблении, нанесенном в пьяном состоянии, заспорили очень горячо и в результате снова поссорились.

Смените обстановку!

[и] Переставьте мебель в комнате, смените обстановку, создайте хаос. Подумайте, какие ассоциации это все рождает? Придумайте ситуацию и мизансцену, которая соответствовала бы этой новой обстановке.

Сегодня занятия происходили при закрытом занавесе, в так называемой нами «квартире Малолетковой». Но мы не узнали ее. Там, где была гостиная, теперь столовая, прежняя столовая превратилась в спальню, из зала сделали несколько комнаток, перегороденных шкафами. Везде – плохая, дешевая мебель. Казалось, что в помещение вселилась расчетливая баба, превратившая прежнюю хорошую квартиру в дешевые, но доходные меблированные комнаты.

– С новосельем! – приветствовал нас Иван Платонович.

Когда ученики оправались от неожиданности, они стали хором просить, чтобы вернули прежнюю уютную «малолетковскую квартиру», так как в новом помещении они чувствуют себя плохо и не смогут хорошо работать.

– Ничего не поделаешь, – отнекивался Аркадий Николаевич, – прежние вещи потребовались в театре для текущего репертуара, а нам взамен дали то, что могли, и расставили предметы как умели. Если вам не нравится, устраивайтесь сами с тем, что есть, так, чтобы было уютно.

Поднялась суматоха, закипела работа. Скоро водворился полный беспорядок.

- Стойте! – закричал Аркадий Николаевич. – Какие воспоминания эмоциональной памяти и какие повторные чувствования вызывает в вас созданный хаос?
- В Армавире... когда... вот... землетрясение... двигается... мебель... тоже... – бормотал наш чертежник и землемер Умновых.
- Не знаю, как сказать. Когда полотеры перед праздником... – вспоминала Вельяминова.
- Жалко так, дорогие мои! На душе тошнехонько! – причитала Малолеткова...

Звуковые впечатления. развитие слуховой и временной памяти. личный темпо-ритм

Слух играет в работе актера такую же важную роль, как и зрение. Актер должен отлично слышать себя и партнера, правдиво реагировать на музыкальное и шумовое оформление спектакля; мысленно вызывать в себе звуковые впечатления и действовать под влиянием этих впечатлений. Звук в постановке, вне зависимости от того, речь ли это, музыка или шум, всегда ритмически организован. Поэтому слуховая память непосредственно связана с временной. Организация ритма и времени на сцене задают актерам внутренний темпо-ритм роли. В этом разделе даны упражнения, направленные на развитие слуха и ритма.

Вызываем звуки из памяти

1. Вспомните свои недавние слуховые впечатления.
Что вы слышали дома, собираясь на репетицию?
Что вы слышали на улице, в транспорте?
2. Вспомните любимую песню или романс. Мысленно спойте ее.
3. Вспомните какое-нибудь вокальное музыкальное произведение: а) классическое (романсы Чайковского, Грига, Мусоргского); б) современное.
4. Возвращаясь с концерта классической музыки, попытайтесь мысленно прослушать симфонию, только что сыгранную, припоминая все детали исполнения и самые незначительные отклонения от партитуры.

Слушайте здесь! Слушайте там!

1. Слушайте только то, что звучит в данной комнате.
2. Слушайте только то, что звучит за стеной или за дверью и т. д.
3. Одновременно читают вслух два человека, одни слушают только одного, другие – другого.
4. Подслушивайте разговор.

Видеть звуками

Сыграйте следующий этюд. Слепая находится у себя дома, и к ней лезет вор. Слепые люди «видят ушами», поэтому то, что происходит, вы можете вообразить только по звукам. Какие это звуки? Откуда они происходят? Как вы догадаетесь, что в комнате – посторонний человек? Что вы будете делать?

Напугайте крысу

Представьте себе, что вечером, под выходной день, вы сидите дома, читаете интересную книгу или поглощаете вкусный ужин. Вдруг вы слышите, как скребется крыса... Напугайте ее!

Траурная музыка

Следующий этюд разыгрывается под траурную музыку. Похороны коммуниста. За стеной поют или играют марш. А вбегает за траурным знаменем. В и С приводят в порядок комнату. Д – жена коммуниста – погружена в мысли о муже. Какое настроение задает звучащая музыка? Выстройте ассоциативную цепочку и постарайтесь выразить свои эмоции, скрывая их (см. предыдущий раздел).

Оправдайте музыку

Придумайте оправдание для следующих ситуаций:

1. Вы сидите на рабочем собрании или на совещании. Вдруг зазвучала музыка... Откуда она? Что происходит?
2. Вы находитесь в кинотеатре. За кадром звучит ваша любимая мелодия. Что в этот момент происходит на экране? Какие мысли, воспоминания возникают у вас?
3. Вы пришли к товарищу готовиться к следующей репетиции. За стеной включают громкую музыку. Что вы будете делать?
4. Вы стоите в рекреации и беседуете с преподавателем. Кто-то проходит мимо и насвистывает какую-нибудь мелодию. Что это за мелодия? Какие ощущения у вас вызывает этот звук?

На цыпочках!

Представьте себе, что вы сидите за дверью и подслушиваете, что происходит в соседней комнате. Но вот вам понадобилось выйти... Ни в коем случае нельзя выдавать своего присутствия! Вам нужно пройти через всю комнату, стараясь не производить ни малейшего шума, имея в качестве объекта внимания происходящее за дверью.

Как бы вы сделали это, если бы за дверью происходило следующее:

1. Объяснение в любви, и один из объяснявшихся был бы: а) вашим товарищем; б) соперником; в) недругом.
2. Сцена ревности.
3. Экзамен.
4. Собеседование.
5. Совещание совета директоров.
6. Обсуждение после просмотра, от которого зависит, примут вас в театр или нет.

Что за звуки?

Представьте себе, что:

1. Вы гуляете в глухой местности, в лесу, вдруг – шорох. Что это – медведь,

подозрительная личность, влюбленная парочка? Что вы собираетесь делать? (Выяснить, что за звуки, обратиться подобру-поздорову, стоять, не двигаясь, в надежде, что вас не заметят, и пр.)

2. Вы – мумия фараона. Вы наслаждается вечным покоем; вдруг – скрип, стук, врывается свет. Входят какие-то люди. Кто они? Воры, прокрававшиеся в гробницу за спрятанными в пирамиде сокровищами? Заблудившаяся группа туристов? Археологи? Жители пустыни, скрывающиеся от нападения разбойников? Что вы слышите в каждом из этих случаев?

Голос задает обстановку

1. Вместе со своим партнером спойте дуэтом какую-нибудь песню. Будьте сами себе режиссерами: придумайте пьесу, в которой эта песня может звучать, или же ситуацию из жизни. Придумайте мизансцену и сыграйте ее, при этом следите, чтобы голос естественно, сам собой летел в публику, чтобы глаза и мимика сами собой показывались зрителю.

2. Разыграйте какой-нибудь диалог. Выстройте мизансцену так, чтобы говорящий оказывался естественно по направлению зрителя, а когда он замолчит, чтобы естественным путем оказался лицом к публике другой, тот, кто начинает говорить.

«Тататирование»

Тататирование – особый прием, когда слова роли заменяются какими-нибудь междометиями или слогами и эти слоги произносятся в ритме монолога или диалога. Зачем нужно тататирование, Станиславский объясняет так:

...Чужие слова автора или зафиксированные слова самих учеников мы заменяем произвольными, ничего не выражающими слогами вроде тех, которыми пользуются при передаче знакомой музыкальной мелодии песни с незнакомым словесным текстом. Тогда мы поем: «Та-та-ти, ти-ра-та-ти, тара-та-та» и прочее. Отсюда и самое название приема «тататирование». Я не могу вам объяснить, почему заболтанный словесный текст роли мертвит интонацию и суживает звуковой диапазон, а «тататирование», наоборот, оживляет интонацию, расширяет диапазон речи и освобождает ее от скованности и условностей. Я могу только на основании практики уверить вас, что на деле происходит именно такое чудодейственное превращение.

Вот почему, после того как внутренняя линия подтекста роли крепко утвердится и четко зафиксируется, мы еще не позволяем ученикам произносить слова роли, а переводим речь на «тататирование», или, иначе говоря, мы после утверждения линии подтекста передаем эту линию не словами, а одной звуковой, свободной от всяких штампов, естественной человеческой интонацией. Сначала это делается на готовом, слаженном по физическим действиям, своем собственном тексте, который заменяется «тататированием». После того как познаешь в роли живые человеческие интонации и полюбишь их, внутри создается не только представление, но и самое ощущение подлинной, живой, естественной человеческой речи. Почему? Потому что при «тататировании» самые слова устраниваются, а с ними отпадают и штампы звуковых интонаций, и все актерские привычки в области речи, мертвящие ее на сцене. При такой очистке от опасных соблазнов голосовой интонации открывается полный простор для непосредственного подсознательного выявления внутренних чувствований. Слово – выразитель мысли, а интонация – выразительница чувства. При «тататировании» слово передается мысленно, – а чувство – явно. После того как этюд сыгран много раз с «тататированием», определяется верная интонация речи. Это приближает как ощущение артиста в роли, так и состояние роли в артисте к

нормальной, человеческой жизни...

Задания

1. «Тататирование» за столом.

Группа учеников во главе с преподавателем рассаживается за большим круглым столом. Преподаватель велит ученикам подложить руки под себя, чтобы лишить их движение. В таком сидячем положении «без рук» тело тоже сковано. Выберите какой-нибудь хорошо знакомый этюд со словами или массовую сцену из известной пьесы. Произносите звуки в ритме этой сцены или этюда, но слова текста заменяйте «тататированием». Следующей задачей будет сыграть тот же этюд или сцену, но по линии мысли, видения и действия. Старайтесь не пропускать ни одного «если бы», ни одной намеченной задачи, ни одной установленной по партитуре роли подробности. Постарайтесь все это передать одной голосовой интонацией. Обо всем, что будет происходить у вас «внутри», сообщайте партнерам с помощью звуковой интонации. Ей одной дан простор, поэтому она должна будет проявить себя в полной мере. Пусть интонация ищет новые пути, приемы воплощения, звуковые выражения внутреннего чувствования.

2. Повторите тот же самый этюд или сцену со словами роли, без «тататирования». Руки и тело должны быть по-прежнему обездвижены.

3. Выйдите из-за стола, создайте мизансцену и сыграйте этот этюд или сцену как положено – со словами, жестами и действиями.

Обсудите все три варианта. Удалось ли вам уловить разницу – как вы играли этот этюд или сцену до того, как попробовали прием «тататирование», и после того? Запишите свои наблюдения.

Что вы слышите?

Снова представьте себя деревом, дубом. Что вы слышите?

При выполнении этого упражнения уместно снова обратиться к примеру Станиславского:

– ...что вы *слышите* вашим внутренним слухом в воображаемой жизни старого дуба?

Сперва Шустов ничего не слышал. Торцов напомнил ему о возне птиц, свивших себе гнезда на сучьях дуба, и прибавил:

– Ну а кругом, на своей горной поляне, что вы слышите?

Теперь Шустов слышал бляение овец, мычание коров, звон колокольчиков, звук пастушьих рожков, разговор женщин, отдыхающих под дубом от тяжелой полевой работы.

– Скажите мне теперь, *когда* происходит все, что вы видите и слышите в своем воображении? В какую историческую эпоху? В каком веке?

Шустов выбрал эпоху феодализма.

– Хорошо. Если так, то вы в качестве старого дуба услышите еще какие-нибудь звуки, характерные для того времени?

Шустов, помолчав, сказал, что он слышит песни странствующего певца, миннезингера, направляющегося на праздник в соседний замок: здесь, под дубом, у ручья, он отдыхает, умывается, переодевается в парадную одежду и готовится к выступлению. Здесь он настраивает свою арфу и в последний раз репетирует новую песню о весне, о любви, о сердечной тоске. А ночью дуб подслушивает любовное

объяснение придворного с замужней дамой, их долгие поцелуи. Потом раздаются бешеные ругательства двух заклятых врагов, соперников, лязг оружия, последний вскрик раненого. А к рассвету слышатся тревожные голоса людей, разыскивающих тело погибшего, потом, когда они нашли его, общий гомон и отдельные резкие выкрики наполняют воздух.

Тело поднимают, – слышны тяжелые, мерные шаги уносящих его...

Оркестр в десять человек

1. С любым количеством партнеров представьте оркестр в десять человек. Кто-то один должен быть дирижером. Распределите инструменты, выберите произведение, которое будете исполнять. Потренируйтесь в имитации звуков оркестровых инструментов. Как звучит скрипка, виолончель, труба, гобой, контрабас? Сыграйте выбранное произведение – вслух и мысленно.

2. Поставьте магнитофонную запись оркестра. Делайте вид, что играете на инструментах, которые там звучат. Дирижер должен показывать все вступления, а оркестранты – не забывать вовремя вступать.

3. «Играйте» на воображаемом рояле под музыку – реальную (звучащую в записи) и воображаемую.

Двигайтесь по звонку

Преподаватель берет колокольчик или какой-нибудь шумовой инструмент и в определенном ритме производит сигналы.

По сигналам преподавателя учащиеся должны:

1. Менять положение тела.
2. Напрягать и расслаблять мышцы.
3. Быстро менять позы и оправдывать их изнутри.
4. Переносить внимание с объекта на объект.
5. Произносить слова роли и замолкать.

Представьте себе, что:

1. Вы находитесь один у себя в комнате, учитесь танцевать. Какая музыка звучит? Какие движения вы совершаете? Что у вас не получается? Чему вы хотите научиться? Зачем вам нужно учиться танцевать?

2. Вы ждете трамвая, мороз сорок градусов, от холода вы пританцовываете на месте; внутри вас звучит какая-то мелодия. Что это за мелодия? Какие воспоминания, ощущения она вызывает?

3. Вы на вокзале ждете прибытия поезда. Лето, жара. Какие звуки и ритмы вокруг вас? Какие ритмы, мелодии, слова звучат внутри вас?

4. Вы на вокзале ждете отхода поезда. Зима, но не холодно, а сыро и промозгло. Вы простужены, вам хочется в тепло. Но уезжает ваш любимый человек, и вы стоите у окна вагона и смотрите на любимого, который сидит в купе и улыбается вам. Что вы слышите в этот момент? Человек что-то говорит вам, но вам не слышно, так как окно плотно закрыто. Что он говорит вам?

5. Остановка автобуса на проселочной дороге, вы – в одиночестве ожидаете автобуса; стоите в компании: а) незнакомых людей, по виду – сельских жителей; б) друзей; в) молодежи, возвращающейся с пикника, у них гитара. Время года – зима, весна, осень, лето...

6. Вы плывете на большом океанском пароходе, сильная качка. Вы у себя в каюте. Что вы слышите, что ощущаете? По радиосвязи передали, чтобы все пассажиры надели спасательные жилеты и разместились поближе к спасательным шлюпкам. Что вы слышите: а) за дверью каюты; б) когда вышли в коридор; в) на палубе, у шлюпок? Что слышно снаружи? Выясняется, что мест в шлюпках хватит не всем. Какие слова, звуки вы вспоминаете в этот момент?

7. Вы едете в вагоне дачного поезда. Какие звуки окружают вас?

Упражнения под музыку

Под настоящую или воображаемую музыку проделайте следующие действия:

1. Выработайте легкую походку.
2. Садитесь, ходите, бегайте, прыгайте.
3. Берите предметы, играйте с ними.
4. Передавайте предметы легко по кругу, перебрасывайте их и т. д.
5. Пробежите через комнату, чтобы спрятать от человека вещь.
6. В ритме музыки перенесите всю мебель в один угол комнаты и начните передвигаться между нагроможденными вещами как можно легче и быстрее.
7. Представьте себе, что вы находитесь в толпе народа. Вы спешите. В ритме музыки быстро двигайтесь между людьми, стараясь не задевать их.
8. Площадка со скамейками в парке. Вы сидите на одной из скамеек. Какие мысли, чувства, воспоминания посещают вас? Какие картины вызывает звучащая рядом музыка? Откуда звучит эта музыка? Кто ее исполняет? По какому поводу концерт?

Упражнения с метрономом

Ставьте метроном на разные ритмы и совершайте различные действия под эти ритмы. Например:

1. Раздевайтесь – одевайтесь.
2. Садитесь – вставайте.
3. Ходите.
4. Доставайте с полки книгу и просматривайте ее.
5. Поливайте цветы.
6. Причесывайтесь:
 - а) действуйте по целым нотам, половинным, четвертям, восьмым, шестнадцатым, тридцать вторым;
 - б) действуйте в переменном ритме.
7. В ритме метронома живите насыщенной внутренней жизнью. Неподвижно сидите или двигайтесь очень медленно (при том, что внутри бурлит очень быстрый ритм). Медленно разговаривайте, в то время как метроном отсчитывает очень быстро. Учитесь «держат ритм» на воображаемых движениях двух пальцев руки или пальцев ноги и т. д.
8. Обменивайтесь репликами сначала в ритме метронома, а затем вразнобой. Пусть один из вас говорит в ритме, а другой – противореча этому ритму.
9. Мысленно «заводите» внутри себя метроном и переключайте его на разные номера скоростей и темпов.

Работа с метрономом

Так же как и в предыдущих упражнениях, двигайтесь в разных ритмах метронома, но теперь старайтесь оправдать вымыслом каждый номер метронома.

