**ОСОБЕННОСТИ СТИЛЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ И ПРАВИЛА ЭТИКЕТА (ОБХОЖДЕНИЯ), ПРИНЯТЫЕ В ЕВРОПЕЙСКОМ И РУССКОМ ОБЩЕСТВЕ В XVI-XIX И НАЧАЛЕ XX СТОЛЕТИЯ**

Молодые актеры и режиссеры должны знать особенности стилевого поведения русского и западноевропейского общества - это совершенно необходимо в спектаклях классического репертуара.

Материалы, содержащие сведения о быте, этикете и поведении людей в Древнем Египте, Греции, Риме, Византии и раннем средневековье Европы, пока настолько незначительны, что могут быть использованы только как консультационный материал. Режиссерам и актерам предлагается краткое изложение уклада боярского общества XVI и XVII столетий и описание осанки, походки, жестов и манер представителей этого общества.

Обилие исторических материалов, живопись, графика, скульптура, художественно-прикладное искусство и литература ярко и образно освещающие жизнь, быт и нравы западноевропейского общества XVI, XVII и XVIII веков и обстоятельные правила "хорошего тона" русского светского общества XIX столетия, позволили разработать соответствующие упражнения и ввести их в практический курс предмета. С помощью этих упражнений педагоги, актеры и режиссеры имеют возможность практически осваивать пластические особенности поведения феодального, аристократического и буржуазного общества.

Глава тридцать третья

ОСОБЕННОСТИ В ПОВЕДЕНИИ РУССКОГО БОЯРСТВА XVI-XVII ВЕКОВ I Боярское обхождение XVI-XVII столетий частично заимствовано из дворцового этикета Византии, но во многом сохранило народные обычаи. ' В главе использованы материалы кафедры сценического движения ПГИТМиК, разработанные В. В. Калинкой.

Россия этого периода была феодальным государством. Крепостное крестьянство жестоко угнеталось, зато крупные феодалы (и в частности бояре) неслыханно обогащались. В политическом и экономическом отношении боярство России никогда не было монолитным - этому мешала постоянная родовая вражда, столкновение личных интересов. Любой ценой бояре старались добиться наибольшего влияния на царя и его родню, шла борьба за захват самых выгодных должностей, неоднократно предпринимались попытки дворцовых переворотов. В этой борьбе все средства были хороши, лишь бы они приводили к поставленной цели, - клевета, доносы, подложные письма, наушничество, поджоги, убийства. Все это оказало огромное влияние на жизнь боярства. Яркой внешней стороной боярского быта оказались особенности в правилах этикета - обхождении.

Основное в облике боярина - его крайняя внешняя сдержанность. Боярин старался меньше говорить, а если и позволял себе пространные речи, то произносил их так, чтобы не выдать настоящей мысли и не раскрыть своих интересов. Этому обучали боярских детей, и так же вели себя слуги боярина. Если слугу посылали по делу, то ему наказывали не смотреть по сторонам, не разговаривать с посторонними (хотя ему не возбранялось подслушивать), а в разговоре по делу сказать только то, с чем он был послан. Замкнутость в поведении считалась достоинством. Основой красоты боярина (среднего и пожилого возраста) считалась дородность. Чем толще был боярин, чем пышнее и длиннее были его усы и борода, тем большего почета он удостаивался. Людей с такой внешностью специально приглашали к царскому двору, особенно на приемы иностранных послов. Дородность свидетельствовала о том, что этот человек не работал, что он богат и знатен. Для того чтобы еще больше подчеркнуть свою толщину, бояре подпоясывались не по талии, а под животом.

Особенностью в пластическом стиле поведения было стремление к неподвижности. Общий характер движений отличался медлительностью, плавностью и широтой. Боярин редко торопился. Он соблюдал достоинство и величавость. Такому пластическому стилю помогал костюм.

"На сорочку и штаны, - пишет Олеарий, - они надевают узкие одеяния вроде наших камзолов, только длинные до колен и с длинными рукавами, которые перед кистью руки собираются в складки; сзади у шеи у них воротник в четверть локтя длиной и шириной... выступая над остальными одеждами, он поднимается на затылке. Это одеяние они называют кафтаном. Поверх кафтана некоторые носят еще длинное одеяние, которое доходит до икр или спускается ниже их и называется ферязью...

Над всем этим у них длинные одеяния, опускающиеся до ног, таковые они надевают,

когда выходят на улицу. У этих наружных кафтанов сзади на плечах широкие вороты,

спереди сверху вниз и с боков прорези с тесемками, вышитыми золотом, а иногда жемчугом, на тесемках же висят длинные кисти. Рукава у них почти такой же длины, как и кафтан, но очень узки, их на руках собирают во многое складки, так что едва удается просунуть руки: иногда же, идя, они дают рукавам свисать ниже рук. На головы все они надевают шапки... из черного лисьего или собольего меха длиной в локоть... (на ногах) короткие, спереди заостряющиеся сапоги..."1 Дородный боярин держался очень прямо, живот выставлял вперед - это типичная осанка. Для того чтобы тело не падало вперед, боярину приходилось отклонять верх спины назад, что приподнимало грудь. Шею следовало держать вертикально, так как наклонять ее мешала высокая боярская шапка ("Горловка"). Боярин плотно и уверенно стоял на земле - для этого он широко расставлял ноги. Наиболее типичными положениями рук были:

1) руки, свободно висящие вдоль туловища; 2) одна свободно висела, другая упиралась в бок; 3) обе руки упирались в бока. В положении сидя ноги чаще всего были расставлены, туловище держали прямо, кисти рук лежали на коленях или упирались в них. Сидя за столом, бояре держали предплечья рук на краю стола. а кисти на столе.

Туалет боярина (три верхних платья, длинных, шитых золотом и украшенных драгоценными камнями, жемчугом и мехами) был тяжел, он очень сковывал тело и мешал движениям (есть сведения, что парадный костюм царя Федора весил 80 (?!) килограммов, столько же весил выходной костюм патриарха). Естественно, в таком костюме двигаться можно было только плавно, спокойно, идти небольшими шагами. Во время ходьбы боярин не говорил, а если ему надо было что-то сказать, - останавливался.

Боярское обхождение требовало, чтобы к другим представителям своего сословия обращались приветливо, но всегда в соответствии с родовой гордостью - Не следовало обижать другого человека пренебрежительным к нему отношением, но лучше обидеть его, чем принизить себя. В зависимости от ситуации этикет XVI-XVII столетий давал возможность приветствовать и отвечать на приветствия четырьмя способами:

1) наклоном головы; 2) поклоном в пояс ("малым обычаем");

3) поклоном до земли ("большим обычаем"), когда сначала левой рукой снимали шапку, затем правой рукой касались левого плеча, а вслед за тем, наклоняясь, касались пола правой рукой; 4) падением на колени и касанием лбом пола ("бить челом"). Четвертым способом пользовались редко, только беднейшие из бояр и только при встрече с царем, а тремя первыми в быту пользовались очень часто. 1 А, Олеарий. Описание путешествия в Московию и через Московию а Персию и обратно, СПБ., 1906, стр. 174-176. эоо Поклоны были не только приветствием, они служили формой благодарности. При благодарности количество поклонов не ограничивалось и зависело от степени признательности того, кому была оказана услуга. Для примера можно указать, что князь Трубецкой за милость царя, отправившего его в Польский поход 1654 года, благодарил "большим обычаем" тридцать раз. Челядь также пользовалась разными формами поклонов, и выбор зависел от ситуации. Крестьяне приветствовали своего боярина, только падая на колени, то есть били "челом". Поведение крестьянина при встрече с боярином должно было выражать смирение, а облик боярина - власть. В боярских семьях тщательно подчеркивалось (но иногда это было фикцией) полная и непрерывная власть главы семьи - отца. Отец в боярской семье был полновластным хозяином над женой, детьми и слугами. То, что мог позволить себе боярин, не дозволялось никому в семье. Выполнялась любая его прихоть, жена была его послушной, беспрекословной рабой (так воспитывались боярышни), дети-слугами. Если шла боярская семья, то впереди шел боярин, следом за ним жена, затем дети и, наконец, слуги. Но иногда боярин разрешал жене идти рядом с собою. Для окружающих это было проявлением благосклонности и милости боярина к жене. Считалось неприличным ходить пешком, ездили на самые незначительные расстояния. Если приходилось пройти какое-то расстояние, то боярина поддерживали под руки двое слуг, а третий сзади должен был вести его коня. Сам боярин никогда не трудился, но делал вид, что старается собственноручно кормить свой скот; это считалось почетным занятием.

Когда боярин съезжал со двора, его должны были сопровождать слуги, и чем больше их было, тем почетнее был выезд; никакого установленного порядка в таком выезде не придерживались: челядь окружала своего господина. Степень достоинства боярина зависела не от того места, которое он занимал на государевой службе, а от его "породы" - знатности рода. По породам рассаживались бояре в Государственной думе: кто знатнее, тот ближе к царю, а кто похуже - тот подальше. Этот этикет выполнялся при размещении на пиру: более знатные садились ближе к хозяину.

На пиру полагалось как можно больше есть и пить - в этом проявлялось уважение к хозяину. Ели руками, но пользовались ложкой и ножом. Пить полагалось "полным горлом". Отхлебывать вино, пиво, брагу и меды считалось неприличным. На пирах были развлечения - челядь хозяина пела и плясала. Особенно любили пляски девушек. Иногда плясали и молодые бояре (из неженатых). Большим успехом пользовались скоморохи.

Если хозяин хотел оказать гостям самую высокую честь, он выводил к ним перед

обедом свою жену для совершения "поцелуйного обряда". Жена становилась на

невысокий помост, рядом с ней ставили "ендову" (бадью зелена вина) и подавали чарку. Только при очень дружелюбных отношениях с гостями хозяин иногда раскрывал двери терема, чтобы показать его сокровище - хозяйку дома. Это был торжественный обычай, в котором женщина - жена хозяина или жена его сына, или замужняя дочь - чествовалась с особым поклонением. Войдя в столовую, хозяйка кланялась гостям "малым обычаем", т.е. в пояс, становилась на невысокий помост, рядом с ней ставили вино; гости кланялись ей "большим обычаем". Затем кланялся гостям хозяин "большим обычаем" с просьбой, чтобы гости изволили целовать его жену. Гости просили хозяина, чтобы он сам наперед целовал жену. Тот уступал этой просьбе и первый целовал жену, а за ним все гости один за другим кланялись хозяйке в землю, подходили и целовали ее, а отойдя, опять кланялись ей "большим обычаем". Хозяйка отвечала каждому "малым обычаем". После этого хозяйка подносила гостям по чарке двойного или тройного зелена вина, а хозяин кланялся каждому "большим обычаем", прося "вино выкушать". Но гости просили, чтобы первыми пили хозяева; тогда хозяин приказывал наперед пить своей жене, потом пил сам, а затем с хозяйкой обносил гостей, каждый из которых снова кланялся хозяйке "большим обычаем", пил вино и, отдав посуду, снова кланялся ей до земли. После угощения хозяйка, поклонившись, уходила к себе на беседу к своим гостям, женам мужчин, пировавших с боярином. В самый обед, когда подавали круглые пироги, к гостям выходили жены сыновей хозяина или его замужние дочери. В этом случае обряд угощения вином происходил точно так же. По просьбе мужа гости выходили из-за стола к дверям, кланялись женщинам, целовали их, пили вино, снова кланялись и садились по местам, а те удалялись на женскую половину. Дочери-девицы на подобную церемонию никогда не выходили и никогда мужчинам не показывались. Иностранцы свидетельствуют, что поцелуйный обряд выполнялся крайне редко, причем целовали только в обе щеки, но ни в коем случае не в губы.

Женщины тщательно наряжались к такому выходу и часто меняли платья даже во время церемонии. Выходили они в сопровождении замужних женщин или вдов из служащих боярских барынь. Выход замужних дочерей и жен сыновей бывал перед окончанием пира. Подавая вино каждому гостю, женщина сама пригубливала чарку. Этот обряд подтверждает разделение дома на мужскую и женскую половины и вместе с тем показывает, что личность женщины - хозяйки дома приобретала для дружеского общества высокий смысл домодержицы. В обряде земного поклона выражалась самая высокая степень уважения к женщине, ибо земные поклоны были почетной формой чествования в допетровской Руси.

Пир заканчивался подношением подарков: гости одаривали хозяина, а хозяин - гостей. Гости уходили все сразу.

Только на свадьбах женщины (и в том числе девушки) пировали вместе с мужчинами. На этих пирах было гораздо больше развлечений. Пели и плясали не только дворовые девки, но и боярышни. На свадебном пиру и в аналогичных торжественных случаях боярин выводил жену за руку следующим способом: протягивал свою левую руку ладонью вверх, она накладывала на эту руку свою правую ладонь; боярин прикрывал кисть руки боярыни большим пальцем и, почти вытянув руку вперед влево, вел жену. Весь его облик показывал, что он властелин жены, семьи и всего дома. Иностранцы утверждали, что религиозность русского боярства была кажущейся; однако бояре придавали большое значение выполнению церковных обрядов, традиций, тщательно соблюдали посты и отмечали специальные церковные даты и праздники. Боярин и члены его семьи старательно показывали свои христианские добродетели в различных внешних проявлениях, но соблюдая личное достоинство. Так, несмотря на утверждение религии, что перед богом все равны, поместный боярин даже в церкви стоял на особом месте, впереди других молящихся, ему первому подносился крест при благословении и освященная просфора (белый, особой формы хлеб). Никакого смирения в делах и поступках у боярина не было, однако в поведении он стремился напомнить о своей близости к религии; так, например, любили ходить с высокой и тяжелой тростью, напоминавшей монашеский или митрополичий посох, - это свидетельствовало о степенстве и религиозности. Идти во дворец или в храм с посохом было обычаем и почиталось благочестием и порядочностью. Однако этикет не позволял боярину входить в комнаты с посохом, его оставляли в сенях. Посох был постоянной принадлежностью священнослужителей высоких званий, они с ним почти никогда не расставались.

Внешне религиозность боярства выражалась в неукоснительном соблюдении ряда правил. Так, например, после вечерней церковной службы или домашнего моления ни пить, ни есть, ни говорить уже не полагалось - это грех. Перед тем, как лечь в постель, надо было отдать богу еще три земных поклона. Почти всегда в руках были четки, чтобы не забывать сотворить молитву перед началом любого дела. Даже домашние дела следовало начинать с поясных и земных поклонов, сопровождаемых крестным знамением. Каждое дело следовало делать молча, а если и была беседа, то только о том деле, которое исполнялось; в это время было недопустимо развлекаться посторонней беседой и тем более петь. Перед едой совершался обязательный обряд - монастырский обычай возношения хлеба в честь богородицы. Это было принято не только в боярском доме, но и в царском быту. Все поучения Домостроя сводились к одной цели - сделать домашнюю жизнь почти непрерывным молением, отвержением от всяких мирских удовольствий и развлечений, так как веселье греховно.

Однако правила церкви и Домостроя часто нарушались боярами, хотя внешне и: старались подчеркнуть благочиние домашнего быта. Бояре охотились, пировали, устраивали и другие развлечения; боярыни принимали гостей, давали пиры и т. д.

Красота женской пластики выражалась в сдержанности, плавности, мягкости и даже некоторой робости движений. Для женщин и девушек правила этикета были особыми. Так, например, если мужчины довольно часто кланялись "большим обычаем", то этот поклон для боярыни и боярышни был недопустим. Он выполнялся только в случае беременности, когда боярыня не могла при надобности "бить челом". В этом случае движения "большого обычая" были скромны, сдержанны и медлительны. Женщины никогда не обнажали голову. Вообще оказаться простоволосой в обществе для женщины - верх бесстыдства. Боярышня всегда носила кокошник, а замужняя - кику. Голова простой женщины также всегда была прикрыта: у молодой - платочком или наколкой, у пожилой - повойником.

Типичная поза боярыни - статная осанка, глаза опущены, особенно при разговоре с мужчиной; смотреть ему в глаза - неприлично. Опущены были и руки женщины. Помогать в беседе жестом - категорически запрещалось. Допускалось держать одну руку около груди, но вторая должна была быть внизу. Складывать руки под грудью - неприлично, так могла делать только простая, много работавшая женщина. Походка девушки и молодой боярыни отличалась легкостью и грациозностью. Идеалом считалась грациозность лебедя; когда хвалили внешний вид девушки и ее пластику, то сравнивали ее с лебедушкой. Женщины ходили мелкими шагами, и казалось, что стопу ставили с носка; такое впечатление создавали очень высокие каблуки - до 12 см. Естественно, на таких каблуках надо было идти очень осторожно и медленно. Основным занятием женщин были различные рукоделия - вышивания и плетение кружев. Слушали рассказы и сказки мамушек и нянюшек и много молились. При приеме гостей в тереме развлекались беседой, но считалось неприличным, если хозяйка в то же время не была занята каким-нибудь делом, например вышиванием. Угощение в таком приеме было обязательно.

Теремное затворничество было ярким проявлением отношения к женщине на Руси в XVI-XVII веках. Но есть сведения, что в более ранний период положение женщины было свободнее. Однако степень этой свободы неизвестна, хотя можно догадываться, что женщины все же редко принимали участие в общественной жизни.. В XVI-XVII столетиях женщина в боярской семье была полностью отделена от мира. Единственное, что ей было доступно, - это молитва. Заботу о личности женщины взяла на себя церковь.

Только в редких случаях, да и то в более ранний период истории, женщина появлялась наравне с мужчинами. Это случалось, 304 когда после смерти мужа вдова получала вотчинные права. Есть описание того, как Новгородка боярыня Марфа Борецкая пировала в обществе мужчин, новгородских бояр. Пригласив к себе преподобного Зосиму, она не только пожелала получить его благословение для себя и дочерей, но посадила его вместе с ними за стол. На этом же пиру были и другие мужчины. Правда, нравы новгородских бояр были более свободными, чем нравы бояр московских.

Подобное положение "матерой вдовы" типично для Руси

XIV-XV веков, когда укреплялось вотчинное владение землей. Матерая вдова на своей вотчине полностью заменяла покойного мужа и справляла за него мужские обязанности. По необходимости эти женщины являлись общественными деятелями, они бывали в мужском обществе, сидели в думе - совете с боярами, принимали послов, т.е. полностью становились на место мужчины.

В XV веке Софья Палеолог принимала у себя "венецейского" посланника и любезно с ним беседовала. Но Софья была иноземка, и этим можно объяснить некоторую свободу ее поведения, однако известно, что и наши княгини придерживались тех же обычаев: так. в начале XVI века к рязанской княгине были посланы послы, которые должны были передать ей лично послание великого князя. Но эта свобода постепенно исчезала, и к середине XVI века затворничество женщины стало обязательным. С развитием самодержавия и единодержавия мужчины не давали возможность женщине приоткрыть двери терема. Постепенно ее затворничество становится необходимостью. Домострой даже не предполагал, чтобы жены, не говоря уже о дочерях, могли входить в мужское общество. Положение женщины к середине XVI века стало совсем плачевным. По правилам Домостроя женщина честна только тогда, когда сидит дома, когда она никого не видит. Ей весьма редко позволялось ходить в храм, еще реже - на дружеские беседы.

Начиная со второй половины XVI века и в XVII веке знатные люди даже в семейном быту не показывали своих жен и дочерей не только посторонним людям, но даже самым близким родственникам мужчинам.

Именно поэтому русскому боярству казались столь невероятными предпринятые царем Петром I реформы в общественной жизни. Требование носить короткое европейское платье, брить бороды и подстригать усы, вывозить своих жен и дочерей в открытых платьях на ассамблеи, где женщины садились рядом с мужчинами, танцевали невероятные по бесстыдству (с точки зрения Домостроя) танцы, - вызывали огромное сопротивление бояр.

При всех трудностях в проведении этих реформ русское дворянское общество в XVII

веке все же принимает новые формы светской жизни, начинает подражать Западной

Европе в модах,

.обхождении и домашнем быту.

Однако многое из установлений Домостроя XVI века упорно держалось в купеческой и мещанской среде в XVIII и даже XIX столетиях.

Глава тридцать четвертая

ОСОБЕННОСТИ СТИЛЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ ЗАПАДНОЕВРОПЕЙСКОГО ОБЩЕСТВА XVI-ХУП СТОЛЕТИЯ 1 Общие сведения XVI-XVII столетия в Западной Европе были периодом активного развития феодального общества. Невысокий уровень науки и материальной культуры, беспрерывные войны и тирания католической церкви нашли отражение в формировании личности правящего класса этой эпохи.

Идеалом мужчины этого класса был сильный, смелый, ловкий, и закаленный воин, умевший сносить различные трудности походной жизни. Эти люди подчиняли силой всех, кто был беднее, менее знатен и хуже вооружен. ^Французы, - писал посол герцога Урбинского в 1525 году, - не знают другой заслуги кроме воинской и все прочее не ставят ни во что; они не только не уважают науки, но даже гнушаются ею и всех ученых считают самыми ничтожными из людей, по их мнению, назвать кого-либо "клерком", грамотеем - значит нанести ему оскорбление".2 Такое представление о мужском идеале относится в равной степени к Франции, Англии, Германии, Южной Италии, но явилось оно порождением испанской культуры. XV и XVI столетия характеризуются военно-экономическим значением королевской Испании. Удачные поработительные войны и развитие торговли привели к проникновению испанского влияния в другие европейские страны, в частности и в модах, а также светском этикете.

Алчность королей и феодальных властителей, стремившихся к обогащению, вела к захвату богатых земель, что требовало почти беспрерывных войн. Светская власть была военной. Феодал и его приближенные, представляющие немногочисленную, но хорошо подготовленную силу, были основой в армиях. Стремление к власти и угнетение народа порождали войны и внутри страны. Феодалы вынуждены были подавлять многочисленные восстания населения, 1 В обзорной части использованы материалы из разработок Г. В. Морозовой и В. В. Калинки. Кафедра сценического движения ЛГИТМиК.

'Юрьев и Владимиров. Светская жизнь и этикет. СПБ., 1896, стр. 16. 306 и, кроме того, враждовали между собой. Потребность в военной подготовке становилась все большей. Это обстоятельство влияло на воспитание молодого поколения. В знатных семьях была непрестанная забота о подготовке юношей к военной профессии.

Воспитание мужской молодежи, начинавшееся с детского возраста, сводилось к овладению военными навыками, закалке организма и созданию привычек к тяготам походной жизни. В основе этого воспитания лежал средневековый завет из семи страстей рыцаря. Обучали верховой езде, стрельбе из лука, позднее и из огнестрельного оружия, владению холодным оружием (фехтованию), охоте, игре в шахматы и светскому обхождению. Попутно с освоением этих "наук" молодые люди получали небольшие знания в гуманитарных науках и почти никаких в точных. С точки зрения морали феодала не следует затрачивать время на словесное доказательство своей правоты. "Дела делаются не словами, а шпагой". Идеалом замужней женщины считалась полная подчиненность мужу в сочетании с властностью, высокомерием и силой воли в отношении всех тех, кто стоял ниже по социальной принадлежности. Муж-воин проводил много времени вне дома и семьи, он участвовал в различных походах или был при дворе короля (герцога). Управление хозяйством и воспитание детей находились в руках жены феодала. В общественном быту соблюдался формальный культ женщины - дамы сердца, однако в присутствии мужа жена была только незначительной тенью супруга. Но, если муж погибал, вдова становилась полновластной хозяйкой всего наследства и ее первейшей обязанностью была личная месть убийцам мужа.

Дочь также находилась в полной зависимости от отца, а в случае его отсутствия зависела от воли братьев и даже более дальних родственников мужчин, лишавших девушку какой бы то ни было самостоятельности. Несколько свободнее было положение вдов, но и они должны были очень считаться с мнением окружающего общества.

Очень почетным для жены феодала было состояние беременности. Длительные войны уничтожали мужчин. Огромное количество жизней уносили эпидемии. Уничтожались целые семьи, вымирали целые роды. Необходимость пополнять семьи привела к тому, что рождение детей превратилось не только в почетное занятие, но стало модой. Эта мода нашла отражение в туалете и осанке женщины. Быт и требование светской жизни породили соответствующие конструкции мужского и женского костюмов XVI-XVII столетий. Несмотря на то, что моды в деталях менялись весьма часто, общий тип конструкции все же был неизменен в течение ста пятидесяти лет.

Женский костюм

Своеобразное положение женщины в обществе и требования церкви нашли отражение в ее одежде. Характерной чертой светского костюма дамы (особенно в Испании) была его скромная расцветка. Носили главным образом платья черного цвета, в парадных случаях только белого. Во Франции и Англии применяли блеклые тона различных цветов, в Италии носили ткани ярких цветов - Конструкция парадного платья была сложна, и надеть его можно было только с помощью служанки. Женский костюм выражал величие, пышность и высокомерие. Поскольку церковь боролась против всего того, что несла эпоха Возрождения, она требовала не открывать грешное тело. Платье полностью закрывало тело, юбка была такой длины, что подал лежал на полу, рукава закрывали даже кисти рук, а воротник фреза - шею. Женский костюм этой эпохи состоял из нижней рубашки и панталон, доходивших до середины голени. На ноги натягивали чулки, чаще всего шерстяные или шелковые, и обувь в виде лолутуфл и - полу ботинка на довольно широком и очень высоком каблуке. На туловище поверх рубашки надевали корсет - тонкую металлическую пластину, соответствующую размерам туловища женщины, закрывавшую ее спереди и с боков. Корсет держался на теле с помощью тесемок, охватывавших спину. Он придавал фигуре своеобразный выгиб и поддерживал грудь. Характерной принадлежностью этой конструкции костюма был так называемый вертюгард. Это холстяная юбка, прошитая конским волосом. Камышовые или металлические пластинки, вшитые в эту юбку по длине, придавали ей вид конуса. Конус покрывался нижней шелковой юбкой. И на нее надевали парадное платье. В домашних условиях ни корсета, ни вертюгарда не носили.

Парадное платье имело также две юбки. Первая, изготовлявшаяся из цветного шелка или легкой парчи, доходила до щиколоток. Вторая - из плотной парчи, бархата или сукна, пришивалась к лифу по талии в сборку или в складку. Спереди эта юбка имела расширявшуюся книзу прорезь, в нее проглядывала юбка, находившаяся снизу. Длина верхней юбки в зависимости от моды несколько менялась, но всегда была до пола, а иногда подол свешивался настолько низко, что его приходилось подбирать двумя руками и подтягивать на уровень живота и даже груди. Часто такая юбка имела шлейф. В некоторых странах длина шлейфа знатной дамы была столь велика, что его несли на руках пажи или молодые девушки из дворянских семейств. Отличительной принадлежностью костюма этой эпохи была фреза, специального типа воротник, изготовлявшийся из длинного куска гофрированного и накрахмаленного полотна, сложенного в виде гармошки. Надевалась фреза отдельно. Позднее, когда стали носить декольте, фреза уступила место очень высокому 308 и жесткому воротнику, вследствие чего женщины вынуждены были носить высокие подобранные сзади прически.

Голова женщины и девушки не могла быть открытой, поэтому носили тонкие парчовые или волосяные сетки, украшенные жемчугом или камнями. Подобный парадный наряд вынуждал к определенной манере поведения. Тяжесть туалета не позволяла делать быстрые движения, скованное корсетом туловище было очень неподвижно, фреза позволяла только поворачивать голову, но не позволяла ее наклонять. Поскольку беременность была "модной", это состояние подчеркивалось при появлении в обществе. Для того, чтобы подчеркнуть ее или симулировать (когда женщина была в нормальном состоянии), она надевала поверх корсета на уровне живота толщинку, так называемый вульстенрок. Это приспособление было настолько тяжело, что заставляло женщину выгибать туловище, для того чтобы его уравновесить. Девушки держались прямо, но в положениях рук подражали женщинам; вульстеирок они не надевали.

Выходя из дома, обязательно надевали головной убор. В XVI веке им был берет, в XVII - широкополая шляпа, украшенная перьями. Представители знатной крови тщательно оберегали кожу лица и рук от ветра и загара. Поэтому ношение перчаток было обязательным, а лицо, если на голове не было большой шляпы, покрывали мантильей. Мантилья - покрывало типа шали из легких дорогих кружев или тонкого шелка - прикреплялась к волосам гребнем и, прикрывая лицо, опускалась на плечи и грудь.

В эту эпоху в моде было приспособление к туалету - пластинка с футлярчиками для маленьких ножа и вилки. Они служили для сладостей и фруктов. Это приспособление на тесьме подвешивалось к поясу примерно на уровне качена. Ручки вилки, ножа и пластинка украшались.

На платьях вышивались различные, собственного сочинения, эмблемы; парадные перчатки у женщин были светлых тонов, но куртизанки носили только черные. Косметика в виде румян, жидкостей для освежения лица и духов употреблялась в небывалых размерах. Духами поливали даже экипажи, лошадей и мулов, письма и деньги. Надо отметить, что мужчины-модники также обильно пользовались косметикой. Они подкрашивали щеки, брови, глаза, губы, обильно пользовались духами и эссенциями.

Типичной принадлежностью эпохи были четки. Четки - это бусы довольно крупного размера, круглые или овальные, надетые на крепкую нитку, закрепленную в виде петли. Эта принадлежность типична для католичек всех возрастов и мужчин пожилого возраста. Женские четки, так же как у лиц духовного звания, оканчивались небольшим католическим крестом. Четки, как правило, носили на левой руке повыше кисти. Это позволяло удобно перебирать их пальцами правой руки. Четки применялись и при молитве, и в быту, как предмет, который по привычке перебирали 309 пальцами. Женщины-католички почти всегда имели под руками небольшой молитвенник в переплете - это книжечка с крестом на обложке. Молитва дома и в церкви выражалась в чтении молитвенника и в крестном знамении, для чего складывали четыре пальца правой руки, прикладывали к ним большой и подносили руку ко лбу, к груди, к левому плечу, затем к правому. Крестились при начале каждой молитвы и в конце ее; мужчины молились также.

Светской принадлежностью девушки и женщины был веер. Веер представлял из себя вертушку, сделанную по принципу флюгера, К небольшой палочке из полированного дерева прикреплялась на свободном шарнире пластинка. Иногда это была проволока, обтянутая легкой тканью. Желая создать дуновение воздуха, женщина крутила эту палочку так, чтобы пластинка вертелась. В Европу с Востока попала конструкция веера в виде опахала, который, будучи более удобным, быстро распространился по разным странам. Ручки вееров имели кольцо или отверстие, куда продевалась тонкая цепочка, шнур или лента в виде петли, с помощью которой веер подвешивался к руке. На этой петле было небольшое колечко, затягивавшее ее над кистью. Веер держали в любой руке. Изнеженные молодые люди в жаркую погоду тоже пользовались веерами.

В дождливую и солнечную погоду пользовались большими зонтами. В эту эпоху зонтики не складывались, и носили их слуги, сопровождавшие господ на прогулках. Появление знатной дамы на улице без охраны или хотя бы одного лакея не могло иметь места. Женщины, так же как мужчины, пользовались плащами. Женский плащ имел капюшон. Им покрывали голову в плохую погоду или когда хотели остаться неузнанными.

Носовые платки были двух родов. Обычные, для обтирания лица, рта, шеи и носа, и нарядные из дорогих кружев, их держали в руках и применяли вместо веера. Несмотря на общее стремление к роскоши, в некоторых городах Италии шла борьба с роскошью в костюмах, это относилось главным образом к женской одежде. В ней декретировалось количество украшений и определялась длина шлейфа. Знатная аристократка должна была носить шлейф не более полутора метров, а дворянка до полуметра. В некоторых местностях шлейф не допускался вообще, а вырезы на платьях были запрещены специальными постановлениями церкви. В тех местностях, где шлейфы носили, они были запрещены публичным женщинам, так же как шелковые шнурки или сетки на голове (такая женщина должна была быть простоволосой). В некоторых городах при появлении на улице эти женщины должны были иметь желтый плащ.

Путешествия из-за плохих, дорог и несовершенства экипажей предпочитали совершать

верхом. Длительное пребывание в дамском седле было утомительно и не очень

удобно. Женщины путешествовали верхом в мужском костюме, а чтобы не быть

узнанными, надевали маску. Постепенно обычай носить полумаску настолько вошел в быт, что им стали пользоваться мужчины. Путешествуя верхом и в мужском платье, женщина попадала во все те обстоятельства, с которыми сталкивались мужчины, а так как дороги были опасны, то женщины испытывали те же опасности, что и мужчины. Многие женщины и девушки знатных семейств обучались владеть шпагой, стрелять из лука и арбалета, умело пользовались кинжалом, являвшимся обязательной частью их костюма. Стилет в ножнах подвешивался к поясу на платье с левой стороны, а иногда женщины (особенно испанки и итальянки) носили второй кинжал на круглой подвязке, надетой на левую ногу. Для того чтобы выхватить этот кинжал из ножен, нужно было поднять подол юбки левой рукой.

Поединки, типичные для мужчин, иногда возникали и среди женщин. Вооруженная борьба довольно часто возникала между женщиной и мужчиной, когда дама была одета по-мужски. Мужской костюм и полумаска давали возможность знатной женщине относительно безопасно посещать народные увеселения, а на это были падки многие женщины средневековья. Ношение маски типично для Испании, Италии и в меньшей степени для Франции, оно почти не бытовало в Англии и Скандинавии. Общий облик средневековой девушки должен был являть женственность, приветливость, благочестие и послушание. Замужние женщины держались в обществе высокомерно, блюдя честь хозяйки дома и жены владетельного дворянина.

Мужской костюм

Необходимость в постоянном ношении холодного оружия оказала влияние на конструкцию мужского костюма. Он состоял в основном из трико, колета и ботфортов.

Рыцарский доспех XV столетия требовал такой конструкции костюма, которая позволяла его удобно носить. Этому помогали обуженные по всей длине штаны и обтягивающая тело куртка. Поскольку в XVI и даже в XVII веке еще носили части доспеха, платье этой эпохи сохраняло конструкцию более раннего периода. На тело надевали рубаху, поверх которой даже в быту часто носили кольчугу, а сверху кожаный или суконный колет. В XVII веке колет шился из сукна, а более богатые - из бархата, шелка или парчи. Обычный колет имел застежку сбоку или сзади, парадный - спереди. Иногда эта куртка имела рукава. По линии талии колет был обужен, ниже талии пришивалась довольно широкая полочка - баска. Колет по талии стягивался ремнем. Часто этим ремнем была портупея - приспособление для ношения оружия. Рукава колета внизу были обужены, что позволяло удобно надеть перчатки с крагами. К концу XVII столетия колет постепенно заменяется камзолом с рукавами -

буфами, не позволяющими свободно опускать руки вниз. На ноги натягивали трико. Зимой трико вязали из шерсти, летом из шелка или льняной нитки. Поддерживалось трико на поясе ремешком или тесьмой, в трико заправлялась рубашка. Рубашка имела воротник и манжеты, иногда с кружевами. На трико летом надевали очень короткие штаны в обтяжку, в холодную погоду панталоны, они были длиннее и выделывались из бархата, сукна или парчи. Когда носили рукава буфами, то буфы были и на штанах. Отличительным признаком знатных молодых мужчин были панталоны двух цветов, шитые золотом, серебром и даже жемчугом. В середине XVI столетия было принято носить панталоны с внутренней стороны пунцовые, а снаружи лиловые с серыми полосами. Они были вздуты на бедрах, прорезаны и подбиты цветным шелком, а также оторочены галуном.

В эту эпоху люди различных деловых профессий носили установленные цвета. Так, например, городские бургомистры и судьи носили черное платье, их верхняя одежда была из золотой парчи и подбивалась горностаем. Они носили пунцовую шапку и белые перчатки с красными кистями, пользовались тростью из черного дерева с серебряным или из слоновой кости набалдашником. Адвокаты носили одежду пунцового цвета; нотариусы и писцы голубого и светло-фиолетового. Ученые носили черное или серое платье и синий или фиолетовый плащ; лица медицинских профессий - красное или лиловое платье и черный плащ, врачи имели еще и горностаевую опушку. Священники носили черную сутану, а монахи цвета своего ордена. На ноги надевали туфли различных фасонов, в зависимости от моды. В начале XVI столетия носили туфли типа "медвежьей лапы", а до этого, наоборот, с очень длинными носками. Фасону этой обуви соответствовали формы рыцарских сапог. С середины XVI столетия и позднее стали носить туфли типа лодочки, иногда остроносой, иногда тупоносой. Это была обувь для дома, прогулки и на выход в гости. В поход, на охоту, в длительное путешествие надевали ботфорты. Ботфорты - грубые сапоги доходили до верха бедра. Для того чтобы ботфорты не сползали с ног, они пристегивались к поясу специальными ремнями, являвшимися продолжением голенищ. В таком виде эти сапоги были хорошо приспособлены для верховой езды. Головки ботфортов украшались большой пряжкой, а к каблукам приделывались с помощью ремней шпоры. Шпоры были размером в 10-15 см и имели на конце шарик с шипами, кольцо или звездочку. Подтянутый к поясу ботфорт стеснял движения при ходьбе. В обычной обстановке ремешки отстегивались, и верхняя часть сапог, в виде раструбов, спускалась к коленям, образуя довольно широкие складки. В XVII веке обувь стала легче, потребность подтягивать ботфорт исчезла, раструбы стали меньше, и, чтобы быть наряднее, украшались кружевами. В таком виде ботфорты были парадной обувью.

Наличие шпор и раструбов затрудняло ходьбу и привело к возникновению своеобразной мужской походки. Трико, колет, штаны и ботфорты были удобны при верховой езде, но затрудняли передвижение в обычной жизни, а потому постепенно заменились более легким костюмом.

В XVI веке были три основных типа головных уборов: тока, береты и котелки. Ток - маленькая круглая шапочка украшалась пером сокола или цапли. Токи носили главным образом в Италии. Береты более широкие, чем современные, выделывались из парчи, бархата и шелка. Береты также украшались пером. Котелки этой эпохи представляли шляпу с высокой тульей, овальной или круглой формы с твердыми, небольшими полями. В XVII веке молодые мужчины предпочитали широкополую шляпу, украшенную страусовым пером. Такая шляпа выделывалась из плотного фетра, тулья имела овальную форму и крепкие широкие поля. Как правило, левая сторона поля отгибалась вверх. Обязательной принадлежностью костюма был большой плащ. Покрой плаща был разнообразен. Плащами пользовались все слои населения. К поясу приделывался кошель - кожаный, бархатный или парчовый мешок квадратной или прямоугольной формы. Он служил для складывания различных мелких предметов и денег. Мелкие деньги хранили в кошельках - небольших мешочках, запиравшихся двумя колечками. Обычай передавать при оплате услуги весь кошелек применялся весьма редко. Обычно человек вынимал нужную сумму и отдавал ее. Типичной бытовой принадлежностью был хлыст для верховой езды (так называемый стэк). Это небольшая и гибкая палка длиной в 60-80 см с рукоятью набалдашником. Рукоять часто украшали. Привычка к стэку была столь велика, что он часто бывал в руках мужчин и женщин даже тогда, когда они не собирались ехать верхом.

Оружие

В XVI веке мужчины пользовались частью рыцарского до-спеха - кирасой. Кираса имела две доски - переднюю и заднюю; скреплялись доски с помощью специальных застежек или ремешками. В XVII веке употребляли главным образом переднюю доску. На голову надевался шлем типа каски с гребнем и небольшими полями. У начальников кирасы были нарядны, имели резьбу и тиснение, а на гребне шлема красовались перья.

Необходимейшей принадлежностью дворянского быта было оружие. Шпага - длинное

колюще-режущее боевое оружие, обязательно вложенное в футляр - ножны

подвешивались к левому боку с помощью системы ремней - портупеи. Портупеи были

наплечные и поясные. Наплечная портупея представляла ременную или матерчатую петлю такого размера, чтобы ее нижний конец был на уровне тазобедренного сустава. В этом месте к петле прикреплялся кусок кожи в виде кольца, с тем чтобы вдетые в портупею ножны вошли в это кольцо и находились в наклонном положении. Наплечные портупеи носили только военные. К середине портупей на груди прикреплялась круглая или овальная розетка, которая определяла принадлежность военного к тому или иному полку. Военный имел собственного коня, отбывал службу в своем костюме, и только по розетке люди узнавали его принадлежность к той или иной воинской части.

Кирасы и каски пехотинцев предоставлялись правителями, но в этих частях служили только простые люди. Оружие и части доспехов у дворян были свои. Форма была только у мушкетеров и гвардейцев.

Дворяне, не служившие в войсках, носили поясную портупею. Этот тип был разнообразен по конструкции, но во всех случаях она прикреплялась к поясу на колете или под ним (рис. 224). Оба типа портупеи прикреплялись так, чтобы рукоять шпаги была немного выше тазобедренного сустава и обязательно чуть за ним. Подвеска ножен перед бедром или на боку мешала движениям. Шпага - обязательная часть костюма дворянина представляла не только предмет для боя, но была ритуальной принадлежностью. Право носить шпагу было предоставлено только дворянству. Человек мог быть в драном костюме, рваной шляпе и плохих сапогах, но старался иметь хорошее оружие. В то время холодное оружие изготовлялось вручную и стоило большие деньги. Наличие хорошей шпаги обеспечивало сохранение жизни в боях и дуэлях, которыми так изобиловал быт европейских стран этой эпохи. Высокомерие, заносчивость, утрированное представление о дворянской чести приводило к тому, что участие в дуэлях считалось проявлением героизма, а это порождало, в свою очередь, совершенно нелепые обычаи, применявшиеся в поединках того времени. Так, например, если кавалер приглашал себе в секунданты двух мужчин, а то же самое выполнял и его противник, то в дуэли дрались не только противники, но и их секунданты.

Естественно, что отсутствие вражды между секундантами, как правило, не приводило

к смертельному исходу. Но существовавший в то время обычай допускал оказание помощи своему приятелю, что приводило к тому, что иногда в такой дуэли боец, ранивший или выбивший шпагу у своего противника, помогал драться своему другу. Они вдвоем ранили или убивали второго противника, а затем втроем приканчивали третьего. Правила, определявшие порядок проведения боев, были только в соревнованиях на холодном оружии, которыми часто развлекалась феодальная молодежь. Устраивались также соревнования в верховой езде, стрельбе из лука и арбалета, в бое на копьях, алебардах и рогатинах, а в Англии даже на дубинках. Шпагу - необходимый дворянину предмет - очень берегли (особенно ее острие) - никому никогда не приходило в голову втыкать ее в пол или в землю, ее никогда не обнажали зря. Подобного рода действия совершенно несовместимы с представлениями о манерах дворян описываемой эпохи. С помощью шпаги произносились клятвы и давались обещания. Выражение и соответствующий жест "Клянусь своей шпагой" были типичными для эпохи. Процедура такой клятвы выражалась в том, что кавалер приподнимал обнаженный клинок наклонно вверх, произнося слова клятвы (рис. 225). Если это была клятва нескольких человек, то предлагавший клятву держал обнаженное оружие горизонтально, остальные с небольшим ударом накладывали свои клинки сверху, одновременно произнося слова клятвы (рис. 226). Клятва в религиозной манере, идущей еще от рыцарских времен, когда эфес оружия был подобен кресту, осуществлялась специальным жестом. Дворяне держали оружие за клинок, выставляя перед собой эфес (шпагу держали вертикально), и произносили слова клятвы: "Клянусь этим крестом" и т. д. (рис. 227).

Длинная тяжелая шпага употреблялась только на войне. В быту предпочитали носить

укороченное, легкое, гибкое оружие с тонким клинком и красивой рукоятью, в

изящных ножнах, называвшееся рапирой. Такая шпага служила кавалеру в случайно

возникавших дуэлях. В основном ею кололи, нанося достаточно тяжелые раны, и только иногда применяли удары режущего типа. Смертельного удара такой шпагой нанести нельзя.

Шпагу надевали только выходя из дома. Появляясь в гостях, кавалер-обязательно снимал шпагу, оставляя ее в передней. Появиться в жилых комнатах при шпаге считалось оскорблением хозяина, так как это выражало недоверие. Однако, являясь к королю или герцогу, дворянин обязательно был при шпаге. Бытовым видом оружия был кинжал, представлявший плоский обоюдоострый нож, имевший острие и два лезвия. Он был снабжен небольшой рукоятью и крестообразной гардой - перекладиной. Его размеры и форма были очень разнообразны - от плоского широкого ножа, предмета обихода простолюдина, до изящного-стилета знатной дамы. Кинжал всегда был в ножнах. Они были заткнуты за пояс или подвешены к поясу на коротких ремнях спереди с левой стороны. Кинжал - необходимая принадлежность быта, им разрезали пищу, применяли при разведении огня, пользовались на охоте и при других обстоятельствах. Кинжалом пользовались как оружием на войне и в дуэли. С ним не расставались ни дома, ни в гостях. Предполагая возможность вооружен-ноп" столкновения, кавалер прятал второй кинжал (без ножен) в раструб правого ботфорта.

Третьим видом холодного оружия в XVI и начале XVII столетия была дага. Дага - удлиненный кинжал с плоским или квадратным клинком - предназначалась только для укола. Дагу брали с собой только в тех случаях, когда схватка была неизбежна. Носили дагу спереди или сзади за поясом эфесом наклонно, так, чтобы ее можно было удобно выхватить из-за пояса левой рукой (рис. 228). При обнажении оружия сначала правой рукой вынимали шпагу,. а затем левой - дагу. Развитие огнестрельного оружия в XVII веке привело к тому, что кавалер имел при себе и пистолет. Поскольку в огнестрельное-оружие не очень верили, предпочитали стрелять левой рукой, оставляя шпагу в правой. Пистолет закладывался за пояс рукоятью влево. Второй небольшого размера пистолет прятали в раст- 316 рубе левого ботфорта. Имея при себе такой набор оружия, кавалер действительно был вооружен "до зубов".

Необходимой принадлежностью костюма и женщин и мужчин были перчатки. В начале XVI века мужские перчатки были подобны облегченным перчаткам рыцарского доспеха, когда на их тыльную поверхность прикреплялись металлические пластинки. Крага такой перчатки представляла железную трубку, в которую входила рука. В зависимости от моды и вкуса краги иногда достигали локтевого сустава. Позднее перчатки изготовлялись из крепкой оленьей или лосиной кожи, они также имели доходившие до локтя краги. Перчатки были необходимы при пользовании боевым, охотничьим и соревновательным оружием, поскольку самой ранимой частью тела в боях и на охоте были руки. Парадные перчатки изготовлялись из замши и украшались по краге и пальцам шитьем, позументами и даже драгоценными камнями.

Нравы и обхождение

Желание противопоставить свой национальный быт тому, что принесли в жизнь испанского народа завоеватели-мавры, привело к тому, что созданный испанским дворянством этикет и условности поддерживались в самой Испании весьма тщательно. В результате частичного слияния испанского и мавританского народов возникло своеобразное слияние этих двух культур. Против этого слияния упорно боролась испанская знать, стремившаяся любой ценой сохранить чистоту европейской крови. Это обстоятельство породило большое количество правил, диктовавших определенные манеры поведения. Постепенно эти манеры как признак знатного происхождения проникли в другие страны Западной Европы, где оказали большое влияние на быт и нравы светского общества. Наибольшее влияние они оказали на быт французского и итальянского дворянства. В тех кругах английской знати, которые придерживались католической религии, светский этикет был таким же, как во Франции, а в кругах, принявших протестантство, он ограничивался ханжескими, пуританскими нормами этой религии. Следует отметить, что нормы светских отношений между мужчинами и женщинами в разных странах несколько отличались друг от друга, но общий стиль их был схожим. Эти нормы в Испании и Англии были строги, в Италии и Франции более свободны, а во второй половине XVII столетия приобретали весьма легкомысленный характер. Следует отметить, что различные страны Европы в указанный период истории, кроме общих типичных обычаев, имели много частностей, перечислить которые на страницах учебника практически невозможно, но для примера приведены некоторые правила так называемого хорошего тона эпохи XVI-XVII столетий.

Этикет и хороший тон

Среди множества дворцовых правил этикета почти во всех странах уделялось большое внимание возможности сидеть и носить головной убор в присутствии коронованных особ.

Так, во Франции в присутствии короля можно было сидеть, но все присутствующие были без шляп и только король во всех обстоятельствах светской жизни был в шляпе (даже на балу и во время еды).

В Англии на головной убор не обращали внимания, однако правом сидеть в присутствии короля пользовались только королева и вдова короля. Этим правом в особых случаях короли награждали наиболее отличившихся дворян. В Испании правом сидеть в присутствии короля пользовалась вся знать, и если король был без шляпы, то испанские гранды при входе короля надевали шляпу на голову.

Интересен испанский обычай не подавать женщине обнаженную руку. Рука мужчины (кроме руки мужа) должна быть в перчатке; за неимением перчатки она накрывалась плащом или хотя бы носовым платком. Если женщина предлагала протянуть ей обнаженную руку, это выражало ее стремление к близости. Во Франции, Германии и Италии была большая свобода нравов, и прикосновения мужчины и женщины друг к другу не считались нарушением приличия, им не придавали большого значения. В Англии была большая строгость в обращении между лицами разного пола. В Испании в отношениях между знатным мужчиной и женщиной в присутствии посторонних соблюдалась очень большая строгость. Простому народу Италии и Франции свойственна огромная живость поведения, как результат проявления южного темперамента. Поведение светского общества этих стран иногда было таким же игривым и даже шутливо-легкомысленным. В этом поведении была быстрая смена настроений, находившая выражение в физическом поведении людей. Она отражалась в очень подвижной мимике, широкой, быстрой и разнообразной жестикуляции. Однако поведение испанской знати было совершенно противоположным: ей была свойственна замкнутость, чопорность, высокомерие, статуарность.

Этикет в приветствиях

Дворянин, приветствуя женщину из правящего дома, должен был становиться перед ней на одно колено, а дворянка, склонившись в поклоне перед владетельным лицом, имела право смотреть ему в лицо, что было недопустимо для мужчины. Считалось неприличным приветствовать гостя сидя, независимо от его возраста и положения. Навстречу гостю вставал даже герцог, однако герцогиня имела право сидеть.

Приветствуя старшего, нельзя улыбаться. При приветствиях поцелуи допускались только среди родственников, причем родители целовали сына в висок, а дочь в лоб, а дети родителей - в плечо. Поцелуй высокопоставленной особы - редчайшая милость, а выполнялся он как родительский. Поцелуи между женщинами считались безнравственными. Приветствуя дворянина, горожанка выполняла поклон. Дворянин не кланялся, если его приветствовал человек простого происхождения. При встрече с дамой целовали ее пальцы. Этот поцелуй мог быть повторен несколько раз, но задерживать губы на руке дамы считалось недопустимым. Целуя руку высокопоставленной женщине и подхватив ее снизу своей рукой, следовало накрыть тыльную часть ее кисти своим большим пальцем и прикасаться только к нему. Если дама хотела оказать особую милость, она сама вторично клала пальцы сверху, тогда следовало целовать их. Дворяне, приветствуя друг друга, обменивались поклонами, военные приветствовали друг друга специальным жестом, в котором левая рука накладывалась на эфес шпаги, правая поднималась вверх и голова наклонялась вперед-вниз. Ногой при этом не стучали. Во всех остальных случаях военные делали обычный светский поклон.

Этикет в беседе

Дворянин в беседе с высокой особой не смотрел ему (ей) в глаза. Однако голову следовало держать с достоинством и наклонять ее только в знак согласия. Горожанин, беседуя с дворянином, наклонял голову. Беседуя с дамой, считалось неприличным повышать голос и играть какой-либо частью костюма, но считалось галантным как бы невзначай коснуться руки дамы. Рассказывая женщине о своих подвигах, не следовало иллюстрировать это жестами и показом; в беседе с мужчинами именно это было принято. Начинать беседу с дамой следовало стоя, сесть можно было только в разгар беседы. Воспитанная женщина сама приглашала кавалера сесть рядом с ней, кавалер не должен был рассматривать это как проявление интимности.

Не следовало приносить стул даме, надо было подвести ее к месту, где она могла бы сесть. Мебель переставляли слуги.

Очень болезненно воспринимали насмешки. Они часто служили поводом для дуэли. Кавалер предпочитал быть нечестным в деле, грубым в любви и жестоким с близкими, чем смешным в любом из этих трех случаев. Улыбаться некстати недопустимо, а иногда опасно. Нельзя улыбаться, поднося даме подарок, ибо неизвестно, как он будет принят. Улыбки в ту пору принимались за насмешку. За такую улыбку во время любовного объяснения Лукреция Боржиа отравила своего фаворита, а один из кавалеров, улыбнувшись при сватовстве, утратил богатую и знатную невесту из дома Медичи.

Хороший тон во время еды

Обычный обед состоял из семи-восьми блюд. Считалось принятым много есть и пить. Каждое блюдо подавалось отдельно каждому гостю, и только фрукты и сладости подавались на общем блюде, откуда гость брал еду себе на тарелку. За столом размещались тройками две дамы и кавалер между ними, но часто этот обычай нарушался. Каждую тройку обслуживал отдельный слуга. Более знатная дама сидела справа от кавалера. Мужчина подавал дамам блюда, беря их у слуги, а также воду для мытья рук после еды. Во время обеда дамы могли вставать из-за стала и подходить к другим тройкам, тогда кавалер этой тройки уступал ей свое место. Сигнал к окончанию трапезы давал король, герцог или наиболее знатный гость мужчина. Во время пира было принято читать стихи в честь гостей. Музыка начиналась с середины обеда.

Хороший тон в музыке, танцах и пении

Общество много и часто развлекалось танцами. Танцев было много; с удовольствием изобретали новые танцы. Танец часто сопровождался песней-такая канцона посвящалась красоте какой-либо девушки. Танцы бывали двух родов: ритуальные и развлекательные. Ритуальные танцы были медлительны; первый танец бала был торжествен, его обязательно танцевали все присутствующие. Кавалеры танцевали при шпагах, в шляпах и плащах. Когда танцевали быстрые развлекательные танцы, эти принадлежности снимались. Развлекательные танцы иногда носили характер игры, и тогда они сопровождались поцелуями. Завершающим танцем был танец с факелами. Кавалеры в конце танца тушили факелы, и на этом бал кончался. К числу светских развлечений относятся серенады. Они активно культивировались в романских странах и почти не применялись в Англии. Особенно любили серенады флорентийцы, венецианцы и испанцы.

Певцы и музыканты были в черных плащах и в масках. Как правило, исполнители

старались быть невидимыми. Исполнителями могли быть наемные лица, а заказчик мог

вообще отсутствовать. По числу исполнителей можно было судить о звании

"воздыхателя". Дворянин приводил троих музыкантов, граф - пятерых, а герцог -

девять человек. В одиночку петь мог только сам поклонник. Темами серенад было

описание прелестной дамы, жажда свиданий или грусть по поводу разлуки. Имя дамы

не называлось. В аристократической серенаде участвовали только смычковые

инструменты. Одним из предметов серенады была веревочная лестница, которая могла

быть заброшена на балкон к возлюбленной или спущена ею сверху. Искусство

изготовления таких лестниц достигло совершенства. Лестница, сделанная из веревок и палочек, складывалась гармошкой, благодаря чему незаметно помещалась под плащом. Эти лестницы имели специальную веревку, с помощью которой можно было собственноручно отцепить ее, предварительно спустившись, и уйти, не оставляя следов.

Церемония обетов и клятв

Клятва выражалась в накладывании руки на Евангелие или распятие с последующим целованием этих предметов.

Церемония клятвы в преданности правителю произносилась, стоя на одном колене со склоненной головой. В завершение целовали правую руку правителя. Простолюдин стоял на двух коленях и целовал полу его платья. Церемония обета дружбы состояла в том, что мужчина, положив свою левую руку на сердце друга, поднимал вверх правую, как при клятве. Сказав нужные слова, он клал руки своего друга к себе на грудь, придерживал их руками и в это время целовал его левое плечо. Женщины никогда не клялись в дружбе, так как считалось, что дружба не женское чувство.

Обет любви мужчина произносил, стоя на колене перед дамой (но можно было клясться и стоя). Он прижимал своей левой рукой правую руку дамы к своему сердцу, правой же активно жестикулировал, желая наиболее убедительно выразить свои чувства. При этом полагалось смотреть даме прямо в лицо, дабы не показаться излишне скромным, т.е. не мужественным.

Церемония обетов и клятв в случаях отмщения зависела от фантазии клянущегося. Так, например, рвали и ломали подарки тех, кому обещали мщение, давали обещание не стричься до исполнения клятвы или отрывали пуговицы одежды, обещая не пришивать их, пока не будет осуществлена клятва и т. п.

Правила вызова на дуэль

Самим тяжким оскорблением считалось оскорбление фамильного имени и герба. Это

могло быть даже разрыванием бумаги с именем

оскорбляемого.

Если человек нарушил слово, данное девушке (женщине), с ним на дуэли дрался кто-нибудь из родственников семьи, но если нарушением слова была задета честь мужчины, последний сам вызывал на дуэль оскорбившего.

Третьим поводом для официальной дуэли было нарушение обета дружбы, при условии,

что пострадала честь бывшего Друга.

Во всех остальных случаях дуэли официально были запрещены. Но при любовном оскорблении, насмешках, проявлении неуважения и прочих обстоятельствах, когда правила требовали обращения в суд, на практике умудрялись приравнивать эти оскорбления к смертным и вызывали на бой.

В случаях не смертельного оскорбления дворянин имел право, без урона для своей чести, делать попытки для примирения, однако отказываться от поединка, если удовлетворения требовали, нельзя.

В случаях вызова на дуэль был обычай бросать левую перчатку. Учитывалась необходимость во время боя иметь правую руку в перчатке, В случае, если противники перед боем обменивались левыми перчатками, то слуги приносили их обратно, чтобы можно было безопасно держать дагу в левой руке. Знаками вызова на поединок были и следующие действия. Надо было поднести к лицу кавалера руку и щелкнуть у него перед самым носом пальцами, или, наклонив голову, постучать косточками сжатых пальцев себе по передним зубам, или задеть ногтем большого пальца за передние зубы и резким движением, как бы срывая что-то с зубов, двинуть эту руку по направлению к вызываемому, толкнуть его плечом и не извиниться, пренебрежительно похлопать его по плечу или пренебрежительно задеть рукой портупею на его груди. Кроме указанных форм, применялась записка, посылаемая с лакеем, или приглашение, передаваемое через приятеля или секунданта.

Если время дуэли было заранее оговорено, она происходила на шпагах одинаковой длины и гибкости. Был ритуал, когда перед дуэлью выбранными шпагами обменивались. Следует отметить, что ограничения в дуэлях (правила) выполнялись только в официальных дуэлях.

Если в момент боя оскорбивший терял шпагу, оскорбленный имел право наступить на нее ногой. Этим он рассчитывался за оскорбления, и часто встреча на этом заканчивалась. В аналогичном случае оскорбитель не имел права наступать на упавшую шпагу. Он был обязан прекратить бой, пока оскорбленный не поднимет свое оружие. Бывали случаи, когда выбитое из рук оружие подавал противник, сознательно выбивший шпагу из руки противника. Это считалось усилением оскорбления. Нарушивший установленные правила дуэли считался оскорбившим все дворянство. Случайно возникающие поединки и драки происходили вне всяких правил. "Дворянин первой причины", т.е. бреттер, принимающий вызов с первого слова или сам навязывающий поединок при удобном случае, даже в ту эпоху осуждался обществом. Однако неприятие вызова было несовместимо с представлением о дворянской чести, и кавалер, оказавшийся трусом в глазах общества, не только терял уважение, но подвергался общественному осуждению.

Осанки и походки

Женская осанка характеризуется откинутой назад спиной и выставленным животом (рис. 229). Беременная женщина почти всегда стоит на несколько расставленных ногах. Подобная осанка нужна для сохранения устойчивости тела. В тех случаях, когда женщина не была беременной, она подчеркивала линию живота специальным положением рук, которые ладонями как бы поддерживали отяжелевший живот (рис.

230),

Девичья осанка. Полной противоположностью женской осанке была осанка девушки. Девушка старалась отличаться стройностью и прямой фигурой. Передвигалась ловко, легко и быстро. Этим она старалась подчеркнуть свою девичесть. В тех случаях, когда девушка в угоду моде была вынуждена одевать корсет, он не оказывал влияния на естественность ее осанки.

Мужская осанка. Характерными признаками мужской осанки являются несколько наклоненное туловище и расставленные ноги (рис. 231). Ботфорт со спущенными раструбами и большие шпоры заставляли мужчин ходить на параллельных и несколько расставленных ногах. Эти люди ходили по двум линиям, причем в зависимости от роста расстояние между ногами колебалось от 20 до 40 сантиметров. Получалась грубая, раскачивающаяся походка. После рассказа педагог должен показать схему осанки и походки светского мужчины, жившего в эпоху XVI-XVII столетий. Присутствующие на уроке девушки должны изучать и мужскую манеру, поскольку в репертуаре имеются пьесы, где актрисам приходится действовать по-мужски, многим придется играть пажей, лакеев и слуг, а юноши всегда подражали мужским движениям.

Упр. № 263. Мужская походка.

Построение-стайкой. Исходное положение-стойка на расставленных ногах, руки

свободно опущены. Музыкальное сопровождение - приложение №39. Шаги выполняются в

четвертях. Техника исполнения. Сохраняя чуть наклонное туловище и развернутые

плечи, идти вперед большими шагами. Стопы надо ставить по двум параллельным линиям. У противоположного конца зала надо выполнить поворот по дуге и продолжить движение, затем сделать снова поворот и снова идти вперед. Так надо действовать до команды "стой". После освоения этой техники следует сказать, что, чем быстрее будет темп, тем шире должны быть шаги. Это вызовет еще большее раскачивание тела и увеличит раз-махи рук, благодаря чему походка станет еще грубее, Методические указания. Освоение верной техники важно, потому что оно создает представление о пластике даже в таком простом навыке, как ходьба. Предложенная походка будет труднее девушкам, поскольку обычно они ходят небольшими шагами. Надо рассказать, что Виола могла обмануть Герцога и его двор тем, что, выдавая себя за юношу, она уподоблялась ему пластически. Упр. № 264. Мужская походка (второй вариант).

Первое подготовительное упражнение. Надо рассказать, что благодаря наличию шпаги и кинжала, а также специального покроя костюма мужчины почти не опускали руки вниз. Показывая типичные положения рук, педагог предлагает учащимся повторять за ним эти положения. Руки могли быть соединены ладонями внизу под животом; скрещиваться на груди, упираться в бока, сложены за спиной; правая рука ставилась на поясницу, опираясь на нее тыльной стороной ладони, а левая-на воображаемый эфес; обе руки могли быть положены на эфес (рис. 232). Для запоминания надо по команде несколько раз повторить положения рук. Второе подготовительное упражнение. Следует рассказать, чго в эту эпоху не пользовались положением ног по стойке "смирно". Стопы ног почти никогда не сводились (мешали шпоры). Типичны были широко расставленные параллельные стопы; стойка с опорой на правую ногу, при этом левая ослаблена и несколько выставлена вперед или в сторону (рис. 233). Вес тела может быть и на левой ноге, тогда будет выставлена правая нога. Надо повторить и запомнить типичные положения ног. Основное упражнение. Построение - стайкой. Исходное положение - любая свободная стойка. Техника исполнения. Сохраняя руки в одном из стилевых положений, сделать семь шагов вперед, на восьмом остановиться, принимая какое-нибудь другое, только что освоенное положение руками и ногами. Так получаются своеобразные стилевые позы. Музыкальное сопровождение - марш из восьми четвертей, темп средний, характер - тяжелый.

Методические указания. Надо стремиться к свободной, но тяжелой по характеру ходьбе. Следует настойчиво добиваться верных стилевых характеристик 324 в осанке, походке и позах. Заниматься этими элементами, когда ученики наденут плащи, шляпы, портупеи со шпагами, будет гораздо труднее, поскольку принадлежности костюма вообще затрудняют движения. Упр. № 265. Поклон, середины XVI! столетия.

Как уже указывалось, возникшее в XV веке усиление королевской власти в Испании породило сложный и строгий дворцовый этикет. Он нашел отражение в поклонах мужчин, заимствованных из ритуального танца "Паванна". В несколько упрощенном виде эти поклоны прочно вошли не только в этикет, но и в бытовые манеры феодального общества. Они получили к середине XVII столетия пышное развитие. Знатные женщины, отойдя от формы ритуального поклона, также начали пользоваться техникой светского поклона, приспособив его к особенностям женского костюма. Надо рассказать, что поклон служил выражением приветствия при встрече в прощании, он выражал согласие и благодарность. Присутствующие на уроке ученицы должны изучать технику мужских приветствий.

Следует рассказать, что конкретные формы поклонов зависели от многих причин:

степени воспитанности, привычек, положения в обществе, возраста, отношения к лицу, которому кланялись, и других обстоятельств. Выполняя поклон, свойственный испанскому этикету, вооруженные мужчины отодвигали назад только левую ногу. Если в этом поклоне сделать движение назад правой ногой, то длинная шпага попадала в неудобное для человека положение. Лица, не носившие шпаги, при поклоне могли отодвигать любую ногу.

Первое подготовительное упражнение. Построение - стайкой. Исходное положение - свободная стойка и выставить вперед-вверх указательный палец правой руки. Техника исполнения. Нарисовать указательным пальцем правой руки в воздухе в вертикальной плоскости большой рисунок цифры два. Этот рисунок следует поделить на четыре отрезка. Первый - рука описывает небольшой полукруг вправо, локоть при этом сгибается и опускается вниз. Во втором отрезке кисть двигается вниз налево, к сердцу. В третьем отрезке - рука отводится в сторону, кисть свободна и ладонью вверх. В четвертом - рука опускается вяиз. После окончания движения надо поднять руку в исходное положение. Под команду преподавателя и вместе с ним надо несколько раз выполнить рисунок, чтобы хорошо его запомнить.

325

Второе подготовительное упражнение. Надо выполнить этот же рисунок движений, но в горизонтальной плоскости. Исходное положение - рука вперед, кисть опущена (рис. 234). Техника исполнения. Рука двигается вправо по полукругу, затем влево (подносится к сердцу), потом отодвигается направо так, чтобы кисть оказалась правее правого плеча и ладонью вверх (рис. 235), затем она опускается вниз. Сделать несколько раз-Третье подготовительное упражнение. Объяснить и показать, что первые два отрезка этого рисунка выполняются в горизонтальной плоскости, а третий в вертикальной. Рука в последнем движении как бы раскрывается, кисть должна быть свободна. В заключение рука опускается вниз и сразу же поднимается в исходное положение. Рисунок следует повторить несколько раз под музыку. Четвертое подготовительное упражнение. Надо показать и объяснить, что когда правая рука подойдет к левой стороне груди, то к этому месту должна подойти кисть левой руки (рис. 236). Движение левой руки исполняется по самому короткому пути. В третьем отрезке обе руки разводятся в стороны. Выполнять движения надо без напряжения, кисти должны быть свободны. Разведение рук в стороны выполняется за счет разгибания их в локтевых суставах. Кисти все время должны отставать от движения предплечий. Левое плечо должно быть несколько позади правого. При исполнении третьего отрезка следует наклонить голову (рис. 237). Пятое подготовительное упражнение. Исходное положение то же, что в предыдущем упражнении, но руки на поясе. Техника исполнения. На счете раз отодвинуть левую ногу назад на большой шаг, на счете два присесть на левой ноге, правая должна быть прямой (рис. 238). На три, стоя в положении полувыпада, наклонить туловище и голову вниз, на четыре подтянуть правую ногу к левой, туловище и голову выпрямить. Поклон надо повторить несколько раз. Основное упражнение. Рассказать и показать, как сочетаются движения рук, ног и туловища, предложить пианисту исполнять музыкальный отрывок (приложение № 40), под который ученики в очень медленном темпе выполняют полный рисунок поклона.

Должны получаться следующие сочетания: на раз правая рука отходит в сторону,

левая нога делает шаг назад; на два руки подходят к сердцу, на левой ноге надо

присесть, а в это время туловище и голова несколько откидываются назад; на три

туловище и голова наклоняются вперед, руки разводятся в стороны; на четыре

туловище выпрямляется, правая нога приставляется

Рве. 234

Рве.235

Рис.23в

326

к левой, руки опускаются вниз. Поклон надо выполнить несколько раз, добиваясь автоматизма. Затем надо учить концовку поклона. При счете четыре, подставляя правую ногу к левой, надо предварительно, немного согнув колено, ударить стопой в пол так, чтобы зазвенела шпора. Левая рука при этом ложится на эфес шпаги, а правая ставится на пояс (рис. 239), После разучивания этих движений сделать несколько поклонов с правильным окончанием. Далее следует рассказать, что концовка с ударом выполнялась при поклоне кавалеру и даме и не применялась при общении с высокопоставленными особами, лицами старшими по возрасту или по положению. Приставляя ногу, ее следует поворачивать влево так, чтобы шпора правой ноги не ударила по левой стопе.