1. Неловко сел – поправиться, но в ритме.
2. Писать письмо, распечатывать, запечатывать – тоже в ритме.
3. Пить чай в ритме.
4. Удить рыбу в ритме.
5. Есть в ритме.
6. Причесываться, здороваться – все в ритме.
7. Кланяться в ритме.
8. Уходить со сцены в ритме.
9. Растапливать камин в ритме.
10. Говорить по телефону в ритме.
11. Убирать снег в ритме.
12. Решать математическую задачу в ритме.
13. «Тататировать» одновременно и в ритме метронома, и в ритме роли.
14. Читать стихи, монолог, диалог в ритме.
15. Покупать картошку в ритме.

Музыка и ритм на сцене

Все упражнения выполняются в группе, на сцене, под музыку. Звучат разные мелодии. Каждая мелодия должна звучать 1–2 минуты, затем ее сменяет другая.

1. Ходить по сцене. Поворачиваться без лишнего вольта, без вращения вокруг собственной оси.

2. Разбрасывание толпы по сцене. По знаку – остановка. Размещаться на расстоянии руки в шахматном порядке.

3. Держать расстояние на длину протянутой руки. Делать всякие передвижения, сохраняя расстояние. Учиться группироваться и заполнять пустое пространство.

4. «Приклеиться» к полу и, не «отклеиваясь», проделать всевозможные пластические движения от самых малых до самых больших.

5. Вращать глазами: направо, налево, вверх, вниз, прямо (оправдывать).

6. Двигать шеей. Помогать смотрению глаз: направо, налево, прямо (вдаль), вверх, вниз.

7. Поворачиваться туда, откуда звучит музыка (каждый раз она должна звучать из разных источников).

8. Пальцы рук. Мелкие жесты их, указывающие направление смотрения, слушания, в добавление к глазам, ушам и шее.

9. Рука – тоже. Прибавляется движение руки до локтя в помощь к предыдущему.

10. Рука – то же до плеча.

11. Спинной хребет. Прибавляется в помощь к предыдущему. Сначала двигается верхняя его часть (в помощь к шее), а потом и ниже.

12. Ноги. Тянутся по направлению к верхним частям тела, в помощь им.

Затем все эти упражнения проделать без музыки, но в ритме метронома – по целым, половинным, четвертям, восьмым, шестнадцатым.

Теперь нужно выключить и метроном, и музыку. Преподаватель говорит, какой ритм: он должен звучать внутри у учеников. Выполнять все эти движения во внутреннем ритме. Стараться, чтобы ритмы совпадали и не было разнобоя (слушать друг друга).

Выполните эти упражнения во внутреннем ритме и в состоянии:

- 1) грозного настроения;
- 2) отчаяния;
- 3) ласки;
- 4) радости;
- 5) любви;
- 6) ненависти, мольбы, ужаса (оправдать).

Сыграйте какую-либо массовую народную сцену (например, из 1-го акта «Бориса Годунова»), Все участвующие в сцене должны двигаться в ритме звучащей музыки (можно взять начало оперы «Борис Годунов» М. П. Мусоргского, где оркестр имитирует колокольный звон). При остановке же музыки пусть в три приема, на трех начальных нотах трех последних тактов, по данному знаку готовятся и замирают в живой картине. Первый, второй знак для приготовления, третий – замирать. Музыка вновь играет, все действуют.

Живая картина. Группа по законам пластики

1. Та же самая сцена, но выстроенная по законам пластики.

Это упражнение требует пояснения. Пластическая группа имеет свои законы и требования. Эти законы преподаются ученикам.

В общих чертах они преследуют следующую цель. Нехорошо, когда участники театральной толпы или хора стоят перед рампой, прямо, как палки в огороде. Требуется какая-то пластическая линия, рисунок. Толпа может разбиться на несколько отдельных групп, находящихся друг к другу в каком-то соответствии. Толпа может создать и одну целую большую группу, в которой есть какая-то красивая линия с вершиной, ниспадающей несколькими спусками до самой низкой точки, с новыми повышениями и падениями, создающими какой-то рисунок. Лишь бы не было ни обособленных «палок в огороде», ни однообразной, скучной линии, как панель. Участники таких народных сцен с пластическими группировками должны следить за общим рисунком создающейся группы и, сообразуясь с известными им законами группировки, находить при последних трех тактах свое место в общей композиции. По первому знаку устанавливается верх и низ упомянутого рисунка...

2. Военное учение, или оркестр, или борьба.

3. Квартет: рояль, виолончель, две скрипки.

...Оркестр или ансамбль инструментов –... хорошее упражнение не только для ощущения коллективности творчества, но и для того, чтобы заранее научить учеников умению создавать иллюзию игры на разных инструментах. Это часто приходится производить на сцене, в то время как музыка играет за кулисами. Редко приходится видеть хорошую срепетовку этих моментов – такую срепетовку, чтобы создавалась иллюзия подлинной игры на сцене подлинных музыкантов.

Военный парад

Одна группа учеников шествует по комнате или по сцене с воображаемыми инструментами, изображая военный оркестр. За ними идут чины – майоры, лейтенанты, рядовые. Группа стоящих в стороне генералов «принимает» парад. Музыка играет сначала в реальности (магнитофонная запись), затем в воображении актеров. Нужно стараться попадать в ритм. Этот ритм может задавать преподаватель, говоря короткие команды: «Напра-во!»,

«Нале-во!», «Стой, раз-два!»

Развитие двигательных и чувственных ощущений. кинестетическая и реактивная память

Этот раздел упражнений – самый большой и самый важный. Объяснение тому мы найдем у Константина Сергеевича Станиславского:

На сцене нужно действовать. Действие, активность – вот на чем зиждется драматическое искусство, искусство актера. Самое слово «драма» на древнегреческом языке означает «совершающееся действие». На латинском языке ему соответствовало слово actio, то самое слово, корень которого – act – перешел и в наши слова: «активность», «актер», «акт». Итак, драма на сцене есть совершающееся у нас на глазах действие, а вышедший на сцену актер становится действующим.

Совершаем простые действия

Выполняйте простые действия, представляя, что вы:

1. Натираете пол.
2. Шьете на ручной или ножной машинке.
3. Убираете сад.
4. Моете пол.
5. Вытираете пыль.
6. Поливаете цветы.
7. Дежурите на караульном посту.
8. Собираетесь на дачу.
9. Полощете белье.
10. Убираете комнату.
11. Достаете воду из проруби.
12. Дрессируете козла, мартышку, слона.
13. Ловите рыбу.
14. Занимаетесь черчением.
15. Меняете перегоревшую лампочку.
16. Поливаете цветы.
17. Рисуете: а) карандашами; б) гуашью; в) масляными красками.
18. Гуляете в лесу летом.
19. Жнете рожь.
20. Обедаете (обед из трех блюд).
21. Пьете кофе, курите сигары.
22. Принимаете лекарство от боли в животе.
23. Стираете.
24. Пьете утренний чай.
25. Перелезаете через забор – трясете яблоки и воруете их.
26. Играете на скрипке.
27. Караулите бахчу, разжигаете костер, варите обед, ужин.
28. Ставите палатку.

29. Устраиваете шалаш.
30. Работаете у станка.
31. Ловите птиц в лесу.
32. Гладите.
33. Подметаете пол.
34. Пишете письмо.
35. Топите печь.
36. Чистите сапоги.
37. Моете окно.
38. Колете дрова.
39. Заклеиваете окно на зиму.
40. Летом собираете цветы в саду.
41. Сидите в гамаке, читаете книгу, жарко, мешает пчела.
42. Кормите цыплят.
43. Умываетесь.
44. Играете с кошкой.
45. Укладываетесь в дорогу.
46. Моете собаку, играете с ней, вдруг она вас укусила.
47. Тащите ведро, наполненное водой, из колодца.
48. Работаете в огороде.
49. Принимаете слабительное.
50. Ходите босиком по воде.
51. Ставите самовар, накрываете к чаепитию, угощаете чаем друзей, собираете со стола, моете посуду.
52. Пересаживаете цветы.
53. Кроите платье, костюм.
54. Точите и чистите ножи.
55. Расклеиваете афиши.
56. Плетете венок из полевых цветов.
57. Играете вдвоем в теннис.
58. Играете в оркестре, камерном ансамбле.
59. Сосете леденец.
60. Представляете вкус лимона и т. д.
61. Ощущаете запах комнаты.
62. Ощущаете запах данного предмета.
63. Переходите из угла в угол и обнюхиваете данную комнату, сравниваете запахи, везде ли они одинаковы.
64. Сравните запахи двух предметов.
65. Берете стул и обыгрываете его как тяжесть.

Теперь все эти действия повторите, но – зачем-либо. Придумайте ситуации, в которых вы могли бы их совершать. Сравните свои ощущения: действия ради действий и действия для чего-то.

...Нет. Не так. Вы переставили стул, не допустили постороннего, привходящего чувства, но сделали физическое действие, чтобы отвязаться от моих приставаний. Это действие ради действия. Это не подлинное действие. Поставьте стул на другое место

для того, чтобы он там хорошо встал, или для того, чтобы освободить место. Закройте занавеску, чтобы не было щели. Это будут не действия ради самих действий, а действия ради какой-то цели. Это подлинные физические действия, правда, маленькие, неувлекательные, неинтересные. Такими действиями надолго не увлечешься, сделаешь раз, и надоест. Поэтому, чтобы украсить их, окутайте действия вымыслом воображения, введите «если бы», а вслед за ними предлагаемые обстоятельства...

Невидимый кинжал

Преподаватель дает ученику палочку или пустышку и говорит: «Вот кинжал – заколитесь».

...Из каких действий и задач складывается процесс закалывания? 1. Прикладываю кинжал к разным местам. (Приноравливаюсь, так как не решаюсь; то соображаю, как упасть на кинжал и, «хочешь не хочешь», заколоться.) 2. Представляю себе, что будет с женой и детьми, когда увидят меня мертвым. 3. Вижу себя лежащим в гробу. Допустим, что каждому из действий поверил. Все вместе дало правдоподобие. Как же дальше дойти до правды? С помощью магического «если бы», предлагаемых обстоятельств.

Они оживят и до конца оправдают правдоподобие. Складывать из многих физических действий целую линию физической жизни дня – получатся сцены, из сцен – акты.

Ищем монету

Ищите спрятанную монету: а) не зная, где она; б) зная, где она находится, но делая вид, что вы не знаете.

Что такое сценическая правда? Закройте глаза. Я тайно кладу в один из карманов монету. Ищите! Нашли. Опять, явно, кладу ту же монету в тот же карман. Ищите, как будто вы не знаете, где монета. Сделайте вторичное действие первичным. Для этого надо найти новое магическое «если бы» и предлагаемые обстоятельства.

Драка без побоев

Со своим партнером делайте вид, что деретесь, но без нажима и дотрагивания до партнера.

Память чувств

Для развития памяти чувств выполняйте следующие упражнения.

Вспоминайте:

1. Вкус говядины с горчицей.
2. Запах мимозы.
3. Морозный ветер в лицо.
4. Пушистую шерсть кошки или хороший плюш.

5. Звуки рояля, скрипящей двери, глухого кашля за стеной.
6. Удушливый запах пыльного чулана.
7. Запах старых книг.
8. Вкус горького лекарства.
9. Вкус лимонада, кофе, чая с молоком.

Чувственные объекты внимания

Объектами внимания могут быть не только видимые или воображаемые предметы, но и чувства – ощущаемые в данный момент или вызываемые в памяти. Объекты внимания могут находиться вне и внутри вас.

- Теперь вспомните вкус свежей икры.
- Вспомнил, – ответил я.
- Где находится объект вашего внимания?
- Сначала мне представилась большая тарелка с икрой на закусочном столе.
- Значит, объект был мысленно вне вас.
- Но тотчас же видение вызвало вкусовые ощущения во рту – на языке, – вспомнил я.
- То есть – внутри вас, – заметил Аркадий Николаевич. – Туда и направилось ваше внимание.

- Шустов! Вспомните запах семги.
- Вспомнил.
- Где объект?
- Вначале тоже на тарелке закусочного стола, – вспомнил Паша.
- То есть – вне вас.
- А потом там, во рту, в носу, словом, внутри меня.
- Вспомните теперь похоронный марш Шопена. Где объект? – проверял Аркадий Николаевич.

– Сначала вне меня: на похоронной процессии. Но слышу звуки оркестра где-то глубоко в ушах, то есть во мне самом, – объяснил Паша.

- Туда и направленно внимание?
- Да.
- Итак, во внутренней жизни мы сначала создаем зрительные представления: о местопребывании Ивана Платоновича, или о закусочном столе, или о похоронной процессии, а потом через эти представления возбуждаем внутренние ощущения одного из пяти чувств и окончательно фиксируем на нем свое внимание. Таким образом, оно подходит к объекту в нашей воображаемой жизни не прямым, а косвенным путем, через другой, так сказать, подсобный объект. Так обстоит дело с пятью чувствами.

Ощущение себя в пространстве

В большом помещении или на сцене просто сидите или стойте – в одиночку или вдвоем. Не забывайте, что сидение или стояние без движения – тоже действие, и оно должно совершаться не само по себе, а для чего-то.

- Аркадий Николаевич вошел, пристально оглядел всех и сказал:
- Малолеткова, выходите на сцену.

Я не смогу описать ужас, который охватил бедную девочку. Она заметалась на месте, причем ноги ее разъезжались по скользкому паркету, точно у молодого сеттера.

В конце концов Малолеткову поймали и подвели к Торцову, который хохотал, как ребенок.

Она закрыла обеими руками лицо и твердила скороговоркой:

– Миленькие, голубчики, не могу! Родненькие, боюсь, боюсь!

– Успокойтесь, и давайте играть. Вот в чем заключается содержание нашей пьесы, – говорил Торцов, не обращая больше внимания на ее растерянность. – Занавес раздвигается, и вы сидите на сцене. Одна. Сидите, сидите, еще сидите. Наконец занавес задвигается. Вот и все.

Легче ничего нельзя придумать. Правда?

Малолеткова не отвечала. Тогда Торцов взял ее под руку и молча повел на сцену. Ученики гоготали.

Аркадий Николаевич быстро повернулся.

– Друзья мои, – сказал он, – вы находитесь классе. А Малолеткова переживает очень важный момент своей артистической жизни.

Надо знать, когда над чем можно смеяться.

Малолеткова с Торцовым вышли на сцену. Теперь все сидели молча, в ожидании. Водворилось торжественное настроение, как перед началом спектакля. Наконец занавес медленно раздвинулся. Посередине, на самой авансцене сидела Малолеткова. Она, боясь увидеть зрители, по-прежнему закрывала лицо руками.

Царившая тишина заставляла ожидать чего-то особенного от той, которая была на сцене. Пауза обязывала.

Вероятно, Малолеткова почувствовала это и поняла, что ей необходимо что-то предпринять. Она осторожно отняла от лица одну руку, потом другую, но при этом опустила голову так низко, что нам была видна лишь ее макушка с пробором. Наступила новая томительная пауза.

Наконец, чувствуя общее выжидательное настроение, она взглянула в зрительный зал, но тотчас же отвернулась, точно ее ослепило ярким светом. Она стала поправляться, пересаживаться, принимать нелепые позы, откидываться, наклоняться в разные стороны, усиленно вытягивать свою короткую юбку, внимательно разглядывать что-то на полу.

В конце концов Аркадий Николаевич сжалился над ней, дал знак, и занавес задвинулся.

Я бросился к Торцову и просил его проделать такое же упражнение со мной.

Меня посадили посреди сцены.

Не стану лгать – мне не было страшно. Ведь это не спектакль. Тем не менее я чувствовал себя нехорошо от раздвоения, от несовместимости требований: театральные условия выставляли меня напоказ, а человеческие ощущения, которых я искал на сцене, требовали уединения. Кто-то во мне хотел, чтобы я забавлял зрителей, а другой кто-то приказывал не обращать на них внимания. И ноги, и руки, и голова, и туловище, хотя и повиновались мне, в то же время, против моего желания, прибавляли от себя какой-то плюсики, что-то излишне значительное. Положишь руку или ногу просто, а она вдруг сделает какой-то выверт. В результате – поза, как на фотографии.

Странно! Я всего один раз выступал на сцене, все же остальное время жил естественной человеческой жизнью, но мне было несравненно легче сидеть на подмостках не по-человечески, а по-актерски – неестественно. Театральная ложь на сцене мне ближе, чем природная правда. Говорят, что лицо мое сделалось глупым, виноватым и извиняющимся. Я не знал, что мне предпринять и куда смотреть. А Торцов все не сдавался и томил.

После меня проделали то же упражнение другие ученики.

– Теперь пойдете дальше, – объявил Аркадий Николаевич. – Со временем мы еще вернемся к этим упражнениям и будем учиться сидеть на сцене.

– Учиться простому сидению? – недоумевали ученики. – Ведь вот мы сидели...

– Нет, – твердо заявил Аркадий Николаевич, – вы не просто сидели.

– А как же нужно было сидеть?

Вместо ответа Торцов быстро встал и пошел деловой походкой на сцену. Там он тяжело опустился в кресло, точно у себя дома.

Он ровно ничего не делал и не старался делать, тем не менее его простое сидение притягивало наше внимание. Нам хотелось смотреть и понимать то, что в нем совершалось: он улыбался – и мы тоже, он задумывался, а мы хотели понять – о чем, он заглядывался на что-то, и нам надо было знать, что привлекло его внимание.