Упр..№ 266. Осанка, походка и поклон.

Построение - стайкой. Музыкальное сопровождение - приложение № 40. Техника исполнения. Сделать семь шагов вперед, остановиться, поклониться и встать в позу. Ходьба начинается с правой ноги, руки находятся в одном из стилевых положений. В момент остановки правая рука поднимается вперед, как бы к знакомому, кисть при этом свободна, правая нога впереди левой, правое плечо выдвинуто вперед. Взгляд направлен к лицу, которому обращено приветствие. После поклона надо встать в одну из разученных ранее стилевых поз. Далее эта схема повторяется еще раз. Двукратное исполнение схемы считается за полное выполнение этого упражнения.

Методические указания. Подъем руки не должен особо выделяться, это только промежуточное движение. Фантазия должна подсказать каждому ученику, кому и по какому поводу направлен его поклон. В зависимости от отношения к этадму лицу поклон может быть почтительным, нежным, вызывающим, любовным и т. п. Только при такой точной ориентации поклон из абстрактной схемы превратится в действие.. Упр. № 267. Двойной мужской поклон.

Когда мужчина хотел быть более почтительным, он выполнял двойной поклон.

Построение - стайкой. Исходное положение - свободная стойка, правая рука поднята

вперед. Техника исполнения. Выполнив первый поклон так же, как в предыдущем

упражнении, следует остаться в положении выпада левой ногой назад с наклонением

вперед туловища и руками, разведенными в стороны,

Рис.23Т

а б Рис.238

327

выдерживая в этом положении паузу вместо выпрямления. Для выполнения второго поклона необходимо, выпрямляясь, подвести руки к сердцу и подтянуть правую ногу клевой. Затем, отступая левой йогой назад и сгибая колено, разводя руки в стороны, надо наклонить туловище и голову вперед-вниз. Выполнив второй поклон, следует закончить его в одной из поз, приставляя ногу с ударом в пол или без него. После разучивания этой техники надо приступить к выполнению под музыку. Разритмовка первого поклона уже известна - все его движения выполняются в половинах, но вместо четвертого отрезка выдерживается пауза. Это соответствует моменту, когда в пьесе можно сказать текст. Эта пауза в движении совпадает с 7-й и 8-й четвертями музыкального сопровождения. Второй поклон выполняется за последующие восемь четвертей. Для тренировки можно предложить следующую схему: поза, семь шагов вперед, остановиться (как бы увидев знакомого), в момент остановки правая рука поднимется вперед, затем выполняется двойной поклон, после его окончания надо сделать еще семь шагов и остановиться для беседы. Все шаги выполняются в четвертях, движения поклона в половинах. Методические указания. Для того, чтобы связать поклон со словесным действием, стоит предложить текст; "Сударь, здравствуйте, как ваше здоровье?" Выгодно следующее распределение слов и движений. Слово "сударь" говорится в момент подъема руки при встрече. После того, как приветствующий склонился, он говорит (на паузе) "здравствуйте", а после финального движения второго поклона продолжает: "как ваше здоровье?" Далее следует подойти для беседы.' Подобные упражнения приучают учащихся к темпо-ритмическому совпадению и правильному сочетанию слов и движений. Понятно, что эти упражнения приближены к коротким драматическим этюдам. Их объем можно легко расширить, если позволит учебное время.

Упр. № 268. Тройной поклон.

Этот поклон исполнялся в очень торжественных случаях и по отношению к высокопоставленным лицам.

Первое подготовительное упражнение. Исходное положение - ноги расставлены на ширину большого шага, правая впереди. На счете раз поставить носок правой за пятку левой, на счете два левую ногу надо переставить назад на расстояние одного шага. (Эта техника соответствует фехтовальному двойному шагу назад). Колени ног должны быть несколько ослаблены. Музыкальное сопровождение - импровизация в 2/^. Выполнить это упражнение следует несколько раз. Второе подготовительное упражнение. Выполняется упражнение из положения поклона, когда левая нога сзади, ее колено согнуто, голова и туловище наклонены, а руки разведены в стороны. Предложить выполнять движения первого подготовительного упражнения прыжком. Для этого надо, передав вес тела на левую ногу и чуть отделив правую от пола, оттолкнуться левой, прыгая по направлению вверх-назад. Приземлиться надо на правую ногу и только после этого поставить левую за правой на расстоянии одного шага (техника соответствует фехтовальному скачку назад). Третье подготовительное упражнение. Это упражнение является повторением второго, но на каждом прыжке следует совершенно распрямить туловище и руки 328 Приложить к сердцу. При приземлении снова поклониться, разводя руки в стороны (рис. 240). Надо сделать серию прыжков для освоения техники этого поклона, Основное упражнение. Преподаваюль показывает полную схему и разрит-МОВКУ тройного поклона. После того, как выполнен двойной поклон, следует в пределах третьей и четвертой четвертей второго такта выполнить поклон прыжком и встать в позу. После показа этой техники ее должны выполнять ученики. Затем следует выполнять тренировочную схему: семь шагов вперед, тройной поклон, еще семь шагов вперед и один поклон. После освоения схемы рассказать, что эта схема может быть пластическим решением такого этюда. Кавалеры вошли в зал и поклонились королю, выполняя полный этикет, получив приглашение Приблизиться, они подошли и после поклона остановились для беседы. Музыкальное сопровождение. Рыцарский танец из первого акта балета С. Прокофьева "Ромео и Джульетта" (приложение №41). Методические указания. Это упражнение следует выполнять, меняя темпы музыки, добиваясь широты, слитности и мужественности движений. В целях еще большего приближения к эпохе надо предложить выполнять эти действия, надев портупеи со шпагами. Это будет большим затруднением. Предварительно следует указать, что при передвижениях кавалер всегда придерживал эфес оружия или держал его за ножны. Для этого ладонь левой руки или накладывается сверху на противовес оружия и слегка прижимает к нему пальцы, или берет ножны за середину и приподнимает их. При выполнении поклонов идущие сзади должны так располагаться в пространстве, чтобы ножны впереди им не угрожали, При остановках руки должны принимать любую стилевую позу.

Школа большого плаща

Надо рассказать о том, как кроился большой плащ. Правильный покрой и размер плаща давали возможность правильно пользоваться им как частью туалета. Покрой мужского и женского плаща одинаков.

329

Для того чтобы выкроить плащ, следует измерить рост человека от нижнего шейного позвонка до пола. Это будет размер нужного для кроя радиуса. Половина площади круга, описанного этим радиусом, будет размером плаща. Затем от середины диаметра вправо и влево отмеряется расстояние, равное расстоянию от позвоночника до плеча человека. К этим двум точкам пришиваются полуметровые шелковые ленты или шнуры. Между лентами делается небольшого размера овальный вырез. Вырез обеспечивает удобное прилегание плаща к телу. Чтобы верно набросить плащ на плечи, следует взять его за завязки так, чтобы подкладка была сверху. Надо рассказать, что женщины, слуги, народ и священнослужители носили плащ, застегнутый вокруг шеи. Мужчины дворяне носили плащ наброшенным на левое плечо. Это было удобно для жеста шляпой и шпагой. По манере носить плащ окружающие узнавали кавалера.

Упр..№ 269. Надеть плац и снять плащ.

Построение группы в этом и последующих упражнениях - стайкой. Занимающиеся, выбрав плащ себе по размеру, расстилают его на полу лицевой стороной вниз. Плащ берется за завязки. По команде "надеть плащи" педагог, а с ним вся группа выполняют следующие движения: левая рука кратчайшим путем набрасывает плащ себе на левое плечо, а правая обводит завязку над головой, пропускает ее направо под мышку, а затем шнурки завязываются на груди, обязательно узлом в одну петлю, благодаря чему один конец будет значительно короче другого (рис. 241). Этот способ дает возможность быстро снять плащ. Чтобы это сделать, надо взять правой рукой короткую завязку и потянуть ее вниз. затем движением большого пальца правой руки сверху вниз следует расправить завязки. Одновременно с этими действиями надо просунуть левую руку между плащом и телом и захватить кистью материал плаща на уровне поясницы (рис. 242). После того, как завязки развязаны, кавалер должен подтянуть плащ левой рукой вниз (он снимается с плеч), а затем этой же рукой поднять его в сторону (рис. 243). Затем плащ можно сбросить в нужном направлении, накинуть на плечо, подхватить на предплечье. Выполняются все эти действия по команде "снять плащ".

Рио. 241

330

Несколько раз выполнить это упражнение для того, чтобы навык стал привычен. Методические указания. Рассказать, что плащ с бархатного или парчового колета снимается с трудом и потому он должен быть на шелковой подкладке. Если кавалер будет набрасывать плащ через правое плечо, то обязательно зацепится за шпагу. Упр. № 270. Основные положения с плащом (позы). Рассказать, что если на человеке был плащ, его всегда придерживали руками. Для того, чтобы освоить эту манеру, следует, выставив обе руки вперед, опустить обе кисти сверху на полы плаща и зажать их пальцами. Держать полы снизу нельзя, это будет мешать действовать плащом. Все типичные стилевые положения тела должны выполняться с полами плаща в руках. Такими положениями будут: руки, сложенные под животом, скрещенные на груди, поставленные на бока, сложенные за туловищем, правая рука, поставленная набок, а левая на эфес (рис. 244); обе руки на эфесе шпаги. Наблюдая друг за другом, занимающиеся могут убедиться, как удобно и красиво плащ драпирует их фигуры, создавая верный силуэт эпохи. Упражнение выполняется под команду преподавателя.

У и р. № 271. Ходьба в плаще.

Это упражнение является повторением упражнения в стилевой походке XVI-XVII столетий. Перед началом движения надо сказать, что в медленных темпах руки могут находиться в одной из разученных позиций, но всегда с полами плаща. С убыстрением ходьбы руки начинают колебаться в ритме шагов; на большом темпе они должны активно махать, что создает верный пластический рисунок ходьбы. Упр. № 272. Ходьба и остановки. В плаще.

Упражнение надо выполнять по схеме: семь шагов вперед и остановка. При ходьбе в зависимости от темпа руки находятся или в одном из разученных положений вместе с полами плаща, либо они машут. В момент остановки они обязательно принимают одну из поз. Таким образом, плащ связан с движениями рук. Упражнение исполняется под марш. Темп марша следует менять от медленного до быстрого. Количество повторений большое.

331

Упр. № 273. Походка, остановка и поклон.

Первый вариант. Схема поведения: семь шагов вперед, остановка, поклон и поза, еще семь шагов вперед, еще поклон и снова поза. При исполнении поклонов плащ надо держать руками так же, как при ходьбе.

Второй вариант. Шесть шагов вперед, двойной поклон и поза, еще семь шагов вперед и снова поза.

Третий вариант. Семь шагов вперед, тройной поклон, еще семь шагов вперед, один поклон и поза. Это упражнение выполняется под отрывок из "Рыцарского танца" С. Прокофьева (приложение. Уэ 41).

Методические указания. Эти упражнения следует выполнять в медленных, средних и быстрых темпах, добиваясь стилевых признаков: широты, мужественности, некоторой грубости, ловкости и непринужденности в походке, позах и поклонах. Четвертый вариант. До начала этого упражнения ученики должны надеть портупеи, с ножнами и шпагами. Выполняя этот вариант, надо придерживать эфес шпаги левой рукой, но с зажатой в ней полой плаща (рис. 244). Следует отпускать эфес на остановках и накладывать руку при начале следующего движения. Особенно важно придерживать эфес при поклонах.

Упр. № 274. Подбросить и поймать полу плаща правой рукой, затем ^ левой. ¦ Построение-стайкой. Исходное положение-свободная стойка, руки с плащом в каком-то стилевом положении. Музыкальное сопровождение: импровизация в размере \*/4, темп средний, все движения выполняются в половинах (приложение № 39). Техника исполнения. Надо отвести назад вправо руку с плащом, на счете раз - быстрым движением подбросить правую полу вперед-вверх, на счете два подхватить ее на правое предплечье, на счете три, разгибая локоть назад вправо, надо сбросить полу с руки, на счете четыре левая рука отводит назад влево левую полу, с тем чтобы во время следующего такта выполнить те же движения. Выполнив по очереди обеими руками эти действия, ученики осуществили схему упражнения. После четырехкратного выполнения схемы по команде "вперед" все идут вперед, выполняя на ходу подбросы, подхватывания и сбрасывания плаща то правой, то левой рукой.

Рис. 243

Рис. 244

зза

Когда ученики дойдут до противоположного конца зала, педагог командует (Правый поворот" (или левый), и учащиеся, выполнив поворот по дуге, идут в обратном направлении и в конце музыкальной фразы останавливаются, принимая положение одной из стилевых поз.

Методические указания. Во всех последующих упражнениях применяется эта последовательность изучения техника. В начале упражнение выполняется стоя на месте четыре раза, затем оно выполняется в ходьбе вперед с поворотом, ходьбой в обратном направлении, еще поворотом и остановкой. Поскольку в этом упражнении занимающиеся впервые осуществляют движения плаща, есть смысл его тщательно освоить и только тогда переходить к следующим упражнениям. Необходимо добиться ритмической точности, широты движений, свободы исполнения, У и р. № 275 - Подбросить правую полу, подхватить, то же сделать елевой, обе сбросить вниз.

Техника исполнения. Подбросить правую полу, поймать ее на предплечье, то же сделать левой рукой (рис. 245), затем, разгибая одновременно оба локтя назад и чуть в стороны, сбросить полы плаща. Затем надо взять полы в руки, накладывая кисти сверху.

Методические указания. После разучивания техники обоих упражнений надо рассказать, что при ходьбе кавалер почти всегда имел правую полу плаща на предплечье. В этом положении пола не волочится по земле. Если надо было подниматься или спускаться по лестнице, бежать, то плащ подхватывался на обе руки. На бегу и при движении по лестнице шпоры могли попасть в подол плаща. При подхвате на обе руки он поднимается высоко.

У и р. № 275. Подбросить правой рукой на правое плечо, левой на пред- Рассказать, что плащ мог быть и большего размера. В этом случае правую полу закладывали за правое плечо. Техника исполнения в том, чтобы сделать большее движение, позволяющее забросить кусок ткани за плечо. Рука может держать ткань на плече, а может опуститься вниз; левая рука должна подхватить полу плаща на предплечье и лечь на эфес шпаги (рис. 246). Затем обе руки должны одновременно сбросить плащ и сразу же взять его полы в пальцы.

Рис. 246

Рис. 246

333

Методические указания. После изучения этой техники рассказать, тто средневековый плащ редко закладывали на оба плеча.

Тренировку упражнений в подбросах следует вести на нескольких уроках. В целях тем по-ритмического совершенствования надо перевести исполнение движений из половин музыкального сопровождения на четверти, что гораздо труднее. Упр. № 277, Запахнуться правой к афесу шпаги, раскрыться, запахнуться левой к правому боку, раскрыться.

Следует рассказать, что кроме подбросов имеются движения, названные "запахиваниями". Техника исполнения. Правая рука, в пределах целого такта музыкального сопровождения, медленным и широким движением подносит правую полу плаща к эфесу шпаги или левому боку. Затем таким же медленным движением рука распахивает плащ и в заключение ставит кисть на бок. После этого левой рукой плащ подносится к правому боку, а распахнувшись, надо положить ее вместе с полой на эфес шпаги (рис. 247). После четырехкратного исполнения упражнения на месте по команде "вперед" группа на ходу выполняет разученные движения запахивания. Ходьба выполняется в четвертях. Оканчивая упражнение, следует остановиться в одной из стилевых поз. Эти движения должны быть величавы и торжественны. Они более свойственны людям в возрасте и женщинам. Упр. № 278. Запахнуться правой рукой на левое плечо, раскрыться, запахнуться левой на правое плечо, раскрыться.

Это упражнение аналогично предыдущему. Техника исполнения. Правая рука медленным и широким движением закладывает правую полу на левое плечо. Это движение выполняется в пределах такта, после чего правая кисть ставится на бок. Это выполняется во втором такте (рис. 248, 249). В третьем такте правая рука снимает плащ с левого плеча, в четвертом - правая рука с плащом ставится на бок (рис. 249). Далее следует выполнить то же левой рукой. После разучивания, этой техники обеими руками преподаватель командует "вперед", и те же движения ^выполняются на ходу.

а 6 Рас. 247

Рве. 248

Рис. Л9

334

Упр..№ 279. Двойные запахивания

Первый вариант. Правая рука запахивает полу на эфес шпаги, после чего левая рука забрасывает левую полу на правое плечо. Затем левая рука снимает полу с правого плеча и ложится на эфес шпаги, а правая, распахивая плащ, ставится на правый бок.

Второй вариант. Левая рука запахивает плащ на правый бок, а правая закладывает полу на левое плечо. Затем кисть правой руки (без плаща) ставится на бок. Далее следуют движения распахивания, причем левая кисть кладется на эфес шпаги, а правая - на бок.

Методические указания. После разучивания этой техники, в целях тренировки, есть смысл давать упражнение в таком рисунке. Каждое движение запахивания выполняется за одну четверть, и в этом положении выдерживается пауза размером в три четверти. Возможны и другие варианты ритмического распределения этих движений. Чем они будут разнообразнее, тем подвижнее будет навык. Упражнение вначале разучивается на месте, а затем тренируется в ходьбе, поворотах и на остановках в позах. Двойные запахивания выразительны, они легко создают силуэт человека XVI-XVII столетий. При запахивании левой рукой на правое плечо, людям средневековья было неясно, кто находится перед ними (рис. 250). Если же правая пола лежала на левом плече, они сразу узнавали дворянина, поскольку его правая рука и плечо были открыты. Еще ярче вырисуется силуэт кавалера, если нажатием левой руки на эфес шпаги приподнять ее нижним концом подол плаща. Сразу обнаружится вооруженный человек, В целях тренировки и освоения действий с плащом следует давать самые разнообразные сочетания движений запахивания и подбросов. Так, например: левая рука может подхватить плащ на предплечье, а правая запахнет полу на эфес, или правая рука подхватит полу на предплечье, а левая заложит полу на правое плечо.

Из разученных действий с плащом легко создаются простые этюды. Ситуации в этих

этюдах должны быть бытовыми. Играть их следует с авторскими или

импровизационными текстами, стремясь к тому, чтобы все действия с плащом,

поклоны и передвижения были логически и темпо-ритмически связаны с содержанием

дей-

Рис. 250

335

ствия. Важно, чтобы текст не пропадал из-за больших движений исполнителей. Так же следует вести работу с актерами в подготовительном периоде к постановке пьесы XVI-XVII столетий.

-Мантией называется длинный плащ. Мантии изготавливались из парчи и бархата, обшивались горностаем. Это парадная принадлежность костюма правителей: императоров, королей, царей и герцогов. Надевали ее только в самых торжественных случаях. Мантии особ женского пола были несколько короче, чем мужские. Длина мантии достигала 4-б метров. Для облегчения при передвижении ее поддерживали две-три пары пажей или придворных. Такая процессия, возглавляемая правителем, шла медленно и обязательно в ногу. Мантия в той части, где она прикреплялась к плечам правителя, имела две ленты метровой длины. Ленты набрасывались на оба плеча, пропускались под мышки и завязывались на спине двойным бантом (под мантией). Этот способ удобен, если не возникала необходимость внезапно ее снять. Однако этот способ неудобен, если пользоваться плащом как одеждой, как предметом быта, нападения или защиты в бою.

В связи с неверной, но вошедшей в моду традицией, костюмерши в театрах таким способом надевают и завязывают на актерах завязки бытовых плащей. Снять на сцене повязанный таким образом плащ практически невозможно. Кроме того, эта манера создает неверный силуэт.

Школа широкополой шляпы

Надо рассказать, что широкополая шляпа надевалась на голову так, чтобы отогнутое вверх поле было с левой стороны, правая" сторона опускалась к уху (рис. 251). Чтобы снять шляпу, необходимо поднять правую руку над шляпой, положить предплечье спереди сверху на поле. Кисть четырьмя пальцами захватывает поле шляпы снизу, а большим пальцем - сверху (рис. 252). Упр. № 280. Снимание и надевание шляпы.

Построение - стайкой. На занимающихся правильно надетые головные уборы.

Преподаватель, стоя спиной к группе и командуя, сам вместе с учениками

Рас. 251

Рис. 252

336

выполняет нужные движения. По команде свзять шляпу!" надо правильно поло-ж ить пр ав ую руку и а пол с шл я пы, э а хв ат и в пал ьцам и ее л ев ую сто ро ну. По кома нде "снять шляпу" надо поднять руку со шляпой по направлению вправо вверх и держать ее так, чтобы тулья и перья были направлены вперед, к лицам, которых приветствуют (рис. 253). Считалось неприличным показывать изнанку шляпы. По команде снадеть шляпу \* надо повернуть кисть правой руки так, чтобы она развернулась ладонью вверх; в результате этого движения шляпа окажется с другой стороны предплечья. (Это движение подсобное). Затем шляпа набрасывается на голову в то положение, из которого она снималась. По команде "поправить шляпу" правая рука берет за правую сторону поля, а левая за левую и обе руки правильно надвигают шляпу на голову (рис. 254). Все эти действия следует повторить несколько раз под команду педагога.

Упр. № 281. Поклон со шляпой.

Следует напомнить, что люди средневековья обязательно снимали шляпу при поклоне. Техника исполнения. Кавалер, увидев человека, которого он хотел приветствовать, накладывал правую руку на поле шляпы. По счету раз следует, снимая шляпу разученным способом, поднять правую руку в сторону-вверх, одновременно отодвигая левую ногу назад. По счету два, предварительно выполнив подсобное движение, т. е, забросив шляпу за предплечье, надо приложить шляпу к сердцу (поля должны лечь на грудь так, чтобы тулья и перья были направлены вперед). В это время надо присесть на левой ноге. По счету три необходимо наклонить вперед голову и туловище, разводя руки в стороны. Благодаря этому движению шляпа опустится вниз так, что ее перья скользнут по полу слева направо ("подметая пол пером"). В позе поклона тулья и перья направлены вперед (рис. 255). По счету четыре кавалер, выполнив подсобное движение, набрасывает шляпу на голову, одновременно выпрямляет туловище, подтягивая правую ногу к левой, а в момент, когда поправляет шляпу на голове, ударяет правой ногой в пол. Заканчивается такое действие в любой стилевой позе.

Упр. № 282. Двойной поклон со шляпой.

Техника исполнения. Надо выполнить первый поклон в полном соответствии с

предыдущим упражнением до третьего отрезка включительно. В этом положении

следует выдержать паузу (так же, как в поклоне без шляпы), а затем перед вторым

поклоном надо перебросить шляпу за предплечье, т.е. сделать подсобное движение

Рис. 263

Рис. 254

337

перед выпрямлением туловища, а в момент выпрямления снова правильно положить шляпу на грудь. При новом наклоне тела надо повторно провести "перьями шляпы по полу". Затем надо, накинув и поправив шляпу на голове, принять финальную позу. Упр. № 233. Тройной поклон со шляпой.

Техника исполнения. Первые два поклона исполняются в соответствии с предыдущим упражнением. При исполнении третьего поклона следует при начале прыжка перенести правую руку со шляпой влево, а в момент приземления и наклоне туловища отмахнуть ее вправо-еще раз "провести перьями по полу".

Методические указания. Не следует затрачивать время на детальную отработку трех последних упражнений. Важно, чтобы у учащихся создалось представление о взаимодействии движений в этих поклонах. Тренировку следует начать после освоения следующего упражнения.

У и р. № 284. Бытозые позы с широкополой шляпой. Рассказать, что когда мужчина входил в жилое помещение, он обязательно снимал головной убор. Что делать со шляпой, если ее нельзя надеть на голову? Типичными были три положения. Шляпу можно было держать у правой ноги или повесить на эфес шпаги, или положить на подставленную левую руку. Первое положение. Шляпа у ноги. После поклона следует оставить шляпу висящей в руке около бедра правой ноги. Если, опуская ее, не переменить положение кисти, то она окажется тульей и перьями к ноге, а изнанкой наружу, что считалось нарушением приличия. Поэтому следует в момент удара ногой перенести указательный палец на поле сверху, а большой - под поле. При таком положении пальцев тулья и перья окажутся в верном положении (рис. 256). При надевании шляпы положение пальцев на полях менять не надо; следует набросить шляпу на голову так, чтобы правая рука оказалась около левого виска, а затем надо поправить ее двумя руками.

Второе положение. Шляпа на афесе. После того, как выполнен поклон, кавалер набрасывает шляпу на эфес шпаги. При этом он придерживает ее пальцами левой руки снизу либо кладет руку сверху на тулью (рис. 257). Стоя на месте, шляпу можно не придерживать.

338

Методические указания. Это положение шляпы удобно тем, что оно оставляло свободными обе руки.

Третье положение. Шляпа "на подносе". Надо рассказать, что это положение шляпы применялось в торжественных обстоятельствах жизни: на приемах, аудиенциях и богослужениях. В этих случаях положение шляпы диктовалось правилами этикета. После выполнения поклона левая рука, сгибаясь в локтевом суставе, поднималась в горизонтальное положение, но чуть.ниже плеча. На этот "поднос" укладывалась шляпа, тульей и перьями вверх. Для того, чтобы шляпа держалась, ее придерживали пальцами левой руки (рис. 258). Из этого положения шляпу удобно взять правой рукой для выполнения следующих действий.

Методические указания. Наиболее продуктивно тренировать действия со шляпой в сочетании с ходьбой, поклонами и позами. В процессе занятий следует стремиться к быстрому переходу на комплексные упражнения, Упр. № 285 (комплексное).

Предложить ученикам одеться в плащи, портупеи со шпагами и шляпы. Техника исполнения. Предложить принять одну из стилевых поз, затем идти вперед семь шагов, примерно на ПЯТОМ-ШРСТОМ шагу следует распахнуть плащ и или оставить полу свободной, или подхватить ее на предплечье. Затем, остановившись, положить правую руку на шляпу, снимая шляпу и выполнив тройной поклон, поместить ее на эфес или "на поднос", сделать еще семь шагов вперед и закончить одним поклоном. В заключение следует надеть шляпу и запахнуться, в плащ. Методические указания. Объяснить, что занимающиеся должны сами выбрать начальную позу, они свободны в последующем обращении с плащом, но, кланяясь, обязаны снимать шляпу. В комплексных упражнениях должны возникать разнообразные позы в сочетании со стилевыми действиями, и чем разнообразнее они будут, тем больше пользы принесут. Следует отметить, что задаваемая схема, меняться не должна, ибо она определяет логику действия, которая на уроке для всех едина. Детали исполнения, возникающие непроизвольно, будут разнообразны, однако органично это может возникать только в тех случаях, когда занимающиеся будут активно фантазировать на заданную педагогом тему..

Рис. 256

Рис. 257

Рис. 258

339

Женская осанка и походка

Упр. № 286. Особенности женской осанки и походка. Педагог должен рассказать и показать особенности в женской осанке и походке европейского общества XVI-XVII веков. Построение группы - стайкой. Техника исполнения. Свободная стойка, сложенные ладони под грудью. Туловище и голова несколько откинуты назад. Осанка как бы подчеркивает линию живота (рис. 259), По команде "вперед" занимающиеся, сохраняя указанное положение тела, идут обычным шагом, плавно и медленно. Музыкальное сопровождение - приложение № 42. Шаги выполняются в половинах. У противоположной стороны зала по команде "правый поворот" ученицы выполняют поворот по дуге, вдут в обратном направлении, снова выполняют поворот уже в другую сторону (и останавливаются. Методические указания; следует рассказать, что осанка девушки эпохи (VI-XVII столетий ничем не отличалась от современной хорошей осанки.^ Упр. № 287. Стилевые положения женских и девичьих рук. Первое положение описано в предыдущем упражнении, оно применялось наиболее часто.

Второе положение - кисти держать под грудью, ладонями вниз, локти на- (Правлены в стороны. Это положение придает осанке официальный характер. Третье положение состояло в том, что одна из рук с платочком, цветком, веером, или без них была приложена к одному плечу. Эта манера придавала осанке грациозный вид (рис. 260).

Четвертое положение - кисти рук с развернутыми вверх ладонями находились примерно на уровне нижней части живота, локти при этом несколько согнуты и слегка оттянуты назад. Если женщина сидела, ее кисти лежали на бедрах, причем ладони были вверх (рис. 261).

Пятое положение. Оно является повторением первого положения, но пальцы вытянуты вверх, ладони сложены, руки под подбородком, голова опущена, и локти направлены вниз. Это положение рук применялось на молитве в положении стоя, сидя и стоя на коленях (рис. 262). Оно типично для католичек и протестанток. Руки мужчин на молитве были в этом же положении. Следует отметить также, что на молитве женщины всегда стояли на обоих коленях. Мужчины редко принимали это положение, для них типична стойка на одном колене.

Рис. 259

Рис. 260

Рис. 261

Рис. 262

340

Шестое положение. Это второе типичное положение на молитве, оно является повторением первого, но руки сложены на груди крестом (рис. 263). Методические указания. После разучивания этих положений рук в статике преподаватель предлагает упражнения на сочетай не осанки, походки с поддерживанием юбки и остановками, при которых ученицы применяют описанные положения. Освоение стилевых элементов следует проводить в тренировочных костюмах, в которых пластика хорошо видна и легко проверяется. Упр. № 288. Типичные способы поддерживать юбку. Преподаватель должен рассказать, что положения рук женщины зависели не только от этикетных требований, но и от конструкции ее костюма. Поскольку юбки были длинны, женщины не могли передвигаться в пространстве без того, чтобы не приподнимать их руками.

Этикетная манера поддерживать юбку состояла в том, что, опустив вниз к правому бедру левую руку, а правую к левому, захватив ткань пальцами и слегка сгибая локти, подтягивали ее верх. Получилось крестообразное положение рук, в котором правая была сверху. Прежде чем взять ткань юбки, женщина слегка приседала, но не наклонялась вперед. Приседание позволяло захватить ткань пониже; при выпрямлении ног подол юбки отделялся от пола (рис. 264). Этот прием поддерживания юбки применялся в торжественных обстоятельствах.

Первая бытовая манера приподнимать юбку состояла в том, что, приседая довольно глубоко, женщина захватывала правой рукой подол правой полы, а левой - левую полу, после чего выпрямлялась и, сгибая локти, подтягивала низ подола довольно высоко, иногда даже до груди (рис. 265). Эту манеру применяли тогда, когда верхняя юбка имела спереди разрез по длине сверху донизу. Часто длина верхней юбки была столь велика, что женщина вообще не могла шагнуть без того, чтобы ее не приподнять.

Вторая бытовая манера поднимать юбки применялась в тех случаях, когда была необходимость иметь свободной одну из рук. Для того чтобы поддерживать юбку одной рукой, следовало взять в пальцы довольно большой кусок ткани около бедра и, сгибая локоть, подтянуть юбку вверх. Но поддерживалась юбка чаще всего одной левой рукой. Когда левую руку подавали кавалеру, юбку захватывали правой (рис. 266).

Рис. 263

Рис. 264

Рве 265

Рис. 2бв

341

При поднимании юбки любым из описанных способов надо было согнутые локти несколько отодвинуть назад. Руки оставались в этом положении до тех пор, пока женщина не останавливалась. Находясь на месте, женщина юбку не припод-нимала- Приподнимание юбки осуществлялось в момент, когда женщина начинала двигаться (буквально перед выполнением первого шага). Приседание выполнялось с прямой спиной.

Методические указания. Приведенные элементы пластического стиля эпохи, совершенно чуждые современности, с трудом осваиваются актрисами и ученицами. Они требуют значительного времени не только при разучивании, но главным образом для превращения их в привычные действия.

Упр. № 289. Комбинированное.

Первый вариант. Исходное положение - свободная стойка, скрещенные руки поддерживают юбку. Техника исполнения. Надо идти семь шагов вперед, остановиться, отпустить юбку, медленно встать на оба колена, сложить руки ладонями под подбородком и опустить голову, выдержать паузу, поднять голову, взять воображаемую юбку правой рукой за правый подол, левой за левый, под тянуть вверх, затем медленно подняться (для этого следует предварительно поставить одну из ног стопой на пол) и, сделав поворот по дуге, сделать восемь шагов вперед, затем снова повернуться, отпустить подол юбки и, сложив руки крестом на груди, опустить голову.

Второй вариант. Свободная стойка, стилевая осанка, правая рука положена к правому плечу, левая поддерживает юбку. Техника исполнения. Идти вперед семь шагов, остановиться, сложив руки под грудью, выдержать паузу, затем, взяв юбку правой рукой и положив на правое плечо левую руку, идти вперед, выполнить поворот по дуге, двигаться в противоположном направлении, снова повернуться по дуге, остановиться, отпустить юбку и встать в позу с полусогнутыми локтями. Методические указания. Подобные моторные упражнения являются прекрасным средством освоения стилевых элементов и при подготовке к спектаклю. Если в распоряжении педагога или режиссера имеются веера и юбки, то на упражнениях без предметов долго останавливаться не надо, а, разучив технику обращения с этими предметами, надо делать уже этюдные упражнения, с тем чтобы в их содержание входили поклоны.

Поклоны женщин и девушек

Педагог должен рассказать, что женщины и девушки эпохи средневековья пользовались тремя видами поклонов - бытовыми, этикетными и ритуальными. Первый имел значение обычного приветствия и выполнялся при встречах, прощаниях, был выражением благодарности, согласия и т. п. Второй, более вычурный и торжественный, выражал особое почтение, давал возможность женщине показать изысканную грациозность. Третий применялся в различных дворцовых и религиозных церемониях.

342

Упр. № 290. Бытовой пок-юн.

Построение - стайкой. Исходное положение - свободная стойка, правая рука вытянута вперед, кисть свободна. Техника исполнения соответствует мужскому поклону, но амплитуды движений, выполняемых правой рукой, должны быть значительно меньше, чем у мужчин, левая рука почти неподвижна. В момент исполнения третьего отрезка поклона дамы, отводя руку в сторону, склоняли только голову, поскольку туалет мешал наклону тела вперед. В заключительном отрезке правая нога подтягивалась к левой (неполную третью позицию), а руки соединялись в позе над грудью или под ней (рис. 267).

Методические указания. После разучивания этой техники следует выполнить поклон под музыку не менее четырех раз подряд. Затем следует дать выполнение следующей схемы: семь шагов вперед, остановка - как бы встреча, поклон, еще семь шагов вперед, поклон и поза. Следить, чтобы женщины при поклоне не нагибались вперед. При исполнении этого упражнения присутствующие на уроке мужчины выполняют эту же схему, но пользуются в поклоне мужскими движениями. В построении стайкой женщины должны быть впереди мужчин.