В жизни не заинтересуешься простым сидением Торцова. Но когда это происходит на сцене, почему-то с исключительным вниманием смотришь и даже получаешь некоторое удовлетворение от такого зрелища. Этого не было, когда на сцене сидели ученики: на них не хотелось смотреть и неинтересно было знать, что происходит у них в душе. Они смешили нас своей беспомощностью и желанием нравиться, а Торцов не обращал на нас никакого внимания, но мы сами тянулись к нему. В чем секрет? Аркадий Николаевич открыл нам его:

– Все, что происходит на подмостках, должно делаться для чего-нибудь. Сидеть там тоже нужно для чего-нибудь, а не просто так, – чтобы показываться зрителям. Но это не легко, и приходится этому учиться.

– Для чего же вы сейчас сидели? – проверял его Вьюнцов.

– Чтобы отдохнуть от вас и от только что проведенной репетиции в театре.

Теперь идите ко мне и давайте играть новую пьесу, – сказал он Малолетковой. – Я тоже буду играть с вами.

– Вы?! – воскликнула девочка и бросилась на подмостки.

Опять ее посадили в кресло посреди сцены, опять она начала усиленно поправляться. Торцов стоял подле нее и сосредоточенно искал какую-то запись в своей книжке. Тем временем Малолеткова постепенно успокаивалась и, наконец, застыла в неподвижности, внимательно устремив глаза на Торцова. Она боялась помешать ему и терпеливо ожидала дальнейших указаний учителя. Ее поза сделалась естественной. Сценические подмостки подчеркивали ее хорошие данные актрисы, и я залюбовался ею.

Так прошло довольно много времени. Потом занавес задвинулся.

– Как вы себя чувствовали? – спросил ее Торцов, когда они оба вернулись в зрительный зал.

– Я? – недоумевала она. – А разве мы играли?

– Конечно.

– А я-то думала, что просто сидела да ждала, пока вы найдете в книжке и скажете, что надо делать. Я же ничего не играла!

– Вот именно это-то и было хорошо, что вы для чего-то сидели и ничего не наигрывали, – ухватился Торцов за ее слова. – Что, по-вашему, лучше, – обратился он ко всем нам, – сидеть на сцене и показывать ножку, как Вельяминова, самого себя, как Говорков, или сидеть и что-то делать, хотя бы что-нибудь незначительное? Пусть это мало интересно, но это создаст жизнь на сцене, тогда как самопоказывание в том или другом виде просто выводит нас из плоскости искусства.

Освобождаемся от телесных зажимов

Константин Сергеевич Станиславский писал:

Вы не можете себе представить, каким злом для творческого процесса являются мышечная судорога и телесные зажимы. Когда они создаются в голосовом органе, люди с прекрасным от рождения звуком начинают сипеть, хрипеть или доходят до потери способности говорить. Когда зажим утверждается в ногах, актер ходит, точно паралитик; когда зажим в руках – руки коченеют, превращаются в палки и поднимаются, точно шлагбаумы. Такие же зажимы, со всеми их последствиями, бывают в спинном хребте, в шее, в плечах. Они в каждом случае по-своему уродуют артиста и мешают ему играть. Но хуже всего, когда зажим утверждается в лице и искривляет его, парализует или заставляет каменеть мимику.

Тогда глаза выпучиваются, судорога мышц придает неприятное выражение лицу, не соответствующее тому чувству, какое переживает артист. Зажим может появиться в диафрагме и в других мышцах, участвующих в процессе дыхания, нарушить правильность этого процесса и вызвать одышку. Все эти условия не могут не отзываться вредно на переживании, на внешнем воплощении этого переживания и на общем самочувствии артиста.

Чтобы научиться освобождать мышцы, нужно сначала понять, каково в напряжении действовать. Поднимите что-либо тяжелое или отжимайтесь на полу. Попробуйте одновременно умножить тридцать семь на девять. Попробуйте ощутить вкус солянки с почками или вспомните ощущение при прикосновении к шелковому плюшу или запах гари.

Первое и главное упражнение на расслабление заключается в том, чтобы лечь на спину на гладкой жесткой поверхности (например, на полу) и подмечать те группы мышц, которые без нужды напрягаются. При этом для более ясного осознания своих внутренних ощущений можно определять словами места зажима и говорить себе: «Зажим в плече, в шее, в лопатке, в пояснице». Замеченные напряжения надо тотчас же ослаблять, одно за другим, ища при этом все новые и новые.

Я при Рахманове попробовал проделать несложное упражнение в лежании, но не на жестком полу, а на мягкой постели.

Освободив напряженные мускулы и оставив лишь необходимые, на которые, как мне казалось, должна опираться тяжесть моего тела, я назвал эти места: «Обе лопатки и крестец».

Однако Иван Платонович запротестовал:

– Индусы учат, дорогой мой, что надо лежать, как лежат маленькие дети и животные. Как животные! – повторил он для убедительности. – Будьте уверены!

Далее Иван Платонович объяснил, для чего это нужно. Оказывается, что если положить ребенка или кошку на песок, дать им успокоиться или заснуть, а после осторожно приподнять, то на песке оттиснется форма всего тела. Если проделать такой же опыт со взрослым человеком, то на песке останется след лишь от сильно вдавленных лопаток и крестца, остальные же части тела, благодаря постоянному, хроническому, привычному напряжению мышц, слабее соприкоснутся с песком и не отпечатаются на нем.

Чтобы уподобиться при лежании детям и получить форму тела в мягкой почве, нужно освободиться от всякого мышечного напряжения. Такое состояние дает лучший отдых телу. При таком отдыхе можно в полчаса или в час освежиться так, как при других условиях не удастся этого добиться в течение ночи. Недаром вожаки караванов прибегают к таким приемам. Они не могут долго задерживаться в пустыне и принуждены до минимума сокращать свой сон. Продолжительность отдыха

возмещается у них полным освобождением тела от мышечного напряжения, что дает обновление усталому организму.

Иван Платонович пользуется этим приемом ежедневно между дневными и вечерними занятиями. После десяти минут отдыха он чувствует себя совершенно бодрым. Без такой передышки он не смог бы выдержать той работы, которую ему приходится ежедневно выполнять.

Как только Иван Платонович ушел, я зазвал к себе в комнату нашего кота и положил его на одну из самых мягких диванных подушек, на которой хорошо выдавливалась форма его тела. Я решил учиться у него, как надо лежать и отдыхать с ослабленными мышцами.

Аркадий Николаевич говорит: «Артисту, точно грудному ребенку, приходится всему учиться с самого начала: смотреть, ходить, говорить и так далее, – вспоминал я. – Все это мы умеем делать в жизни. Но беда в том, что в подавляющем большинстве мы это делаем плохо, не так, как установлено природой. На сцене надо смотреть, ходить, говорить иначе – лучше, нормальнее, чем в жизни, ближе к природе: во-первых, потому, что недостатки, вынесенные на свет рамп, становятся особенно заметными, во-вторых, потому, что эти недостатки влияют на общее состояние актера на сцене».

Эти слова, очевидно, относятся к лежанию. Вот поэтому теперь мы лежим вместе с котом на диване. Я наблюдаю за тем, как он спит, пытаюсь ему подражать. Однако нелегкое это дело – лежать так, чтобы ни один мускул не напрягся и чтобы все части тела соприкасались с плоскостью, на которой лежишь. Не скажу, чтобы было трудно подмечать и определять тот или иной напрягающийся мускул. Освободить его от излишнего сокращения тоже не мудрость. Но худо то, что не успеешь избавиться от одного напряжения, как тотчас же появляется другое, третье, и так до бесконечности. Чем больше прислушиваешься к зажимам и судорогам тела, тем больше их создается. При этом научаешься различать в себе те ощущения, которых раньше не замечал. Это условие помогает находить все новые и новые зажимы, а чем больше их находишь, тем больше вскрывается новых. На короткое время мне удалось освободиться от напряжения в области спины и шеи. Не скажу, чтобы я почувствовал от этого физическое обновление, но зато мне стало ясно, как много у нас лишних, никому не нужных, вредных мышечных напряжений, о которых мы и не подозреваем. Когда же вспомнишь о предательском зажиме брови, то начинаешь очень серьезно бояться физического напряжения. Хотя я и не добился полного освобождения всех мышц, но все же предвкушил насаждение, которое испытаю со временем, когда добьюсь более полной мышечной свободы.

Постепенно напрягайте тело, например, от ступней и до колен, потом освобождайте.

Мгновенно напрягите руку и сразу освободите. То же проделайте с ногами, отдельными мышцами, лицом.

Напрягайте какую-нибудь часть тела и, оставляя напряжение, попробуйте рассматривать, слушать и т. д., ощутить, насколько напряжение мешает. Затем постарайтесь полностью освободиться от него.

Избавляемся от зажимов в позе

1. Принимайте самые разнообразные позы не только при горизонтальном, но и при вертикальном положении, то есть: сидя, полусидя, стоя, на коленях, в одиночку, группами. Прodelывайте это: со стульями, со столом, с другой мебелью. Во всех этих положениях надо, как и при лежании, подмечать излишне напрягающиеся мускулы и называть их. Само собой

понятно, что то или иное напряжение некоторых мускулов необходимо при всякой позе. Пусть эти мускулы и напрягаются, но лишь они одни, а не смежные, которым надлежит оставаться в покое. Следует также помнить, что напряжение напряжению рознь: можно сократить мускул, необходимый для позы, ровно настолько, насколько это нужно, но можно довести напряжение до предела спазмы, судороги. Такое излишнее усилие чрезвычайно вредно для самой позы и для творчества.

2. Принимайте различные позы и старайтесь избавиться от зажимов не с помощью внутренней самопроверки, а с помощью воображения. Выдумывайте разные «если бы» – обстоятельства, при которых та или иная поза была бы естественна.

Нужно... чтобы каждая поза была не только проверена собственным контролером, механически освобождена от напряжения, но и обоснована вымыслом воображения, предлагаемыми обстоятельствами и самим «если бы». С этого момента она перестает быть позой как таковой, получает активную задачу и становится действием. В самом деле, допустим, что я поднял вверх руку и говорю себе:

«Если бы я стоял так, а надо мной на высоком суку висел персик, как бы мне нужно было поступить и что сделать, чтобы сорвать его?»

Стоит поверить этому вымыслу, и тотчас же ради жизненной задачи – сорвать персик – мертвая поза превратится в живое, подлинное действие. Почувствуйте только правду в этом действии, и тотчас же сама природа придет на помощь: лишнее напряжение ослабится, а необходимое укрепитя, и это произойдет без вмешательства сознательной техники.

...На сцене не должно быть необоснованных поз. Театральной условности не место в подлинном творчестве и в серьезном искусстве. Если же условность почему-либо необходима, то ее следует обосновать, она должна служить внутренней сущности, а не внешней красоты.

...Далее Пущин рассказывал о том, что сегодня на уроке было проделано несколько показательных пробных упражнений, которые он тут же иллюстрировал. Милый толстяк очень смешно лег на диван, приняв первую попавшуюся позу: он свесился с дивана наполовину, приблизил лицо к полу и вытянул вперед руку. Получилось нелепое, бессмысленное положение. Чувствовалось, что ему было неудобно и что он не знал, какие мышцы следует напрячь и какие ослабить.

Он пустил в ход контролера, который указал ему как необходимые, так и лишние напряжения. Но толстяку не удавалось найти свободную, естественную позу, при которой все мышцы работали бы правильно.

Вдруг он воскликнул: «Вот грядет великий таракан-ша! Скорее хлоп его по чекрыге!»

В тот же миг он потянулся к какой-то точке – воображаемому таракану, чтобы раздавить его, и сразу все мускулы естественно встали на свое место и заработали правильно. Поза стала обоснованной, всему верилось: и протянутой руке, и свесившемуся корпусу, и ноге, упертой в спинку дивана. Пущин замер, давя воображаемого таракана, и было ясно, что его телесный аппарат правильно выполнял задачу.

Природа руководит живым организмом лучше, чем сознание и прославленная актерская техника.

Помните, что на сцене при каждой принимаемой позе или положении тела существуют три момента. Первый – излишнее напряжение, неизбежное при каждой новой позе и при волнении от публичного выступления. Второй – механическое освобождение от излишнего напряжения с помощью контролера. Третий – обоснование или оправдание позы в том случае,

если она сама по себе не вызывает веры самого артиста.

3. Выполняйте следующие движения, помня про *напряжение, освобождение и оправдание*:

- ✓ наклоняйтесь;
- ✓ встаньте на цыпочки;
- ✓ тянитесь наверх;
- ✓ поднимайте поочередно руки;
- ✓ поворачивайтесь: а) всем корпусом б) только головой.

При борьбе с внутренними зажимами надо также иметь в виду три момента – то есть напряжение, освобождение и оправдание. В первые два момента ищешь самый внутренний зажим, познаешь причины его возникновения и стараешься уничтожить его. В третий момент оправдываешь свое новое внутреннее состояние соответствующими предлагаемыми обстоятельствами.

В разбираемом случае воспользуйтесь тем, что один из ваших важных элементов (внимание) не разбрелся по всему пространству сцены и зрительного зала, а сосредоточился внутри вас, на мышечных ощущениях. Дайте собранному вниманию более интересный и нужный для этюда объект. Направьте его на какую-нибудь увлекательную цель или действие, которые оживят вашу работу и увлекут вас.

4. Придумывайте трудные позы и оправдывайте их.

5. Подмечайте позы, которые вам приходится принимать в той или иной ситуации. Запоминайте их, а затем попытайтесь повторить, оправдывая их каким-либо вымыслом.

А вот и еще хороший пример, который, точно нарочно, подсунул мне случай. Только что во время умывания у меня выскользнуло из рук мыло и закатилось между умывальником и шкафом. Пришлось тянуться за ним здоровой рукой, а больную держать на весу. Опять получилась трудная поза. Мой контролер не дремал. Он по собственной инициативе проверял напряжение мышц. Все оказалось в порядке: напрягались только необходимые двигательные группы мускулов.

«Дай-ка я повторю по заказу ту же позу!» – сказал я себе. И повторил. Но... мыло было уже поднято, и реальной необходимости принятия позы уже не было. Ушла живая задача. Осталась мертвая поза. Когда я проконтролировал работу мышц, то оказалось, что чем сознательнее я к ней относился, тем больше создавалось ненужных напряжений, тем труднее становилось разбираться в них и отыскивать необходимые.

Но вот я заинтересовался какой-то темной полоской приблизительно в том же месте, где прежде лежало мыло. Я потянулся, чтобы дотронуться до нее и понять, что это такое. Полоска оказалась трещиной в полу. Но не в ней дело, а в том, что и мои мышцы, и их естественное напряжение снова оказались в полном порядке. После всех этих проб мне стало ясно, что живая задача и подлинное действие (реальное или в воображаемой жизни, хорошо обоснованные предлагаемыми обстоятельствами, в которые искренне верит сам творящий артист) естественно втягивают в работу самую природу. Только она умеет в полной мере управлять нашими мышцами, правильно напрягать или ослаблять их.

4. Сыграйте следующий этюд. Вы покупаете рояль, кушетку или какой-либо другой предмет, обыгрываете его, поднимаете и застываете в наиболее яркой позе, характеризующей данную задачу.

5. Замахнитесь и ударьте своего партнера. Остановите кулак на полпути, сосредоточив в

нем всю энергию удара.

От позы к жесту

1. Поднимите и опустите руку, задействуя по очереди различные суставы и группы мышц. Прodelайте это сначала со сгибанием локтя, потом кисти, первых, вторых, третьих суставов пальцев и т. д.

2. То же самое повторите с ногой, головой, наклонитесь вперед: сначала опустите голову, затем сгорбите плечи, затем наклоняется весь корпус. Разогнитесь в обратном порядке.

3. Сгибайтесь и разгибайтесь спинной хребет по позвонкам, начиная с самого верхнего, у затылка, и заканчивая нижним, у таза.

4. Поворачивайтесь влево и вправо: сначала скашиваете в нужную сторону глаза, затем поворачивается голова, затем спинной хребет – по позвонкам, затем весь корпус.

Урок происходил в зале.

Всех учеников выстроили в шеренгу, точно на смотру. Торцов велел им поднять правую руку, и все, как один человек, исполнили приказание.

Руки, точно шлагбаумы, тяжело полезли кверху. Одновременно с этим Рахманов ощупывал у всех мускулы плеча, приговаривая при этом:

«Не годится, шею, спину ослабить. Вся рука напряжена...» и т. д.

«Не умеете поднимать руки», – решил Торцов.

Казалось бы, заданная нам задача совсем проста, однако никто не смог ее выполнить. От учеников требовали, так сказать, «изолированного» действия только одних групп мышц – заведующих движениями плеча, все остальные мышцы – шеи, спины, тем более поясницы – должны были оставаться свободными от всякого напряжения. Последние, как известно, нередко отклоняют весь корпус в противоположную от поднимающейся руки сторону, в помощь производимому движению.