Этикетный поклон. Педагог рассказывает, что окончательная форма этого вычурного приветствия сложилась в начале XVII столетия. Этот поклон бытовал в Испании, Франции и Англии примерно до середины XVII столетия и не проник в Италию, Германию и Скандинавские страны.

Упр. № 291. Этикетный поклон.

Построение, исходное положение и музыкальное сопровождение те же, что втройном

мужском поклоне. Техника исполнения. Поклон начинается исполнением первых

четырех движений бытового поклона, на счете четыре следует подтянуть правую ногу

к левой в неполную третью позицию, выпрямляя левое колено и поднимая голову, но

оставить правую руку отведенной в сторону (рис. 268). Из этого положения

начинается выполнение второго поклона. На счете пять (в первой четверти второго

такта) следует небольшим полукруговым движением отвести прямую правую ногу на

один шаг назад (в неполную четвертую танцевальную

Рис. 267

343

позицию) и, одновременно сгибая локоть, приложить кисть правой руки к сердцу. На счете шесть, приседая на правой ноге и разгибая локоть, отвести правую руку в сторону, одновременно наклоняя голову. На счете сель, выпрямляя голову и оставляя правую руку отведенной в сторону, передвинуть левую ногу скользящим полу круговым движением назад за правую (рис. 270). На счете восемь, заканчивая поклон, следует, согнув правый локоть, положить кисть на сердце (рис. 255). Методические указания. Этот сложный поклон требует отдельного разучивания движений ног. Затем отдельно следует освоить движения рук. Потом под счет следует освоить взаимодействие движений ног и рук при втором поклоне. Только после точной координации всех компонентов двойного поклона надо дать его исполнение под музыку, а затем тренировать в схеме: семь шагов вперед, остановка, двойной поклон, еще семь шагов вперед и еще двойной поклон, затем поза.

Ритуальный поклон. Педагог должен рассказать, что время появления этого поклона неизвестно, но в Италии он применялся уже в XIV веке. Поскольку другие схемы ритуального приветствия пока неизвестны, есть смысл пользоваться этим поклоном как выражением бытового приветствия в пьесах более раннего периода. Следует указать, техника ритуального поклона не изменялась в течение шести-семи веков и бытует на дворцовых приемах Европы, даже в двадцатом столетии. Упр. № 292. Ритуальный поклон.

Построение, исходное положение и музыкальное сопровождение те же, что в

предыдущих упражнениях. Техника исполнения. На счете раз надо, складывая руки

под грудью или над ней, отодвинуть назад левую (правую) ногу на один шаг;

стопы при этом должны быть чуть развернуты. На счете два надо, медленно

приседая, почти опуститься на колено отодвинутой ноги и склонить голову, а затем

так же медленно подняться в рост, подтягивая отодвинутую ногу. Этот поклон можно

выполнять, делая шаг вперед. Глубина приседания и пауза в позе поклона зависели

от степени почтения к человеку, которому адресовался поклон

Рис. 268

Рис. 269

.344

<рис. 271). Было, например, требование находиться в поклоне до тех пор, пока высокопоставленное лицо не обратится с какими-либо словами, либо пока оно не пройдет мимо дамы. Таким был этикет в большинстве стран Западной Европы. Надо обращать внимание на совершенно вертикальное положение тела при приседании. Обращение с веером (типа "опахало")

Педагог рассказывает, что этим веером выполнялись только медленные движения. Амплитуда колебаний была размером в 15- 20 см. Локоть дамы при этом был почти неподвижек, движения выполнялись в лучезапястном суставе. Упр. № 293. Техника движения веером.

Построение - стайкой. Исходное положение - стилевая поза, веер положен на грудь. Техника исполнения. Поддерживая юбку левой рукой, идти вперед, выполняя на каждом шаге два движения веером. Первое от себя при начале шага и второе к себе при конце этого же шага (рис. 272). Это взаимодействие трудно по координации, поскольку практически шаги нельзя расчленить на два отрезка. Музыкальное сопровождение - любой стилевой отрывок, но в очень медленном исполнении. Методические указания. После освоения техники предложить сочетание ходьбы, остановки и поклона, причем рука с веером делает обычные для поклона движения. Парные упражнения. После того, как была отработана техника всех предыдущих упражнений, следует переходить на парные упражнения. Перед их началом юноши должны надеть шляпы, плащи и портупеи со шпагами, а девушки - юбки и взять веера. Девушки должны выполнять эти упражнения в туфлях на высоких каблуках, Упр. № 294. Первое парное.

Построение - в две шеренги, дамы впереди, мужчины сзади. Упражнение выполняется под отрывок из "Рыцарского танца" С. Прокофьева. Техника испол нения. Все делают семь шагов вперед, как бы входят в королевский зал, видят правителя, останавливаются и выполняют полный этикетный поклон (двойной у дам и тройной у мужчин), затем приближаются еще на семь шагов и, выполнив один поклон, останавливаются в позе для беседы. У мужчин шляпа должна быть та подносе", у женщин сложенный веер положен на ладонь левой руки. Методические указания. Подобные упражнения легко комбинируются педагогом. В них может быть любое количество шагов и поклонов; они могут выполняться с различными предлагаемыми обстоятельствами. При работе в театре следует придумывать самые разнообразные комбинации и этюды.

Упр. Л"в 295. Второе парное.

Построение группы. Шеренга кавалеров с одной стороны зала, шеренга дам - с другой. Надо заранее обусловить, к какой даме будет обращаться каждый из кавалеров. Музыкальное сопровождение - приложение № 41. Шаги в упражнении выполняются в четвертях, а поклоны в половинах. Техника исполнения, Все идут вперед семь шагов, причем дамы обмахиваются веерами, поддерживая юбки одной рукой. Кавалеры идут, запахнувшись в плащи, в шляпах и придерживая эфес. При встрече все выполняют один поклон (при поклоне дамы правильно действуют веером), а кавалеры, распахивая плащи, снимают шляпы. При окончании поклона кавалеры ударяют правой стопой в пол. В это же время они кладут шляпу на эфес шпаги или на "поднос". После того, как кавалер ударил ногой в пол, дама делает к нему два шага, поворачивается левым боком, поднимая левую руку вперед на уровень плеча. Локоть ее руки и кисть чуть ослаблены, ладонь направлена вниз. Когда дама остановилась, кавалер делает к ней тоже два шага и, поворачиваясь правым боком, накладывает свою правую руку сверху на руку дамы так, чтобы согнутыми, наподобие когтей хищной птицы, пальцами сжать ее: лучезапястный сустав. Эта манера была принята в XVI столетии (рис. 273), В XVII столетии манера вести даму стала менее грубой. Мужчина протягивал правую руку ладонью вниз, дама свободно накладывала лучезапястный сустав левой руки на тыльную сторону кисти мужчины, ее кисть при этом свободно свешивалась (рис.

274). Начиная движение правой ногой, оба партнера идут вперед. четыре шага,

затем кавалеры, стоя на месте и двигая правую руку влево, как бы вынуждают свою

даму за следующие четыре шага выйти вперед и повернуться, к ним лицом. Далее,

отпуская руки дам, кавалеры исполняют три поклона, а дамн в это же время

(предварительно выставив вперед правые руки) выполняют двойные:

поклоны. После второго поклона дамы опускаются на стулья и начинают обмахи-

Рис.273

-346

ваться веерами, а кавалеры после третьего поклона, набрасывая шляпы на головы, поправляют их руками, запахивают плащи и, поворачиваясь налево кругом, уходят. Этюды позволяют использовать не только поклоны, свойственные испанскому стилю поведения, но и разновидности их, свойственные манерам XV-XVI и XVII столетий. Следует указать, что женщины, обмахиваясь веерами, поддерживают юбку только одной рукой. Когда они подают левую руку кавалерам, обмахиваться веерами правой невозможно, так как другой рукой придется приподнимать юбку. Сочетание мужского тройного поклона с двойным женским совершается легко и точно, если партнеры ритмичны и владеют верной техникой. В середине этого действия их движения не будут совпадать. В тот момент, когда мужчины склоняются, женщины выпрямляются, но заканчивают комбинацию они одновременно. В одинарном поклоне действия партнеров точно совпадают.

Методические указания. Этим парным упражнением заканчивается освоение стилевого материала XVII века. Приведенная комбинация не является обязательной, она представляет только образец, по которому педагоги, режиссеры и актеры могут создавать этюды для освоения стиля барокко в пластике соответствующих спектаклей.

Разновидности мужских поклонов

По источникам известно, что в XV веке в Италии существовала более простая форма приветствия. Можно допустить, что этот поклон в XV веке применялся в Европе повсеместно.

Упр. № 296. Мужской поклон XV века.

Схема исполнения. На счете раз кавалер делал правой ногой довольно большой шаг вперед и в это время прикладывал ладонь правой руки к сердцу, направляя взгляд на человека, которому кланялся. На счете два, приседая на левой ноге, сохраняя прямой правую ногу, он наклонял туловище и голову, отводя правую руку вниз-направо, затем выпрямлялся (рис. 275).

Поскольку в Италии в эту эпоху носили токи, а они при приветствии не снимались, форма этого поклона на улице и в помещении была одинакова. Женщины (предположительно) в это и в более раннее время пользовались только ритуальным поклоном.

Методические указания. Есть смысл сначала показать поклон XV века, а затем XVI; надо рассказать, что они примерно одинаковы по схеме, но поздний, как все в барокко, стал более нарядным и пышным. Следует указать, что манера вести даму "когтями орла", видимо, бытовала ранее XVI века. Упр. № 297. Поклон XVI века.

В XVI веке бытовал своеобразный мужской поклон, отличный от поклона танца "Паванна". Техника исполнения. На счете раз кавалер, снимая правой рукой 347 шляпу, подымал ее по направлению вперед-вверх, адресуя жест лицу, которого хотел приветствовать. В это время он делал правой ногой большой шаг вперед. На счете два, отмахивая широким жестом правую руку по направлению вниз-назад, делал большой шаг правой ногой назад. Правая стопа при этом разворачивалась вправо. На счете три, сгибая вперед туловище и голову, он придерживал левой рукой эфес шпаги. При отсутствии шпаги левая рука отводилась в сторону (рис, 276). На счете четыре кавалер выпрямлялся, оставлял шляпу у правого бедра или набрасывал ее на голову. В это время он приставлял левую ногу к правой (рис. 25.6/. При отсутствии шляпы начальное движение выполнялось в виде взмаха руки вперед. Методические указания. Изучая это приветствие, надо обязательно указать его национальную принадлежность. При работе в театре над английской или немецкой пьесой XVI столетия следует пользоваться этим поклоном. Женщины этих стран в это время пользовались ритуальным поклоном. В Европе начала XVII века, во Франции, Англии и северных странах бытовал поклон, в котором правая рука (без шляпы или со шляпой) выполняла движение по моде испанского этикета XVII столетия. Если этот поклон предназначался даме, то правая рука прикладывалась к сердцу, а если кавалеру, то к эфесу шпаги, при этом ноги выполняли движение поклона по схеме, принятой в XVI веке. Получались следующие сочетания движений: на раз правая рука снимала (уже изученным способом) широкополую шляпу, отводила ее в сторону-вверх. В это время левая нога делала большой шаг в сторону. На два правая рука, выполняя полукруговое движение, подносилась к сердцу (или эфесу), а в это время правая нога делала большой шаг назад (туловище и ноги кавалера были выпрямлены), на три правая рука отмахивала шляпой ("перьями по полу") вправо, туловище и голова наклонялись, а правая нога сильно сгибалась в колене. На четыре поклон заканчивали, приставляя правую ногу к левой или левую ставили за правую. Выпрямляясь, оставляли шляпу в руке или надевали на голову.

Упр. № 298. Поклон конца XV!/ и начала XVIII столетия.

Поклон этого типа появился во Франции к концу XVII столетия. Воинственные

движения, типичные для поклона XVII столетия, постепенно смягчаются, и если

движения ног еще сохраняют полувыпад назад левой ногой, то движения рук уже

приобретают вычурную форму стиля рококо. Для того, чтобы учить тех-

Рис. 276

348

нику этого поклона, учащиеся должны надеть треуголку, а в левой руке держать высокую трость. Исходное положение - третья танцевальная позиция, трость держать за набалдашник. На счете роз надо, снимая треуголку правой рукой - а она берется пальцами за угол, - поднять руку вправо-вверх. В это же время левой рукой надо подбросить трость, так, чтобы поймать ее за верхнюю треть, Руку с тростью следует сразу же отвести в сторону-влево. Одновременно с этими движениями надо отодвинуть левую ногу назад на большой шаг, носком наружу (рис. 277). На счете два, передвигая руки по направлению вниз, сводя кисти почти до соприкосновения треуголки с тростью, надо, сгибая колено левой ноги, наклонить вперед туловище и голову (рис. 278). На счете три, разворачивая обе руки ладонями вверх, развести руки в стороны, выпрямляя левое колено, но передавая на эту ногу вес тела (рис. 279). На счете четыре подтянуть правую ногу к левой, правой рукой надеть треуголку, в то же время несколько ослабив пальцы левой руки, поднимая руку вверх, дать возможность трости скользнуть вниз. Когда трость упрется в пол, надо положить ладонь на ручку сверху (рис. 280).

Методические указания. Характерной особенностью движений рук в этом поклоне являются широкие амплитуды, особенно правой, которая в первом счете как бы взлетает наклонно вверх-вправо. Аналогичное движение выполняется движением руки вниз и далее по дуге вперед-вверх, что позволяет удобно опустить треуголку на голову.

Этот поклон типичен для пьес Мольера, Он был в моде во Франции незначительное время. Вскоре движения ног перешли на технику полного реверанса XVIII столетия, заимствовав его из вычурного, но быстро вошедшего в моду светского танца менуэт.

Глава тридцать пятая

СТИЛЕВЫЕ ОСОБЕННОСТИ В ПОВЕДЕНИИ ЕВРОПЕЙСКОГО ОБЩЕСТВА XVIII СТОЛЕТИЯ

XVIII век в истории Западной Европы характеризуется постепенным усилением

влияния Франции. Военные успехи, удачные договоры, выгодная торговля и

непосильные для населения налоги

Рве, 277

Рис. 278

обогащали королевскую власть. В то же время взаимная вражда и борьба за влияние в государстве подрывали силу дворянства. Это привело к еще большему усилению королевской власти. Франция Людовика XIV превратилась в абсолютную монархию. Король стал законодателем не только в управлении государством, но даже в такой внешней стороне быта, какими были моды и правила общественного поведения. Этикет и манеры XVIII столетия характеризуются вычурностью и некоторым сентиментализмом, пришедшими на смену силе и смелости, столь свойственным дворянству XVI-XVII веков.

В царствование Людовика XIV все большее значение придается дворцовому этикету. Главным в нем было подчеркивание значения королевской власти. Этикет породил жесткую субординацию во всех. звеньях придворного, светского и военного общества. Принятый при дворе этикет стал смыслом жизни целой группы людей, вращавшихся вокруг короля и его семьи. Король - "гумаиист" претендовал на главенство даже в искусствах, он "опекал" поэтов, художников и писателей, особенно тех, чье творчество было направлено на возвышение королевской власти и прославление величества. Придворный поэт, написавший удачный мадригал, оду, восхваляющую фаворитку короля, становился более значительной фигурой, чем хороший военачальник. Король не только сам писал стихи, принимал участие в маскарадах, балах, различных увеселениях, он даже танцевал в балетах. Жизнь при дворе превратилась в сплошной праздник; на устройство увеселений тратились огромные народные деньги, страна разоряется, но абсолютистская власть продолжает удовлетворять свои личные потребности.

Меняются интересы общества, меняются и нравы; смена нравов всегда приводила к изменениям в модах. Все это приводило к коренным изменениям и в манерах поведения людей.

Западноевропейский политес, настойчиво вводимый Петром I в быт русского боярства, активно прививался и нашел яркое выражение в царствование Екатерины II, которая усиленно вводила французский этикет в русский дворцовый быт.

Французские моды

Р"С. 279

350

и манеры поведения получили постепенное распространение в дворя неких семьях, а оттуда проникали в купеческую и мещанскую среду. Смешиваясь со старым домостроевским укладом и обычаями, эти манеры, приобретали весьма искаженные формы. В провинциальном мещанском обществе, а частично и в мелкопоместном дворянстве возникала не только в языке, но и в манерах поведения смесь "нижегородского с французским".

Особенности мужского костюма

Костюм XVI-XVII веков, приспособленный к верховой езде, удобный для ношения вооружения и охоты, сменяется туалетом, более приспособленным для танцев. В мужском костюме начинают преобладать легкие ткани, парча, шелк и кружева. Костюмы выполнялись, как правило, в светлых тонах, украшались бантами, сборками и рюшками. Почти исчезает мода носить ботфорты и шпоры; езде верхом кавалеры предпочитают поездку в карете.

Мужской костюм этой эпохи состоял из шерстяных или шелковых чулок (что зависело от погоды и времени года), обычных туфель из кожи, а парадных из замши, шелка, бархата или парчи, на довольно широком и высоком каблуке. Туфли украшались боль" шимн бантами из материала костюма. Панталоны были короткими, они заканчивались подвязкой под коленом. В зависимости от моды и времени года менялись ткани и покрой, иногда штаны облегали ноги, иногда делались пошире. На туловище надевалась рубашка из белого полотна, украшенная по пластрону и манжетам дорогими кружевами. Поверх рубашки надевали камзол, удлиненный жилет. На камзол в домашних условиях надевали шлафрок - халат. На выход надевался кафтан. Отличительной чертой кафтана были пришитые по талии полы, иногда в сборку, иногда в складку, а в конце столетия гладкие (рис. 281). Детали вокроя кафтана менялись в зависимости от моды. Верхней одеждой кава-' лера был широкий, темный плащ, который, однако, не заменял теплой одежды.

Рве. 281

Рис. 282

351

Типичными принадлежностями мужского костюма были: шпага, шляпа, трость и лорнет, носовой платок и табакерка.

Шпага становилась все более короткой, ее клинок приспособился только для укола, она легка и изящна и скорее парадная принадлежность, чем боевое оружие. Манера носить шпагу свидетельствует о ее декоративном назначении. В конце XVII и начале XVIII столетия шпага в ножнах носилась на ленте (облегченной портупеей, которая надевалась на камзол через правое плечо). Позднее шпагу в ножнах помещали в специальную прорезь, сделанную в кафтане с левой стороны на уровне тазобедренного сустава. Рукоять была с левой стороны. Прорезь шла между тканью кафтана и подкладкой, несколько наклонно, и заканчивалась в шлице (разрезе между полами). Таким образом, шпага была сзади и почти поперек туловища. Нижний конец ножен высовывался в шлицу. Снимая кафтан, кавалер вместе с ним снимал и шпагу. Шляпа этой эпохи - треуголка. Если поля широкополой шляпы XVII века загнуть с трех сторон, то получится шляпа XVIII столетия. В зависимости от моды треуголку носили углом вперед или углом назад. Передняя часть треуголки или ее левая сторона украшалась розеткой. На поля вокруг тульи укладывалась лента. Богатые украшали треуголку страусовым пером.

Трость - типичная принадлежность костюма мужчины, не столько помогала при ходьбе, сколько была этикетным предметом. Трости были прямыми, высокими (до подмышки), делались из дорогих сортов дерева, полировались, набалдашник трости украшался резной костью, золотом и серебром и драгоценными камнями. В верхней части трости часто повязывался бант из ткани костюма. С такой тростью появлялись не только на улицах, но пользовались ею и в комнатах. Лорнет - очки на ручке. В первой половине столетия лорнет не закрывался. Позднее стал складным. Ручка лорнета, сделанная из рога, кости или драгоценных металлов, была удобной для держания, на конце имела кольцо, в которое вдевалась длинная тонкая золотая цепочка. Лорнет на цепочке висел на шее и был в руке или висел вдоль туловища. Мужские и женские лорнеты были одинаковы, они служили для исправления зрения близоруких и дальнозорких людей. Это типичная принадлежность людей среднего и старческого возраста.

Носовые платки были двух сортов. Парадный - из тонких, дорогих кружев служил вместо веера, его или держали в руке (чаще всего в раскрытом виде), или укладывали за отворот (манжет) рукава кафтана. Парадный платок мог быть белым или черным. Бытовой платок - полотняный, белый, довольно большой, служил для гигиенических целей. Его носили в верхних боковых карманах кафтана или в карманах, находившихся в его полах.

Лица, нюхавшие табак, пользовались темными цветными платками.

352

Табакерка - небольшая коробочка с плотной крышкой. Она служила вместилищем для растертого в пыль табака.

Табакерки были модной принадлежностью. Они выделывались из фарфора, серебра, золота, украшались росписью и драгоценными камнями. Такие табакерки часто служили предметом подарка и подношения.

Процедура нюхан и я состояла в том, что табачную пыль брали щепоткой из двух пальцев и поднеся к ноздрям, втягивали в нос. Мода нюхать табак держалась и в XIX веке. Табак нюхали и женщины среднего и особенно пожилого возраста. Желая заложить понюшку табаку, следовало предложить свою открытую табакерку присутствующим. Если высокопоставленное лицо угощало понюшкой из своей табакерки подчиненного, оно показывало ему свое расположение. Обмен понюшками считался выражением дружелюбия.

Особенности женского костюма

Женщины носили белые чулки, туфли мужского покроя, но на несколько более высоком каблуке. Женщина одевалась в белую рубашку, поверх рубашки носили корсет. Корсет - приспособление, снабженное пластинками из китового уса, имел целью приподнять грудь, стянуть талию и подобрать живот. Поверх корсета надевались панталоны. Панталоны были из полотна, доходили до середины голени и снизу были украшены кружевами. Поверх панталон женщины надевали кринолин. Кринолином называется тонкая холщовая юбка, имеющая горизонтально расположенные по всей окружности вздежки. В зависимости от моды и роста делали от двух до трех вздежек. Во вздежки вдевали пластинки китового уса. Такая юбка напоминала колокол. Для того, чтобы скрыть ребра от этих пластинок, поверх кринолина надевали нижнюю полотняную юбку, имевшую шесть-десять оборок. Ширина каждой оборки 5-10 см. Эта юбка опускалась в крахмал, гладилась, а, сборки плоились специальными щипцами. Оборки делали юбку пышной. Поверх этой юбки надевали нижнюю, тонкую, шелковую юбку. Эта юбка нужна была для того, чтобы роба, т.е. платье, хорошо сидело. Верхняя часть платья - лиф плотно облегал грудь, бока и спину женщины. В зависимости от моды и назначения платья были закрытыми или декольтированными. Декольте могло быть овальным или квадратным, оно низко открывало грудь, но мало вырезалось на спине. Лиф имел плечики, к которым подшивались широкие в виде буфов рукава, длинные в обычном платье и короткие в парадном. Считалось модным иметь пышную высокую грудь и узкую талию (рис. 282). Типичными принадлежностями к такому платью были: длинные выше локтей перчатки, веер и лорнет, а на улицу - зонт от солнца. Платье с кринолином почти касалось 353 пола, но редко имело шлейф. В эту эпоху женщины носили и кринолины типа панье - представлявшие эллипс, растянутый в стороны и уплощенный спереди и сзади. Ближе к XIX столетию в моду вошли турнюры. Турнюр представлял собой утолщение - подушечку, которую подвязывали повыше крестца. Для увеличения размеров турнюра к робе нашивалось большое количество материала и широкий бант. Кринолин - (крайне неудобное приспособление) женщины надевали только на приемы и при выездах в общество. В домашнем быту, по утрам, женщины носили пеньюары - богатые светлых тонов широкие халаты, обильно украшенные кружевами, - в которых чувствовали себя свободно. Перед приездом гостей и обязательно к обеду дамы одевались в парадный костюм, Прически отличались величиной и вычурностью. В моде были пудреные парики, накладные волосы и пр. Они были обязательной частью парадного туалета. Перчатки при длинных рукавах - обычные - обязательно надевались до выхода на улицу. Это делалось даже в сельской местности. Кожа на руках не должна была обветриваться и загорать. В парадном платье перчатки были значительно выше локтей. Такие перчатки надевали дома до выезда и снимали после приезда. Женщины надевали на перчатки кольца. Перчатки надо было туго натягивать, чтобы они нигде не морщили. Молиться в перчатках было недопустимо. Веер - типичное женское и девичье приспособление. Он выполнялся из тонких пластин, скрепленных на одном конце тонкой металлической осью. К верхней части этих пластинок подклеивался шелк. Этот шелк украшался вышивкой, мелким бисером, блестками, а иногда расписывался художником. Передняя и задняя планки веера были несколько шире, чем средние, и украшались. Многие веера были образчиками искусства и стоили больших денег. У богатой женщины было несколько вееров, и подбирались они к туалету дамы по цвету и материалу платья. Веерами пользовались весьма часто, исключая молитву, похороны и посещение храмов. Шаль - довольно широкое и длинное полотнище из тончайшего шелка или дорогих кружев, была любимой принадлежностью женщины XVIII столетия. Ею прикрывали сильно декольтированные руки, шею и грудь, а при выходе на улицу - голову. Простоволосой женщина-христианка на улице не появлялась даже в своем дворе или в саду. Пользовались также носовыми платками - парадными и бытовыми, лорнетами и табакерками.

Мужская осанка и походка

В мужском костюме, состоявшем из обуженных панталон и натянутых чулок,

поддерживавшихся круглой подвязкой из тесьмы, было затруднено сгибание ног в

коленях. Вместо свободных поз,

12 И, Э. Кох

354

столь свойственных XVI-XVII столетиям, появляется необходимость стоять с выпрямленными коленями, и нет причины широко расставлять ноги в стороны, хотя свободная стойка еще бытует. Движения мужчины становятся строгими и подтянутыми, а к середине и концу столетия приобретают изысканность и грациозность. Обтягивавший тело камзол и кафтан стесняли движения. Рукава, имевшие широкие манжеты, мешали держать руки опущенными вниз. Если все же руки опускали вниз, то их держали немного разведенными в стороны. Кисть и пальцы в этом положении были свободны. Спину и голову держали прямо - так же, как в современной правильной осанке. Типичны руки, сложенные на груди или за спиной; мужчины любили держаться за полы кафтана на уровне груди, закладывать большие пальцы в нижние карманы камзола (рис. 283). Облик мужчины этой эпохи был несколько женствен. Этому способствовали накладные волосы, пудреные парики, локоны, да и весь костюм. Походка. Стопы ставились по одной прямой, но с сильно разведенными в стороны носками. Носок вытягивался, когда нога для шага опускалась на землю. Естественно, что такая походка была типична только для светской жизни, в быту эти люди ходили нормально. При вытягивании носка вперед, если он не напряжен, стопа будет касаться земли мизинцем и только после этого обопрется на весь след. Движение должно быть плавным, без скачков и покачиваний.

У и р. № 299. Осанка и походка.

Построение в этом и последующих упражнениях - стайкой. Музыкальное сопровождение

- гавот (приложение № 44). Техника исполнения. Приняв верную осанку, надо идти

вперед в половинах, имея руки опущенными вниз, но слегка отведенными от

туловища. Затем ио команде педагога ученики принимают одну из описанных выше

поз. После остановки надо идти назад, причем ноги следует двигать за себя по

полукругу с вытянутыми носками и коленями. Переход от движений вперед на

движения назад можно выполнять и без оста-

Рис. 283

Рис. 284

355

новок. Указать, что такой вид ходьбы применялся в обществе XVIII столетия, где по этикету было принято отходить от человека, не поворачиваясь к нему спиной.

Женская осанка и походка

Надо рассказать, что корсет в большой степени обеспечивал осанку женщин и девушек. Если у актрисы нет корсета, его должны заменить верные навыки, полученные на уроках по движению. Играя роль светской женщины XVIII столетия, актриса должна создать верную пластическую характеристику героини, учитывая особенности туалета.

Типичной характерностью была малоподвижная фигура женщины. Корсет мешал движениям туловища. Затянутая талия затрудняла дыхание, а отягощенная большой прической голова была почти неподвижной и чуть откинутой. Кринолин мешал женщине опустить руки вниз, поэтому их держали довольно высоко. Кисти рук, поддерживавшие шаль, державшие веер, лорнет или зонт, почти всегда были чуть выше локтей. Если женщина уставала держать приподнятые руки, она опускала их в полусогнутом положении так, чтобы кисти свободно свешивались вниз, а пальцы расслаблялись (рис. 284). Руки как бы обтекали кринолин, но не прикасались к нему. Изучение осанки и походки следует вести, поставив руки в это положение.

Осанка характеризуется несколько выгнутой назад линией спины, подтянутым животом и приподнятой грудью. Плечи должны быть свободно опущены, а шея вертикальна. Походка женщины соответствует мужской, но шаги несколько короче и носок активнее вытягивается вперед; женщина как бы вышагивает, стараясь показать грацию и элегантность. Упражнение для совершенствования осанки и походки такое же, как у мужчин. Эту часть тренажа следует вести совместно. У и р. № 300. Ходьба и положение сидя.

Построение по кругу, лицом наружу; каждый занимающийся должен поставить перед собой стул на расстоянии четырех шагов. Музыкальное сопровождение - гавот (приложение № 43), все движения выполняются в половинах. Техника исполнения.

Надо начать движение к стулу правой ногой. Четвертый шаг должен быть на таком

расстоянии от стула, чтобы после поворота занимающийся мог удобно и естественно

сесть. Если движение начато правой ногой, то четвертый шаг будет левой, в этом

случае надо повернуться правым плечом назад и сесть. Ноги сами окажутся в

правильном положении. Выполнив это упражнение несколько раз, надо предложить

начинать ходьбу с левой ноги, и тогда поворот к стулу придется выполнять левым

плечом назад. Далее следует рассказать, что женщины, перед тем как опуститься на

сиденье, должны двумя руками с боков приподнять верхний обруч кринолина сзади, с

тем чтобы не сесть на него. Второй обруч при этом обязательно упрется в передние

ножки стула и займет пространство впереди сидящей. Если кринолин большой, то

невозможно близко подойти

12'

356

к женщине, не наступив ей на платье. Сидящая женщина не протягивала мужчине руку. У мужчин переход в положение сидя аналогичен женскому. Если шпага была в кафтане, то надо было приподнять сзади полы кафтана для того, чтобы не сесть на нее. Перед тем как сесть в кресло, надо было вынуть шпагу из кафтана. В кресло садились редко. Все эти стилевые движения надо учить с воображаемым костюмом. Для того чтобы встать со стула, надо слегка наклонить тело вперед, и тогда ноги легко приподнимут тело.

Сидящие любили вытягивать ноги вперед, складывая их "бантиком \* - класть стопа на стопу; держали ноги "бантиком", слегка или довольно близко подтянутые к стулу (рис, 285). Последнюю позу принимали только в поношенных панталонах. В новых так не сидели, чтобы не вытягивать их в коленях.

Никогда не сидели в позе "нога на ногу" - женщины потому, что при таком положении ног кринолин поднимался и сидящие напротив видели ее белье, а мужчины, чтобы не портить штаны и чулки. Типичны были положения, когда стопы стояли на небольшом, но разном расстоянии от ножек стула. Носки всегда были чуть развернуты. Сидящие с широко расставленными коленями мужчины выглядели некрасиво, а для женщин такая поза безобразна. У и р. № 301. Осанка и походка.

Построение-стайкой. Музыкальное сопровождение-гавот, все движения выполняются в половинах. Исходное положение - стопы по одной прямой, носки чуть врозь. Руки у женщин над кринолином, у мужчин - над кафтаном. Техника исполнения. Сделать восемь шагов вперед, остановиться в одной из поз, затем сделать восемь шагов назад. Надо рассказать, что плавность движения должна быть такова, что если бы на голове был поставлен стакан с водой, то вода в нем не колыхалась.

Методические указания. Следует по ходу исполнения менять направление движения то вперед, то назад, добиваясь ритмичности и плавности. Рассказать, что люди в этих костюмах передвигались очень медленно. В освоении стиля походки XVIII столетия замедленность и слитность движений наиболее трудные элементы. У и р. № 302. Приветственный жест.

Надо рассказать, что этот жест типичен для светского общества вне зависимости от его национальной принадлежности. По отношению к вышестоящим 357 лицам выполнялся реверанс, а с равными или нижестоящими - приветствия выполнялись только жестами рук и головой.

Первое подготовительное упражнение. На раз, поднять вперед правую руку, на два отвести ее в сторону, на три выдержать паузу и на четыре опустить ее вниз. Далее надо то же выполнить левой рукой. Музыкальное сопровождение в размере '/4, медленное, плавное. Движения выполняются в половинах. Второе подготовительное упражнение. Упражнение соответствует первому, но при выполнении второго элемента кисть поворачивается ладонью вверх, а голова в сторону движущейся руки.

Третье подготовительное упражнение. Упражнение соответствует первому подготовительному, но в первом элементе рука должна быть ослаблена в локтевом суставе, а кисть свободна и свисает вниз. При втором элементе локоть начинает отходить в сторону раньше, чем кисть. Распрямление локтевого сустава не должно быть полным, а кисть благодаря отсутствию напряжения в лучезапястном суставе свободно свисает ладонью вверх (рис. 286). В четвертом элементе голова поворачивается вправо (или влево) вместе с правой (левой) рукой. Методические указания. Надо тренировать это до автоматизма и в разных темпах. Надо постепенно добиваться, чтобы в жесте возникало определенное отношение к воображаемому партнеру. Надо добиваться, чтобы глаза сопровождали руку, чтобы они "увидели" человека, которому направлено приветствие. При выполнении этих жестов ноги и туловище должны помогать свободному их исполнению подсобными движениями. Это упражнение следует выполнять под мелодию гавота. Требование к выполнению слитного, легкого и изящного движения будет труднее тем мужчинам, которые обладают большой мышечной массой, она мало приспособлена к выполнению тонких движений. Поэтому работу над освоением различных стилей есть смысл начать с освоения XVIII столетия, как наиболее трудного. У и р. № 303. Ходьба с приветственным жестом.

Построение - стайкой, женщины впереди. Музыка - гавот, разритмовка в половинах

(приложение № 44). Техника исполнения. Стилевая походка шестнадцать шагов

вперед. Движение начинает правая нога. За каждые четыре шага выполняется один

жест приветствия. На первом шаге правая рука поднимается вперед. На втором шаге

рука и голова отодвигаются вправо, на третьем шаге - пауза в движении рук, но

голова наклоняется, в четвертом шаге - голова выпрям-

о 6 Рис. 286

358

ляется, рука опускается вниз. На последующих четырех шагах то же выполняет левая рука. Жест снова исполняется вправо и в заключение влево. Окончив упражнение, группа поворачивается к, двигаясь обратно, вновь выполняет упражнение в жестах.