Эти лишние, смежные напряжения мускулов напоминают Торцову испорченные клавиши рояля, которые при ударе по ним задевают друг за друга. От этого при ноте «до» звучат смежные «си» и «до-диез». Хороша была бы музыка на таком инструменте! Хороша же и музыка наших движений, если последние действуют наподобие испорченных клавиш рояля. Неудивительно, что при таких условиях наши движения нечетки, нечисты, как у плохо смазанной машины. Необходимо сделать движения отчетливыми, как звонкие тоны рояля. Без этого рисунок движений роли будет грязный, а передача ее внутренней и внешней жизни – неопределенной, нехудожественной. Чем тоньше чувствование, тем больше четкости, точности и пластичности оно требует при своем физическом воплощении.

– У меня такое впечатление от сегодняшнего урока, – говорил дальше Шустов, – что Аркадий Николаевич, точно механик, развинтил, разобрал нас всех по частям, по косточкам, по отдельным суставам и мускулам, все их промыл, вычистил, смазал, потом опять собрал, вставил на прежнее место и привинтил. Я чувствую себя гибче, ловчее, выразительнее после сегодняшнего урока.

– А еще что было? – спрашивал я, заинтересованный рассказом Шустова.

– От нас требовали, – вспоминал Паша, – чтобы при действии отдельных, «изолированных» групп мускулов – плеча, руки, спины или ноги – все остальные оставались без всякого напряжения. Так, например, при поднимании руки группой мускулов плеча и напряжении их должным образом рука в локте, в кисти, в ее пальцах и в их суставах должна оставаться в висячем вниз положении и все соответствующие группы мышц должны быть совершенно свободными, мягкими, ненапряженными.

Такие же упражнения были проделаны и с шеей во всех ее поворотах, и со спинным хребтом, и с поясницей, и с ногами, и особенно с кистями рук, которые Торцов называет глазами тела.

Действия с воображаемыми предметами

Совершайте простые и сложные действия с воображаемыми предметами:

1. Пишите письмо.
2. Расставляйте посуду к чаепитию.
3. Чистите фрак.
4. Сдувайте пыль со старой шкатулки.

– В самом деле, почему нам сразу не упражняться с реальными предметами? – спросил кто-то.

– Сколько же их потребуется для наших фантазий? – заметил Шустов.

– Недавно, например, мы строили дом, таскали балки и кирпичи, – вспоминал я.

– Есть и другие, более важные причины. Их вам объяснит Говорков на практическом примере, – заметил Аркадий Николаевич. – Говорков! Пойдите на сцену и пишите письмо с теми реальными вещами, которые лежат на круглом столе.

Говорков вошел на подмостки и исполнил приказание. Когда он закончил, Торцов спросил учеников:

– Вы разглядели все его действия и верили им?

– Нет! – почти в один голос заявили ученики.

– Что же вы пропустили и что казалось вам неправильным?

– Во-первых, я не заметил, откуда у него явилась бумага, перо, – говорил один.

– Спросите Говоркова, кому и что он писал? Он не сможет сказать, так как сам не знает, – заметил другой.

– В такое короткое время не напишешь и простой записки, – критиковал третий.

– А я помню, и притом во всех мельчайших подробностях, как Дузе в роли Маргариты Готье («Дама с камелиями» Дюма) писала письмо Арману. С тех пор как я это видел, прошло несколько десятков лет, а я и сейчас еще смакую каждую мельчайшую подробность ее физического действия – писания письма любимому человеку, – заметил Аркадий Николаевич.

Потом он снова обратился к Говоркову:

– Теперь проделайте такое же упражнение с «беспредметным действием».

Пришлось долго возиться, прежде чем удалось направить и напомнить ему шаг за шагом, логически и последовательно, все маленькие составные части большого действия. Когда Говорков вспомнил их и проделал в последовательном порядке, Аркадий Николаевич спросил учеников:

– Теперь вы верили тому, что он писал письмо?

– Верили.

– Вы видели и запомнили, как и где он брал бумагу, перо, чернила?

– Видели и запомнили.

– Вы почувствовали, что, прежде чем писать письмо, Говорков мысленно обдумывал содержание и после логично и последовательно переносил его на бумагу?

– Почувствовали.

– Какой же вывод следует сделать из примера? Мы молчали, так как еще не знали, что ответить.

– Вывод тот, – говорил Аркадий Николаевич, – что зритель, смотря на действия артиста на сцене, тоже должен механически чувствовать «механичность» логики и

последовательности действия, которую мы бессознательно знаем в жизни. Без этого смотрящий не поверит правде того, что происходит на сцене. Дайте же ему эту логику и последовательность в каждом действии. Давайте ее сначала сознательно, а потом от времени и приученности она станет привычной до механичности.

– Есть и еще вывод, – решил Говорков. – Он в том, знаете ли, что и с реальными предметами приходится прорабатывать каждое физическое действие на сцене.

– Вы правы, но эта работа с реальными предметами в первое время на подмостках оказывается труднее, чем с пустышкой, – заметил Торцов.

– Почему же, знаете ли?

– Потому что при реальных предметах многие действия, инстинктивно, по жизненной механичности, сами собой проскакивают так, что играющий не успевает уследить за ними. Улавливать эти проскоки трудно, а если нарушать их, то получаются провалы, нарушающие линию логики и последовательности физических действий. В свою очередь, нарушенная логика уничтожает правду, а без правды нет веры и самого переживания как у самого артиста, так и у смотрящего.

При «беспредметном действии» создаются другие условия. При них волей-неволей приходится приковывать внимание к каждой самой маленькой составной части большого действия.

Без этого не вспомнишь и не выполнишь всех подсобных частей целого, а без подсобных частей целого не ощутишь всего большого действия.

Приходится сначала подумать, а потом уже выполнять действия. При этом, благодаря логике и последовательности своих поступков, естественным путем подходишь к правде, от правды – к вере и к самому подлинному переживанию.

Действия с воображаемыми ощущениями

1. Вдыхайте запах: а) ландыша; б) приготовляемого обеда (запах доносится с кухни).
2. Слушайте воображаемую музыку.
3. Выпейте стакан воды.

– Извините, пожалуйста, – заспорил Говорков, – разве можно называть беспредметное действие физическим и даже, понимаете ли, органическим?

Его поддержал Шустов. И он находил, что действие с реальными, подлинными объектами и действие с воображаемыми объектами (пустышками) – это два различных по своей природе действия.

– Например, изволите ли видеть, питье воды. Оно вызывает, знаете ли, целый ряд действительно физических и по-настоящему органических процессов: всасывание жидкости в рот, вкусовые ощущения, глотание...

– Вот, вот! – перебил его Торцов. – Все эти тонкости необходимо повторить и при беспредметном действии, так как без них не будет глотания.

– С чем же повторить, изволите ли видеть, когда во рту ничего нет?

– Глотайте слюни, воздух, не все ли равно! – предложил Аркадий Николаевич. – Вы будете уверять, что это не то же самое, что глотать вкусное вино. Согласен. Разница есть. Но и при этом останется много моментов физической правды, достаточных для наших целей.

– Извините же, пожалуйста, такая работа отвлекает от главной сущности роли. В жизни, изволите ли видеть, питье производится само собой и не требует внимания, – не унимался Говорков.

– Нет, когда вы смакуете то, что пьете, это требует вашего внимания, – возражал Аркадий Николаевич.

- Но когда не смакуешь, понимаете ли, тогда об этом не думаешь.
- При беспредметных действиях происходит то же. Как я уже говорил, – проделайте их сотни раз, поймите, вспомните все их отдельные составные моменты, и тогда ваша телесная природа узнает, почувствует знакомое действие и сама будет помогать вам при его повторении.

Действия с предметами реальными и воображаемыми

Ученики по заданию преподавателя выполняют следующие действия:

1. Достают из шкафа книги и ставят их обратно.
2. Поливают цветы.
3. Вспапывают грядку.
4. Накрывают на стол.

Все эти действия проделывайте как с реальными, так и с воображаемыми предметами. Совершайте сначала «действие ради действия», затем придумывайте вымысел, оправдывающий их.

...Началось с того, что он повел нас в столовую «малолетковской квартиры» и там приказал нам накрыть стол на пять персон. Все нужные вещи: скатерть, посуда, салфетки – были заготовлены в шкафу. Пришлось их разыскивать, вынимать, раскладывать и расставлять по местам. При этой работе не было слаженности,

отчего мы друг другу мешали. Тем не менее после многих недоразумений стол был накрыт. Затем нам приказано было убрать все со стола и расставить посуду назад в буфет, по местам. Во всех этих действиях не могло быть речи о лжи и наигрыше, так как не для кого было нам стараться; мы находились в комнате, в которой не было четвертой стены, раскрытой для показывания зрителям актерского действия. Короче говоря, мы вели себя и действовали, как в подлинной жизни, в которой все правда. Впрочем, можно ли назвать правдой накрывание стола ради самого его накрывания? В подлинной жизни все делается ради чего-нибудь, у нас же не было оправдания и мотивировки нашего действия. Аркадий Николаевич поспешил восполнить этот изъян, и потому следующее упражнение заключалось в том, что мы повторили накрывание стола, оправдав его вымыслом, или магическим «если бы». Последнее заключалось в том, что к Малолетковой, в ее квартиру, съехались многочисленные родственники. Одной прислуге, которой располагает мнимая хозяйка, не справиться со всеми гостями, и потому нам самим пришлось позаботиться о себе. Вот чем объясняется то, что стол накрывался общими усилиями. Задача, окутанная вымыслом, стала сложнее, чем прежнее накрывание на стол только ради упражнения. Она требует предварительной подготовки. Пришлось выяснить, кто кого изображает, кто и с какой стороны близок к Малолетковой; какие взаимоотношения у мнимой родни хозяйки; когда, для чего, ради каких целей съехались родственники и пр. Не стану описывать подробностей нашей игры. Это повторило бы знакомые уже описания актерских ощущений, о которых я подробно говорил в свое время по поводу этюдов топки камина, закрывания двери от бешеной собаки, произведенных тогда при закрытом и открытом занавесе. Разница лишь в том, что на этот раз Торцов был значительно строже в смысле ощущения правды, чем при прежних этюдах. Тем не менее ему не пришлось нас часто останавливать, так как, повторяю, среди четырех стен нам не для кого было представлять. Мы действовали. После этого тот же этюд был перенесен в «гостиную», то есть в комнату с одной открытой для посторонних зрителей стеной. Эта задача труднее, тем более что и на этот раз Аркадий Николаевич был чрезвычайно требователен в смысле оправдания каждого момента наших действий на сцене. Ему

пришлось поминутно останавливать и удерживать нас от наигрыша и лжи, которые против воли вкрадывались в наши действия.

– Не верю вам, – говорил Торцов Веселовскому. – Вы раскладываете вилки и ножи по кувертам с какой-то неоправданной торопливостью, с показной законченностью и угодливостью, направленными не к тем, кто на сцене, а к тем, кто смотрит в зрительном зале. Кроме того, не думаю, чтобы в жизни вы были так уточненно вежливы со своей сестрой, которую изображает Вельяминова. Если бы вы наступили ей на ногу, вы бы не стали так расшаркиваться. А если бы она попалась вам по ходу дела на дороге, вы бы не стали уступать ей дорогу так галантно.

Следующее упражнение заключалось в повторении того же этюда в «столовой» и «гостиной», с той только разницей, что накрывание стола производилось при полном отсутствии вещей. Их заменяла пустышка...

5. Расставьте мебель в комнате – ради действия, а затем оправданно. Опишите свои ощущения, не получается ли так:

Началось с того, что Аркадий Николаевич предложил нам расставлять мебель на сцене, в «комнате Малолетковой». Мы без всякого толка принялись за работу. Только что один из учеников перенесет какой-нибудь стул на одно место, приходит другой и уносит его куда Бог на душу положит. Естественно, что для переноски стула каждый логически и последовательно делал то, без чего физически невозможно переставить предмет с места на место, то есть каждый протягивал руку, сжимал пальцы, напрягал необходимые мускулы, чтобы поднять и нести предмет, и т. д.

Оправдайте действие вымыслом

Совершайте следующие действия, стараясь оправдать их каким-либо вымыслом:

6. Походка на пружинных ногах.
7. Садиться и вставать на пружинных ногах.
8. Переводить тело из одного положения в другое, постепенно и сразу.
9. Наметить ряд движений – например, встать, пройти, взять какую-нибудь вещь, добиться легкости и чистоты перехода.
10. Ждете брата после экзамена.
11. Подготавливаете костюм для драмкружка.
12. Учите урок, мешает звонок по телефону, стук в дверь.
13. Воруете лакомства.
14. Кладете сестре подарок до ее прихода.
15. Просыпаетесь, чувствуете запах дыма, обнаруживаете пожар.
16. Просыпаетесь. Все как обычно, ничего не происходит.

На первое время Аркадий Николаевич довольствуется самыми простыми и элементарными физическими задачами, хорошо знакомыми нам по жизненному опыту и по прежним упражнениям. Так, например, он заставлял нас сидеть неподвижно, считать шагами длину и ширину комнаты, искать какую-нибудь вещь, приводить комнату в порядок, рассматривать обои, потолок, предметы, приводить свой костюм и себя самого в порядок, осматривать руки, подходить друг к другу и здороваться и пр. При этом каждая из задаваемых простейших задач должна была оживляться вымыслом, их оправдывающим.

Этот процесс, как всегда, совершается с вездесущим *магическим «если бы»*. Во

всех этих упражнениях Аркадий Николаевич был чрезвычайно строг и требователен (но не придирчив) к *малой и большой правде*. Каждая секунда, каждый намек на движение и действие должны быть оправданы. Аркадий Николаевич внимательно следил за тем, чтобы соблюдалась строжайшая последовательность и логичность при выполнении физических задач. Он требовал также, чтобы малые составные части более крупных физических задач выполнялись нами четко и не смазывались. Однако когда я стал доводить чеканку своих движений и действий до утрированной законченности, Торцов остановил меня, сказав, что *мазня, точно так же, как и излишняя доделанность, одинаково вредны и нежелательны на сцене, так как создают неправду*. Сегодня мы скоро и легко наладили первый акт пьесы по физическим действиям. Шустов правильно, логично и последовательно пробуждался после сна, просматривал свои внутренние видения, соображал, сравнивал, решал, что ему делать. Смущал только вопрос: соответствуют ли его действия тем, которые нужны для пьесы.

17. Учите роль, за стеной мешают жильцы.
18. Ухаживаете за больным товарищем.
19. Ищете записку с номером телефона, очень нужного.
20. Приходите домой после сокращения со службы.
21. Завтракаете на бульваре, ждете любимого человека.
22. Срочно заканчиваете работу и несете ее на службу.
23. Ожидаете дома товарища, чтобы идти в театр.
24. Убираете комнату, ждете гостей.
25. Вы приглашены на парадный ужин, приводите в порядок свой единственный поношенный костюм.

Действие ради действия

Совершайте следующие действия без всякого вымысла, ради самих действий:

1. Сидите.
2. Войдите в дверь.
3. Поздоровайтесь со всеми.
4. Стойте.
5. Ходите.
6. Вставайте и садитесь.
7. Смотрите в окно.
8. Ложитесь и вставайте.
9. Лежите.
10. Пойдите к двери и отворите ее.
11. То же – затворите.
12. То же – посмотрите, что за дверью, вернитесь назад и сядьте.
13. Войдите в дверь, сядьте, посидите и уйдите через дверь.
14. Подойдите к столу, возьмите книгу, принесите и сядьте.
15. Сидите, встаньте, подойдите к столу, положите книгу, вернитесь, сядьте.
16. Переставьте этот стул туда, а тот сюда.
17. Пойдите к ученикам X, Y, Z. Около последнего постоит или посидите некоторое время (одну минуту), вернитесь назад.
18. Поменяйтесь местами с учеником X.

19. Сидите с ним пять минут и разговаривайте о своих делах.
20. Пойдите налейте стакан воды, выпейте, вернитесь, сядьте.
21. То же, но подайте стакан ученику У, поставьте стакан назад, сядьте.
22. Утрите лицо платком и положите его назад.
23. Выньте часы, посмотрите, который час, и положите часы обратно.
24. Спрячьте этот карандаш куда-нибудь, а другие пусть его ищут...

Действие «для чего-то»

Следующие действия совершайте не просто так, а ради чего-то:

1. Играйте на рояле.
2. Натирайте пол.
3. Погладьте кошку.
4. Перенесите стул от двери к окну.
5. Достаньте какую-нибудь безделушку и покрутите ее в руках.
7. Спрячьте какой-нибудь предмет и ищите его. Но не ради игры «в прятки», зачем-нибудь.

Оправдайте свои действия каким-либо вымыслом.

– Сыграем новую пьесу, – обратился Торцов к Малолетковой. – Вот в чем она заключается: ваша мать лишилась работы – следовательно, и заработка; ей даже нечего продать, чтобы заплатить в драматическую школу, откуда вы завтра будете исключены за невзнос платы. Но ваша подруга пришла на выручку и, за неимением денег, принесла булавку с драгоценными камнями, единственную ценную вещь, которая у нее нашлась. Благородный поступок друга взволновал и растрогал вас. Но как принять такую жертву? Вы не решаетесь, отнекиваетесь. Тогда подруга воткнула булавку в занавеску и пошла в коридор. Вы за ней. Там произошла длинная сцена уговоров, отнекивания, слез, благодарности. Наконец жертва принята, подруга ушла, а вы возвращаетесь в комнату за булавкой. Но... Где же она? Неужели кто-нибудь вошел и взял ее? В квартире, где много жильцов, это возможно. Начинаются тщательные нервные поиски. Идите на сцену.

Я воткну булавку, а вы ищите ее в одной из складок занавеса.

Малолеткова ушла за кулисы. Торцов же, не подумав втыкать булавку, через минуту приказал ей выходить. Она выскочила на сцену, точно вытолкнутая из-за кулис, добежала до портала, тотчас бросилась назад, схватилась обеими руками за голову и корчилась от ужаса... Потом бросилась в противоположную сторону, схватила занавес и отчаянно трепала его, потом прятала в него голову. Это изображало искание булавки. Не найдя ее, она снова ринулась за кулисы, судорожно прижимая руки к груди, что, очевидно, выражало трагизм положения.

Все мы, сидевшие в партере, с трудом сдерживали смех.

Скоро Малолеткова влетела со сцены в партер с видом победительницы. Глаза ее блестели, румянец заливал щеки.

– Как вы себя чувствовали? – спросил Торцов.

– Голубчики! Так хорошо! Не знаю, как хорошо... Не могу, не могу больше. Я так счастлива! – восклицала Малолеткова. то садясь, то вскакивая и стискивая голову. – Я так чувствовала, так чувствовала!

– Тем лучше, – одобрил ее Торцов. – А где же булавка?

– Ах да! Я и забыла...

– Странно! – сказал Торцов. – Вы ее так искали и... забыли.

Не успели мы оглянуться, как Малолеткова вновь очутилась на сцене и перебирала складки занавеса.

– Только знайте, – напомнил ей Торцов, – если булавка найдется, вы спасены и можете продолжать посещать школу, если нет – тогда все кончено: вас исключат.

Сразу лицо Малолетковой сделалось серьезным. Она впилась глазами в занавес и начала внимательно, систематично осматривать все складки материи.

На этот раз искание происходило в ином, несравненно более медленном темпе, и всем верилось, что Малолеткова не теряет времени зря, что она искренне взволнована и озабочена.

– Хорошие мои! Где же? Пропала!.. – твердила она вполголоса. – Нет! – с отчаянием и недоумением воскликнула она после того, как пересмотрела все складки занавеса.

На ее лице выразилась тревога. Она стояла в ошеломлении, устремив глаза в одну точку. Мы следили за ней, затаив дыхание...

Придумайте оправдания для следующих действий:

- ✓ Закрывать дверь.
- ✓ Растопить камин/разжечь костер.
- ✓ Обмерить стены и начертить чертеж воображаемого дома.
- ✓ Спрятать письмо.
- ✓ Отыскать спрятанное письмо.
- ✓ Поочередно подавайте партнеру какие-либо предметы (реальные или воображаемые) и называйте, что вы подаете: «Вам – холодная лягушка, а вам – мягкая мышь».
- ✓ Выпейте стакан воды. Что бы вы сделали, если бы вам, едва вы взяли стакан, сказали бы, что там яд?
- ✓ Просмотрите газету и расскажите, о чем в ней говорится. Если бы вы прочитали что-то такое, чего нельзя было бы говорить прилюдно (например, корреспондент неприятно отозвался об одном из присутствующих здесь, а вы не хотите его расстраивать), как бы вы выкрутились из ситуации?
- ✓ Сидите: а) чтобы отдохнуть; б) чтобы спрятаться, притаиться, чтобы не нашли; в) чтобы слушать, что делается в соседней комнате; г) чтобы смотреть, что делается напротив в окнах, или чтобы смотреть, как бегут облака; д) чтобы ожидать своей очереди к доктору в приемной; е) чтобы караулить больного или спящего ребенка; ж) чтобы курить хорошую сигару или папиросу; з) чтобы читать книгу, газету или чистить ногти; и) чтобы наблюдать то, что делается кругом; к) чтобы помножить 375 на 15, или чтобы вспомнить забытую мелодию, или чтобы мысленно проговорить и вспомнить стихотворение, роль.
- ✓ Ищете в лесу клад.

Разложите сказку на действия

Возьмите пьесу, сказку или рассказ и разложите на простейшие действия.

Например, «Спящая красавица»:

Молоденькая принцесса просит злую фею научить ее прясть. Ей надоели игрушки, и она пошла тайком путешествовать по своему дворцу. Нашла в какой-то отдаленной полутемной комнате фею. Сперва испугалась. Та ласково заговорила. Разговорились. Принцесса доверчиво

подходит к ней и просит научить прясть. Упрашивает. Укололась. На пальце кровь, фея исчезла. Принцесса страшно испугалась, убежала со всех ног с криком и плачем. Прибежала в свою комнату и упала в обморок. Принц собирается на охоту. Принц и его стрелянный попали в глушь леса и заблудились. Принц видит какие-то скалы, заросшие плющом и кустарником, подходит ближе, оказывается – древняя стена. Нашел ворота, раскопал вход; наткнулся на воина, который спит стоя, и он тоже увит плющом, покрыт плесенью, грибами. Идет дальше и т. д.

(«Спящая красавица» – хороший повод повторить упражнение на расслабление мышц.)

Разложите на действия сказки «Синяя борода» и «Царевна-лягушка».

Разложите на простейшие действия и сыграйте следующий этюд:

В Англии существует одна кузница. Хозяин ее в силу установившегося давнего обычая имеет право венчать, и брачные узы, им скрепленные, имеют законную силу. На наковальню ставят свечу, крест, Евангелие и обводят молодых вокруг нее, читая молитвы и распевая псалмы.

Действия «просто так» и «зачем-либо»

1. Перенесите стул, стол, разные предметы с одного места на другое.
2. Найдите безделушку, которую потихоньку от вас спрячет ваш партнер.
3. Сосчитайте количество предметов мебели или количество мелких вещей.
4. Сотрите пыль со всех столов и вещей, чтобы не было ни одной пылинки.
5. Расставьте вещи и мебель в полном порядке, по-старому, по-новому, по вашему вкусу, так, чтобы удобно было для того дела, для которого комната предназначена.
6. Начертите план комнаты, отсчитывая размеры шагами.
7. Налейте воды и подайте стакан даме.
8. Полейте цветы и срежьте сухие листья.
9. Играйте в мяч. Бросайте какой-нибудь предмет другому или ловите его сами.
10. Подайте даме стул. Рассадите других или сами рассядьтесь поудобнее.
11. Войдите и поздоровайтесь с каждым. Проститесь с каждым в отдельности и со всеми вместе и уйдите.
12. В дверь стучат. Пойдите отворите и, если там никого нет, постарайтесь понять недоразумение. Если там есть кто-нибудь, впустите и снова закройте дверь.
13. Опустите шторы так, чтобы не было никакого просвета, никакой щели.
14. Закройте глаза, перевернитесь несколько раз, чтобы себя спутать, и найдите выход из комнаты или то кресло, на котором вы сидели.
15. Назовите звуки, запахи, которые вам слышатся.
16. Завяжите партнеру глаза, поднесите ему разные предметы, и пусть он угадывает их по осязанию и называет по имени.

Все эти упражнения проделайте исключительно ради того, чтобы выполнить поставленную вам физическую задачу, так сказать, в ее чистом виде. Для этого проделайте все эти действия при следующих «если бы» и предлагаемых обстоятельствах, из них вытекающих логически:

1. Когда?

✓ Если бы дело происходило днем (солнце, пасмурно), ночью (темно, луна), рассвет,

утро (то же), вечер, закат (то же).

✓ Если бы дело происходило зимой (мороз трескучий, умеренный), весной (холод, тепло), летом (ясно, дождь), осенью (ясно, дождь).

✓ Если бы дело происходило в наше время, в 20-60-х годах прошлого столетия, в XVIII веке, в средние века, в античные времена, в доисторические.

(То, что непонятно, малоизвестно, пропускать. Все от своего лица, как самому представляется.)

2. Где?

✓ Если бы дело происходило на море, на озере, реке (северных, полярных, южных, тропических).

✓ На корабле, на палубе, в трюме, в капитанской рубке.

✓ На большом, малом корабле, на военном, пассажирском, торговом, на яхте, в подводной лодке, на парусной лодке, на плотках.

А Если бы дело происходило в воздухе (на аэроплане военном, пассажирском, на цеппелине). Если бы дело происходило на земле, в России, в Германии, во Франции, в Англии, Италии и пр., в городе, в деревне, в доме, в разных комнатах, в избе, в сарае, в подвале, у себя дома, у родных, близких, чужих, в гостинице, в театре (на сцене, в зрительном зале, в уборной), в тюрьме, в магазине, в суде, на фабрике, в казармах, в милиции, в общественной столовой, на выставке, в картинной галерее, на улице, на площади, на бульваре, в лесу, в поле, на гумне, в саду, в горах, под горой, в ущелье, в гроте, на скале, на ледяных вершинах, на вокзале, в вагоне, на таможне, на аэродроме.

Лучеиспускание и лучевосприятие

«Лучеиспускание» и «лучевосприятие» – термины, введенные К. С. Станиславским. Суть этих действий в том, что артист пытается воздействовать на партнера, не предпринимая никаких видимых действий и не говоря слов. Лучеиспускание и лучевосприятие относится к развитию внутренней энергетики партнера.

– Давайте искать в себе во время общения невидимые токи лучеиспускания и лучевосприятия, для того чтобы путем личного опыта познать их, – предложил Аркадий Николаевич.

Нас рассадили по парам, причем я опять очутился с Говорковым.

Мы прямо с места в карьер стали внешне, физически, механически влучать и излучать, без всякого смысла и повода.

Торцов тотчас же нас остановил.

– Вот уже насилие, которого надо особенно бояться в этом нежном, щепетильном процессе, каковыми являются лучеиспускание и лучевос-приятие. При мышечном напряжении не может быть речи о влучении и излучении.

Вот и Дымкова с Умновых влезли глазами друг в друга, приблизились один к другой, точно для поцелуя, а не для невидимых влучении и излучений.

Начинайте с уничтожения всякого напряжения, где бы оно ни появилось.

– Откиньтесь назад! – командовал Аркадий Николаевич. – Еще! Еще! Гораздо, гораздо больше! Сядьте как можно удобнее и свободнее! Мало! Слишком мало! Так, чтобы подлинно отдыхать. Теперь посмотрите друг на друга. Да разве это называется – смотреть? У вас от напряжения глаза лезут вон из орбит. Еще, еще меньше! Никакого напряжения в зрачках!

Что вы излучаете? – обратился Аркадий Николаевич к Говоркову.

– Я, видите ли, хочу продолжить наш спор об искусстве.

– Не собираетесь ли вы глазами излучать мысли и слова? Вам это не удастся, – заметил Аркадий Николаевич. – Передавайте мысли голосом и словами, а *глаза* пусть помогут дополнять то, что не передается речью.

Может быть, при споре вы почувствуете тот процесс лучеиспускания и лучевосприятия, который создается при каждом общении.

Мы возобновили спор.

– Сейчас, в паузе, мне почувствовалось у вас лучеиспускание.

Торцов указал на меня.

– А у вас, Говорков, приготовление к лучевосприятию. Вспомните, что было во время этого выжидательного молчания.

– Вышла осечка! – объяснил я. – Пример, который был приведен для доказательства моей мысли, не убедил партнера, поэтому я готовил новый и нацеливался.

– А вы, Вьюнцов, – вдруг поспешил к нему Торцов, – почувствовали ли вы последний взгляд Малолетковой? Это было подлинное излучение.

– И какое еще!!! Во! Я уже неделю целую чувствую такое «излучение», что прямо нипочем! Ей-богу! – жаловался Вьюнцов.

– Теперь вы не только слушаете, но и стараетесь вобрать в себя то, чем живет говорящий с вами объект, – обратился ко мне Торцов. – Чувствуете ли вы, что, кроме словесного, сознательного спора и умственного обмена мыслями в вас происходит одновременно другой процесс, взаимного ощупывания, всасывания тока в глаза и выбрасывания его из глаз?

Вот это невидимое общение через влечение и излучение, которое, наподобие подводного течения, непрерывно движется под словами и в молчании, образует ту невидимую связь между объектами, которая создает внутреннюю сцепку.

Помните, я говорил вам на одном из предыдущих уроков, что можно смотреть, видеть, ничего не воспринимать и не отдавать? Но можно и смотреть, видеть, воспринимать и отдавать лучи, или токи, общения.

Теперь я сделаю новую попытку вызвать в вас лучеиспускание. Вы будете общаться со мной, – решил Аркадий Николаевич, садясь на место Говоркова.

– Устройтесь поудобнее, не нервничайте, не торопитесь и не насилуйте себя. Прежде чем передавать что-либо другому, надо самому запастись тем, что хочешь отдавать. Нельзя отдать то, чего сам не имеешь. Запаситесь каким-нибудь материалом для внутреннего общения, – предложил нам Аркадий Николаевич.

– Давно ли вся наша работа и ее психотехника казались вам сложными, а теперь вы ее делаете шутя. То же будет и с лучеиспусканием и лучевосприятием, – рассуждал Аркадий Николаевич, пока мы готовились.

– Передайте мне ваши чувства, без слов, одними глазами, – приказал мне Аркадий Николаевич.

– Одними глазами невозможно передать все тонкости моего ощущения.

– Делать нечего, пусть пропадут тонкости.

– Что же останется? – недоумевал я.

– Чувства симпатии, уважения. Их можно передать молча. Но нельзя без слов заставить другого понять, что я люблю его за то, что он умный, дельный, работоспособный, благородный.

– Что я хочу передать вам? – уставился я глазами на Аркадия Николаевича.

– Не знаю, не интересуюсь знать, – ответил Торцов.

– Почему? – удивился я.

– Потому что вы пялите глаза, – сказал Аркадий Николаевич. – Для того чтобы я

почувствовал общий тон переживаемого вами чувствования, необходимо, чтобы вы сами жили его внутренней сущностью.

– А теперь? Вы поняли, чем я общаюсь? Я не могу яснее передать то, что чувствую, – сказал я.

– Вы меня за что-то презираете, но за что именно, не узнаешь без слов. Но не в этом дело. Важно: почувствовали ли вы ощущение исходящего из вас волевого тока или нет? – интересовался Торцов.

– Пожалуй – в глазах, – ответил я и стал снова проверять почудившиеся ощущения.

– Нет, сейчас вы думали только о том, как бы вытолкнуть из себя ток. Вы мышечно напрягались. Подбородок и шея вытянулись, глаза полезли из орбит... То, чего я от вас добиваюсь, передается гораздо проще, легче, естественнее. Для того чтобы «облить» другого лучами своих желаний, не надо мышечной работы. Физическое ощущение исходящего из нас тока едва уловимо, тогда как от того напряжения, которое вы сейчас испытываете, может лопнуть сердце.

– Значит, я не понял вас! – терял я терпение.

– Отдохните, а я тем временем постараюсь напомнить вам то ощущение, которое мы ищем и которое вы отлично знаете в жизни.

Одна из моих учениц сравнила его с «ароматом, исходящим из цветка», другая же добавила, что «бриллиант, отбрасывающий от себя блеск, должен был бы испытывать такое же ощущение лучеиспускания». Можете ли вы себе представить ощущение цветка, испускающего аромат, или ощущение бриллианта, отбрасывающего от себя лучи?

Сам я вспомнил об ощущении исходящего волевого тока, – продолжал Торцов, – когда я смотрел в темноте на волшебный фонарь, льющий на экран потоки ярких лучей, и еще когда я стоял на краю кратера вулкана, изрыгающего горячий воздух. В этот момент я почувствовал могучий внутренний жар земли, вырывающийся из ее недр, и вспомнил об ощущении исходящего из нас душевного тока в моменты интенсивного общения.

Не наталкивают ли вас эти сравнения на те ощущения, которых мы ищем?

– Нет, эти примеры ничего не говорят моему чувству, – упрявился я.

– В таком случае я попробую подойти к вам с другого конца, – с необыкновенным терпением говорил мне Аркадий Николаевич. – Слушайте меня.

Когда я сижу в концертах и музыка не действует на меня, я придумываю развлечения от скуки. Так, например, я намечаю себе кого-нибудь из публики и начинаю гипнотизировать его взглядом. Если это красивое женское лицо, я стараюсь передать ей свой восторг; если лицо мне противно, я передаю ему свое отвращение.

В эти минуты я общаюсь с избранной жертвой и обливаю ее лучами исходящего из меня тока. При этом занятии, которое, может быть, знакомо и вам, я испытываю именно то физическое ощущение, которое мы ищем теперь.

– Когда гипнотизируешь другого, тоже испытываешь это ощущение? – спросил Шустов.

– Конечно, если вы занимаетесь гипнозом, то вы должны отлично знать то, что мы ищем! – обрадовался Аркадий Николаевич.

– Так это же простое и хорошо знакомое нам ощущение! – обрадовался я.

– А разве я сказал, что оно необыкновенно? – удивился Торцов.

– Но я-то искал в себе – особенное.

– Так всегда бывает, – заявил Торцов. – Стоит заговорить о творчестве, и все тотчас же напрягаются и становятся на ходули. – Повторите же скорее наш опыт! – приказал Аркадий Николаевич.

– Что я излучаю? – спросил я.

- Опять презрение.
- А теперь?
- Теперь вы хотите меня обласкать.
- А сейчас?
- Это было тоже доброе чувство, но с примесью иронии.
- Почти верно! – обрадовался я тому, что он угадывал.
- Поняли, о каком ощущении исходящего тока мы говорим?
- Как будто бы да, – сказал я нерешительно.
- Вот этот процесс мы на нашем жаргоне называем лучеиспусканием.