Методические указания. Надо добиваться непрерывности движений. Это упражнение создает нужный актеру навык и является прекрасным средством совершенствования координации движений. Наиболее типичная ошибка возникает в нарушении стиля ходьбы. Если у занимающегося неверная походка в быту, она обязательно скажется в момент исполнения им этой стилевой находки и жестов руками и головой. В таком случае следует, не двигая руками, вновь заняться техникой походки. Если при выполнении этого упражнения у учеников сохранится правильная осанка и походка, то можно утверждать, что верные навыки превратились в нужные привычки.

Упр. № 304. Реверанс.

Рассказать, что схема этого поклона для мужчин и женщин почти одинакова. Этот поклон применялся в танцах XVIII века, где его техника была еще более вычурной, чем в быту.

Первое подготовительное упражнение. Исходное положение - стилевая стойка XVIII столетия. Техника исполнения. На счете раз отодвинуть правую ногу на шаг в сторону, передавая на нее вес тела. На счете два отвести назад в четвертую позицию левую ногу, на счете три присесть на обеих ногах, на счете четыре выпрямить колени, передавая вес тела на левую ногу, туловище слегка откинуть назад, причем правая нога должна носком касаться пола. На счете пять подтянуть правую ногу к левой в неполную третью позицию. Упражнение выполняется под команды. После освоения этих отдельных элементов надо сказать, что при выполнении под музыку придется, отводя левую ногу назад в четвертую позицию, одновременно сгибать колени (присесть), а затем выпрямить ноги, передавая вес тела на левую. В заключение следует правую ногу приставить к левой. Таким образом, реверанс выполняется за четыре счета. Все движения делаются в музыкальных половинах. После реверанса вправо следует сделать второй влево, затем снова вправо и в заключение влево. Полная схема упражнения состоит из четырех реверансов.

359

Второе подготовительное упражнение. Схема движений руками. Исходное положение - стилевая стойка. Техника исполнения. На счете роз надо приподнять с сторону полусогнутые руки со свободными кистями. На счете два обе руки почти сводятся в положении внизу перед туловищем. При этих движениях кисти должны отставать от предплечий. На счете три обе руки приподнимаются вверх до уровня груди (одна кисть в 10-15с.я от другой). Затем они мягким движением разводятся в стороны так, чтобы кисти оказались на уровне плеч, а локти были чуть согнуты. Ладони при этом повертываются вверх. На счете четыре кисти поворачиваются ладонями вниз и руки опускаются в исходное положение. Методические указания. Для того чтобы руки верно выражали стиль эпохи, необходимо добиваться абсолютной непрерывности движений при минимальных напряжениях мускулатуры, кисти должны быть совершенно свободны. Чем вычурнее будут движения рук, главным образом кисти и пальцев, тем точнее они передадут нужный характер поведения.

. Основное упражнение. Техника исполнения. На раз шаг правой ногой в сторону, руки в стороны; на счете два полуприседание, отставляя левую ногу в четвертую позицию, туловище слегка наклоняется вперед, руки опускаются вниз. На счете три туловище и колени выпрямляются, вес тела передается на левую ногу, а руки разводятся в стороны. На счете четыре переход в исходное положение (рис. 287). Далее следует выполнить все то же, но в левую сторону. Полная схема упражнения состоит из выполнения четырех реверансов.

Методические указания. Для тренировки навыка и совершенствования ловкости надо предложить исполнение реверансов в четвертях, а затем постепенно убыстрять темп исполнения гавота.

Упр. № 305. Комплексное.

Построение-стайкой, женщины впереди. Музыкальное сопровождение- гавот, все

движения выполняются в половинах (приложение № 44). Техника исполнения. Стилевая

стоика, упражнение начинает правая нога. Надо сделать восемь шагов вперед, затем

еще восемь шагов с приветственными жестами рук, затем два реверанса - правый и

левый. После этого выполняется восемь шагов назад (первый шаг начинает левая

нога) и два реверанса (левый и правый), потом поворот на 180 градусов и еще

восемь шагов на уход. Надо рассказать, что это упражнение может быть превращено

в этюд. Например, первые восемь шагов - придворные подошли к дверям парадного

зала, двери распахнулись, входящие, продолжая движение вперед, приветствуют

жестами руд находящихся в зале

Рис. 288

360

гостей, затем, подойдя к высокопоставленным лицам, выполняют два реверанса. Представившись, вошедшие пятятся назад, затем делают присутствующим два прощальных реверанса, поворачиваются и уходят. У и р. Кч 306. Воздушный поцелуй, поворот, детали мужского и женского реверансов, поклон, направленный одному человеку, поклон многим. Воздушный поцелуй. Сложить кончики большого и среднего па.тьцев правой руки, поднести их к губам, затем, поворачивая руку ладонью вперед и чуть вскидывая ее вверх, мягко раскрыть пальцы, как бы говоря; <(Мой поцелуй вам" (рис. 288). После этого рука опускается. Надо несколько раз проделать это действие, затем выполнить под музыку два реверанса-первый влево, второй вправо. При выполнении правого реверанса послать воздушный поцелуй. Выполняется он после того, как сделан третий элемент реверанса, но до поворота. Выполнить его надо так быстро, чтобы по времени не опоздать в повороте, т.е. в пределах только одной восьмой музыкального времени.

Поворот. Выполнив правый реверанс по третий элемент включительно, следует вместо подтягивания ноги начать поворот обязательно в сторону сзади стоящей ноги, в данном случае левой. Стопы при этих движениях от пола не отделяются - они только скользят по нему. При окончании поворота вес тела должен быть передан на левую ногу. Шаги на уход должны выполняться без потери темпа. Детали мужского и женского реверансов. Поскольку тело мужчин было свободно от корсета, они имели возможность достаточно низко наклонить туловище вперед. Глубина поклона зависела от отношения к партнеру. При выпрямлении туловище несколько откидывалось назад (рис. 289).

Женщина из-за корсета и тяжелой высокой прически не имела возможности наклоняться вперед, а только, приседая, чуть наклоняла голову (рис. 290). Поклон одному и поклон всем. Если при исполнении правого реверанса правую руку и глаза направить к определенному лицу, то сразу возникнет впечатление, что реверанс направлен только этому лицу (рис. 291). При левом реверансе то же самое выполняется левой рукой. Если, выполняя реверансы, развести руки в стороны, то получится жест, обнимающий всех присутствующих (рис. 292), Необходимо, чтобы при выполнении комбинаций учащиеся пользовались обоими видами жестов. Вначале он может быть направлен только конкретным лицам, а при уходе всем.

Рис. 289

361

Упр. Хв 307. Комплексное (второй вариант).

Схема этого упражнения является повторением упражнения № 305, но мужчины должны кланяться, сгибая тело, а женщины, наоборот, только с прямыми спинами. Первые два реверанса направляются конкретным лицам, два вторых - общие. Музыка - гавот в среднем темпе, вначале все движения надо выполнять в половинах, а затем в четвертях (приложение № 43), Методические указания. Это упражнение основное из серии тренировочных. Некоторая замедленность в темпе создает наиболее полные возможности совершенствования не только стилевой техники, но повышает уровень ловкости, ритмич-' ности и музыкальности движений.

У и р.]\"а 308. Тренировочное.

Первый вариант. Техника исполнения - восемь шагов вперед, два реверанса, восемь шагов назад, два реверанса, воздушны и поцелуй, поворот и уход. Музыкальное сопровождение - гавот в среднем темпе. Все движения выполняются в половинах. Второй вариант. Все то же, что в первом, но движения в ходьбе выполняются в четвертях, а реверансы-в половинах.

Методические указания. Указать, что при убыстрении шагов надо приподниматься на полупальцы, особенно при движении назад. Если скорость будет высокой, то надо сокращать величину шагов. Это создаст еще большее впечатление грациозности. Третий вариант. Схема упражнения аналогична первому варианту, но все движения выполняются в четвертях.

Методические указания. Убыстрения потребуют своеобразной мышечной мобилизации. В то же время нельзя терять легкости и ритмической точности. В целях усиления тренажа преподаватель должен постепенно увеличивать скорость исполнения гавота, с тем чтобы выход и уход были приближены к пробежке. Несмотря на увеличенную скорость, форма этого движения все же не должна быть бегом. При скоростном выполнении будут затруднения в жестах рук и исполнении воздушного поцелуя и тем не менее следует добиваться верного выполнения. Эта форма тренировки совершенствует приспособляемость навыков на материале стилевого поведения.

Рис. 291

Рис. 292

362

Обращение с треуголкой и веером

У пр. № 309. Обращение с треуголкой.

Треуголка надевалась на голову так, чтобы от бровей до полей шляпы было расстояние в толщину указательного пальца. Для того, чтобы верно снять треуголку, надо положить указательный и третий пальцы на ее поле сверху в переднем или правом углу, а большой, безымянный и мизинец подложить снизу (рис. 277 а). Пальцы надо сжать. Такая манера позволяла удобно снять и надеть шляпу. Рассказан и показав эти приемы, педагог предлагает за нилающимся несколько раз их проделать. Далее надо рассказать и показать, что снятая с головы треуголка могла быть опущена вдоль по ноге (первое бытовое положение) или положена на левый бок и прижата к нему левой рукой на уровне тазобедренного сустава (второе бытовое положение) (рис. 293), или взята на споднос", так же как широкополая шляпа XVII столетия. Это положение парадное. После показа учащиеся тренируются в исполнении этих движений под команду преподавателя. Надо пояснить, что жест приветствия руками выполнялся без снимания шляпы, а при реверансах ее обязательно снимали. Предложить выполнить схему: восемь шагов вперед, снимая шляпу, сделать два реверанса, затем восемь шагов назад, снова два реверанса, поцелуй, поворот и уход. Руку надо подносить к шляпе на восьмом шаге, при исполнении первого элемента поклона рука снимает треуголку с головы и отводит ее вверх в сторону, второй и третий элементы выполняются руками, как обычно, а в момент, когда ноги делают заключительные движения, треуголку следует надеть на голову. При выполнении левого реверанса можно снимать шляпу правой рукой, а можно и левой. Тренировать следует наиболее разнообразные варианты этих стилевых действий. При уходе надо положить треуголку "на поднос", а кланяясь, взять ее в руку для выполнения реверансов. Мужчины вместо воздушного поцелуя, имея (треуголку в руке, выполняли ею своеобразный прощальный жест. Перед поворотом, после прощального реверанса, кавалер поднимал правую руку с треуголкой вверх так, чтобы кисть вскинула ее свободным жестом. После этого рука свободно опускалась вниз - полукруговым движением и далее вверх так, чтобы опустить шляпу на голову.

а 6 Рис. 293

363 Упр. № 310. Обращение с веером.

Надо рассказать и показать, что веер имеет лицевую, т.е. парадную сторону и изнанку, показывать которую присутствующим не следовало. У шелковых вееров на изнанке были опорные планки, а если веер сделан из рога или кости, то парадная сторона его была украшена.

Для того, чтобы веер оказался в правильном положении, его надо взять указательным и большим пальцами за крайнюю планку так, чтобы лицевая сторона была обращена к себе, Ось, соединяющая планки, должна находиться в середине ладони. Для того, чтобы закрыть веер, ладонь следует повернуть взерх, опуская кисть резким движением. Это движение подберет все планки веера к той, которая в пальцах. Три остальных пальца должны зажать оставшиеся планки в сложенном положении (рис. 294). Эти движения следует выполнить несколько раз. Техника раскрывания веера в том, что, ослабив средний палец, безымянный и мизинец, надо, придерживая веер за переднюю планку большим и указательным гальцами, довольно резким движением опрокинуть кисть вниз-налево. При таком движении веер обязательно раскроется, и тогда надо зажать его всеми пальцами. Затем следует развернуть кисть ладонью вверх и, сгибая локоть, приложить раскрытый веер к груди (рис. 295). Эти элементы техники надо выполнять также несколько раз.

У и р..№ 311. Раскрыть и закрыть веер.

Исходное положение - свободная поза, закрытый веер в правой руке, левая над кринолином. Музыкальное сопровождение - медленный вальс. Техника исполнения. В первом такте веер раскрывается и зажимается пальцами, во втором раскрытый веер разворачивается кистью вверх, в третьем веер кладется на грудь и в четвертом складывается движениями кисти от себя. Эти движения следует выполнить также несколько раз. То же следует выполнить и левой рукой. Обмахивания веером. Надо рассказать и показать, как пользоваться медленными и быстрыми обмахиваниями, создающими нужное движение воздуха. На вечерах, балах и в театрах было жарко из-за свечного и лампового освещения, а туалеты настолько тяжелы, что потребность в опахивании веером была настоятельна. Надо сказать, что некоторые мужчины также пользовались маленькими веерами.

а, б 1чс. 294,

Рис. 295

364

Медленное обмахивание состояло в том, что женщина, не отодвигая в сторону локоть и плечо (они должны быть у туловища), слегка разворачивала кисть наружу, а затем медленно поворачивала ее к себе. Эти движения веера создавали нужное течение воздуха. Быстрое обмахивание состояло в том, что кисть руки выполняла мелкие вибрационные движения, по направлению "от себя и к себе". Эта вибрация также создавала поток освежающего воздуха.

Хороший тон допускал любой вид обмахивания, если женщина была одна или в приятельской компании, и не допускал движений веером в случаях, когда велась официальная беседа или происходила какая-либо церемония. В этих случаях, так же как при поклонах и приветственных жестах, веер был закрыт. Кроме того, веер служил для выполнения бытовых жестов. Например, чтобы позвать служанку, ударяли два раза сложенным веером по левой ладони, показывали веером направление; им можно было позвать, остановить, пригласить сесть, ударить и т. п. Во всех указанных случаях выполняли обычные жесты, а веер служил только продолжением руки, что делало жест более широким и выразительным. Открытым веером часто прикрывали грудь или часть лица. Закрытый был опущен вниз, иногда его держали в двух руках, иногда же он висел на ленте. В движениях веером активно проявлялись эмоциональные признаки героини - покой, радость, раздражение, гнев и т. п. Веер был постоянной принадлежностью светской женщины и девушки. У и р. № 312. Медленные и быстрые обмахивания.

Построение - стайкой. Исходное положение - свободная стойка и веер открыт. Музыка - вальс в среднем темпе. Техника исполнения. В первом такте веер медленно отклоняется от тела, во втором медленно наклоняется к телу. После освоения этой техники надо предложить ускорить движения кисти так, чтобы оба движения от себя и к себе выполнялись в пределах одного такта. После освоения этой техники надо предложить следующую схему упражнения: сделать семь шагов вперед и остановиться. Остановка совпадает с восьмым тактом, и в этот момент веер надо закрыть. Как только начинается исполнение следующей музыкальной фразы, веер открывается с одновременным выполнением первого шага. Эту схему следует повторить несколько раз.

Техника быстрого обмахивания состоит в том, что женщина должна прижать снаружи к предплечью нижнюю планку веера, а затем выполнять кистью быстрые небольшие движения - вибрировать. Эти движения произвольны по темпо-ритму, они возникают и прекращаются как бы случайно. После освоения этой техники надо дать упражнения по схеме: семь шагов вперед и остановиться, сделать снова семь шагов и снова остановиться и т. д. При ходьбе раскрытый веер вибрирует, при остановках он закрывается.

Наконец, повторяя эту же схему ходьбы и остановок, надо несколько.раз подряд менять движения веером, исполняя их то быстро, то медленно. Кроме того,. надо тренировать в этой технике левую руку.

365

У и р. № 313. Ходьба, приветственные жесты веером. Исходное положение - дамы в свободной стойке, левая рука над кринолином, правая держит открытый веер, закрывая им грудь. Техника исполнения. Восемь шагов вперед (начиная правой), медленно обмахиваться веером на каждом шаге. При выполнении последующих восьми шагов выполнить приветственные жесты руками. Веер следует закрыть при первом элементе приветствия, на втором и третьем он закрыт, при выполнении четвертого - раскрывается и кладется на грудь. При последующих шагах, когда жест выполняется левой рукой, веер сложен и неподвижен. Эту схему следует выполнить несколько раз подряд. Музыкальное сопровождение - гавот. У и р.;№ 314. Реверанс с веером.

Техника исполнения. Выполняя первый элемент реверанса, женщина закрывала веер (это движение удобно выполняется при отведении руки в сторону), второй и третий элементы реверанса выполняются с закрытым веером. Пока выполняется четвертый элемент, веер раскрывает и закрывает грудь. При первом же шаге женщина раскрывает веер и на ходу обмахивается им. При выполнении следующего реверанса веер снова закрывается.

При выполнении двух реверансов подряд веер раскрывается при окончании первого и вновь закрывается в начале второго.

Методические указания. Это упражнение следует повторять до полного освоения навыка. При отходе назад веер должен быть закрыт; он может висеть на ленте, может лежать на ладони левой руки. Все движения веером следует выполнять и левой рукой.

Обращение с тростью

Трость XVIII столетия была предметом щегольства. Надо рассказать и показать две манеры держать трость. Первая в том, что ладонь руки клали сверху на набалдашник, пальцы его охватывали. Вторая в том, что пальцы держали трость в 10-15 см ниже набалдашника. Манеры обращения с тростью были грациозны. Такой тростью слегка подпирались при ходьбе, иногда ее несли в руках, применяли для указания направления, для отдачи распоряжений, для приветственных жестов и т. п. У и р. № 315. Типичные позы с тростью.

1. Трость в правой руке, держится за набалдашник, ее нижний конец около правой стопы, рука отставлена в сторону, локоть почти выпрямлен, трость оказывается в положении небольшого наклона. 2. То же положение, но рука выставлена вперед. 3. Кисть на набалдашнике, нижний конец трости упирается в землю, локоть почти или совсем согнут (рис. 296). 4, Трость держится в горизонтальном положении в двух руках перед туловищем или за туловищем. 5. Трость под мышкой правой или левой руки. Иногда перекладывали трость непосредственно из руки в руку, иногда делали это небольшим броском. 6. Стоя опирались на трость двумя 366 руками (рис. 297). Надо практически под соответствующие команды выполнить эти положения несколько раз подряд, запомнить их для того, чтобы при остановках в упражнениях принимать ту или иную позу. Надо дать упражнение в ходьбе, требуя выполнения соответствующих движений и поз с тростью. В XVIII веке, когда трость была светской принадлежностью при ходьбе, на нее опирались только поперемен посторонне, т.е. если первый шаг выполнялся левой ногой, то правая рука выносила трость чуть вперед, а при шаге левой на нее опирались (рис. 298). Таким образом, одни цикл движений тростью совпадал с двумя шагами. Надо тренировать до свободного исполнения этой техники.

Затем следует изучить выполнение приветственных жестов с тростью. Начало такого жеста состояло в том, что в момент подъема руки для приветствия кавалер слегка подбрасывал трость вверх, ловил на уровне трети или половины и выполнял обычный жест, имея трость в руке (рис. 299). Если жест приветствия выполнялся левой рукой, то правая держала трость на весу. После того, как приветствие было выполнено, пальцы слегка разжимались, полированная трость легко скользила вниз и упиралась в землю. В этот момент пальцы перехватывали ее за набалдашник. Затем эти движения разучиваются левой рукой.

Упр. Л'" 316. Комбинированное.

Построение-стайкой, женщины впереди. Музыкальное сопровождение- гавот, движения выполняются в половинах. Техника исполнения: восемь шагов вперед (мужчины подпираются тростями, женщины обмахиваются веерами), еще восемь шагов вперед с приветственными жестами рук, затем два реверанса, далее восемь шагов назад, два прощальных реверанса, воздушный поцелуй у дам и приветственный жест треуголкой у мужчин, на повороте дамы распахивают веера, мужчины надевают шляпы и все уходят. Методические указания. Учащиеся должны сами создавать детали в предложенной схеме. Так, например, наиболее удобно будет нести трость в левой руке, а если она будет в правой, то ее придется переложить в левую перед тем, как кавалер начнет выполнение реверансов, во время которых снимание треуголки обязательно. Поскольку в схеме указано, что при отходе назад треуголка "на подносе", кавалеру придется либо передать трость в правую руку, либо взять ее под мышку левой руки. Возможен вариант, когда треуголка будет "на подносе", но и трость в левой руке. Подобные детали прекрасно тренируют стилевые действия XVIII столетия и ловкость, поскольку навыки наслаиваются один на другой и затруднены ходьбой. Все это требует быстрой и правильной реакции.

Создание различных схем подобного поведения необходимо при работе над спектаклем и в уроках по повышению квалификации актеров.

У и р. № 317. Кавалер и дама.

Построение группы - мужчины в шеренге с одной стороны зала, дамы в шеренге с

другой. (Желательно такое расстояние между шеренгами, чтобы ученики могли

сделать по восемь шагов друг другу навстречу. Если помещение небольшое, можно

ограничиться четырьмя шагами). Музыкальное сопровождение - гавот, движения

выполняются в половинах. Занимающиеся без принадлежностей к костюму. Техника

исполнения. Восемь шагов навстречу друг другу. Каждый кавалер двигается по

направлению к своей даме. Встретившись, они выполняют правый

Г V ^

а б " Рис. 29В

а 6 а.

Рис. 298 Рис 2"

368

реверанс, после чего дама останавливается в позе, а кавалер, делая еще два шага, поворачивается к ней правым боком, поднимая правую руку на высоту ее плеч а -Его рука должна быть почти прямой, кисть вытянута? ладонь направлена вниз, большой палец слегка отставлен. Этот жест обозначал просьбу подать руку. Кавалер стоит в позе, пока дама не примет эту руку. Прием руки состоял в том, что дама, делая по направлению к кавалеру два шага, поворачивалась к нему левым боком и накладывала на его пальцы свою левую руку так, чтобы ее безымянный палец и мизинец могли захватить указательный палец кавалера. (Рука женщины накладывалась сверху, округлым и довольно широк им движением) (рис. 300). Кавалер слегка сжимал пальцы женщины своими. Так образуется колонна по два. Эту часть упражнения следует выполнить несколько раз подряд, добиваясь ритмичности, легкости, грациозности исполнения.

Вторая часть этого упражнения состоит в том, что кавалеры должны подвести дам к стульям (их надо предварительно расставить по помещению). Техника исполнения. Кавалеры ближайшим путем ведут даму к стулу, делая всего четыре шага, а затем, остановившись, продолжают выполнять правой рукой такое движение, чтобы за следующие четыре шага дамы оказались спиной к стулу и на расстоянии от него примерно в один метр. Далее партнеры выполняют сначала правый, а затем левый реверансы, и дамы, делая один-два шага назад, опускаются на стулья. Кавалеры уходят от них, не поворачиваясь спиной. После восьми шагов назад они выполняют два реверанса, посылают им приветствие рукой, те отвечают воздушным поцелуем, после чего кавалеры поворачиваются и уходят. Женщины принимают свободные позы, открывают веера и обмахиваются ими. Вторую часть упражнения следует повторить также несколько раз, а затем выполнять упражнение целиком. Музыкальное сопровождение- приложение № 44.

У и р. № 318. Кавалер и дама (второй вариант). Построение группы, музыкальное сопровождение, рисунок поведения точно соответствуют предыдущему упражнению, но мужчины в треуголках и с тростями, женщины - в кринолинах и с веерами.

Рис. 360

369

Методические указания. Схема этого упражнения уже разучена и не требует к себе внимания, кроме того, у учащихся имеются навыки верного обращения с принадлежностями к костюму. Это дает возможность отрабатывать детали в стилевом поведении, что особенно важно в последних упражнениях этого раздела. Надо тщательно поправлять мелкие ошибки, возникающие в обращении с предметами. Если в учебном заведении нет нужных принадлежностей, следует только рассказать занимающимся о том, как следует ими пользоваться, для того чтобы у молодых актеров были хотя бы знания, пользуясь которыми они могли в театре выполнить верные действия. В таких уроках не следует требовать выполнения стилевых действий с воображаемыми предметами. Молодой актер не может выполнять то, что им практически не освоено, например, как можно верно выполнять движения по открыванию и закрыванию веера, если девушка никогда не держала в руках веер конструкции XVIII столетия. Движения с воображаемыми предметами, как правило, приводят к искажению стилевых действий.

Если указанные выше принадлежности имеются, то в тренаже надо подсказать, что ученики имеют право разнообразно пользоваться ими, комбинируя дробные действия так, как это диктует логика и фантазия в придуманных обстоятельствах. В заключение раздела следует показать и практически обучить манере целования женской руки. Поскольку кринолин занимал большое пространство, стоящая женщина протягивала почти прямую руку, кавалер делал шаг вперед, но так, чтобы не наступить на подол ее платья. Он подкладывал свою ладонь под руку женщины, наклонялся и слегка касался губами ее пальцев. Ритуал XVI-XVII веков постепенно превратился в светский обычай, признак галантного отношения к женщине. Если женщина понимала, что дотянуться до ее руки невозможно, не наступив на юбку, она вовсе не протягивала свою руку мужчине. Руки женщинам целовали даже в тех случаях, когда на них были перчатки.

370

Глава тридцать шестая

СТИЛЕВЫЕ ОСОБЕННОСТИ В ПОВЕДЕНИИ РУССКОГО И ЗАПАДНОЕВРОПЕЙСКОГО ОБЩЕСТВА XIX И НАЧАЛА XX СТОЛЕТИЯ Основная драматургия русской и советской классики отражает уклад жизни общества XIX и начала XX столетия, эпоху наиболее сильных общественных потрясений. В результате Великой Октябрьской социалистической революции в корне изменились общественные отношения в бывшей царской России, Октябрьская революция, сохранившая духовные ценности, созданные народами страны, объявила беспощадную борьбу укладу буржуазной и аристократической жизни. В частности, она активно боролась и с ее внешними проявлениями. Идеологическая борьба находила выражение даже в таких признаках быта, как костюм и манеры поведения. Борьба с буржуазным и аристократическим бытом привела к тому, что из создаваемого уклада нового советского общества ушли ненужные и противоречащие социалистической морали условные правила поведения, диктуемые кодексом так называемого хорошего тона.

С укреплением быта советского общества, с ростом потребностей населения и развитием экономики в стране, все более возрастала борьба с пережитками прошлого, но в то же время возникло активное стремление к удовлетворению эстетических потребностей в укладе жизни населения. Начинается борьба за развитие и укрепление норм коммунистической морали и ее проникновение в бытовые отношения людей. Постепенно вырабатываются новые нормы отношений и поведения. В них находят отражение те черты уклада, которые соответствуют национальным признакам народов, живущих в Союзе, отражаются исторические черты уклада этих народов, в том случае, если они не противоречат нормам советской морали. Именно поэтому были отвергнуты многие правила "хорошего тона" русского аристократического и буржуазного общества, но "хороший тон" советского общества заимствовал из них все то, что соответствует социалистическому укладу, то, что действительно делает нашу жизнь прекраснее.

Предлагаемая тема "Стилевые особенности в поведении русского и западноевропейского общества XIX и начала XX столетия" должна дать режиссеру, актеру и педагогу знания и навыки, которые, в первую очередь, помогли бы верному пластическому решению русской классической пьесы. Наиболее необходимые актеру стилевые действия, типичные для этой эпохи, нашли отражение в соответствующих упражнениях.

Следует отметить, что в предмете пока нет упражнений, отражающих особенности в поведении таких колоритных персонажей, как купечество и служители религиозных культов. Этот учебный материал пока находится в состоянии разработки. Имеющиеся 371 упражнения отражают особенности пластического поведения офицерства, мужчин, женщин и девушек светского общества и чиновничества. Учитывая, кроме того, необходимость в справочном материале по быту и этикету XIX столетия, в этой же главе кратко раскрывается содержание понятия "хороший тон" в виде изложения правил поведения, принятых в светском и буржуазном обществе указанной эпохи.

Все то, что оказалось в этих правилах полезным для советского общества, было этим обществом критически переосмыслено и постепенно вошло в его уклад.1 В поведении человека "избранного общества" по отношению к нижестоящим лицам кодекс считал обычным проявления любого пренебрежения, даже грубости. Так, например, требовалось, чтобы, здороваясь с хозяйкой дома, гость обязательно приложился к ее ручке, а лакея и горничную, которые принимали его платье, этот же гость просто не замечал. Пожать руку дворецкому или какому-нибудь другому слуге - факт в "обществе" невероятный!

Если представить поведение русского светского общества по этим правилам (вне их критического анализа), то может сложиться впечатление о высокой морали: честности, порядочности, доброте и отзывчивости, а на самом деле оно было далеко не таким, каким изображали его придворные бытописцы. Правила "хорошего тона" выполнялись только по отношению к лицам своего круга или занимающим еще более высокое положение. В этом обществе поведение было почти точно установлено, обязательно выполнялось и даже тщательно подчеркивалось.

Хороший тон в костюме

В светском обществе весьма большое значение придавалось внешнему виду человека, и потому туалету уделялось большое внимание. Несмотря на то, что мода довольно быстро менялась, кодекс правил в отношении костюма почти не менялся.

1. Одеваться слишком модно- признак дурного вкуса. Отставать от моды недопустимо. Нужно быть одетым по моде, но так, чтобы туалет не бросался в глаза.

2. Все части мужского туалета должны представлять ансамбль. Мужчине нельзя одеваться больше, чем в два цвета, хотя это не относится к цвету галстука. Весной и летом надо одеваться в более светлые тона, чем зимой и осенью. Соблюдается порядок даже в течение дня, так утренний костюм может быть более светлых тонов, к вечеру темнее. В конце XIX столетия и позднее ' Принягые советским обществом правила и манеры отмечены в последующем тексте звездочкой ( \*).

372 вечерний туалет мог быть только черным. Все принадлежности туалета должны были ему соответствовать: так, в частности, менялись украшения, кольца, цепочки, брелоки. "Хороший тон" не разрешал носить ткани ярких расцветок; в цветном костюме можно быть в домашней обстановке или приехать с дружеским визитом, но в остальных случаях одевались только в черное.

Туалет женщин менялся до пяти раз в течение дня: утром, к прогулке, к полднику, с визитом, к обеду или ужину.

Замужняя женщина одевалась в соответствии с костюмом мужа. Утром он в шлафроке, она в пеньюаре, затем оба в скромном выходном туалете, далее оба в визитных костюмах, к обеду он в смокинге г. или фраке, она в открытом платье.

Хороший тон в поведении на улице

Появление на улице без головного убора издавна считалось в России нарушением коренного обычая и было признаком отсутствия воспитания. Женщины при выходе на улицу в городе летом надевали шляпки различных фасонов, зимой же носили теплые шапочки и капоры. На прогулке за городом голову покрывали шалью, тщательно закрывая лицо от действия солнца, а кроме того пользовались зонтами. Женщины из простонародья, выходя на улицу, накрывали голову платочком, большим темным платком или шерстяной шалью.

Мужчины, в зависимости от вкуса и достатка, носили цилиндры, котелки и фетровые шляпы. Летом предпочитали твердую соломенную шляпу (канотье) или мягкую светлую соломенную панаму. Только в поле или в приусадебном саду можно было носить фуражку.

Чиновники и военные в обычной жизни пользовались фуражками, офицерство в парадных случаях носило кивера и каски, а знатное чиновничество - треуголки. Мелкое купечество и мастеровой люд носили картузы и поярковые шляпы. В зимнее время в ходу были различные теплые шапки: боярки, кубанки, папахи, треухи и ушанки. В зимнее время офицерство носило меховые шапки установленного для данного полка образца. Учащаяся молодежь носила фуражки, а зимой, кроме того, башлыки. Зимой башлыки были у солдат и офицеров. Воспитанные люди не появлялись на улице, даже летом, без пальто или накидки. В жаркую погоду их носили на руке.

Типичными принадлежностями женского костюма были зонты и веера, а мужского - зонты или трости.

1 Смокинг появился в конце XIX столетия. Нарядный вечерний пиджак, с шелковыми реверами, обязательно с черным фрачным жилетом, крахмальным пластроном и манжетами белой рубашки, черным галстуком-бабочкой, фрачными брюками и лакированной обувью.

373

На прогулке пешком или в экипаже женщина всегда была по правую руку от мужчины. Если шло двое мужчин и одна женщина, а мужчины были ее родственниками, она была между ними; если один из мужчин был только ее знакомым, он шел со стороны мужчины. Если шел один мужчина и две женщины-родственницы, он находился между ними; если же одна из женщин была посторонней, она шла рядом с женщиной. Это правило особенно тщательно выполнялось в купеческой среде.

Более знатной даме или старшей по возрасту предлагалась правая рука, а менее знатной или более молодой - левая.

В XIX веке возникла манера ходить под руку. Эта манера состояла в том, что мужчина предлагал даме свою правую руку в полусогнутом положении, а она, принимая приглашение, клала свою левую ладонь на его предплечье (рис. 301). Замужняя женщина ходила под руку только с мужем или старшим по возрасту родственником. Девушка только с отцом, дядей или старшим братом. Ходить под руку с посторонним мужчиной считалось недопустимым. Дамы "полусвета", т.е. женщины легкого поведения, афишируя свое свободное отношение с мужчинами, нарушали это правило.

Посторонний мужчина мог поддержать женщину под локоть в случаях, когда надо было помочь ей подняться на тротуар, перейти через какое-либо препятствие, сесть в экипаж и т. п. случаях.

Если мужчина и женщина шли под руку, она находилась чуть сзади, при беседе ему приходилось поворачивать к ней голову. Он обязательно соразмерял величину своих шагов с шагами своей дамы. Шли они медленно и обязательно "в ногу". Если шли порознь, то он находился с ней рядом и мог идти не в ногу. При подъеме или спуске с горы, при движении по лестнице, если она держала его под руку, то находилась чуть сзади (рис. 302); если они шли раздельно, то он двигался с ней рядом.

Рис. 301

Рис. 302

374

При входе в экипаж кавалер помогал даме войти в него, если не помогал лакей (или если он хотел быть любезным), после чего мужчина садился в экипаже напротив или, обойдя его сзади, садился так, чтобы дама была от него справа. В случае дурной погоды или грязной мостовой это правило не выполняли. При выходе из экипажа дверь открывал лакей, и он же помогал выйти сначала даме, а затем кавалеру. В случае отсутствия лакея это выполнял мужчина. Если экипаж был узок, он выходил в сторону улицы, открывал правую дверцу и помогал ей выйти. Считалось возможным, протянув руку к правой дверце, открыть ее, в этом случае дама шла первой, а он помогал ей, поддерживая сзади под локоть.