Само название прекрасно определяет ощущение. В самом деле: точно наши внутренние чувства и желания испускают лучи, которые просачиваются через наши глаза, через тело и обливают других людей своим потоком, – объяснил с оживлением Аркадий Николаевич.

Лучевосприятие – это обратный процесс, то есть вбирание в себя чужих чувств и ощущений. И это название определяет самый процесс, о котором идет теперь речь. Испытайте его.

Тут мы поменялись с Аркадием Николаевичем ролями: он стал излучать свои чувства, а я – их довольно удачно угадывать.

– Попробуйте определить словами ощущение лучевосприятия, – сказал мне Аркадий Николаевич по окончании опыта.

– Я определю его примером, как та ученица, о которой вы рассказывали, – предложил я ему. – Магнит, притягивающий к себе железо, мог бы испытать такое же ощущение лучевосприятия.

– Понимаю, – одобрил меня Торцов. Пришлось прекратить интересный урок, так как нас ждали в классе фехтования.

Аркадий Николаевич сел напротив меня и заставил придумать задачу, ее оправдывающий вымысел и общаться всем нажитым. Для этого мне разрешено было прибегать к помощи слов, мимики, жеста – всего, что помогает общению. При этом Аркадий Николаевич просил прислушиваться к физическому ощущению исходящего и входящего токов влучения и излучения.

Подготовительная работа длилась долго, так как мне не удавалось уловить то, чего хотел от меня Торцов.

Когда же это удалось – общение наладилось. Аркадий Николаевич заставил меня интенсивно общаться словами и действиями и при этом прислушиваться к физическому ощущению. После этого он отнял у меня слова и действия и предложил продолжать общаться одними излучениями.

Однако, прежде чем наладить физические излучения и влучения сами для себя и сами по себе, пришлось также немало повозиться. Когда же и это наладилось, Аркадий Николаевич спросил, как я себя чувствовал. После повторения этих же упражнений он проделал то же и с лучевосприятием. Оно является тем же процессом, но в обратном направлении. Поэтому я не буду описывать его, а отмечу лишь один новый момент, который создан при моей пробе.

Дело в том, что прежде чем влучать в себя, мне необходимо было ощупать душу Торцова невидимыми щупальцами моих глаз и найти в ней то, что можно из нее влучать в себя.

Для этого пришлось внимательно взглядеться и, так сказать, вчувствоваться в то состояние, которое переживал тогда Аркадий Николаевич, а потом постараться создать с ним сцепку.

Первое упражнение заключается в том, чтобы с помощью «манков» вызывать в себе какую-нибудь эмоцию (чувство) и передавать ее другому лицу. При этом

прислушивайтесь к своему физическому ощущению. Таким же способом приучайте себя и к ощущению лучевосприятия, естественно вызывая и замечая его в момент общения с другими.

Второе упражнение: постарайтесь вызвать в себе одно физическое ощущение лучеиспускания или лучевосприятия, без эмоционального переживания. Необходимо большое внимание при этой работе. Иначе можно принять простое мышечное напряжение за ощущение влечения и излучения. Когда физический процесс будет налажен, подставьте изнутри какое-нибудь чувство для его излучения или влечения. Но только, повторяю, бойтесь при этом насилия и физической потуги. Излучения и влечения производятся непременно легко, свободно, естественно, без всякой затраты физической энергии. К слову сказать, новый прием поможет вам направлять внимание на объект и укреплять его, так как без устойчивого объекта лучеиспускать нельзя.

Только не делайте эти упражнения одни, сами с собой или с воображаемым лицом. Общайтесь только с живым объектом, действительно существующим в жизни, действительно стоящим рядом с вами и действительно желающим воспринимать от вас ваши чувства. Общение требует взаимности.

Задание

Выполняйте любые действия из предыдущих разделов, пытаясь поочередно «влучать» и «излучать» – на основе отрывка, изложенного выше.

Ощущение пространства в массовых сценах

1. Изобразите народную сцену борьбы. Помните о том, что артисты, изображающие борьбу, имеют право только одним пальцем касаться тех, с кем они сражаются, для подсказа того нападающего движения, которое они предпринимают. Партнер обязан принять этот подсказ, намек и развить его дальше, то есть показать, что бы он делал, если бы его нажимала в определенном месте сильная рука противника. Но и побеждаемый может вдруг взять инициативу в свои руки и начать таким же образом нападать и теснить противника.

2. Разойдитесь по сцене и встаньте так, чтобы создать ощущение большой толпы.
3. Теперь встаньте маленькими группками.
4. Теперь сбейтесь в кучку, стараясь закрыть друг друга.
5. Встаньте в шашечном порядке.

Часто приходится с малым количеством народа давать иллюзию большой толпы. Вот что при этом в большинстве случаев получается:

Все сгущаются в тесную группу, закрывая друг друга. Впечатление маленькой группы. Теперь дайте впечатление более многочисленной толпы. Становятся шашками. Впечатление большой толпы. Такое впечатление более многочисленной толпы получается благодаря шашечному расположению, при котором никто не закрывает друг друга. Это требует от каждого из артистов внимания и ощущения себя во всей общей картине. Вот образцы такой тренировки. За кулисами необходима полная тишина. Между тем в эти моменты бывают необходимы быстрые массовые перегруппировки. Тишина. Тушится свет.

Все ученики со стульями исчезают в темноте. Свет. Тишина. Тушится свет.

Все ученики со стульями возвращаются на свои прежние места.

То же при полном свете.

Этюды для физических действий

Придумайте этюды для следующих физических действий:

1. Лежание на доске, или на столе, или на полу, устланном ковром, для исправления сутуловатых и для выпрямления спинного хребта. Ученики лежат и разговаривают. (Придумать этюд)
2. Ученики встают и выворачивают ступни. (Придумать этюд)
3. Положите под мышки резиновые мячики для исправления неправильного постава рук, ввернутых локтями внутрь, к телу.
4. «Говорите» кистями рук.
5. Ходите очень прямо, постоянно следя за осанкой.
6. Ходите: а) развязно; б) по-балетному; в) по-военному, чеканя шаг.

Внутреннее действие – внешнее бездействие

Личную трагедию человека можно играть двояко: с внешним – с заламыванием рук, стонами и пр. – и внутренним выражением горя – без внешних движений и слов. Второе, как правило, сильнее действует на публику и более правдоподобно. Такое «трагическое бездействие», как правило, выражается в очень простых вещах.

Вот как объясняет это Станиславский:

Пришлось перебирать все полки памяти, чтобы вспомнить, чем бывает занят человек в момент драматического бездействия. Аркадий Николаевич рассказал нам следующий случай:

– Одной несчастной женщине надо было объявить ужасную весть о неожиданной смерти мужа. После долгого, осторожного приготовления печальный вестник произнес наконец фатальные слова. Бедная женщина замерла. Но ее лицо не выражало ничего трагического (не то что на сцене, где актеры любят в эти моменты поиграть). Омертвление, при полном отсутствии выразительности, было жутко. Пришлось простоять недвижно несколько минут, чтобы не нарушить совершившегося в ней внутреннего процесса.

В конце концов надо было сделать движение, и оно вывело ее из оцепенения. Она очнулась и... упала без чувств.

Много времени спустя, когда стало возможным говорить о прошлом, ее спросили: о чем она тогда думала, в момент ее «трагического бездействия»?

Оказалось, что за пять минут до известия о смерти она собиралась идти куда-то для покупки разных вещей мужу... Но так как он умер, то ей надо было делать что-то другое. Что же? Создавать новую жизнь? Проститься со старой? Пережив в одно мгновение всю прошлую жизнь, встав лицом к лицу с будущим, ей не удалось разгадать его, она не нашла для дальнейшей жизни необходимого равновесия и... лишилась чувств от своей беспомощности. Согласитесь, что несколько минут драматического бездействия были достаточно активны. В самом деле: пережить в такой короткий срок свое долгое прошлое и оценить его! Это ли не действие?

– Конечно, но оно не физическое, а чисто психологическое.

– Хорошо, согласен. Пусть это будет не физическое, а иное какое-то действие. Не будем слишком задумываться над названием и уточнять его. В каждом физическом действии есть что-то от психологического, а в психологическом – от физического.

Попробуйте обыграть без внешних действий, с внутренним оправданием следующие драматические ситуации:

- 1) вы получаете письмо с известием о смерти близкого человека;

2) вы становитесь свидетелем катастрофы, агонии.

Актерские приспособления

Приспособлениями называются как внутренние, так и внешние ухищрения, с помощью которых люди применяются друг к другу при общении и помогают воздействию на объект.

Войдя в класс, Аркадий Николаевич прочел повешенный Рахмановым плакат – «Приспособление», поздравил нас с новым этапом, вызвал Вьюнцова и дал ему такую задачу:

– Вам нужно ехать в город, к знакомым, где вы надеетесь очень весело провести время. Поезд уходит в два часа, а теперь уже час. Как удрать из школы раньше времени? Трудность в том, что надо обмануть не только меня, но и всех товарищей. Как же это сделать?

– Притвориться грустным, задумчивым, убитым, больным, – советовал я. – Пусть все спрашивают: «Что с тобой?» Можно рассказать какую-нибудь невероятную историю, но так, чтобы все поверили. Тогда волей-неволей придется отпустить больного.

– Во! Это я понимаю! Вот здорово понимаю! – сразу ожил Вьюнцов и от радости стал выкидывать ногами такие антраша, которых пером не опишешь.

Но... после третьего или четвертого колена он оступился, закричал от боли, замер на месте с поднятой ногой и с искаженным лицом.

В первую минуту мы думали, что он обманывает нас, что в этом состояла его игра. Но он по-настоящему страдал, и я поверил ему, встал, чтобы помочь бедняге, но... усомнился. Остальные ринулись на сцену. Вьюнцов не давал дотронуться до ноги, пробовал ступить на нее, но закричал от боли так, что мы с Аркадием Николаевичем переглянулись, чтобы глазами спросить друг друга – правда то, что происходит на подмостках, или же это мистификация? Вьюнцова повели к выходу со всеми предосторожностями. Поддерживаемый с обеих сторон под руки, он переступал одной здоровой ногой. Шествие двигалось тихо, торжественно и молчаливо.

Но вдруг Вьюнцов затанцевал камаринскую и залился звонким смехом.

– Во!.. Здорово пережил! Здорово!.. Гениально! Тютелька в тютельку! Нипочем не отличишь! – выбрасывал он, заливаясь смехом, отдельные фразы.

В награду Вьюнцов получил овалцию, а я еще раз почувствовал его даровитость.

* * *

...Вы, Названов, занимаете важный пост, а я – проситель. Мне необходима ваша помощь. Но вы меня совсем не знаете. Поэтому, чтобы добиться своей цели, мне надо как-нибудь выделиться из общей массы просителей. Но как приковать к себе ваше внимание и завладеть им? Как упрочить едва зародившуюся связь и общение? Как повлиять на вас в хорошем, выгодном для меня смысле? Какими средствами воздействовать на ваш ум, на чувство, на внимание, на воображение? Как растрогать душу влиятельного человека?

Вот если он увидит своим внутренним взором условия моей жалкой жизни, если он создаст в своем воображении картину, хоть немного приближающуюся к ужасной действительности, то он заинтересуется мной, раскроет свое сердце для взаимного

общения со мной. Тогда я спасен! Но для того, чтобы помочь проникнуть в чужую душу, ощутить ее жизнь, нужно приспособление.

* * *

– Вельяминова, Говорков и Веселовский, идите на сцену и сыграйте нам этюд сжигания денег, – приказал Аркадий Николаевич.

Вельяминова лениво приподнялась с кресла и стояла с тоскующим лицом, ожидая, что ее партнеры последуют ее примеру и встанут. Но они сидели.

Наступило неловкое молчание.

Не выдержав томления, Вельяминова заговорила. Чтобы смягчить свои слова, она воспользовалась женским жеманством, так как знала по опыту, что оно действует на мужчин. Она опустила взор и старательно отковыривала номерную бляху от театрального кресла, чтобы замаскировать свое состояние. Желая скрыть румянец, заливавший ее щеки, Вельяминова поднесла платок к лицу.

Пауза тянулась без конца. Чтобы заполнить ее, чтобы смягчить неловкость создавшегося положения и придать недоразумению шутливый оттенок, Вельяминова с усилием выжимала из себя смех, но он звучал невесело.

– Нам скучно! Ну, право же, нам очень скучно! – уверяла красавица. – Я вот только не знаю, как это сказать. Но, пожалуйста, дайте нам новый этюд... и тогда мы будем так играть... так играть... просто... ужас!

– Bravo! Молодец! Отлично! Теперь мне не нужен этюд сжигания денег! И без него вы показали нам все, что нужно, – решил Аркадий Николаевич.

– Что же именно она показала? – спрашивали мы.

– А вот что: если Вьонцов дал нам дерзкие, яркие, внешние приспособления, то Вельяминова обнаружила более изящные, тонкие, внутренние. Она терпеливо, на все лады уговаривала меня, старалась разжалобить; она хорошо использовала свое смущение и даже слезы; она, где можно, кокетничала, чтобы достигнуть цели и выполнить задачу. Она то и дело меняла свои приспособления, желая передать мне и заставить воспринять все оттенки переживаемого ею чувствования.

Не годится или приелось одно приспособление – она пробовала другое, третье, надеясь наконец напасть на самое убедительное, которое проникнет в душу объекта.

Надо уметь приспособляться к обстоятельствам, к времени, к каждому из людей в отдельности.

Если имеешь дело с глупым, надо применяться к его мышлению, искать наиболее простую словесную форму и приспособление, доступные уму и пониманию глупца.

Если же, наоборот, объект общения – сметливый человек, приходится действовать осторожнее, искать более тонкие приспособления, чтобы он не понял ухищрений и не уклонился от общения, и так далее.

* * *

Откуда брать новые приспособления?

Попробуйте теперь сыграть ту же сцену в виде этюда, но при этом воспользуйтесь не старыми, уже использованными и потерявшими силу приспособлениями, а найдите в себе, сознательно или подсознательно, новые, свежие.

Вельяминова не смогла этого сделать и, если не считать двух-трех неиспользованных, повторила старые, уже изношенные приспособления.

– Откуда же брать все новые и новые? – недоумевали мы, когда Торцов упрекнул Вельяминову в однообразии.

Вместо ответа Торцов обратился ко мне и сказал:

– Вы стенограф и наш протоколист. Поэтому пишите то, что я буду вам диктовать: спокойствие, возбуждение, добродушие, ирония, насмешка, придиричивость, упрек, каприз, презрение, отчаяние, угроза, радость, благодушие, сомнение, удивление, предупреждение...

Аркадий Николаевич назвал еще много человеческих состояний, настроений, чувствований и прочее, из которых составил длинный список.

– Ткните пальцем в этот листок, – сказал он Вельяминовой, – и прочтите то слово, на которое вам укажет случай. Пусть состояние, указываемое этим словом, станет вашим новым приспособлением.

– Допустим, – говорил он, – что вы едете с товарищем домой в трамвае. Тесно, со всех сторон вас окружают незнакомые люди. Начните при всех довольно громко говорить друг другу чужие слова роли, произносить их так просто и естественно, чтобы они не вызвали недоумения окружающих, чтобы ваш диалог казался им обычным разговором. Сегодня после урока мы с Шустовым в трамвае проделали такой опыт, который почти удался. Но отдельные места, которые мы не смогли оправдать, вызвали удивленные взгляды соседей. Это было конфузно. Вот когда нужно «до конца и в полной мере» оправдывать слова и действия. Как страшно в реальной жизни наиграть по-театральному! Актерская условность кажется рисовкой или ненормальностью. Чтобы не прослыть за сумасшедшего, приходится быть до последней степени естественным.

Правда – поневоле.

Задание

Придумывайте друг для друга задачи и выполняйте их, используя разные приспособления.

А если бы?

Смысл этого упражнения заключается в том, что один из партнеров предлагает обстоятельства и меняет условия на ходу, а другой приспособляется к этим обстоятельствам.

– Я расскажу вам любимую игру моей шестилетней племянницы. Эта игра называется «Кабы да если бы» и заключается в следующем:

«Что ты делаешь?» – спросила меня девочка.

«Пью чай», – отвечаю я. «А если бы это был не чай, а касторка, как бы ты пил?» Мне приходится вспоминать вкус лекарства. В тех случаях, когда мне это удается и я морщусь, ребенок заливается хохотом на всю комнату. Потом задается новый вопрос: «Где ты сидишь?» – «На стуле», – отвечаю я. «А если бы ты сидел на горячей плите, что бы ты делал?» Приходится мысленно сажать себя на горячую плиту и с невероятными усилиями спасаться от ожогов.

Когда это удается, девочке становится жалко меня. Она машет ручками и кричит: «Не хочу играть!» И если будешь продолжать игру, то дело кончится слезами. Вот и вы придумайте себе для упражнения такую игру, которая вызывала бы активные действия.

Сыграйте любой этюд или мизансцену в следующих предлагаемых обстоятельствах и оправдайте их. Условия меняйте на ходу.

Если бы:

- ✓ было не три часа дня, а три часа ночи;
- ✓ было другое время года (зима, весна, лето, осень);

- ✓ был другой город (не Москва, а Сочи);
- ✓ был другой климатический пояс (юг, север);
- ✓ вы были пилотами, потерпевшими крушение;
- ✓ ночь застала вас в лесу, и вам нужно устраиваться на ночлег.