Если у кого-либо оказывался непорядок в костюме (что уже было нарушением хорошего тона), его старались исправить незаметно. Хороший Тон требовал умения сказать человеку о непорядке в костюме, но предварительно извинившись и самыми тактичными словами. Мужчине об этом мог сказать только мужчина, женщине - женщина. Человек, которому оказали такую услугу, обязательно благодарил. Но сказать: "У вас на чулке дырка" - недопустимо, а "У вас чулки не в порядке" совершенно приемлемо. В умении подобрать нужные слова проявлялся хороший тон.

Считалось недопустимым останавливаться для беседы на панели, тем более собираться группами. Мужчины при необходимости срочного разговора на улице отходили в сторону к стене дома, чтобы не мешать идущим. Воспитанные женщины и тем более девушки никогда на улице не останавливались. Это правило не соблюдали в парках, садах и сельской местности. Стоять на панели в городе могла только женщина легкого поведения.

Считалось нарушением приличия, встретив знакомых на улице, пытаться подозвать кого-либо из них, особенно женщину или девушку, но можно было, извинившись, подойти к ним и попросить разрешения пройтись с ними.

Большим нарушением приличия считалась неловкость, когда один человек толкал другого, даже при большом скоплении народа. При необходимости пройти в тесноте следовало обращаться к стоящим с соответствующими словами, а не толкать. Если совершалась подобная или какая-нибудь другая неловкость, следовало немедленно принести извинение лаконично, скромно и ке назойливо. Тот, у кого просили извинения, отвечал соответствующими вежливости словами. Умение тактично извиниться и так же ответить на извинение было проявлением "хорошего тона". Следует отметить, что все виды просьб и ответы на них воспитанный мужчина на улице обязательно сопровождал приподниманием головного убора и легким поклоном. В помещении выполнялся только поклон. Женщины в подобных обстоятельствах обращались только словесно.

375

Во время беседы с высокопоставленным человеком мужчина снимал шляпу и надевал ее только после прощания.

Хороший тон в приветствиях

Приветствуя на улице родственника или знакомого, мужчины кланялись, обязательно приподнимая головной убор. Женщины, здороваясь, только кланялись. Если встреча происходила на близком расстоянии, то поклон дополнялся какой-нибудь любезной фразой, Это обращение не было обязательным, если знакомство было дальним и в официальных отношениях.

Военнослужащие, приветствуя штатских мужчин и женщин, отдавали им такую же, как военным, честь. У русского офицерства был обычай, приветствуя человека, которому они хотели оказать повышенное уважение, снимать фуражку (вместо того, чтобы отдать честь).

Считалось совершенно недопустимым, вместо того чтобы обнажить голову и поклониться, - помахать рукой. Подобный жест мог быть только при отъезде и приезде.

Сопровождая женщину, головной убор снимали левой рукой. Если же мужчина оказывался справа от дамы, то он снимал шляпу правой рукой, то есть всегда так, чтобы не махать шляпой перед лицом женщины. Это правило соблюдали по отношению к пожилым мужчинам.

Если на улице встречался знакомый женщины и она отвечала на его приветствие, то сопровождавший ее мужчина, даже если он и не был знаком с этим человеком, также снимал головной убор и кланялся. Если встречался знакомый кавалера, то его дама на приветствие незнакомого мужчины не отвечала. Если при встрече людям приходилось остановиться, то мужчины, как правило, подавали друг другу руки для рукопожатия (но это было жестом дружелюбия и им не всегда пользовались). Подавая руку, одновременно приподнимали левой рукой головной убор. Женщины почти никогда на улице не протягивали руку мужчинам, а тем более друг другу, но иногда целовались в щеку. Хороший тон требовал соблюдения некоторых условностей при подаче руки. Считалось выражением пренебрежения, даже оскорблением протягивание левой руки. Это еще и признак плохой воспитанности. Право подать руку принадлежало человеку вышестоящему по социальной лестнице. Так, например, молодая графиня протягивала руку пожилой женщине - простой дворянке, ведь графиня была титулована. Эта субординация тщательно соблюдалась. При равенстве социального положения право подать руку принадлежало старшему по возрасту, а при видимом равенстве возрастов женщины протягивали руку мужчинам.

376

Хороший тон допускал возможность при большом количестве знакомых ограничиваться общим поклоном, но если пожималась рука одного человека, то надо было пожать их всем. В обществе не принято выделять людей.

Рукопожатие применялось часто как выражение благодарности.

Поцелуи

Когда женщина протягивала руку мужчине, он всегда целовал эту руку (рис. 303). Когда руку целовал родственник или близкий знакомый, женщина могла целовать его в голову (рис. 304). Этот славянский обычай был принят в светском обществе. Мужчину целовали в висок, а плешивого или лысого - в темя. Этикетный поцелуй руки всегда был выражением почтения и бытовал в народе. В обществе рук у девушек не целовали, кроме самых торжественных случаев, вроде окончания института, поздравления с днем рождения, на Новый год и т. п. обстоятельствах. Допускалось это только мужчинами пожилого и старческого возраста. В обычных обстоятельствах поцелуй руки у девушки (даже у пожилой) был признаком невоспитанности мужчины. Он в какой-то степени опорочивал ее. Выражение почтительности в поцелуе руки состояло в том, что мужчина наклонялся к руке, а не притягивал руку к себе. Целуя руку, следовало слегка прикоснуться губами к тыльной части кисти или пальцам. Поцелуй должен быть беззвучен и не оставлять мокрых следов на женской руке.

При религиозных церемониях рук не пожимали и не целовали, ограничиваясь только поклоном.

Светский обычай "целовать дамские ручки", как выражение ласки, нежности, -

полупочтительное, полулюбовное проявление. В этих случаях мужчины целовали руки

женщин по-настоящему, а не для вида, целовали им обе руки и старались делать это

по каждому удобному поводу. Иногда женщина сама протягивала мужчине руки для

поцелуя. Эта фривольная манера общения допускалась обществом и относилась к

категории "легкого флирта". Флиртовали

Рис. 303

Рис. 301

377

для заполнения праздного времени. Флирт состоял из ухаживания, развлечения дамы приятными комплиментами, мелких услуг, повышенного внимания, встреч и проводов, подарков и намеков на свои чувства.

"Целуя ручки", мужчина не сгибался, а наоборот, подносил женские руки к своим губам. Он мог взять любую женскую руку, задерживал ее в своих руках, старался задержать губы в поцелуе" словом, всячески подчеркивал, что дама ему нравится. Проявлением вольности считалась манера, когда мужчина расстегивал перчатку женщины и, отодвинув крагу, целовал обнаженную руку. Поцелуй в ладонь, выше кисти, выше локтя и тем более в плечо и шею был недопустим в обществе и опорочивал женщину., Подобные действия могли иметь место только тогда, когда муж~ чина и женщина оставались наедине.

Мужчины, приветствуя друг друга, тоже часто целовались. Поцелуй выполнялся только в щеки. В Западной Европе мужчины не целовались, но, обнимая друг друга, слегка похлопывали руками по спине. При этом иногда прикладывали щеки. Дружелюбно настроенные женщины обнимались и прикладывал" щеки. Такая манера называлась "ликованием".

Взрослые целовали детей в темя, лоб или щеку, при этом ребенка иногда брали руками за голову.

Дети целовали руку или плечо отцу и матери, а также старшим по возрасту родственникам.

В славянском обществе был принят так называемый ритуаль,ный поцелуй, имевший в своей основе обычай "христосоваться"" Этот троекратный поцелуй бытовал только у православных христиан. Люди одновременно целовали друг друга в одну щеку, затем в другую и снова в первую. Все "христосовались" в праздник. пасхи. Со словами "Христос воскресе" мужчина мог обратиться, даже к незнакомой женщине (девушке) и в доме и на улице, и та, - отвечая ему "Воистине воскресе", трижды с ним целовалась. Молодежь широко пользовалась этим религиозным обычаем иногда" для знакомства, выражения любви и даже из озорства. Ритуальный поцелуй настолько проник в быт народа, что потерял религиозное значение и применялся в случаях, когда надо. было отметить большое событие: встречу, прощание перед долгой, разлукой, поздравление и т. п. обстоятельства. В светском обществе ритуальный поцелуй применялся в исключительных, случаях но был принят в купеческой и крестьянской, среде. Поцелуй как форма любовного общения между супругами в присутствии людей был недопустим. В присутствии других людей. (прислуги, детей, родственников и в обществе) супруги держались сдержанно, как хорошо воспитанные люди и только. Нарушений этого правила было недопустимо в "Хорошем тоне".

378

Принадлежности костюма и обращение с ними

Перчатки делались из замши и лайки. Они плотно облегала руки (если перчатки морщили, это считалось нарушением хорошего тона). Грубые нитяные, шерстяные, суконные или шелковые перчатки были недопустимы. Женские перчатки не обогревали рук (для этого были муфты), но предохраняли кожу от действия ветра, дождя и солнца. Женщины и девушки светского общества гордились белизной, и нежностью кожи рук. Светская женщина не работала и потому могла тщательно ухаживать за руками. К визитному платью надевались перчатки, закрывавшие только кисти. К бальному платью полагались перчатки выше локтей. В жаркую погоду надевали митенки-перчатки из дорогих кружев. Они покрывали только кисти и третьи фаланги пальцев. Женщины и мужчины надевали перчатки до выхода на улицу и никогда их вне дома не снимали. При официальном визите - перчатки на руках, при обычном снимали только с правой руки. Завтракать, обедать и ужинать следовало без перчаток.

У мужчин перчатки обогревали руки и защищали их в непогоду. Парадные белые перчатки надевали на официальных приемах, в театрах, на концертах и обязательно на балах. Офицерство носило только белые перчатки. Снятые с рук перчатки клали в карманы фалд фрака или мундира. Был обычай надевать только одну левую перчатку, а правую держали в руках. Снятые перчатки часто убирали в шляпу. К фраку были необходимы белые перчатки (на похоронах - черные), так же как жилет и галстук; под смокинг перчатки те же, что к фраку, но можно быть и без них; к визитке и сюртуку надевали перчатки цветные, светлых тонов. У мужчин перчатки служили еще и средством вызова на дуэль. Бросить перчатку к ногам противника означало вызов драться до первой крови, в лицо - драться до смертельного исхода.

Кашне. Мужской шарф, одевавшийся при выходе на улицу. Почти всегда из белого шелка, оно накидывалось на шею или обматывалось вокруг нее. Снимали кашне после пальто, надевали раньше, чем пальто. В начале XX века носили кашне поверх летней накидки, причем один конец забрасывали за спину. Шаль. Парадная легкая шелковая или кружевная довольно большая ткань. Накидывалась на декольте бального платья. Иногда ее держали в руках или носили за спиной, поддерживая руками. Летом при выходе на улицу за городом шалью покрывали голову, защищая лицо от ветра и солнца. Очки. Деловые люди носили очки в металлической оправе. Пенсне - очки, державшиеся на носу с помощью пружинки, начали носить в конце XIX столетия. В XX столетии они постепенно вышли из употребления и в маду снова вошли очки, но уже в роговой или пластмассовой оправе.

Лорнет. Приспособление, заменявшее в XIX веке у людей светского общества очки. Лорнетами пользовались не работавшие люди и с ослабленным зрением. Лорнет держали в руке. В начале столетия лорнеты представляли приспособление из ручки и убиравшихся в нее очков. Ручка лорнета украшалась резьбой или инкрустировалась перламутр см. В конце столетия появились лорнеты с пружинкой, которая при нажиме на нее выдвигала очки. Лорнеты на длинной золотой цепочке вешали на шею, В сложенном виде женщины убирали их за пояс платья, мужчины - в верхний внутренний карман фрака, визитки или сюртука. Лорнет иногда висел вдоль туловища и находился примерно на уровне бедра.

Лорнировать, т.е. разглядывать человека вблизи, считалось нарушением приличия. Особенно неприличным это было в отношении незнакомых людей среднего и пожилога возраста. Тем более считалось непозволительным лорнировать на близком расстоянии женщин и девушек. Такой поступок выражал неуважение и мог быть причиной ссоры и даже дуэли.

Светские молодые люди носили лорнеты с простыми стеклами,. и пользование ими было данью моде. В сложенном виде лорнетом пользовались при различных жестах, как указкой.

Монокль. Мужская принадлежность конца XIX и начала XX века. Монокль редко применялся в России, он был в моде у членов дипломатического корпуса и западноевропейского офицерства. Монокль - круглое или овальное стеклышко, подбирался по размеру глазной впадины. Он приставлялся к глазу так, чтобы внизу опереться на щеку, а его верхний край придерживался под бровью. Иногда монокль имел отверстие для тонкого черного шнурка, который прикреплялся под лацканом одежды. Считалось шиком умение быстрым движением поставить монокль на место и движением щеки и брови выронить его. Падающий монокль ловили рукой или в шляпу. Как правило, монокль изготовлялся из простого стекла и являлся только модным дополнением к костюму мужчины.

Кольца. Обязательной принадлежностью женатых людей были обручальные кольца. Их носили на безымянном пальце правой руки и никогда не снимали. После смерти одного из супругов второй переодевал обручальное кольцо на левую руку. В мещанской и купеческой среде вдовы носили кольцо умершего мужа на безымянном пальце.

В большом ходу были перстни. Перстень - большое кольцо с крупным драгоценным камнем. Женщины носили перстни на любых пальцах, мужчины - на мизинце. В дворянских семьях были фамильные перстни-печатки. Мужчины носили их на указательном или большом пальце правой руки. Такой перстень имел плоскость, на которой был вырезан герб владельца. Этими перстнями припечатывались письма и пакеты.

Были кольца, которые надевали на перчатки. В светском обществе в обычной жизни

носили мало драгоценностей. Их надевали

380

только в особо торжественных случаях. Купечество и мещанство, выставлявшие богатство напоказ, требовали, чтобы женщины богато одевались и носили обильные украшения.

Носовой платок. Обращение с ним точно такое же, как в XVIII столетии.

Хороший тон в беседе

Хорошим собеседником считался человек, умевший до конца выслушать своего партнера. Перебивать говорящего неприлично. Рассказывающий должен помнить, что в беседе люди говорят по очереди, т.е. обмениваются мнениями. Когда говорящий, окончив мысль, делает логическую паузу, можно начать ему отвечать. При обмене мнениями не обязательно соглашаться с собесед-яиком, ему можно возражать. Спорить допустимо, если собеседники убеждают друг друга знанием темы и логикой мысли. В споре недопустимо излишне усиливать громкость речи, пользоваться многочисленными и широкими жестами, если собеседник рядом, или -применять бранные слова. Проиграв спор, следует признать себя побежденным, выразив это без обид, но и без унижений, а победителю после такого признания не следует показывать радость победы, надо быть деликатным. Хороший тон требовал такой громкости, лри которой слова слышат только те, к кому они обращены. Говорить излишне тихо и заставлять собеседников прислушиваться девежливо. Считалось недопустимым вмешиваться в беседу двух людей <)ез приглашения, особенно предлагая им новую тему.

Перешептывание, секреты на ушко, увод человека в сторону, чтобы другие не слышали, - нарушение правил хорошего тона. Недопустимо применение иностранного языка, если известно, что среди присутствующих имеется человек, не знающий этого языка. Такой человек может подумать, что говорят о нем. Однако, если среди присутствующих имеется иностранец, не знающий языка, принятого в этом обществе, а кто-то из присутствующих его знает, он должен быть добровольным переводчиком. Еще лучше, если все общество начнет говорить на языке этого иностранного гостя. В обществе всегда ценились люди, умевшие интересно рассказывать. Рассказчик должен помнить о чувстве меры. Он должен прекратить рассказ, если заметил, что его перестали внимательно слушать.

Считалось неприличньм отойти от собеседника, даже по делу, не окончив темы, без того чтобы не извиниться и не договориться о продолжении беседы. Несовместимо с хорошим тоном употребление в беседе бранных слов, допускаемых в литературном тексте, необходимых для характеристики того или иного образа.

381

Пикантные рассказы и анекдоты, допустимые во взрослом обществе, даже если они остроумны, совершенно недопустимы в присутствии подростков и детей. Анекдоты, "остроумие" -которых связано с употреблением бранных слов, совершенно недопустимы в обществе.

Сплетни несовместимы с хорошим тоном.

В компании приняты только такие темы, которые могут заинтересовать всех присутствующих, а не отдельных лиц. Умение предложить такую тему, увлечь общество беседой, заинтересовать ею людей - признак хорошего тона.

Хороший тон в визите

Визитом называлось кратковременное посещение семьи или отдельного человека с целью навестить, завести знакомство домами, поздравить, а также с деловой целью. Визиты делились на светские к деловые.

Приехать с визитом, когда хозяева едят, неприлично. Надо было немедленно прощаться и уехать, как бы ни упрашивали остаться. Визит к родным мог быть в сюртуке или визитке при черном или цветном галстуке. Девушки не ездили с визитами вообще; а дамы ездили друг к другу, но женщина могла быть с визитом у мужчины только в сопровождении своего старшего родственника или родственницы. Приглашение прибыть с визитом после состоявшегося кратковременного знакомства выражалось примерно такой фразой: "Мы принимаем по четвергам". Выслушавший такую фразу получал право явиться в этот дом с дружеским визитом. Визитными днями был любой будний день недели. Визитным временем считался промежуток между 15 и 17 часами. Длительность светского визита не превышала 10-15 минут, кроме случаев, когда заранее приглашали на чай. Визитер мужчина прибывал с букетом или коробкой конфет, которые вручались самой старой женщине из членов этой семьи, бабушке или матери дочки, которой интересовались, или самой даме, которую поздравляли. Приняв цветы, хозяйка отдавала распоряжение поставить их в воду, иногда делала это сама. Конфеты не раскрывались.

Приехав с дружеским визитом, гость раздевался в передней, оставляя там трость,

зонтик; военные холодное оружие не снимали. Визитер входил с головным убором и

расставался с ним только по приглашению хозяйки. Пришедший с визитом здоровался

прежде всего с хозяевами дома, а затем с присутствующими, приветствуя в первую

очередь женщин. Можно было ограничиться только общим поклоном. Приехавшие с

визитом женщина и девушка оставались в шляпке, накидке, перчатках и даже с

солнечным зонтиком. По ¦ приглашению хозяйки гостьи могли снять шляпки, перчатки

и

382

накидки, а военные оружие, но могли и не снимать эти принадлежности, что свидетельствовало о предполагаемой кратковременности визита. Дамскую шляпку, перчатки, солнечный зонтик и оружие можно было положить на любой стол, кроме того, за которым ели. Мужской головной убор на стол никогда не клали, его можно было положить на любое сиденье, цилиндр можно было поставить на пол. Если военный принимал приглашение к чаю, он снимал оружие и перчатки, а женщины могли остаться в шляпе и перчатках. В этом случае они ели, пользуясь столовыми принадлежностями, Пирожные, конфеты и печенье могли оставить сальные пятна на светлых перчатках, а это нарушение хорошего тона. На чайный стол подавался кипящий самовар, на него ставился чайник с заваркой чая, и считалось почетным, если сама хозяйка или старшая дочь разливали чай для гостей. Разносили посуду официанты и горничные. Мужчинам подавались стаканы (часто в подстаканниках), женщинам - чашки.

В светском визите гость мог уйти в любое время, при этом он извинялся. Задерживать гостя, отбывающего после визита, не принято. Иногда человек в день совершал несколько визитов. Если гость уходил из гостиной, он ограничивался общим поклоном.

Если гость уходил из столовой, после чаепития, он подходил к хозяйке дома, благодарил ее и уходил в сопровождении дворецкого. Если прием осуществлялся хозяином, то последний провожал гостя до двери. Сидящим за столом уходящий кланялся с соответствующей репликой. Хороший тон все же требовал не уходить ранее окончания чаепития, лучше было уехать до его начала. Во время приема хозяева не могли заниматься посторонними делами. Все внимание было только к гостям. При приеме в гостиной наиболее почетным было место сбоку от камина, а наименее почетным напротив. Визитер мужчина никогда не садился на диван рядом с хозяйкой. Но это могли сделать ее родственницы, приятельницы и старики. Если во время визита входил новый гость и хозяева вставали для встречи, то присутствующие мужчины также поднимались и не садились, пока не сядут хозяева. Женщины продолжали сидеть. ч Деловой визит применялся в тех случаях, когда нужно было явиться для переговоров. Различали два типа таких визитов: первый - когда проситель был явно ниже по положению, чем хозяин дома, и второй - когда визитер был явно знатнее, богаче, чем принимающий.

В первом случае являвшийся с визитом просил слугу доложить о приходе и просьбу принять его. Если следовал отказ, визитер уходил. Иногда принимавший выходил в переднюю и спрашивал о причине визита. Такой прием носил недружелюбный, пренебрежительный характер. Посетитель кратко излагал цель прихода и, получив ответ, удалялся с извинениями. В этом случае визитеру даже не предлагали снять верхнее платье, шляпу он держал в руках.

383

В случае приглашения в комнаты визитер-проситель снимал с себя верхнее платье, оставляя в передней трость, зонт и оружие, если это был военный. После этого он направлялся в сопровождении идущего впереди слуги в соответствующую комнату. Войдя в помещение после доклада слуги, гость обращался к хозяину со словами извинения за причиненное беспокойство. Если хозяин принимал гостя стоя, это свидетельствовало о подчеркнутой официальности, даже неприязни и требовало от посетителя лаконичного изложения просьбы и ухода. Если хозяин после приветствия приглашал гостя сесть, то соблюдались следующие правила. Если пришедший был одних лет с хозяином или старше его, то садился одновременно с ним. Если посетитель был моложе, он благодарил за приглашение, но ждал, когда сядет хозяин. Если принимала женщина, то вне зависимости от возраста гостя или гостьи она всегда садилась первой.

Когда хозяин поднимался, это было знаком окончания такого визита. Гость немедленно вставал, благодарил за прием и уходил. Уход сопровождался вызовом слуги и приказанием проводить гостя. Если гость успевал понравиться и хозяин хотел это отметить, он сам провожал его до двери комнаты и крайне редко в переднюю.

Деловой визит знатного гостя. Пришедший по делу знатный гость на приглашение хозяина раздеться и пройти в комнату мог ответить отказом. Обязательно сняв головной убор, он излагал дело, чуть откланивался и уходил.. Иногда гость, сняв шляпу и боты, входил в комнату в пальто или шубе, в перчатках и с тростью, держа шляпу в руке. Такого гостя хозяин уговаривал присесть. В случае согласия хозяин ждал, когда гость сядет, затем в зависимости от положения вел беседу стоя или, чаще всего уже по приглашению гостя, садился. Так подчеркивалась разница в положении и субординация. После окончания визита хозяин провожал гостя не только в переднюю, но иногда даже до экипажа.

Если во время затянувшегося визита хозяин предлагал гостю раздеться и тот принимал приглашение, то вызывалась прислуга, которая помогала пришедшему снять верхнее платье. Гость последовательно передавал прислуге трость и головной убор, затем пальто или шубу, кашне и в последнюю очередь снимал перчатки. Получив эти вещи, горничная или лакей уносили их в переднюю. Если у хозяина не было прислуги, эти вещи принимал он сам. Когда по окончании визита гость собирался уходить, то вызывался слуга, приносилась одежда, тут же в комнате совершался обратный туалет, и гость уходил, сопровождаемый хозяином дома. Если у принимавшей визитера женщины не было прислуги, гость раздевался и одевался сам.

Как бы ни был знатен человек, он, войдя в дом, всегда снимал боты, галоши и

шляпу. Шляпу снимали как выполнение религиозного ритуала - не входить с покрытой

головой туда, где имелось

384

изображение бога. А оно было во всех жилых помещениях. Постепенно этот религиозный обряд превратился в форму бытующего обычая, выражавшего вежливость вошедшего, уважение к дому и его хозяевам. Этот обычай свойствен всем европейским народам.

Если христианин хотел войти в церковь, он обнажал голову до входа, еще на паперти храма, и прикрывал ее, когда выходил на паперть церкви, В передних, коридорах, сенях и кладовых шапки и шляпы не снимали. При визите к высокопоставленному лицу (на аудиенцию) вошедший в зал должен был поклониться три раза: в дверях, затем дойдя до середины зала и в трех шагах от "особы". Уходя после аудиенции, надо было пятиться назад и сделать те же три поклона и около двери можно было повернуться и выйти из помещения.

Хороший тон в поведении за столом

При размещении гостей за столом во время званого обеда или ужина соблюдалась субординация. Этот обычай в какой-то мере повторял порядок, принятый и при распределении мест в царской думе допетровской Руси. Наиболее знатные бояре сидели ближе к царю.

Во время такого обеда и ужина соблюдали не только субординацию, но старались, чтобы рядом сидели люди интересные друг другу, одинаковых интересов и кругозора. Рассаживали так, чтобы женщины сидели между мужчинами, супругов в разные места, но помолвленных и обрученных сажали рядом. Наиболее почетные гости сидели ближе к хозяевам дома, а молодежь подальше.

Обычный обед в петербургском доме происходил с 18 до 20 часов (в Москве и провинции обедали значительно раньше). В письменном приглашении указывалось точное время обеда и костюм мужчины (опаздывать считалось крайне неприличным). Если был указан фрак для мужчин, то женщины должны быть в открытых платьях, если визитка или сюртук, то женщины были в полуоткрытых платьях. Главой стола считалась хозяйка дома. Никто не садился прежде, чем сядет хозяйка. \* Ее место было в красном углу столовой, т.е. с торцовой стороны, там, где висела икона. Рядом с хозяйкой с левой стороны от нее сажали самого почетного гостя. Далее сидел хозяин с самой почетной гостьей. Для того чтобы гости быстро сели за стол, на каждом приборе лежала карточка с именем, отчеством и фамилией приглашенного. Прибывшие почти всегда были знакомы друг с другом, но если появлялся новый гость, его обязательно представляли присутствующим. \* При встрече гостей хозяин сообщал каждому мужчине, 385 которая из присутствующих женщин является его дамой. Хозяйка заранее определяла размещение приглашенных, и по ее распоряжению именные карточки гостей заранее раскладывались на приборы. \* О начале обеда сообщал дворецкий, который докладывал: "Кушать подано!", после чего хозяйка говорила: "Прошу к столу". Мужчины подходили к своим дамам, предлагали им руку и вели их в столовую. Пары шли в столовую спокойно и без соблюдения субординации. Войдя в столовую, гости расходились вправо и влево, находили свой прибор, и если хозяйка села, то занимали свои места не ожидая повторного приглашения. Никто не обращал внимания на хозяина, если на приеме была его жена. За столом вдовца хозяйкой стола часто бывала его старшая дочь или он сам (как и за столом холостяка).

Подошедший к месту мужчина отодвигал за спинку стул своей дамы, женщина проходила к столу, кавалер пододвигал ей стул, и дама садилась. Затем садился мужчина. \* В богатом доме количество обслуживающих официантов соответствовало количеству пар за столом. Предназначенный для обслуживания данной пары официант отодвигал стул кавалера и после прохода того к столу подставлял его. Если обслуживающих не было, то кавалер сам выполнял всю процедуру. Хозяйка подавала знак официантам разливать вино.

Еда начиналась с закусок. Кавалер предлагал своей даме хлеб, узнавал, надо ли ей подать масло и какую закуску она будет есть. Этикет требовал, чтобы кавалер занимал свою даму беседой, и если мужчина слева не был достаточно внимателен к своей даме, то хорошо воспитанный кавалер старался втянуть в беседу и даму, сидящую слева. Он обслуживал также и ее подачей различных блюд. Если мужчина был общителен, весел и остроумен, то незаметно втягивал в беседу ближайших соседей, сидящих напротив, и даже весь стол, т, е, делал разговор общим. Такие люди в обществе очень ценились.

После того как закуска положена на тарелки и рюмки наполнены, наиболее почетный гость произносил тост. В таком тосте были поздравления по тому или иному поводу, тост сопровождался возгласами присутствующих и обычаем чокаться. В особых случаях при произнесении тоста вставали все присутствующие. В случае поздравления хозяйки или хозяина мужчины подходили к ним для того, чтобы лично чокнуться. Обычай чокаться типичен для славянского общества и не бытовал у романских, скандинавских и англо-саксонских народов. Чокаясь, надо было посмотреть человеку в глаза. Посуду следовало держать правой рукой. Чокаясь с женщиной, мужчины подносили свою посуду ниже края женской рюмки. Обычай пить до дна типично мужской и был принят только в студенческой и офицерской компании. Указание, что недопитое вино "зло" - выдумка пьяниц.

Хороший тон состоял в том, чтобы

13

И. Э. Кох

386

не обращать внимания на то, кто, сколько и что пьет. Некоторые осушали посуду полностью, другие отпивали немного, а кое-кто чуть пригублял. Все зависело от желания, настроения и здоровья. Тост считался принятым, если человек чокался и отпивал вино.

В русском обществе вино не наливали без приглашения хозяйки. Хозяйка могла, таким образом, регламентировать его потребление, а так как закуски были обильны, разнообразны и вкусны, люди много ели и потому хмелели мало и медленно. Хороший тон указывал, что каждый может пить, что хочет, сколько хочет и когда хочет, но при этом человек не должен терять дара логической речи и правильного движения в пространстве. Таким образом, дело не в том, сколько выпил человек, а в его поведении - оно всегда должно быть благопристойным. Закуски следовало есть по очереди, не устраивая у себя на тарелке "ассорти". Ели не торопясь, чередуя еду с беседой. После закусок официанты убирали использованную посуду, и хозяйка приступала к разливанию супа, который разносили гостям официанты. Обычай разливать суп был выражением уважения к собравшимся. Если за столом бывало много гостей, суп разливали в буфетной и гостям его разносила прислуга. Хороший тон требовал, чтобы присутствовавшие не начинали еду, пока этим блюдом не были снабжены все гости. Слишком быстрая еда была признаком плохого воспитания, впрочем, как и опоздание в ней. Ели размеренно и неторопливо.

. После супа подавалась рыба, а после рыбного блюда - жаркое, затем сладкое и, наконец, десерт - как правило, фрукты. вчиталось неприличным выходить из-за стола даже с разрешения хозяйки. Извинением был служебный вызов или какое-нибудь чрезвычайное происшествие. Хозяйка сама приглашала встать из-за стола, когда еда была закончена. Вставали сначала мужчины, которые затем помогали своим дамам, отодвигая их стулья. После еды хозяйка уводила дам к себе, мужчины или оставались в столовой, или уходили в комнаты хозяина. В этом обычае был большой смысл, поскольку люди за столом проводили много времени. После стола гости подходили к хозяйке дома со словами благодарности, женщины иногда выражали это поцелуем, мужчины "прикладывались к ручке". Хозяина благодарили, если не было хозяйки дома. В кабинет, куда удалялись мужчины, подавался коньяк, сыр, острые соления, маринады, пряные сладости и принадлежности для курения. После 15-20-минутного перерыва общество собиралось в гостиной, где развлекалось беседой, импровизированным концертом, иногда выступали приглашенные артисты, молодежь танцевала, а пожилые люди садились за карточные столы. В гостиную подавали кофе, его разносили на подносах или развозили на специальных столиках, здесь же подавались и ликеры. Обьпай пить кофе давно вошел в быт русского общества. Иногда кофе подавали в кабинет хозяина и в будуар хозяйки.

3&7

Пользование салфеткой. В XIX веке пользовались только полотняными салфетками. Светская манера в том, чтобы развернуть ее у себя на коленях. Деловая мужская манера состояла в том, чтобы заложить угол салфетки за воротник и расправить ее на груди. Эта манера типична для клубных обедов, мужских пирушек и свидетельствовала о бережливости, а иногда о скупости человека, чаще же всего о неаккуратности в еде. Третья манера - завязывание салфетки вокруг шеи применялась только для детей.

После еды несложенную салфетку оставляли на стуле. В семейном быту каждый член семьи сам или прислуга сворачивали салфетку плотным валиком и надевали на него костяное или серебряное кольцо, на котором были выгравированы инициалы его владельца. Когда накрывали стол для следующей еды, то к прибору каждого члена семьи клали его салфетку.

Салфетки предназначались для вытирания рта и рук, ими нельзя вытирать шею, лоб и щеки, для этого служили носовые платки.

Пользование столовыми принадлежностями. В еде применялись три вида ложек:

столовые, десертные и чайные. Столовыми (большими) ложками ели все виды супов. Десертными - несколько меньшего размера - кисели, муссы и компоты. Чайные ложки употреблялись для горячих напитков и сладких блюд (рис. 305). Съедая суп, тарелку не наклоняли ни к себе, ни от себя. Большие столовые ножи служили для разрезания мяса и дичи, закусочные, поменьше, для закусок и маленькие, специального фасона, для фруктов (рис. 306). Иногда подавались специальные рыбные ножи, отличавшиеся от обычных расширенным на конце лезвием. Подача рыбных ножей-обычай западноевропейский.

Столовая вилка применялась для горячих блюд. Иногда к прибору подавали две такие

вилки, одну - для рыбы, другую - для

Рис. 3(5

Рис. ЭОб

Рис. Зв7

Рис. М&

РЯС. 309

388

мяса. Закусочные вилки, несколько меньшего размера, применялись при еде всех видов закусок (рис. 307). Их иногда подавали две. Тогда одной пользовались при еде рыбных закусок, а второй - мясных. Иногда к прибору подавался специальной формы рыбный нож.

Все сорта рыбы (в закусках и горячих блюдах) следовало есть с помощью вилки. Ее держали в правой руке, помогая левой с помощью корочки хлеба (рис. 308). Правильно приготовленные рыбные закуски и горячие блюда заранее очищались от кожи и больших костей, поэтому они не требовали применения ножа. Попавшие в рот крупные и средние кости языком и губами выталкивали из сомкнутых губ и рукой клали на край тарелки. Мелкие кости выталкивали на вилку языком и губами, а с вилки на край тарелки. На званых обедах и ужинах не подавали рыбу с большим количеством костей.

Все виды мяса, домашнюю птицу и дичь ели вилкой и ножом. Нож держали в правой руке, вилку в левой (рис. 309). Никогда не разрезали весь кусок мяса, лежавший на тарелке, с тем, чтобы переложив вилку в правую руку, есть разрезанную пищу. Эта манера пригодна для детей. Взрослые отрезали от целого куска небольшие кусочки, накалывали их на вилку, затем накладывали на вилку гарнир и приготовленную порцию подносили ко рту. Вилка служила для накалывания и для подхватывания пищи. Подхватывать мясо или гарнир на нож и есть с ножа неприлично.

Котлеты, ромштексы, тефтели и прочие виды рубленого мяса, пельмени, вареники ели с помощью одной вилки. Помогали при этом корочкой хлеба. Голубцы в зависимости от того, насколько они протушены, ели без ножа и с ножом. Сосиски ели с помощью вилки и ножа.

Пироги, кулебяки и пирожки крупного размера ели с. помощью вилки и ножа, так же ели и бутерброды. Для того чтобы доесть оставшееся на косточках птицы и дичи мясо, можно было взять косточку в руку. Однако в русском светском обществе только раков ели руками, так как не было обычая подавать каждому гостю после еды чашку с теплой водой для омовения пальцев. Этот обычай принят в романских странах Европы.

Большое внимание уделялось правильной манере держать принадлежности для еды.

Держать зажатыми в кулаке - манера недопустимая. Она безобразна (рис. 310). Держать в пяти пальцах не рекомендовалось (рис. 311), поскольку такие небольшие предметы, как столовые, требуют усилия только трех пальцев (рис. 312). Правильное умение держать вилку в трех пальцах позволяет удобно накалывать еду на острие (рис. 313). Когда надо, вилкой удобно и подхватывать пищу (рис. 314). Ложку следует подносить ко рту сбосу и чуть спереди или сзади (рис. 315). Если подносить с носика, то будет приподниматься локоть, а если сбоку, то часть жидкой пищи проливается мимо рта.

389

Во время еды руки можно держать предплечьями на кромке стола (рис. 316), тогда кисти будут низко над тарелкой, можно держать и на весу. Локти во время еды должны быть около туловища, но не прижаты к нему (рис. 317). Поднимать локти в стороны при разрезании пищи или в момент поднесения ее ко рту не принято. Это манера некрасивая и мешающая соседям по столу. Держать вилку в правой руке и в трех пальцах просто, это умеют все, умеющие писать. Но левую руку надо обучать этой правильной манере. Она нужна, когда нож держали в правой, а вилку в левой руке; при этом отставлять безымянный палец и мизинец в сторону не следует, это свидетельствует о дурном вкусе человека, придает манерам нарочитость. Как ели хлеб. К столовому прибору слева от него и чуть впереди ставилась маленькая хлебная тарелка. Взятый из хлебницы кусок клали на эту тарелочку. Себе хлеб брали рукой, соседям передавали хлебницу. Иногда кусок хлеба передавали, наколов его на чистую вилку.

Хлеб обильно ели при закусках и с супами и почти не ели при вторых блюдах. От лежащего на тарелочке большого куска отламывали небольшие куски и целиком клали их в рот (рис. 318). Так выполнялось правило "не откусывать". Вторая манера состояла в предварительном разрезании ножом на квадратные кусочки куска хлеба. Каждый такой кусочек целиком помещался во рту. Если при этом ели масло, икру или паштеты, то их намазывали на эти маленькие кусочки.

Как брать приправу. Соль, горчицу, разные соусы, икру и пр. надо класть себе на

тарелку теми принадлежностями, которые в них положены. Если в каком-либо блюде

не оказывалось такой принадлежности, то пользовались своим чистым ножом. Непри-

Рис. 312

Рис. 313

Рис. 314

Рис. 315

390

лично, взяв специальным ножом из масленки кусок масла, размазывать его на своем куске хлеба. Следовало взять порцию масла, паштет и т. п. себе на тарелку, а затем своим ножом размазывать их на хлебе.

Как ели фрукты. Яблоко брали рукой, разрезали по вертикали ножом пополам и каждую половинку снова пополам. Четвертинку очищали от кожуры и вынимали косточки, затем разрезали ее поперек. Таким образом, полностью очищенное яблоко было разрезано на восемь небольших кусков. Каждый кусок клали в рот целиком. С грушей поступали так же, но не очищали ее от кожуры. Куски фруктов накалывали на острие специального ножа и подносили ко рту.

Крупный персик разрезали на четыре части, освобождали от косточки; абрикосы и сливы резали пополам. Вишни и виноград целиком клали в рот. Косточки, а если надо, то и виноградную кожуру, губами и языком опускали на ложку, а с нее на блюдце. Так же поступали с косточками из компотов. Если куски арбуза или дыни были размером в четвертушку или восьмушку плода, их ели с помощью чайной ложки. Если плод был разрезан по горизонтали и на тарелке лежал плоский кусок, то его ели с помощью фруктового или десертного ножа. Предварительно вынимали косточки, затем надрезали вдоль кожуры так, чтобы последующим вертикальным надрезом отделить нужный кусок. Этот кусок накалывался на острие ножа и подносился ко рту.

Ананасы резали по горизонтали и подавали на блюдцах; их ели с помощью чайной ложки.

Рис. 316

Рис. 317

а 6 Рве. 319

391

Мандарины очищали руками от кожуры, мякоть делили дольками пополам или на три-четыре части. Апельсин следовало надрезать ножом по вертикали на шесть-восемь частей, руками очистить кожуру, мякоть поделить на дольки. Каждая долька съедалась целиком.

Хороший тон требовал, чтобы кавалер очищал фрукты для своей дамы. Что из чего и как пили. Водки и водочные настойки пили из рюмок. Женская рюмка была емкостью в 25-35 граммов, мужская - 35-50 граммов. Держали рюмку за емкость тремя пальцами (рис. 319) и пили одним глотком. Водки пили под закуски. Вина - крепленые, полусухие и сухие - пили из рюмок емкостью до 100 граммов. Рюмки (по славянскому обычаю) держали за ножку тремя пальцами, по западному обычаю -тремя-четырьмя пальцами за емкость (рис. 319, б), пили небольшими глотками или цедили сквозь зубы. Хорошее вино принято было смаковать, ощутить его крепость, запах, вкус и вязкость. Коньяки пили так же, как вина. Если к столу подавались вина лафитного типа, а они не прозрачны, то для них ставились специальные лафитные рюмки из дымчатого или цветного хрусталя. Крепленые вина подавались под дичь и мясо, а полусухие под рыбные блюда. Шампанское пили из высоких узких фужеров. Такие фужеры были приняты под тосты. Их держали (по славянскому обычаю) тремя пальцами за ножку; в Западной Европе - за емкость. Шампанское - парадное вино, но его подавали и под сладкое, и под десерт. В этих случаях употреблялись плоские фужеры. Ножку такого фужера пропускали между третьим и безымянным пальцами, емкость при этом оказывалась на ладони. Этими фужерами не чокались. Шампанское можно было пить как угодно. Ликеры пили только под черный кофе из рюмок емкостью в 10-15 граммов. Ликерную рюмку на обеденный стол не ставили. Ликер сладок, душист и очень крепок, его не пьют, а только пригуб-ляют, запивая затем небольшими глотками черного кофе без сахара.

Пиво и брагу пили из специальных пивных стаканчиков емкостью в 150-200 граммов, имевших конусообразную форму. При отсутствии этнх стаканчиков пиво наливали в бокалы. Минеральные воды и лимонады пили из бокалов. Бокал - большая рюмка емкостью в 175-200 граммов на высокой ножке. Держали их пальцами за емкость. Прохладительные воды и столовое вино пили во время всего обеда и ужина, По славянскому обычаю из недолитой посуды не пыот и ею не чокаются. Пивными стаканчиками, бокалами и ликерными рюмками не чокались вообще. Держать посуду, отставив безымянный палец и мизинец (рис. 320), признак дурного воспитания.

Как разливать вино. Если вино наливал из бутылки сидящий за столем мужчина, то

сначала он отливал немного вина в свою рюмку, затем наливал дамам, потом

мужчинам и затем доливал

392

себе. При втором наливе сразу наливали рюмки дам. Если вино наливал официант, то и он сначала наливал немного вина в посуду мужчине, затем полную рюмку даме и потом доливал мужчине. При розливе из графина сначала наполнялись рюмки дам, затем мужчин. Наливать следует столько вина, чтобы пьющий его не проливал. Перелив вина - неловкость, а слова "жить сполна" - прикрытие совершенной неловкости. В Западной Европе наливают четверть, треть емкости в большую посуду, у нас - наполняют полностью небольшую посуду.

Если в результате неловкости при наливе или кто-то из присутствующих случайно опрокидывал посуду и вино заливало скатерть, то виновник сдержанно извинялся, а хозяйка и сидящие на это не обращали внимания. Отмечать чужие неловкости - нарушение хорошего тона.

При наливе вина бутылку следует держать за емкость, графин - за горло (рис.

321).

Считалось недопустимым наливать вино "через руку", т.е. правой рукой вправо от себя (рис. 322). Наливать вино можно только "к себе" (рис. 323); наливание через руку считалось выражением пренебрежения и могло вызвать не только ссору, но даже дуэль.

Поведение при чаепитии. Мужчинам было принято подавать напитки в стаканах или подстаканниках, женщинам - в чашках. Мужская манера пить горячие напитки состояла в том, что подстаканник стоял на столе, если мужчина пил ложкой; после глотка из стакана он ставил стакан на стол.

Женская манера состояла в том, что блюдце с чашкой подносились левой рукой к груди. Взяв ложку, женщина удобно пила напиток, и если прямо из чашки, то чашку всегда ставила на блюдце (рис. 324).

а б Рис. 321

Рис. 322

Рис.,123

Рис. 324

393

Женщинам и девушкам из-за корсета было неудобно наклоняться к столу, а при прямой позе проносить ложку с напитком или чашку над грудью не следует, случайные капли могли попасть на платье.

Сахарный песок клали ложкой, положенной в сахарницу; куски сахара брали специальными щипцами, если же их не было, - пальцами. Можно было наколоть кусок сахара щипцами на небольшие кусочки и пить вприкуску; откусывать от большого куска неприлично, но так было принято в купеческой и мещанской среде. Размешивая сахар, не стучали ложкой, после размешивания ложечку надо положить на блюдце. Пить напитки с блюдца считалось нарушением воспитанности, но было принято в купечестве и мещанстве.

Лимон, предварительно нарезанный ломтиками, брали специальной вилочкой. Лимон в посуде не мешал пить с ложки, если же пили прямо из посуды, то кусок лимона следовало предварительно вынуть. Мякоть лимона, побывшего в напитке, не съедали. Печенье, пирожное, кусок торта клали на десертную тарелку. Небольшие печенья брали в рот целиком, от большого отламывали кусочки; пирожные и торты ели чайной ложкой.

Хороший тон при курении

В обществе не закуривали без разрешения присутствующих, это разрешение в первую очередь спрашивали у хозяйки дома. На обеде было принято закуривать перед подачей сладких блюд, на ужине - после закусок. Хозяйка сама предлагала закурить, говоря: "Прошу курить!" Никогда не выходили из-за стола, чтобы курить. Закуривающий первым обязательно предлагал другим курящим свой открытый портсигар. Никто не брал больше одной папиросы. Подать папиросу рукой было признаком неуважения. В доме, где никто не курил, перед тем как закурить, следовало спросить, где это можно сделать. Однако хозяева, если они знали, что приглашенный ими человек - курильщик, были должны подвинуть ему пепельницу (сами или через слугу) и предложить курить.

Если курящего не устраивал вкус чужих папирос, он мог от них отказаться, под предлогом, что привык курить только определенный сорт. Держать папиросу следует между указательным и третьим пальцами.

Перед тем как предложить огонь, следовало дать спичке немного прогореть; подносить огонь надо на высоте лица закуривающего, так, чтобы он не наклонял лицо вниз. "Угостить" огнем следовало сначала курящих женщин, а затем предлагали прикуривать мужчинам. Обычай, что третий не прикуривает, в обществе не соблюдался; он был типичен для военных и только во фронтовых 394 условиях. Этот обычай появился в английском обществе после англо-бурской войны. Стряхивать пепел на пол совершенно неприлично. Его не стряхивали даже в бывшую в употреблении посуду. Для этого были пепельницы. Совершенно неприлично жевать мундштук папиросы. Курящие женщины не должны оставлять на окурках следы губной помады. Женщины в России начали курить только в самом конце XIX столетия. И все же, если курение считалось обычным занятием мужчин, то у женщин оно всегда считалось пренебрежением к правилам хорошего тона. Девушки никогда не курили. Если не имевший спичек просил огня, ему следовало подать горящую спичку, но не подставлять горящую папиросу. Если просили огня у курящей женщины, она подавала коробок. В XIX веке для закуривания применялась горящая свеча, она горела постоянно там, где собирались курящие люди. Она подносилась гостям и хозяину лакеем, официантом или мальчиком-слугой.

Считалось недопустимым разговаривать, имея во рту папиросу или трубку. Нельзя курить, сопровождая женщину или девушку и старшего по должности или возрасту мужчину; совершенно недопустимо танцевать с папиросой во рту. Здороваясь, следовало вынуть изо рта папиросу.

В XIX веке мужчины курили главным образом трубки, и только в конце столетия в моду вошли сигары. Обращение с трубкой и сигарой требовало своеобразного этикета. От трубок и сигар никто не прикуривал. Недопустимо чистить трубку в присутствии посторонних. Не принято просить чужую трубку или предлагать свою другому курильщику. Но у богатого хозяина всегда имелся набор различных трубок, которыми он сам не пользовался, но мог предложить их гостям. При курении сигары ее следовало предварительно подрезать с одного конца. Для этого применяли специальный ножичек или щипцы. Откусить зубами кончик сигары и выплюнуть его совершенно неприлично. Обрезанный конец зажигали. В курении трубки ценилось, если она не гасла, а это требовало умения правильно набить ее табаком и своевременного потягивания дыма. Сплевывать слюну и бросать окурки в неположенное место было признаком крайней невоспитанности. Угощение сигарой выполнялось подачей открытой коробки, взять более одной сигары - неприлично. Было принято преподносить мужчинам в виде подарка хорошие трубки или коробку дорогих сигар.

Хороший тон на балу

В русском обществе были приняты два типа балов - большой и малый.

На больших балах танцевали в специальных залах и почти всегда под военный

оркестр. Особенностью большого бала было

395

его позднее начало. В столицах и губернских городах большой бал начинался после театрального представления, т.е. около 12 часов ночи. Заканчивался такой бал к 8 часам утра. Большой бал типичен для официальных приемов (царского, губернаторского, дипломатического). Если было известно, что на бал приедет высокопоставленное лицо, гости съезжались до его появления и не уезжали с бала до тех пор, пока это лицо было на балу. На таком балу женщины и девушки были в парадных декольтированных светлых туалетах с большим количеством драгоценностей. Военные и чиновники в парадной форме, штатские мужчины во фраках. Если большой бал устраивался в частном доме, то хозяин и хозяйка встречали гостей в комнате перед залом - Хозяин здоровался с гостем рукопожатием или целуясь, целовал руку гостье, хозяйка, как правило, ограничивалась поклоном, иногда протягивала мужчине руку, с гостьей ликовалась (т.е. прикладывались щечками).

При входе в зал мужчина с хорошо знакомыми обменивался рукопожатием, с мало знакомыми и дамами только раскланивался.

Если бальное платье женщины имело трен, то, танцуя, женщины подхватывали его на руку; в конце XIX столетия на нижнюю сторону трена стали пришивать специальную петлю, за кеторую женщина поддерживала подол юбки во время танцев. Как только танец заканчивался, трен опускали на пол.

Офицеры никогда не танцевали с оружием, его оставляли в передней. Танцевать надо было в мундирах, но без шпор. Русское офицерство игнорировало это правило, все танцевали в парадной форме и обязательно со шпорами, которыми гордились и лихо звенели при танцевальных движениях.

Танцевать без перчаток считалось недопустимым. В помещениях из-за свечного или лампового освещения было очень жарко. Мужские фраки, крахмальное белье и быстрый темп танцев делали руки потными, а влажные руки быстро загрязняли светлые лифы дам. Притрагиваться к влажным рукам также неприятно. Большой бал состоял из пяти отделений, в каждом отделении было по четыре танца. Между танцами были промежутки для отдыха, а затем антракт, во время которого помещение проветривалось, а общество уходило в гостиные, где пили прохладительные напитки и ели мороженое. После третьего отделения полагался ужин.

Подбор танцев был традиционен и менялся очень медленно. Это давало возможность молодому человеку заранее письмом пригласить девушку на тот или иной танец. Она письмом отвечала ему согласием или сообщала, какой танец у нее свободен. Таким образом, кавалер мог заранее пригласить на танец интересующую его девушку. Девушки также заранее знали, на какие танцы они уже приглашены. Танцуюдей девушке было неприятно, если хотя бы в одн; м танце у нее не было партнера.

Неявка на бал по болезни или из-за чрезвычайного происшествия освобождала

кавалера от его

396

обязательств в приглашении на танец, но требовала последующего письменного или личного извинения. Если же кавалер, заранее пригласивший девушку на танец, не подходил к ней, считалось, что он нанес оскорбление не только ей, но и членам ее семьи. Подобное оскорбление могло быть поводом к дуэли. За девушку и честь семьи вступался ее брат, дядя и даже отец. Общество подвергало оскорбителя общественному осуждению вплоть до отказа ему от дома. Общественному осуждению подвергалась и девушка, если она, обещав тот или иной танец определенному кавалеру, вдруг ему отказывала и принимала приглашение другого. В этом случае оскорбленный считал своим оскорбителем не девушку, а того мужчину, который нарушил этикет. Возникала ссора, а иногда и дуэль. Малый бал состоял из трех отделений. Он начинался в 8-9 часов вечера и заканчивался к полуночи. На таком балу танцевали под клавесин, позднее под рояль, для чего приглашался музыкант-тапер. Люди среднего возраста и пожилые вели беседы, играли в карты, мужчины часто уходили играть на бильярде. Малый бал походил на вечеринку; было принято в середине такого вечера устраивать небольшой импровизированный концерт. В перерывах между танцами разносили прохладительные напитки, мороженое и сладости. В столозой устраивался буфет и ставились столики. На балах подобного типа женщины могли быть в полуоткрытых платьях, мужчины во фраках, военные в мундирах. Перчатки и тут считались обязательными. Распорядок на танцах. Бал начинался полонезом. В полонезе принимали участие все присутствующие, независимо от их возраста. Пары выстраивались вслед за дирижером танцев. Это был опытный танцор, отлично знавший бальный этикет и обладавший громким голосом. Он шел в первой паре с хозяйкой дома, а во второй шел хозяин с самой именитой дамой. Но, если на балу присутствовало высокопоставленное лицо, то оно возглавляло полонез и, как правило, шло с хозяйкой дома. Остальные танцы в основном танцевала только молодежь, но среди них были и молодые дамы. Женатые мужчины танцевали редко.

Хороший тон требовал, чтобы в перерывах танцующие мужчины не садились, они стоя беседовали с сидящими дамами и девушками. Если в танцевальном зале холостой мужчина сидел, то общество за кавалера его уже не принимало. По команде распорядителя1 мужчины направлялись к дамам, которых они заранее пригласили на данный танец, кланялись им и, предлагая руку, вводили в танцующий круг. Танцевали чинно, соблюдая очередность, не толкались и выполняли распоряжение руководителя.

Во время танцев кавалер всегда старался начать беседу с девушкой. Балы были

местом, где молодежь могла познакомиться

1 Команды подавались на французском языке.

397

и относительно свободно общаться. Танец прекращался, если дама изъявляла к тому желание, но все же было принято танцевать, пока играет музыка. По окончании танца кавалер провожал даму (девушку) к ее месту, благодарил и уходил, если не следовало приглашения остаться для беседы. Это приглашение могло исходить от лица, сопровождавшего девушку на бал, или от самой женщины. В случае, если сопровождавшего девушку человека на месте не оказывалось, кавалер оставался с неюпока не объявлялось о начале следующего танца. Тогда он извинялся и направлялся к другой приглашенной им даме. На вечеринках совершались новые знакомства, возникало ухаживание, что часто приводило к желанному сватовству. Если молодой человек в течение бала танцевал с одной и той же девушкой несколько танцев, это давало повод ее родным думать, чтокавалер - будущий претендент на ее руку. Главкой заботой большинства девушек было стремление к удачному браку, а наиболее подходящим местом для знакомства был бал и посещение церкви. -

Если молодой человек был близок к сватовству или был уже помолвлен с девушкой, то сопровождал ее и спутницу в переднюю, где помогал им одеться, а иногда помогал сесть в экипаж. Так как девушка садилась последней, это давало возможность передать ей записку, поцеловать руку, словом, оказать нежности и внимание.

Маскарад. На маскарадах присутствующие были скрыты различными маскарадными костюмами. Это позволяло им, будучи неузнанными, общаться друг с другом весьма свободно. К маске обращались на "ты", что было невозможно в обычной жизни. В танцах и антрактах допускались вольности не только в беседе к жестах, но даже в поступках. В разговорах изобиловали намеки на интимные стороны жизни, говорились пикантности, присутствующие вовсю флиртовали и интриговали. На маскараде не было полонеза, не соблюдался установленный порядок танцев. Эти вечера были шумными и веселыми. Присутствующие кричали, скакали, толкались; маска преследовала маску, бегали друг за другом, словом, развлекались, как могли. Высокопоставленные особы также надевали маскарадные костюмы и такие маски, чтобы быть узнанными. Этим они избавлялись от возможных недоразумений, а окружающие только делали вид, что они их не узнают.

В домашнем маскараде перед окончанием было принято снимать маски. Это выполнялось по команде распорядителя. Остаться в маске после такого приглашения считалось нарушением приличия, и потому лица, желавшие остаться неузнанными, уезжали пораньше.

Общественные костюмированные балы посещались женатыми и неженатыми мужчинами и замужними женщинами; на них не бывали девушки. Иногда костюмированный бал устраивался для молодежи и детей. Он всегда проходил в присутствии родителей.

398

Как приготовить карточный стол

Карточные игры были весьма распространенным занятием в русском обществе. Играли в разнообразные и даже азартные игры. Иногда специально собирались поиграть в карты, но чаще игра приурочивалась к какому-нибудь торжеству. Поскольку игра шла на деньги и ставки часто бывали высоки, постепенно выработался своеобразный этикет, который охранял интересы игроков. Ломберный (карточный) стол был квадратным и имел суконную поверхность. На стол клали две нераспечатанные колоды карт, два мелка для записи ставок и одну-две небольших круглых щетки для стирания написанного. Вокруг стола ставилось четыре стула. Каждый игрок во время игры мог положить на стол свои деньги. Никаких посторонних предметов на карточном столе быть не могло. Для угощения недалеко от игрального стола ставился столик с посудой и принадлежностями для еды, закуски и вина, горящая свеча для курильщиков и принадлежности для курения. Комната для игры в карты не имела зеркал.

Хорошие манеры

Под манерами подразумевается подбор движений, которыми человек осуществляет обычные бытовые действия. Манеры могут быть правильными и неправильными. Правильные мадеры украшают поведение человека, неправильные - его портят. Общество постепенно выработало представление о правильных манерах поведения и старается привить его молодежи в процессе воспитания. В первую очередь хорошие манеры находят выражение, как было отмечено выше, в осанке, походке, позах сидя и жестах. Следует отметить, что в XIX веке манеры поведения различных классов и слоев общества сильно отличались друг от друга. Представление о правильных манерах постепенно претерпевает изменение вместе с развитием общества, но основные положения тела, движения и жесты не меняются в течение длительного времени.

Следует помнить, что в манерах стоять, сидеть и в основных жестах всегда в какой-то степени отражалось то, что ранее было принято в данном обществе. Так, например, своеобразное положение рук, диктовавшееся костюмом XVIII столетия, привело к широкой жестикуляции. Эта манера в XIX столетии стала еще разнообразнее. В частности, пригласительные жесты стали ограниченными по размеру, но могли быть и очень большими.

У и р. № 319. Приглашение малым жестом.

Построение - стайкой. Исходное положение - свободная стойка, руки полусогнуты в локтях так, чтобы свободно опущенные кисти находились на уровне 399 живота, справа и слева около туловища. Ладони и пальцы направлены вниз, причем большие пальцы должны слегка касаться тела. Техника исполнения. Немного сгибая локти, надо медленно провести большим пальцем правой руки снизу вверх до уровня нижней части груди и развернуть кисть ладонью вверх. При отсутствии напряжения в лучезапястном суставе и пальцах кисть свободно опустится (рис. 325). Надо рассказать, что эти движения могут быть жестом, иллюстрирующим приглашение, соответствующим словам:

"Прошу вас", или "Садитесь", или "Пожалуйста", при условии, если эти движения будут наполнены соответствующим отношением к партнеру. После того, как техника отдельного жеста разучена, следует в целях тренировки выполнить несколько серий, состоящих из этих четырех движений. После того, как рука сказала "Прошу вас", надо, медленно поворачивая предплечье в обратном направлении, опустить кисть ладонью вниз и, слегка разгибая локоть, поднести ее к животу, прикоснувшись к телу большим пальцем, т.е. поставить руку в исходное положение. Эта техника позволяет исполнить второй, третий и четвертый жест подряд. После разучивания техники и тренировки правой рукой следует то же проделать левой; Серия из восьми жестов является целым упражнением. Музыкальное сопровождение - приложение № 47. Разритмовка движений: на затактовой триоли выполняется движение подъема кисти с проведением большим пальцем по животу снизу верх. На правой четверти такта кисть поворачивается ладонью вверх, на второй и третьей четвертях-выдерживается пауза, в четвертой выполняется движение поворота ладони вниз (для перехода в исходное положение), после чего сразу же начинаются движения второго жеста.

Методические указания. Надо рассказать, что подобные жесты можно выполнять движениями различных размеров. Для систематизации их надо считать выполненные одной кистью - малым жестом, выполненные от локтя - средним, всей рукой, но без полного выпрямления суставов - большим, а с полным вытягиванием всей руки - огромным. Только что описанный малый жест очень ограничен по амплитуде при совершенно свободных движениях рук. Упражнение выполняется стоя на месте, причем необходимо скорейшее включение подсобных движений туловищем и ногами для более свободного действия рукой.

У и р. № 320. Приглашение средним жестом.

Исходное положение. Музыкальное сопровождение ч разритмовка в этом и последующих упражнениях соответствуют предыдущему. Техника исполнения. В момент, когда кисть в соответствии с упражнением в малом жесте разворачивается вверх, надо увеличить движение в локтевом суставе. Это дает возможность зрителю увидеть руку актера от локтя. Благодаря такому увеличению жест становится более широким, а значит, и более активным (рис. 326). Для тренажа выполняется серия из восьми жестов. У и р..№ 321. Приглашение большим жестом.

Техника исполнения. В момент, когда кисть разворачивается ладонью вверх, амплитуда еще более увеличивается за счет движения в плечевом суставе. Зритель будет видеть всю руку актера. При этом жесте рука не должна быть вытянута до предела, все суставы несколько ослаблены (рис. 327).

400

401

У и р. № 322. Приглашение огромным жестом.

Техника исполнения. В момент, когда кисть разворачивается ладонью вверх, вся рука активно выпрямляется, причем кисть и пальцы должны быть напряжены. В тренировке выполняется восемь жестов (рис. 328). Методические указания. После освоения техники во всех размерах следует указать, что до тех пор, пока эти движенияне будут наполнены правильным отношением к воображаемому или реальному партнеру, они еще не жесты, ибо бездейственны, а только их принципиальные схемы. Но, прежде чем приступить к переводу их на уровень действия, необходим предварительный тренаж в различных темпах исполнения. Надо указать, что если музыкальный темп 60 будет одинаковым для всех четырех упражнений, то благодаря увеличению амплитуд - скорость движений руки должна будет увеличиваться, а это вызовет естественное повышение мышечного усилия. Для превращения формальной схемы в действенный жест следует создать для учеников самые простые предлагаемые обстоятельства. Это вымышленный партнер, но даже вымышленный партнер должен быть определенной личностью. Он вызовет соответствующее к себе отношение. Это отношение вызовет вполне определенную физическую выразительность движений, что и превратит формальную схему в конкретный действенный жест.

Поэтому так важно подсказать ученикам сценическую задачу, например:

"Надо поклониться человеку, который вам очень приятен", или "Надо приветствовать высокопоставленное лицо, от которого зависит ваша карьера", или "Надо поклониться человеку, с которым у вас натянутые отношения" и т. п. Подобные предложения должны вызывать у занимающихся соответствующие непроизвольно возникающие детали, находящие выражение как в жесте руки, так и в том поклоне, которым будет сопровождаться этот жест. Так постепенно происходит переход от технической формы к жесту приветствия.

У и р. № 323. Тренировочное.

Первый вариант. Техника исполнения. Надо выполнить четыре малых жеста приглашения стоя на месте, а затем, продолжая выполнение, пойти вперед. Сочетание одного жеста должно совпадать с четырьмя шагами. Сначала жест выполняется правой рукой, затем левой. Все упражнение надо сделать за восемь шагов. Следует тренировать ходьбу в сочетании с малыми, средними, большими и огромными жестами.

Рис.325

Рве.329

Рис.32^

Рис.328

Методические указания. Так возникают четыре разновидности этого упражнения. Далее надо предложить выполнять эти жесты в сочетании с двумя шагами, а затем с одним. Эти сочетания гораздо труднее, они выполняются одной рукой, потом другой, и, наконец, учащиеся должны сами выбирать размер жеста и руку, которая его выполняет в данный момент.

Второй вариант. Это упражнение выполняется стоя на месте. Преподаватель дает задание обратиться по очереди с приветственным жестом (в малой амплитуде) к восьми разным (воображаемым) лицам. Это требует активного воображения. Необходимо возникновение представления о характеристике каждого такого лица и своего отношения к нему. Эти предлагаемые обстоятельства должны вызывать конкретную пластику жестов. Вначале четыре жеста выполняются правой рукой, затем левой.

Методические указания. Это упражнение должно ставить конкретную сценическую задачу, выполнение которой полностью зависит от фантазии ученика. Увидеть воображаемого человека, к которому будет обращено приветствие, оценить этого человека и определить свое отношение к нему следует раньше, чем начнется выполнение самого жеста. Этот процесс требует какого-то времени. Он должен совершиться в то время, когда жест приветствия к предыдущему лицу находится в фазе окончания. Этот промежуток совпадает со второй и третьей долями музыкального такта. По качественному выполнению такого упражнения можно судить о степени яркости творческой фантазии и о пластической выразительности учеников. Третий вариант. Упражнение выполняется на месте. Техника исполнения. В первом жесте надо пользоваться малыми амплитудами, во втором - средними, в третьем - большими и в четвертом - огромными. Все четыре жеста адресуются одному и тому же лицу. Занимающийся сначала вежливо говорит жестом "прошу вас", во втором - поскольку партнер не сел - жест должен стать более настойчивым "присядьте", в третьем-"садитесь" и в четвертом уже в форме приказания "сядьте!". Просьба, превратившаяся в форму приказа, вызовет при произнесении указанных реплик (вслух или про себя) соответственные эмоции и как их результат верную интонационную окраску. Оба эти обстоятельства вызовут нужную выразительность и в жестах исполнителя.

Методические указания. В этом упражнении удобно исправлять ошибки, ¦ которые типичны для уроков драматического искусства. Значительно труднее будет упражнение, в котором словесное приказание "сядьте!" надо выполнить малым жестом, а вежливое приглашение "прошу вас" огромным жестом. В тренаже для получения полной свободы во всей этой пригласительной жестикуляции надо делать различные по размеру жесты с разнообразными сценическими заданиями. Хорошие манеры в позах сидя. Для того чтобы ловко сесть, надо подойти к стулу (дивану или креслу) не ближе, чем на шаг. При этом одна из ног обязательно будет чуть сзади другой (это получается непроизвольно), затем следует повернуться к сиденью спиной, выполняя поворот обязательно в сторону сзади стоящей ноги, и, чуть наклоняя туловище, сгибая ноги, сесть. При этом стопы не следует переставлять; поза, в которую попадут ноги после того, как человек сел, всегда будет пластически приятна.

402

Когда садятся женщины или девушки в широкой юбке, то, поворачиваясь, перед тем как опуститься на сиденье, они отводят ткань юбки руками в стороны. Это позволяет сесть так, чтобы не смять платье и красиво расположить ткань. Если юбка узкая, то, перед тем как сесть, надо легким движением рук огладить ткань от тали и вниз и сесть.

Если садится мужчина, то он выполняет такой же поворот, как женщины, также чуть наклоняется вперед и опускается на сиденье. Мужчина, одетый во фрак, после поворота, перед тем как сесть, слегка ударяет рукой по фалдам, с тем чтобы передвинуть их в сторону и не сесть на ткань. Если он поворачивается левым боком, то подбивает фалды левой рукой вправо. Если поворачивается правым боком, то правой рукой подбивает ткань влево. Мужчины XIX столетия, постоянно носившие фраки, фалд не отбрасывали, однако на них не садились. Это достигалось резким поворачиванием туловища спиной к стулу и небольшим наклоном туловища вперед в момент поворота. При таких движениях фалды сами отлетали в противоположную сторону. Такая манера была признаком мужского шика. Мужчины, одетые в сюртуки или визитки (костюм XX столетия), перед тем как сесть, обеими руками раздвигали полы одежды в стороны.

Все эти действия хорошо воспитанные люди выполняли совсем незаметными движениями. Актеры, в зависимости от пластических характеристик изображаемых ими лиц, иногда вынуждены нарочито, напоказ выполнять подобные действия, чтобы подчеркнуть дурную воспитанность персонажа. Это приходится выполнять в ролях мещан, приказчиков, лакеев и таких лиц, которые, не получив правильного воспитания, пытались подражать светским манерам. Положения ног в позах сидя были разнообразны, но ограничивались эстетическими требованиями. Так, например, в каком бы положении ни находились ноги, стопы не могли быть поставлены параллельно или, что еще хуже, носками внутрь (рис. 329). Мужчины могли сидеть с расставленными коленями (рис. 330); для женщин подобное положение недопустимо, оно весьма некрасиво (рис. 331). Некрасиво сидеть, зацепившись носками ног за ножки стула.

Рис. 329

Рис. 330

Рис.331

Рис. 332

403

Считалось недопустимым сидеть, положив нога на ногу. Если такую позу принимала женщина, то подол ее юбки приподнимался, и сидящие напротив могли увидеть нижнее белье. Узкие брюки (по моде того времени) имели штрипки - перетяжки под стопами, а наверху держались на помочах (холщовых подтяжках). Это натягивало брюки в трубочку. Подобное натяжение ткани диктовало необходимость держать ноги прямыми, потому что при сгибании их могли оторваться штрипки, а если это не случалось, то на коленях вытягивались некрасивые мешки, что портило костюм элегантного кавалера.

Мужчины и женщины в утренних туалетах свободно пользовались позой нога на ногу.