По-прежнему пишите письма, накрывайте обеденный стол, готовьте всевозможные кушанья, пейте воображаемый чай, шейте себе платья, стройте дома и прочее и прочее. Но только отныне производите все эти физические действия беспредметно, с пустышкой, помня, что эти упражнения нужны нам для утверждения внутри артиста подлинной органической правды и веры через физическое действие.

Логика и последовательность действий

Изучайте привычные действия, время от времени вспоминайте их и описывайте словами. Добавляйте к ним вымысел, спрашивайте себя: а как бы я совершал эти действия, если бы?

Например: ученик познал в совершенстве физический процесс одевания. Спросите его:

«Как вы одеваетесь в свободный день, когда не надо торопиться в школу?»

Пусть он вспомнит и оденется так, как одевается в свободный день.

«Как вы одеваетесь в рабочий день, когда вам еще много времени до начала занятий?»

То же, когда он опаздывает в школу.

То же, когда в доме тревога или пожар.

То же, когда он не у себя дома, а в гостях, и так далее.

Во все эти моменты люди одеваются физически почти одинаково: совершенно так же каждый раз натягивают штаны, завязывают галстук, застегивают пуговицы и пр. Логика и последовательность всех этих физических действий почти не меняются ни при каких обстоятельствах. Эту логику и последовательность надо раз и навсегда усвоить, выработать в совершенстве, в каждом данном физическом действии. Меняются предлагаемые обстоятельства и магические или другие «если бы», среди которых происходят одни и те же физические действия. Окружающая обстановка оказывает влияние на само действие, но об этом нечего заботиться. Вместо нас об этом заботится сама природа, жизненный опыт, привычка, само подсознание. Они сделают за нас все, что надо.

Нам же следует лишь думать о том, чтобы само физическое действие выполнялось правильно в данных предлагаемых обстоятельствах, логично и последовательно.

Отношения и действия

По заданию преподавателя ученик меняет отношение к предмету. Оправдывайте действия вымыслом:

1. Книга – ваша, библиотечная, книга Ермоловой и т. п.
2. Комната – ваша, музей, фабрика с гремящими машинами, клуб, лес и т. д.
3. Получаете телеграмму: 1) о смерти матери; 2) о свадьбе вашей бывшей невесты; 3) о приезде друга.
4. Выигрываете в лотерею; заново сравниваете номер и выясняется, что вы ошиблись на

одну цифру.

5. Шьете, получаете письмо из учреждения о заболевшем муже в командировке.
6. Читаете в газете о смерти товарища.
7. Приходите домой усталая после большой нагрузки, находите долгожданное письмо.
8. Входите в комнату товарища, ждете его, читаете случайно попавшееся в книге письмо.
9. Хотите отнести в ломбард золотую цепочку и не находите ее.
10. Ждете человека, которого давно не видели и который сильно опаздывает.
11. После концерта – одеваетесь, чтобы ехать домой, обнаруживаете, что украли кошелек и перчатки.
12. Возвращаетесь домой и видите, что из сумки исчезли кредитные карточки и деньги.
13. Возвращаетесь из бассейна. Приходите домой, находите случайно в кармане брюк чужие вещи: оказалось, что в спешке надели чужие брюки.
14. Получили от портного новый костюм, который оказался испорчен.
15. В читальном зале. *А* хочет познакомиться с *В*, приняв его за известного писателя. *В* удивлен, что *А* ему мешает.
16. Ищете железнодорожный билет, опаздываете на поезд.
17. Ищете театральный билет.
18. Рвете с прошлым.
19. Возвращаетесь домой: исключили из студии.
20. Пишете письмо, запечатываете и забываете написать самое важное.
21. Через окно забираетесь в чужую квартиру и воруете.
22. Приходите к врачу с мнимой болезнью сердца, необходим отпуск на один день.
23. Убегаете от догоняющего брата, баррикадируете двери, прячетесь, потом садитесь работать.
24. Скоро отпуск, обдумываете план поездки и денежные возможности.
25. Работаете, но страшно хочется спать.
26. Ждете мужа со службы, беспокоитесь, звоните по телефону.
27. Купили трикотажную кофту, меряете, идете показать соседке.
28. Зачитываетесь, опаздываете на урок.
29. Ждете авто, уезжаете в Кисловодск.
30. 1905 год: ждете обыска. 1938 год: ждете ареста.
31. Заблудились, стучите в сторожку, она пустая, остаетесь ночевать.
32. Стучитесь в квартиру, чтобы передать срочный пакет, очень спешите, никто не открывает, просовываете его в дверь, обнаруживаете, что не тот номер квартиры.
33. Двое у газетного киоска. *А* вглядывается в *В* и старается вспомнить, где он его встречал.
34. *А* должен сказать *В* очень тяжелую для него вещь и не решается, *В* видит, что с *А* что-то происходит, и тоже не решается начать разговор.
35. В приемной врача встретились *А* и *В*, которые когда-то были знакомы, каждый не хочет подать вида, что узнал другого, и боится, что тот его узнает.
36. *А* только что узнал о *В* что-то очень плохое, *В* понял это, думает, как оправдаться, и каждый ждет, когда другой заговорит.
37. После сильной ссоры: *А* виноват и не хочет подойти, *В* хочет помириться.
38. *А* сидит на бульваре, хорошая погода, *В* – воришка – хочет у него что-то украсть.
39. *В* сидит в парке культуры и отдыха, он здесь должен встретиться с *Д*, подсел на скамейку *А*, читает газету, *В* хочет, чтобы он скорее ушел.
40. Два соседа по комнате, один готовится к экзамену по математике, другой – по пению.

Первому это страшно мешает.

41. В вагоне. *A* едет в Москву учиться, *B* хочет с ней познакомиться.

42. Двое пришли поступать на место, знают, что примут только одного, ждут ответа.

43. В гостях, едят. Каждый знает, что среди них есть душевнобольной, каждому хочется узнать, кто именно.

44. Все пришли на урок в первый раз в студию. Все не знакомы, только что держали экзамен, ждут объявления результатов.

Преподаватель дает предлагаемые обстоятельства, участвующие берут подходящие задачи:

1. Женское общежитие: комсомолка, служащая, молочница, каждый находит себе задачу.

2. Две сестры. Старшая проходит с младшей урок иностранного языка.

3. Шляпницы на дому, приходит заказчица с соответствующими задачами.

4. Арест рабочего в 1905 году; арест ученого в 1937-м.

5. Вас просят освободить комнату, другой приносит на нее ордер.

6. Фотограф. Каждый клиент приходит со своей задачей.

7. Свидание на бульваре, мимо бегут прохожие.

8. Ссора между мужем и женой в 1933 году и, как параллель, в 1910 году.

9. Читальный зал библиотеки Ленина.

10. Общее собрание – на темы сегодняшнего дня.

11. Трамвай сегодняшнего дня.

12. Стучитесь в чужую квартиру, ругаются и не отпирают.

13. Выставка картин. Все посетители, один руководитель.

14. Нанимаетесь в домработницы или поступаете на службу.

15. 1902 год. Гимназист ждет на свидание гимназистку.

16. *A* ждет к себе *B*, а приходит *C*, не вовремя.

17. Двое не получили паспорта, продают обстановку, к ним приходят покупатели.

18. Справочное бюро, дающее ответы на все вопросы граждан.

19. Крупная ссора между товарищами.

20. Пропажа в доме, хозяйка обвиняет домработницу.

21. Портниха, к ней приходят заказчики.

22. *KA* приходит *B*, дает письмо и ждет ответа, они не знакомы.

23. *A* – известный актер, его приглашают на концерт в модный клуб.

24. *A* приходит к *B* занять деньги. *B* отказывает.

25. Приходят посетители по объявлению в газете «Сдается угол».

26. *A*, читая газету, видит подходящие условия для перемены своей комнаты на другую, звонит по телефону, сговаривается.

27. Местком учреждения, за столом секретарь, несколько телефонных звонков от разных лиц.

28. Колхозный рынок: продавцы, покупатели, милиционер и т. д.

29. День в учреждении: начальник, машинистка, уборщица и т. д.

30. Кабинет директора фабрики. *A* сокращают, *B* переводят на другую работу.

31. *A* сообщает *B* о смерти внезапно погибшего близкого человека.

32. *A* попадает ошибочно не в комнату товарища, а рядом, свободно в ней располагается, приходит хозяйка комнаты.

33. Студентка приносит свою работу профессору, оказывается – по рассеянности взяла половину от другой работы.

34. *А* идет по улице, сзади его неожиданно схватывают *Б* и *С*, он думает – грабители, оказывается – его товарищи.
35. В очереди за билетами в театр.
36. в очереди в столовую.
37. Известный писатель в провинции, к нему приходят: *А* насчет литературного вечера, рецензент *В*, молодые писатели *С* и *К* и т. д.
38. Дочь безнадежно больна, вокруг семья.
39. *А* приходит к *В*, предлагает быть ее мужем, та отказывает.
40. Товарищ по службе просит телеграфиста, заваленного работой, отправить служебную телеграмму вне очереди, тот отказывает, происходит столкновение.
41. Повар и кухарка в кухне во время спешной работы объясняются в лирических чувствах.
42. *А* ревнует *В* к *С*, который достал ей трикотаж, и т. п.
43. На заводе рабочему по телефону сообщили, что у него родился сын, он отпрашивается и бежит.
44. Двое сплетничают о жильцах.
45. Готовится к докладу, несколько стуков в дверь: телеграмма, газета, нищий, молочница и пр.
46. Закрытый распределитель.
47. Тяжелобольной, приезжает районный врач.
48. Начало репетиции: опаздывание, неприход, анекдоты, спят и т. д.
49. Обсуждение премирования.
50. Фойе театра, несколько человек опоздали.
51. Сдача золота и серебра в ломбарде.
52. Ссора с газетчиком, который приносит не те газеты, которые выписаны, или совсем не приносит.
53. Подготовка к 8 Марта.
54. Занятия по политучебе.
55. Урок ликбеза.

Мотивация действий

Совершайте прежние простые действия, придумывая для них разную мотивацию.

1. Войти в дверь: а) чтобы повидать близких и друзей; б) чтобы познакомиться и представиться незнакомым; в) чтобы уединиться; г) чтобы скрыться от неприятной встречи; д) чтобы удивить и обрадовать неожиданным приездом; е) чтобы испугать; ж) чтобы незаметно подсмотреть, что делается в комнате; з) чтобы встретить любимую женщину или друга; и) чтобы впустить неприятного или опасного человека (врага, злодея, неизвестного, который стучится); к) чтобы понять, есть ли кто-нибудь за дверью или нет.

2. Поздороваться со всеми: а) чтобы гостеприимно приветствовать; б) чтобы показать свое превосходство; в) чтобы дать понять свою обиду; г) чтобы снискать к себе благоволение, чтобы подлизаться; д) чтобы, по возможности, не обратить на себя внимания; е) чтобы, напротив, показаться всем, обратить на себя внимание; ж) чтобы показать свою близость, интимность, запанибратство; з) чтобы рассмешить, развеселить, оживить общество своим появлением; и) чтобы выразить свое молчаливое соболезнование; к) чтобы поскорее перейти к делу.

3. Стоять: а) чтобы притаиться и не обращать на себя внимания; б) чтобы ожидать очереди; в) чтобы показываться; г) чтобы никого не пропускать (на часах); д) чтобы лучше

видеть; е) чтобы дать с себя снять фотографию; ж) чтобы наблюдать; з) чтобы дать место для сидения другим; и) чтобы не дать сесть другим, низшим по чинам или по званию; к) чтобы выразить протест или обиду.

4. Ходить: а) чтобы обдумывать или вспоминать что-нибудь; б) чтобы скоротать время; в) чтобы доставить себе мочиюн на станции при остановке поезда; г) чтобы считать шаги или проверять расстояния, размеры помещения и пр.; д) чтобы караулить (на часах); е) чтобы мешать соседу и жильцам внизу спокойно спать; ж) чтобы умерить нетерпение, гнев, волнение, попробовать успокоиться; з) чтобы согреться; и) чтобы взбодриться и не заснуть; к) чтобы научиться маршировать.

5. Вставать и садиться: а) чтобы приветствовать входящих почтенных людей или даму; б) чтобы обратить на себя внимание; в) чтобы подать свой голос при баллотировке; г) чтобы уходить, а раздумав, остаться; д) чтобы показать свою легкость и изящество; е) чтобы показать свою лень и апатию; ж) чтобы подлизаться своим утрированным почтением; з) чтобы этим дать условленный заранее знак; и) чтобы протестовать; к) чтобы напомнить гостю или хозяйину дома о позднем времени, что пора уходить.

Волшебные предметы

Возьмите какой-либо предмет и меняйте свое отношение к нему в зависимости от обстоятельств, в которые вы ставите себя в данный момент. Действия, отсюда вытекающие.

1. Зеркало: 1) смотрюсь; придумываю грим для роли; 2) прихорашиваюсь, чтобы идти куда-нибудь; 3) гадаю с зеркалом; смотрю в него, в нем должно отразиться, что меня ожидает; 4) смотрюсь и констатирую, что я очень постарел или, наоборот, что молод и хорош; 5) антикварная ценность, хочу купить или продать; б) полученное по наследству; украденное; откопанное в Помпее; волшебное зеркало из «Белоснежки»; из «Фауста»; большое зеркало в гостиной, я – прислуга и убираю комнату; 9) очень старое зеркало, на котором написано каким-то химическим способом и на китайском языке указание, где спрятаны огромные сокровища китайских мандаринов. Об этом я узнал из старых китайских книг, где были даны и приметы зеркала. Это зеркало я нашел у коллекционера, который, не зная тайны зеркала, не хочет все же мне его продать, так как оно очень старинное. Письмена выступают, если зеркало сильно нагреть; 10) зеркало – восприимчив для фототелии, все, что в нем отражается, передается во все концы земли.

2. Нож: 1) кухонный, столовый, разрезальный, хирургический, охотничий; 2) кинжал, которым был убит близкий человек, или какой-нибудь великий человек из прошлого, или которым были убиты многие люди, – этот кинжал лежит у меня на столе и превращен в разрезальный нож; я покупаю его у антиквара; я подбираю его после убийства; 3) кинжал, которым я собираюсь убить себя (харакири) сейчас, завтра, через несколько дней, в случае, если постигнет неудача (заговор, роман, биржевая спекуляция, дебют в роли и другое) или когда покончу устройством свои дела (окончить мемуары, расплатиться с долгами, привести в порядок денежные дела, распорядиться наследством); 4) навожу блеск, смазываю ядом, точу, упражняюсь в метании.

3. Фрак: 1) он у меня единственный; я беден, фрак хоть и очень стар, но для меня драгоценность. Я собираюсь надеть его, чтобы идти на парадный спектакль. Я купил на свои сбережения страшно дорогой билет, но на этом спектакле будет девушка, в которую я влюблен. Может быть, мне удастся с ней познакомиться в ее же ложе. Но фрак весь в пятнах (объяснить, почему; я припоминаю, откуда пятна). Белая сорочка грязна или ее нет совсем. Сегодня праздник, и все магазины закрыты и т. д. и т. п.; 2) чищу фрак, чтобы ехать венчаться; у меня

нет запонок или нет белого галстука; 3) чищу фрак, чтобы продать его. Он мне необходим для концертных выступлений, но у меня нет больше ни гроша и нечего больше продавать, а есть нужно; 4) чищу фрак и одеваюсь, а сам обдумываю, как мне украсть у посла (или военного министра), к которому я еду на бал, важные для моего правительства документы; или как мне влюбить в себя дочь, жену или любовницу гостеприимного хозяина, чтобы через их посредство получить эти документы.

4. Пальто: 1) снимаю пальто: только что лишился места, или 2) надеваю пальто, чтобы идти искать место; 3) снимаю пальто в передней моего начальника; 4) пришел на именины моей возлюбленной и принес букет; 5) приехал приглашать знаменитость участвовать в концерте, или в передней у Толстого; 6) снимаю и надеваю пальто: я – Акакий Акакиевич; 7) надел пальто; полез в карман за портсигаром, не нашел; вместо него лежит какая-то газета. Полез в другой, нашел: кошелек, письма – все не мои вещи. Осмотрел пальто – не мое. Задумался, где бы я мог обменять его; 8) снимаю пальто, ищу, куда бы его повесить. Оно дорогое, давно мечтал сшить себе такое, но у приятеля, в грязной квартире, куда я пришел, повесить некуда, всюду пыль; 9) выхожу из заседания; навешено много пальто и шуб, не могу найти своего; вдруг кто-нибудь другой надел его?! Ищу.

Активное ожидание

Вы чего-то или кого-то ждете.

Что значит ждать – жену, друга, ребенка? Они опаздывают домой: не случилось ли чего-нибудь? В городе, в деревне (должны пройти через глухой лес), с поезда, с автомобильных гонок, с дуэли, с моря в бурю.

Действия в различных обстоятельствах

Придумывайте разные обстоятельства и совершайте в них следующие действия:

1. Пить кофе.
2. Искать бумажник.
3. Искать что-нибудь в комнате.
4. Убирать комнату.
5. Одеваться.
6. Разбирать бумаги.
7. Стелить постель.
8. Укладывать чемодан.
9. Подметать.
10. Лежать в постели.
11. Делать маникюр.
12. Что – ТО чинить.
13. Зашивать, штопать.
14. Стирать чернильное пятно.
15. Рисовать, зарисовывать, набрасывать.
16. Переставлять мебель.
17. Чистить платье, башмаки.
18. Насвистывать или напевать.
19. Припоминать и записывать расходы.
20. Чинить карандаш.

21. Чистить бензином перчатки или шляпную ленту.
22. Писать письмо.
23. Осматривать комнату, которую я снимаю.
24. Разбавлять спирт или приготавливать крюшон.
25. Ставить градусник.
26. Красить стены или мебель.
27. Натирать пол.
28. Топить печь или камин.

Я был в азарте и, лишь только кончился этюд, бросился к Торцову, восклицая:

– Заставьте меня увлечься топкой камина! Она наводит на меня тоску. Если нам удастся оживить этот этюд, я сделаюсь самым ярким поклонником «системы».

Ни минуты не задумываясь, Аркадий Николаевич стал рассказывать о том, что Малолеткова сегодня празднует свое новоселье, на которое пригласила школьных товарищей и знакомых. Один из них, хорошо знающий Москвина, Качалова и Леонидова, обещал привести кого-нибудь из них, на вечеринку. Он хотел порадовать учеников нашей школы. Но беда в том, что квартира оказалась холодной. Зимние рамы еще не вставлены, дрова не запасены, а тут, как назло, внезапно наступивший мороз до того выстудил комнаты, что принимать в них почетных гостей невозможно. Что делать? Достали у соседей дров, затопили в гостинной камин, но он стал дымить. Пришлось залить дрова и бежать за истопником. Пока он возился, уже совсем стемнело. Теперь можно затопить камин, но дрова сырые и не разгоряются. А гости вот-вот придут...

Теперь ответьте мне: что бы вы сделали, если бы мой вымысел оказался реальной правдой?

Внутренний узел всех сцепленных друг с другом условий был завязан крепко. Чтобы развязать его и выйти из затруднительного положения, пришлось опять призвать на помощь все наши человеческие способности.

Особенно волновал всех ожидаемый при этих условиях приезд Леонидова, Качалова и Москвина. Стыд перед ними чувствовался нами особенно остро. Мы ясно сознавали, что «если бы» такая неловкость произошла в действительности, она бы принесла нам много неприятных, волнительных минут. Каждый из нас старался помочь делу, придумывал план действия, предлагал его на обсуждение товарищей, пробовал выполнить.

29. Разогреть щипцы.
30. Зажигать примус.
31. Разогреть чай или еду.
32. Вешать картину или занавеску.
33. Готовить комнату для дезинфекции.
34. Делать гимнастику, пластику, вокализы, дикцию.
35. Читать книжку.
36. Готовить роль.
37. Разгораживать комнату для мизансцены.
38. Разглядывать какое-то пятно.
39. Придумывать новую конструкцию автомобиля, аэроплана и др.
40. Затворять дверь, окно; запирать, забаррикадировать.
41. Искать блоху, клопа, таракана, мышь.
42. Рассматривать покупку.

43. Ждать хозяина квартиры.
44. Найти в комнате или в кармане чужую вещь.
45. Готовить уроки.
46. Готовиться к лекции или речи.
47. Поливать цветы.
48. Связывать букетики.
49. Играть на гитаре.
50. Играть с собакой, кошкой, с ребенком.
51. Нянить ребенка, пеленать, мыть, кормить.

Содержание этого этюда таково: Малолетка возвращается домой и на пороге находит подкинутого ребенка. Вскоре истощенный подкидыш умирает на ее руках. Вначале она с необыкновенной искренностью обрадовалась находке подкидыша и отнеслась к нему, как к живой кукле. Она прыгала, бегала с ним, пеленала, целовала, любовалась им, забыв, что имеет дело с куском дерева, завернутым в скатерть.

Но вдруг младенец перестал реагировать на ее игру. Малолетка долго вглядывалась в него, чтобы лучше понять причину. При этом лицо ее меняло выражение. Чем больше удивления и страха отражалось на нем, тем она становилась сосредоточеннее. Она осторожно положила младенца на диван, попятилась от него. Отойдя на расстояние, Малолетка окаменела в трагическом недоумении. Вот и все. Больше ничего. Но сколько в этом было правды, веры, наивности, молодости, обаяния, женственности, вкуса, подлинного драматизма! Как красиво она противопоставила смерти новорожденного жажду жизни взрослой девушки! Как тонко она почувствовала первую встречу со смертью полного жизни молодого существа, впервые заглянувшего туда, где уже нет жизни.

52. Смотреть в окно, в дверь.
53. Подслушивать, прислушиваться.
54. Прячется.
55. Рыться в ящиках, воровать.
56. Рассматривать картину.
57. Читать письмо.
58. Гадать на картах.
59. Вырезать из журнала картинки.
60. Придумать меню.
61. Дать помножить трудные числа.
62. Дать списать что-нибудь.
63. Делать опись предметов.
64. Высчитывать свои приходы и расходы.
65. Делать чертеж комнаты, театра, улицы.
66. Начертить проект, как обставить комнату, сообразуясь с разными назначениями: гостиную, кафе, лавку, библиотеку, спальню и т. д.
67. Сидеть.
68. Пройти по сцене столько-то шагов.
69. Переставить стул.
70. Читать объявления в газетах.
71. Решать шарады, ребусы.
72. Я нахожусь в гостинице, которая переделана из старинного замка. В доме бродят

привидения.

73. Приехать в гостиницу: незнакомый город или знакомый (обязательно определить себе, какой); приехать по делу или на отдых, ночью или днем и т. д.

74. Приехать к себе домой: в город или деревню, на работу или на отдых и т. д.

75. Приехать гостить: в город, в деревню, за границу и т. д.

(В трех последних упражнениях действия одни и те же: осмотреться, раскладываться, но разные настроения.)

76. Вор забрался через окно или балкон в квартиру. Он в потемках. Он не знает, в какую комнату он попал.

77. Не в тот поезд попал.

78. Уезжает за границу и не может попасть в вагон.

79. Забрались воры ночью. Хозяев усыпили; утром просыпаются – ничего нет, воры все унесли.

80. Сиамские близнецы.

81. Наводнение.

82. Сыграйте следующую сценку из Мопассана.

Старуха помирает. К ней приставили сиделку и сговорились за дешевую цену, так как старуха должна скоро помереть. Дни проходят, а та все жива. Сиделка волнуется, что продешевила, что дома ждет ее работа. Решила напугать старуху насмерть. Она наряжается чертом. Старуха помирает.

Здороваться и прощаться

Войдите и поздоровайтесь с каждым.

– Представьте себе, что вы входите в комнату, здороваетесь, пожимаете руку, киваете головой и приветствуете меня. Это привычная, механическая задача. Психология тут ни при чем.

– Как! Значит, на сцене нельзя здороваться? – удивился Бьюнцов.

Аркадий Николаевич поспешил его успокоить:

– Здороваться можно, а вот механически любить, страдать, ненавидеть и выполнять живые, человеческие задачи моторным способом, без всякого переживания, как вы это любите делать, нельзя.

В другой раз, – продолжал объяснять Аркадий Николаевич, – вы протягиваете, пожимаете руку и одновременно стараетесь выразить взглядом свое чувство любви, уважения, признания. Это привычная нам задача и ее выполнение, в которых есть кое-что и от психологии. Такие

задачи на нашем языке называются элементарно психологическими.

А вот и третий случай. Допустим, что вчера между нами произошла скандальная сцена.

Я вас оскорбил публично. А сегодня, при встрече, мне хочется подойти, протянуть руку и этим пожатием просить прощения, сказать, что я виноват и прошу забыть о происшедшем. Протянуть руку вчерашнему врагу – далеко не простая задача, и приходится многое передумать, перечувствовать и преодолеть в себе, прежде чем выполнить ее.

Такую задачу можно признать психологической, и притом довольно сложной.

Проститесь с каждым в отдельности и со всеми вместе и уйдите, как если бы вам нужно было:

- Испугать, понравиться, разжалобить, соблазнить, подразнить, возмутить, привести в раж, dokonать, добить, восхитить, влюбить, вызвать симпатию, добиться дружбы, участия, снисхождения, примирения, взять в свои руки, овладеть, привести в экстаз, заинтересовать, обратить внимание, вызвать на разговор, приблизить, приблизиться, заинтриговать, охладеть, оттолкнуть, поставить на место, заслужить уважение, интриговать, проучить, надоумить, повлиять, успокоить, развлечь, рассмешить, развеселить, удивить, отомстить, объяснить, пригрозить, уничтожить, сконфузить, пристыдить, вызвать на объяснение, уклониться от него, скрыть, притвориться, разыграть, постараться понять, добиться истины.

- Удивить, расположить, приветствовать, передать свою симпатию, внутреннюю ласку (все это в зависимости от того, кого приветствуешь, кредитора или внучку), благодарность, удивление, восторг, сочувствие, любовь, жалость, сожаление, предостережение, заботу, расположение, верность, бодрость, признание, одобрение, возбуждение, экстаз, увлечение.

- Завлекать, развлекать, останавливать, толкать, мирить, научить, умолять, награждать, уважать, преклоняться, унижаться, подольщаться, презирать, проклинать, клеветать, ненавидеть, мстить, мучить, воспитывать, открывать тайну, подводить к чему-то, ставить в неловкое положение, грубить, оскорблять, унижать, втравливать, развращать, соблазнять, кокетничать, влюблять в себя, ревновать, завидовать, недоумевать, беспокоить, успокаивать, высмеивать, спешить, бояться, трусить, отмалчиваться, запутывать, представляться равнодушным, обманывать, утаивать, попрошайничать, самооплевываться, самовозвеличиваться, самоунижаться, хвастаться, врать, скромничать, стыдить, конфузить, проклинать, язвить, сплетничать, предавать, осуждать, оправдывать, защищать, нападать.

Почему (прошрое)?

Если бы в прошлом вы были обязаны, хранили добрые, благодарные воспоминания, надеялись, потеряли надежду, сочувствовали, верили, разуверились, простили, забыли, сохранили недобрые чувства, «заложили камень за пазуху», любили, ненавидели.

Затворите дверь

Вам нужно затворить дверь:

- 1) так как дует;
- 2) так как там неприятный человек, с которым не хотите встречаться;
- 3) чтобы защититься от грабителей;
- 4) чтобы остаться наедине с девушкой.

Обратите на себя внимание

Вы хотите с кем-то говорить. Сколько для этого надо сделать:

Перед разговором обратить на себя внимание. Для этого как-то поставить себя в круг внимания объекта, в линию и поле его зрения.

Перейдите реку

Пройдите из одного конца комнаты в другой. Пройдите просто так и как если бы в середине комнаты протекала небольшая речка.

Пройдите вдвоем из самой задней кулисы, где вы сидите, сюда, на авансцену.

Они проходят, останавливаются на авансцене, не понимая, что им дальше делать, и удивленно смотрят на преподавателя.

– Что это было, искусство, творчество?

– Какое же тут творчество? Мы просто прошли, как в жизни.

Преподаватель. Хорошо. Идите назад и повторите тот же проход, но только я ввожу вам одно «если бы» и говорю: «Если бы сегодня, здесь, сейчас был не пол сцены, а речка, что бы вы сделали?»

Оба, по принципу беспредметных действий, якобы засучили панталоны, сняли обувь, носки и пошли по холодной воде из задней кулисы на авансцену. Придя туда, они воображаемыми платками отерли мокрые ноги и обулись.

Что бы вы делали, если бы?

Придумывайте друг для друга различные обстоятельства и представляйте, что бы вы делали, если бы действительно оказались в подобной ситуации.

– Вы сейчас находитесь в Москве, в нашей школе. Я ввожу магическое «если бы» и спрашиваю вас: что бы вы делали, если бы вы были не здесь, а плыли на большом пароходе в Америку во время сильнейшего шторма?

– Что бы я делал? – соображал Шустов.

– Прежде всего надо принять во внимание то, что вся эта комната качалась бы, – подталкивал наше воображение Аркадий Николаевич.–

На этих жиденьких стульях сидеть было бы нельзя... Их перекатывало бы с одного конца на другой... Стоять тоже было бы невозможно, так как пол то становился бы дыбом, то накренился бы вниз, в противоположном направлении...

– При таких условиях лучше всего поскорее пробраться в свою каюту и лечь, – решил Шустов...

– Где же моя каюта? – соображал дальше Шустов.

– Допустим, что она в самом низу и что идти туда нужно в эту дверь, а потом сходить по лестнице, ведущей в гардероб, – подсказывал Торцов.

– В данную секунду пол накренился сюда, вниз, к двери, – соображал Шустов. – Значит... я скатываюсь к этой стене.

– Как же удержаться около нее, за что ухватиться? За диван? – спрашивал Торцов.

– Нет, он полетит вниз вместе со мной при обратном крене парохода... Лучше сяду на пол, – решил Шустов. – Надо сознаться, что условия паровой жизни создаются не из приятных, а атмосфера в достаточной степени тревожная.

– Как назвать то, что вы делаете сейчас? – продолжал дальше Аркадий Николаевич.

– Соображаю условия, при которых мне приходится передвигаться к своей каюте, – отвечал Шустов...

Как только Торцов вошел в класс, он обратился ко мне и спросил:

– Где вы сейчас находитесь?

– В классе, – ответил я.

– А если бы вы были дома, – снова задал он мне вопрос, – что бы вы делали?

Прежде чем ответить, пришлось почувствовать себя в своей комнате, вспомнить то, что было утром, что предстояло вечером, дела, которые накопились и ждут очереди, пришлось справиться со своими личными побуждениями, желаниями, принять во внимание другие условия и в конце концов решить то, что мне надо было

бы делать, то есть в данном случае навестить дядю и двоюродного брата Коку.

– Смотрите! – Аркадий Николаевич вынул из кармана жилета театральный билет и сказал: – Вот ложа на сегодняшнюю генеральную репетицию в Малом театре. Представьте себе, что я дал ее вам... и вы можете всем классом идти туда. Но вот беда, Названову надо ехать к дяде. Если бы все это было правдой, как бы вы поступили? – обратился он вновь ко мне.

– Очень просто! Поехал бы в театр, – признался я.

– Коли так, то я ввожу вам новое магическое «если бы», – объявил Торцов. – Дядя требует вас по совершенно неотложному делу. Он пишет, что если вы не приедете тотчас же, то вам будет плохо.

– Пустяки! Это паникерство, – отнекивался я.

– Пусть так в действительности, но в игре происходит совсем иначе.

Вводимые «если бы» обязательны для вас, и потому наличие опасности несомненно.

– Ох, этот дядя! – вырвалось у меня восклицание от души.

– С меня довольно, – сказал Торцов. – Это восклицание лучше всяких убеждений показывает силу и воздействие на вас магического «если бы».

Но я ввожу вам еще одно магическое «если бы» и говорю по секрету, что в сегодняшней генеральной репетиции случайно участвует знаменитый петербургский артист В. Он сыграет еще только один спектакль, на который все билеты уже распроданы. Таким образом, единственная возможность увидеть его – сегодня или никогда. Решайте скорее, уже семь с четвертью часа, через четверть часа начало спектакля.

– Это жестоко! – не менее искренно, чем в прошлый раз, воскликнул я.

– Имейте в виду, что был второй звонок по телефону от дяди. Он приглашает вас приехать как можно скорее.

– Я отказываюсь играть в такую игру, – сказал я решительно. – Она действует на нервы.

– Этим отказом вы признаете силу воздействия магического «если бы» на нашу душу и чувствования, – сказал Торцов.

Я должен был признать то, что стало для меня несомненно...

Столкновение мировоззрений

Придумайте и сыграйте этюд, в котором бы столкнулись разные мировоззрения. Сыграйте конфликт: между представителями разных классов, между полами, между жителями разных стран и т. д. Кто эти люди? Какое у них прошлое, настоящее, будущее? Как они должны вести себя в подобной ситуации?

– В том этюде, который я вам предложу, встречаются и разговаривают люди разных классов: пролетарий, революционер, купец, помещики-дворяне, прислуга, им служащая.

Вы, Названов, – революционер. Шустов – купец, кулак, делец, сильный, талантливый. Затеите спор, в котором отразились бы два противоположных мировоззрения двух разных классов. Шустов – талантливый, деловой, сильный человек, ворочающий громадными делами, загибающий в свои руки богатство разоряющегося дворянства. Названов – представитель молодого поколения, учитель, ярый революционер, знающий жертвы, лишения, голод, холод, тюрьму – ради идеи. Третий, Вьюнцов, – это гниль, развращающаяся среди оскудевшего дворянства.

Пусть представители этих классов сходятся порознь или вместе, затевают спор

или мирный разговор; пусть выясняются их взгляды на жизнь, их идеалы и мировоззрение. Чтобы оправдать приходы и уходы всех этих людей, допустим, декорация изображает дорогу в имение Пущина, по которой проходят к нему на именины его гости, а также случайные прохожие. Все они присаживаются на скамейку, чтобы отдохнуть, и тут мы знакомимся с их словесными действиями.

Что вас так смутило? – спросил нас Аркадий Николаевич.

– Откуда же брать мысли, если они сами не приходят? – спрашивали ученики. – Ведь прежде чем сказать слово, нужно создать мысль, откуда же ее взять? Оттуда же, откуда взял ее и автор пьесы, – из жизни, из наблюдений, из своих собственных воспоминаний, из книг, из произведений искусства, из природы, из науки, из общения с людьми, от изучения всего этого.