Считалось недопустимым сидеть в обществе с вытянутыми вперед прямыми ногами. Однако положение "стопа на стопу", т.е. ноги, сложенные "бантиком" и чуть подтянутые к себе, были излюбленными позами мужчин и женщин (рис. 332). Свободно сидели в приятельской компании, на отдыхе, в садах, в концертах и театральных залах и прочих бытовых обстоятельствах. Но свободные позы считались нарушением воспитанности, когда между людьми были официальные отношения, однако и тут находила выражение субординация. Более знатный, более богатый или старший по возрасту человек мог позволить себе более свободную позу, но она все же считалась нарушением хорошего юна.

Подобные соображения подсказывали воспитанному человеку допустимые положения ног. Так, например, пластически красива поза, когда одна из ног чуть выставлена вперед (рис. 333). Поставленные таким образом стопы могут быть под стулом или на уровне передних ножек и даже несколько выставлены вперед. Хорошо выглядят поставленные рядом стопы.

Во всех официальных случаях и во время еды сидеть следовало с прямой спиной на половине стула, не прикасаясь к спинке мебели (рис. 333). Отдыхая и развлекаясь, сидели в свободных позах, прикасаясь к спинке мебели (рис. 334); разваливаться недопустимо.

Рис. 333

Рис. 334

404

Положения рук в позах сидя перечислять невозможно, они крайне разнообразны и всегда соответствуют потребностям человека в каждый момент жизни. Считалось, недопустимым подкладывать руки под себя и закладывать их в брючные карманы. Избегали также параллельных положений, когда каждая рука была положена на колено (рис, 329). Такая поза была излюбленной в купеческой и духовной среде.

Пластика русского офицера

Перед началом практических занятий надо рассказать общую конструкцию офицерского костюма и некоторые особенности в подготовке молодых людей к военной профессии. Эти обстоятельства влияли на формирование пластики офицера. Русский офицер имел парадный мундир, сюртук для повседневной работы и тужурку для дома, а в XX столетии, кроме того, появилась. походная форма. Дома офицеры часто носили суконную или бархатную куртку, расшитую шнуром, так называемую венгерку.

На ногах носили узкие штаны или лосины, только в конце столетия появились довольно широкие шаровары. Узкий покрой обтягивал ноги, это затрудняло свободу движений. Штаны, заправленные в сапоги, лосины и брюки навыпуск имели штрипки - верх держался с помощью помочей. Брюки имели некоторое подобие корсета. Это придавало стройность фигуре, подтягивая живот и подчеркивая талию. Офицер носил рубашку со стоячим, крепко накрахмаленным воротничком и манжетами. На воротничок надевали черный специального покроя галстук. Отличительным признаком офицерской одежды была тщательная подгонка формы под фигуру с соответствующими утолщениями для подчеркивания ширины плеч и груди. Мундир имел высокий, крепкий воротник, мешавший движениям шеи, и сравнительно узкие рукава с довольно широкими обшлагами. За обшлага можно было положить перчатки, записку и деловую бумагу. Парадными головными уборами были кивера и каски, а обычными - фуражки. Верхней одеждой были шинели, плащи и накидки.

Сапоги, так называемые ботфорты, имели довольно высокий и широкий каблук, крепкие, выше колена лакированные голенища, под коленом был вырез, позволяющий сгибать ногу. Почти весь офицерский состав носил шпоры. Шпорами гордились, шиковали, демонстрируя их звон, для чего часто ударяли нога об ногу. Этим ударом, совмещенным с поклоном, офицер благодарил, здоровался и прощался, выражал согласие и т. п. В брюках навыпуск шпоры носили только генералы.

Воспитание офицерского состава начиналось, как правило, в кадетских корпусах и

длилось восемь лет, образование заканчи-

405

валось в специальных юнкерских училищах в течение трех лет. В течение одиннадцати лет молодой человек особенно тщательно обучался строевой подготовке, что вырабатывало у него своеобразную осанку, походку, положения рук и даже жесты. Выправка отличалась прямой осанкой, вертикально стоящей шеей и в меру поднятой головой. Общее впечатление подтянутости создавали вытянутые в коленях ноги и постановка стоп при ходьбе на весь след. Такая муштра проникла в русскую армию при Павле I. Ей активно сопротивлялся А. В. Суворов, стремившийся избавить солдат от излишних трудностей чисто внешнего порядка. Но традиции офицерского корпуса, особенно в гвардии, требовали подобной строевой выучки. Наедине, в приятельской компании, в семье офицер в какой-то степени терял эту излишнюю подтянутость. Но общая выправка, превратившаяся благодаря длительной муштре в привычку, сопутствовала офицеру в течение всей его жизни и была для него естественной.

Упр. Л" 324. Осанка и походка.

Исходное положение. Ноги надо поставить так, чтобы пятка левой ноги стояла перед носком правой, вплотную к нему, а ступни были точно по одной прямой линии. Затем надо несколько развернуть носки, так же как в обычной правильной походке, и передать вес тела на левую ногу. Получится поза, при которой хочется пойти вперед. Пальцы обеих рук надо сжать и вытянуть по шву штанин, а локти совершенно прижать к бокам. Туловище и шея должны быть вертикальны, живот подобран, грудь чуть приподнята, плечи развернуты, но не напряжены (рис. 335). Техника исполнения. Надо рассказать, что, выполняя шаг, офицер ставил стопу сразу на весь след. Нога, перед тем как опуститься на землю, недолжна была подниматься вверх (рис. 336). Этим обычная походка офицера XIX столетия отличалась от строевого парадного шага. Ходьба на весь след была типична для строевого офицера этой эпохи, но в конце столетия такая манера почти исчезает, и в быту офицеры начинают ставить стопы с каблука. Несколько свободнее была походка у офицеров кавалерийских частей. Музыкальное сопровождение: марш, темп 80-10& (приложение № 45). Изучение техники походки надо проводить в половинах.

Гис 336

Рис. 337

406

Методические указания. Добиваться правильного положения рук и четкой постановки стоп на пол. Надо довиваться непрерывности движений и отсутствия Соковых покачиваний. Выработка пластики офицера будет успешна в случае, если одновременно с походкой будет осваиваться техника осанки. У и р. № 325. Остановка и удар шпорами.

Построение, музыкальное сопровождение, темп и разритмоека движений в этом и последующих упражнениях те же, что в предыдущем. Техника исполнения. Выполнить правой ногой шаг вперед, стопу поставить на весь след, приставляемая к ней левая нога должна предварительно согнуться в колене, но без подъема бедра вверх, а затем опуститься вниз с ударом каблука о каблук опорной яоги (рис. 337). Так выполняется щелчок шпорами.

У и р. № 326. Шаг, остановка, поворот. Техника исполнения. Сделать шаг правой ногой вперед, левую к ней приставить с ударом шпорами, затем выполнить поворот кругом на левой ноге. Этот поворот выполняется так же, как в Советской Армии. Но перед тем как приставить правую ногу клевой, ее надо слегка согнуть в колене, а приставляя, ударить шпорой о шпору. Далее надо сделать шаг вперед левой ногой, приставить к ней правую и сделать поворот опять-таки на левой ноге. Указать, что строевой поворот выполнялся только в левую сторону.

Методические указания. При повороте руки не должны отделяться от туловища, а тело - терять равновесие. Следить за правильным выполнением сгибаний ноги и ударом шпорами при приставлении.

У и р. № 327. Положения рук.

Рассказать, что в светских и домашних условиях у офицера были обычные движения и положения рук, но были и типичные только для военной профессии. Во время обычного марша руки размахивали в ритме движений ног. Во время медленной ходьбы любили пользоваться специальными положениями (рис. 338). Показывая эти положения, надо предложить их выполнить и запомнить. Техника исполнения. По команде"шагом марш" идти вперед офицерской походкой, скрестив руки на груди. Ходить с руками, заложенными за спину, затем заложив правую руку за кромку полы мундира на уровне лацкана, а левую за спину. Количество шагов произвольное. На остановках руки переходят в положение "смирно". Нога приставляется с ударом шпорами.

407

Методические указания. Во всех указанных положениях локти должны быть направлены в стороны.

Упр. № 328 (т р с а и; р о в о ч и о е). Осанка, походка и позы рук.

Исходное положение-стойка "смирно", руки скрещены на груди. Техника-исполнения. По команде сшагом марш" надо идти вперед, опуская ногу на весь след. После четырех шагов подать команду сруки за спину", идти вперед с новым положением рук, затем через несколько шагов командовать справая рука за лацкан" и в заключение "руки вниз".

Методические указания. На этом простом упражнении удобно тренировать. верную офицерскую осанку, походку и положения рук. Надо предложить учащимся самим менять положения рук. Для затруднения следует дать ходьбу в четвертях, а затем несколько увеличить темп марша.

' У и р. № 329, Военный поклон XIX столетия.

Исходное положение - стойка "смирно". Музыкальное сопровождение - марш в среднем темпе. Движение поклона выполняется в половинах. Техника исполнения. Слегка согнув правую ногу в колене, поставить стопу на шаг в сторону с легким ударом о пол, затем приставить к правой прямую левую ногу, ударяя шпорой о шпору. Эти два движения выполняются на первой и второй четвертях такта. На третьей и четвертой четвертях надо выдержать паузу. Затем следует выполнить те же движения в левую сторону. Техника поклона включает также движения головой. В момент приставления ноги надо быстрым и коротким движением наклонять голову вперед-вниз, сохраняя при этом совершенно прямую спину, а на счете три и четыре голову следует медленно поднять (рис. 339). Объяснить, что такая манера оставалась привычной у отставных военных.

Методические указания. Добиться четкого взаимодействия движений ног и головы. Необходимо, чтобы руки были прижаты к туловищу. Рассказать, что-этот поклон продержался примерно до 70-80-х годов XIX столетия; позднее перестали выполнять удар ногой о пол. В остальном форма поклона в описанной схеме продержалась все XIX столетие и бытовала в течение XX. Указать, что. этот поклон никогда не выполнялся штатскими мужчинами.

6 а Рис. 339

408

У пр. № 330. Ходьба и поклон,

Построение - стайкой. Исходное положение -по стойке "смирно", во руки скрещены на груди. Музыкальное сопровождение - марш, все движения выполняются в половинах (приложение № 46). Техника исполнения - четыре шага вперед и поклон по направлению вперед-вправо, еще четыре шага вперед и поклон вперед-влево, еще четыре шага и поклон вперед-вправо, в заключение еще четыре шага и поклон прямо. При поклонах руки опускаются и прижимаются к бокам. При ходьбе руки должны быть в том или ином стилевом положении.

Методические указания. В этой схеме легко тренируется пластический стиль офицера. Рассказать, что для некоторых военных XIX столетия строевая выправка была чуть ли не смыслом жизни (Скалозуб), для других же только привычкой, созданной в молодые годы. Подчеркивание выправки или, наоборот, безразличное к ней отношение должны выявляться у актера в работе над пластикой образа. По мере того, как движения становятся привычными, следует подсказывать учащимся о необходимости создания некоторых предлагаемых обстоятельств, которые потребовали бы от них конкретного отношения к воображаемому партнеру, а это отношение нашло бы выражение в деталях поклона. Так это упраж - "ение может перейти в уровень простейшего этюда.

У и р. № 331, Предложить руку даме,

Схема упражнения: сделать четыре шага вперед, поклониться воображаемой даме и предложить ей правую руку. Техника исполнения. Выставляя вперед правую ногу, надо поставить ее на пол с поворотом стопы влево и поворачиваясь правым боком к воображаемой партнерше. Затем прямая левая нога приставляется к правой, ударяя шпорой. Приставляя ногу, офицер немного сгибается вперед в тазобедренном суставе, но сохраняя прямую спину; его голова должна находиться на линии спины и быть повернутой к женщине (рис. 340). Эти движения должно заменить или дополнить словесное приглашение - "разрешите предложить вам руку". Одновременно с этим поворотом офицер подает даме руку, поставленную тыльной стороной кисти на бок. В этом положении к даме будет повернут локоть и предплечье-это и есть жест, приглашающий пройтись под руку.

409.

После того, как дама положит кисть на обшлаг рукава, офицер выпрямляется и идет вперед. Надо указать, что предлагали только правую руку, кроме случаев, когда шли с двумя дамами.

Методические указания. В таком приглашении пластический стиль должен найти выражение в осанке, умении верно повернуться, в ударе шпорой, в правильном сгибании тела, а также в верной подаче руки и взгляде на даму- У и р. № 332. Отойти чт военного, отойти от штатского. Рассказать, что отход от военного и старшего по чину выполнялся строевым поворотом. Этого требовал устав. Правильный отход от штатского мужчины, девушки и женщины был соблюдением правила, утверждавшего, что спину показывать уважаемому человеку не принято. Это правило вежливости состояло в том, что после прощания офицер делал несколько шагов назад и только тогда поворачивался. Схема упражнения. Сделать четыре шага вперед, поклониться и выдержать паузу в один такт (условно это время для реплики), снова сделать поклон (попрощаться), затем сделать три шага назад, повернуться и уйти. Техника исполнения. Шаги назад выполняются небольшим сгибанием ног в коленях, отставлением их постановкой на пол, с очень легкими ударами. Если третий шаг выполнялся правой ногой, то поворот делали на ней, поворачиваясь левым плечом назад. Это позволяло двигаться без остановки. Если третий шаг выполнялся левой ногой, то поворот исполнялся на ней и правым пленом назад. Указать, что количество выполняемых шагов назад было произвольным, но не менее двух; в уроках их количество устанавливается педагогом. Указать, что отход можно начинать любой ногой. Упр. № 333, Отдавание чести.

Рассказать, что отдавание чести состояло в прикладывании к голове двух пальцев правой руки-указательного и третьего (остальные были подогнуты к ладони) (рис. 341). Честь отдавалась, когда военный был в головном уборе. В конце столетия честь стали отдавать пятью пальцами, так, как в Советской Армии.

Надо рассказать, что каждое юнкерское училище имело свои детали в манере

отдавания чести. Это позволяло офицерам, служившим в разных полках, по выходе из

училища узнавать однокашников по манере выполнения этого действия. Жест прост, и

после двукратного выполнения на месте его надо включить в пре-

Рис. 341

Рис. 3"2

410

дыдущее упражнение, предварительно разъяснив, что все условно имеют на голове фуражку или кивер. При отдавании чести выполняется обычная схема поклона, но голова не наклоняется. Рука отходит от головы только после поклона, с первым шагом. Надо рассказать, что после поклона женщина протягивала офицеру руку, и он эту руку обязательно целовал, снимая фуражку левой рукой (рис. 342). Фуражка снималась за козырек. Хорошо воспитанная женщина не подавала руки офицеру, имевшему на голове кивер или каску. Эти тяжелые головные уборы укреплялись на голове с помощью проходящего под подбородком ремешка. В жилых помещениях военные (кроме дежурных), никогда не носили головных уборов. Дежурный офицер имел при себе полный набор оружия.

У и р. № 334. Как носить шпагу, шашку, палаш, саблю. Надо рассказать, что, выходя из дома, офицер всегда имел при себе холодное оружие; огнестрельное носил только на посту и в военное время. Оружием высших чинов была шпага. Это небольшое легкое оружие было обязательно при генеральской форме. В кавалерийских частях носили шашки, палаши и сабли. Шпага XIX и начала XX столетия имела небольшой позолоченный эфес, неудобный для держания и тем белее для боя. Шпага вдевалась в ножны, которые висели на левом боку. Ножны из плотной лакированной кожи имели внизу позолоченный наконечник, а наверху кольцо с крючком, которым ножны прикреплялись к портупее. Ножны вдевались в наплечную портупею, сделанную из черной муаровой ленты такого размера, чтобы эфес находился несколько выше тазобедренного сустава. Портупея надевалась под мундир или сюртук. В этой одежде, сбоку вместо кармана, была прорезь, в которую снизу продевался эфес шпаги.

На эфесе полагалась лента - темляк, который выпускали поверх прорези. \ В домашнем быту оружие не носили. Являясь к обеду, ужину или на бал, оружие оставляли в передней. Если офицер приходил с визитом, то оружие не снимал.

Офицеры, в зависимости от рода войск, носили шашки, сабли, палаши и кортики. Все виды холодного оружия носили обязательно в ножнах; ножны прикреплялись к кожаной портупее, которую надевали, пропуская под погон на правом плече; оружие висело на левом боку, рукоять была чуть выше тазобедренного сустава. Оружие носили паверх сюртука или мундира, застегивая пряжку портупеи на груди. В шинели вместо левого кармана делали прорезь, в которую входил эфес оружия, темляк выпускали наружу. Такая манера ношения холодного оружия применялась в мирное время. На Дежурстве и в военное время оружие носили поверх шинели. Чины полиции и жандармерии всегда носили шашку или палаш поверх шинели, а на паяее справа-сзади имели в кобуре револьвер.

В случаях, когда оружие было на поясной портупее, например сабля у гусар, и нижний конец ножен слегка волочился по полу, офицер мог поддерживать саблю двумя способами. Первый состоите том, чтобы, подхватив саблю за гарду (за душку эфеса), безымянным пальцем и мизинцем левой руки приподнять ее до уровня поясницы (рис. 343). Этим приемом пользовались все офицеры на официальных прие- 1 Иногда темляк был из орденской ленты.

^!"

мах и аудиенциях. Оружие при этом способе висит вертикальн", что удобно и при медленной ходьбе. При быстрой ходьбе пользовались вторым способом - подхватывали оружие за середину ножен так, чтобы эфес был направлен назад-вверх" а нижний конец вперед-вниз (рис. 344).

Пластика русской барышни

Перед началом практических занятий необходимо рассказать о туалете барышни XIX столетия. На тело поверх рубашки надевали корсет. Корсет был довольно жестким, поскольку в нем быль вшиты вертикальные пластинки из китового уса. Он приподнимал грудь, стягивая талию, охватывал бедра. Сзади корсет имел шнуровку, которой туго стягивали тело. Затем надевали белые и длинные панталоны. Их кружева доходили до лодыжек. На панталоны надевалась нижняя шелковая юбка. На эту юбку надевали платье.

Для XIX столетия характерен (хотя моды часто менялись) обтянутый лиф. В начале и середине столетия платье имело высокую талию. В фасоне "Татьянка" юбка начиналась сразу под грудью. К концу столетия талия в платье несколько опустилась. В зависимости от назначения туалеты были закрытыми и декольтирован, ными, с рукавами и без них. Парадное платье имело декольте, у девушки оно покрывалось газом. Оставляли обнаженными плечи; и шею. Вокруг шеи девушки часто носили черную узенькую бархотку. В последней четверти столетия визитный костюм состоял из кофточки с длинной узкой юбкой и кожаным поясом. Типичным украшением визитного туалета были золотые часики на тонкой золотой цепочке, которую надевали на шею. Часы закладывали за пояс или прикалывали на груди брошью.

В зависимости от моды, юбки были обуженными, фонариком; или расклешенные, доходили они до лодыжек.

Летом на улице носили различного рода накидки и шали, зимой - шубки, салопы, манто.

Рис.343

Рис. 344

Рис.345

Рис. 34б"

412

Для приобретения верной осанки, походки, поз сидя и правильных положений рук, актрисы должны знать, что на форму этих навыков весьма влиял корсет. Стягивая туловище, он затруднял его движения, но оставлял свободными шею и руки. Движения ног могли быть быстрыми, но они не были широкими; даже бегая, девушки старались меньше сгибать колени, чтобы эти движения не приподнимали юбки; показывать ноги считалось неприличным.

Обувь девушек почти не имела каблуков. Типичными принадлежностями туалета были шали и веера. Ими пользовались на балах, в театрах и летом при прогулке. Упр. № 335. Осанка и походка барышни.

Построение в этом и последующих упражнениях - стайкой. Исходное положение. Руки свободно опущены, каблук правой ноги перед носком левой по одной прямой, носки чуть развернуты, вес тела на передней ноге. Для верной осанки следует выпрямить спину, не поднимая плеч, шею надо держать вертикально, голову следует чуть откинуть назад (рис. 345). Такое приподнятое положение головы как бы удлиняло шею, уничтожало морщинки на ней и придавало девушке несколько высокомерный вид (типично для осанки русской барышни). Такая манера держать тело подтягивала живот, слегка выделяла тур и вынуждала вытягивать ноги в коленях. Это важно для придания стройности фигуре (рис. 346). \* Типичной позой была стойка на двух сомкнутых ногах со сведенными пятками и чуть разведенными носками, а также свободная стойка, когда одна из ног <ыла ослаблена в колене. Эта нога могла быть несколько отставлена в сторону или назад (рис. 347). Ногу вперед не выставляли -это поза мужская.

Барышни не скрещивали рук на груди, не складывали их за спиной и под грудью

предплечье на предплечье. Последнее положение характерно для работающих и

уставших женских рук - оно бытовало в народе. Для барышни были типичны свободно

висящие руки, они могли быть сложены пальцами перед туловищем (рис. 348). В

официальных случаях руки держали под грудью, их складывали так, чтобы

направленные вниз ладони лежали одна на другой. Локти были направлены в стороны,

а не опущены. Такая поза придавала девушке несколько аффектированный вид. ^~

Ряс. 348

413

Музыкальное сопровождение - приложение № 46А. Техника исполнения. По команде и надо двигаться вперед в половинах, соблюдая непрерывность движений, плавность и добиваясь полного отсутствия покачиваний. После того, как будет пройдено 12-16 шагов, командовать "назад" и после освоения этого простого движения (его детали уже разучены ранее) надо рассказать, что, поскольку туфли не имели каблуков (что не способствовало стройности фигуры), девушки XIX столетия, будучи в обществе, передвигались, приподнявшись на носки (на полупальцы). Надо предложить ученицам ходить вперед, а затем назад небольшими шагами на невысоких пол у пальцах.

Методические указания. Это упражнение надо повторять до тех пор, ж" а не будет достигнуто плавное движение.

Упр. № 336. Книксен.

Рассказать, что книксен - укороченный реверанс. Книксен прусского происхождения, он был введен в дворцовый этикет в России при Павле I, продержался все XIX столетие и в XX до революции. В настоящее время книксен бытует в школах танца Дании, Скандинавии и Финляндии. В СССР используется как выражение благодарности только в балете. Исходное положение и музыкальное сопровождение - те же, что в предыдущих упражнениях. Техника исполнения. На раз сделать правой ногой небольшой шаг в сторону, передав на нее вес тела, левая должна касаться пола вытянутым носком. На два, приседая на правой ноге, отодвинуть левую ногу на небольшой шаг за правую, но оставить ее стоящей на носке. Во время приседания наклонить голову, а руки поставить в положение под грудью. Туловище надо держать по возможности вертикально, имея вес тела на передней (правой) ноге. На счете три, поднимая голову, выпрямиться, на счете четыре выдержать паузу, при этом левая нога остается сзади на носке (рис. 349). После выполнения книксена вправо надо сделать то же в левую сторону.

Методические указания. Надо рассказать, что глубина приседания зависела от отношения к человеку, которому кланялись. Чем больше почтения хотела выразить девушка, тем ниже она приседала и тем дольше оставалась в этой позе. Такое же значение имела и скорость выполнения поклона. Его можно было церемонно растягивать, а можно было выполнять быстрыми и небольшими движениями.

6 в Рис. 349

414

Эти разновидности легко тренируются посредством изменения темпов музыки и выполнением заданий педагога. Выполнение может быть в половинах и в четвертях. Подчеркнуть, что, поскольку девушка носила корсет, она не сгибалась впе- ред. Это трудно современной актрисе, не имеющей привычки носить корсет. Необходимо, пользуясь этим упражнением, создавать верный стилевой навык. При выполнении книксена важное значение имел взгляд. Отставляя ногу в сторону, барышня смотрела в лицо человека, которому предназначался поклон, но при приседании опускала веки, а когда приподнималась, то поднимала глаза. Подобная манера могла быть весьма кокетливой.

Женская прислуга выполняла этот же поклон, но, не имея корсета, сгибалась вперед. Руки горничной всегда оставались внизу. При вызове к хозяйке и получении распоряжения горничная, выслушав приказание, перед уходом делала книксен, как бы говоря; "Слушаюсь, сейчас исполню".

У и р. № 337. Ходьба и книксен.

Техника исполнения. Сделать четыре шага вперед и книксен вперед-вправо (там находится "знакомый"), сделать еще четыре шага вперед и книксен вперед-влево, еще четыре шага и книксен вперед-вправо, в заключение четыре шага вперед и книксен прямо. После выполнения и освоения этой схемы надо рассказать, что занимающиеся "живут" в XIX веке, что они попали на великосветский бал. Справа и слева знакомые. Надо, двигаясь вперед, здороваться с ними и в конце движения приветствовать хозяйку дома. Идущие молоды, они недавно окончили институт и приехали на свой первый в жизни бал. После выполнения этого упражнения надо учить технику поворота для ухода. Следует рассказать, что в эту эпоху женщины и девушки не пятились назад, а поворачивались и уходили, кроме случаев встречи с представителями царской фамилии. Техника состояла в том, что, приподнимаясь после книксена, девушка поворачивалась в сторону той ноги, которая была сзади, и сра-зу после выпрямления начинала движение вперед с той ноги, которая оказывалась стоящей сзади. Это должно быть легким изящным движением. Методические указания. Это стилевое упражнение может превратиться в простейший этюд, если учащиеся смогут наполнить технику движений отношением к воображаемым знакомым. Если ученицы хорошо фантазируют, они сами начнут 415 разнообразить предлагаемые обстоятельства и их движения непроизвольно приобретут верную эмоциональную окраску.

У и р. № 338. Обращение с длинной юбкой.

Напомнить, что юбка барышни не доходила до пола, это позволяло видеть ее стопы. Манера поддерживать юбку не имела практического значения, а носила только этикетный характер. Исходное положение. Опустив руки вдоль туловища и поставив кисти перед бедрами, девушка легко брала в пальцы ткань юбки и чуть сгибала локти. Это слегка приподнимало подол. Манеры требовали, чтобы мизинцы были направлены вперед (рис. 350). Подобная вычурность диктовалась требованиями хорошего тона. Нельзя оттопыривать безымянные пальцы и мизинцы - это дурной тон. Так могла сделать мещаночка и купеческая дочь, подчеркивающие свою "воспитанность". Воспитанность напоказ - "галантерейность" не имела ничего общего с хорошим тоном. Можно было поддерживать юбку и одной рукой, особенно если другая была занята. Техника исполнения. Семь шагов вперед, остановка, снова семь шагов вперед и остановка, и т. д. При остановке руки опускают юбку, при начале движения вновь ее подхватывают. Музыкальное сопровождение. Импровизация в размере \*/4, медленная, плавная, шаги выполняются в половинах. Методические указания. После того, как разучена техника этих манер, дальнейшее совершенствование осанки и походки желательно проводить так, чтобы девушки были одеты в длинные платья или юбки. Верные ощущения тела и техника навыков не появятся, если упражняться с воображаемыми предметами. У и р. № 339. Книксен с веером.

Рассказать, что веер XIX столетия по конструкции и манере обращения с ним ничем

не отличался от веера XVIII столетия. Эта техника уже известна учащимся. В конце

XIX столетия появились веера, в которых вместо шелка применялись' страусовые

нерья, окрашенные в разные цвета. Цвет веера подбирали к туалету. Рассказать,

что при официальной беседе и в разговоре со старшим "по возрасту или

Рис. 351

416

положению человеком опахиваться веером не полагалось. Это правило диктовалось этикетом.

Исходное положение. Свободная стойка, веер открыт и доложен на грудь. Техника исполнения. На счете роз, отодвигая правую ногу в сторону и передавая на нее вес тела, надо передвинуть правую руку в сторону ладонью вверх так, чтобы веер закрылся (рис. 351 а). Это совпадало с моментом, когда девушка видела человека, с которым надо поздороваться. При выполнении приседания и выпрямления тела рука с веером была неподвижна, на счете четыре, когда в движениях ног пауза, правая рука опрокидывалась ладонью вниз и веер раскрывался, ладонь разворачивалась вверх с открытым веером и он подносился к груди (рис. 351 б, в, г). Веер как бы начинал движения книксена и его заканчивал. При книксене влево правая рука выполняет те же движения.

Методические указания. Держать веер надо не только в правой, но и в левой руке.

У и р. № 340. Книксен с веером (второй вариант). Это упражнение повторяет предыдущее, но в момент приседания правая рука кладет закрытый веер на ладонь левой руки. Только при начале нового движения вперед рука открывает веер, другая в это время приподнимает подол юбки. Методические указания. Надо рассказать, что веер не раскрывался двумя руками, даже если он висел на ленте. Следует показать, а затем обучить движению подбрасывания веера вверх так, чтобы его можно было ловить пальцами правой руки. Надо тренировать раскрывание и складывание веера, совмещая эти действия с выполнением книксена. Обмахивание веером в этом упражнении производится только в движении вперед; на остановках и поклонах веер закрывается или кладется на грудь. Подобные упражнения хорошо совершенствуют пластику актрисы. У и р. № 341. Парное упражнение. Офицер и девушка. Рассказать, что в этом упражнении действуют офицер и светская барышня. Девушки как бы в бальных платьях, офицеры в парадных мундирах. Построение группы. Девушка в шеренге с одной стороны зала, офицеры в шеренге стоят на другой стороне зала. Схема упражнения. Все делают четыре шага вперед и кланяются знакомому, сидящему справа, делают еще четыре шага и кланяются знакомому, сидящему слева, затем еще четыре шага и здороваются друг с другом. Офицер делает девушке офицерский поклон, она ему книксен. После поклона он предлагает ей руку, она кладет свою руку на обшлаг его мундира, и оба идут вперед. После выполнения двух-трех шагов упражнение прекращается. Техника исполнения. Надо рассказать, что в XIX веке мужчина никогда сам не брал девушку "под руку". После того, как он предлагал ей свою руку, она делала небольшой шаг к нему, поворачивалась левым боком и накладывала пальцы левой руки на обшлаг его мундира. При этом она оказывалась чуть сзади него. Как только ее рука была положена, офицер выпрямлялся, и они шли вперед. Он обязательно шел с ней в ногу. Ее лицо было направлено вперед, он, беседуя с ней, поворачивал голову вправо. На ходу она могла обмахиваться веером или поддерживала юбку правой рукой. Музыкальное сопровождение - приложение № 46. Этот марш следует исполнять мягче и медленнее, чем при выполнении офицерских движений.

417

Методические указания. Стиль офицера в подтянутости тела, четкости шага, вытянутых коленях и ударах шпорами. У девушки движения должны быть мягкими, как бы певучими. Только в выполнении книксена была допустима некоторая острота. Преподаватель может создавать различные варианты подобных упражнений, включая и приглашение на танец с тем, что ученики выполняют небольшой танцевальный отрывок размером в восемь тактов. В этом случае используются танцы, пройденные на первом году обучения; вальс, галоп, полька, элементы мазурки. После исполнения танца пары останавливаются, кавалер благодарит за танец поклоном, она отвечает ему, делая книксен, он предлагает ей руку и отводит к стулу для отдыха. Она садится, он кланяется, она отвечает ему, наклоняя голову, и офицер, сделав несколько шагов назад, поворачивается и отходит к следующей даме. Поменяв дам, офицеры начинают повторное исполнение этого этюда. Проникновение элементов танца в другой предмет крайне полезно в целях совершенствования общих двигательных навыков; это создает необходимую стилевую подготовку, освоение светских манер XIX столетия и общую пластичность. С помощью подобных упражнений легко создается этюд "Светский бал XIX - начала XX столетия".

Пластика светской дамы

Отличие женского костюма от девичьего было в том, что он наряднее и пышнее; юбка обязательно доходила до пола и часто имела шлейф. Приподнимать такую юбку при ходьбе было необходимо. Если женщина забывала приподнять юбку, она могла наступить на собственный подол (рис. 352). Женская фигура считалась красивой, если она имела тонкую талию, покатые плечи, высокую пышную грудь и достаточно широкий тур (рис. 353). Для создания такой фигуры корсет был крайне необходим.

Женщины носили его

о б

1 Рис.352

Рис.353

418 "

постоянно. Исключением был только утренний туалет. Девичья осанка типична и для женщины, только при ходьбе женщина ставила ногу сразу на весь след. Ей не для чего было стремиться к показной стройности, и она ходила обычным способом. Упр. № 342. Походка и поклон.

Рассказать, что походка была плавной, без покачивания, кручения и вих-ляний.

Женщина должна была как бы плыть в пространстве. Техника такой походки обычна. Женщины не делали книксена, кроме случаев, когда надо было показать повышенное почтение. Книксеном обязательно приветствовали представителей царской фамилии и лиц их заменявших.

В быту женщины кланялись только наклоном головы, сохраняя прямое туловище. Этот же поклон выполнялся при ходьбе. Техника поклона. На счете раз надо сделать шаг вперед правой или левой ногой, взгляд направлен к тому, кого надо приветствовать. На счете два голова плавно наклонялась вперед, а левая нога (правая) в это время плавно подтягивалась к правой (левой), но оставалась в положении свободной стойки, то есть с ослабленным коленом и чуть сзади (рис. 354). Затем на счете три и четыре голова медленно поднималась, взгляд снова обращался к человеку. Степень наклона головы и скорость движений были индивидуальны и зависели от отношения к лицу, которого приветствовали, но могли быть продиктованы и этикетными требованиями.

Техника исполнения. Сделать четыре шага вперед и поклониться вперед-вправо (знакомому), сделать еще четыре шага (движения начинает левая нога) и поклониться вперед-влево, снова четыре шага (с правой ноги) и поклониться вперед-вправо, сделать последние четыре шага и поклониться прямо. Музыкальное сопровождение - приложение № 47.

Методические указания. Надо добиваться полной непрерывности и плавности всех движений. По ходу выполнения упражнения ученицы должны сами фантазировать отношение к тем лицам, которым они кланяются. Надо изучать эти действия, так же как светский поцелуй и подачу руки для поцелуя. Полное освоение стиля поведения и тренаж возможен только при наличии реквизита, длинных юбок или платьев. Упр. № 343. Обращение со шлейфом.

Ученицы должны быть в длинных юбках. Следует рассказать, что женщина в таком туалете не могла повернуться современным способом, т. к. при этом она завернулась бы в ткань юбки. Для поворотов на ходу применялась ходьба по дуге. Надо сделать четыре шага вперед и по команде "правый или левый поворот" обойти собственный шлейф примерно за четыре шага, выполняемых по небольшой дуге, и продолжать движение в обратном направлении. Надо тренировать эти повороты в обе стороны. Поворот на месте выполнялся с движением ноги, которым шлейф откидывался назад. Это движение совершенно необычно для женщины нашего времени. Техника исполнения. Надо сделать дв" шага вперед, остановиться и повернуться на месте в сторону той ноги, которая сзади. Сразу после поворота надо, передав вес тела на сзади стоящую ногу, стопой впереди стоящей ноги отбросить шлейф за себя (рис. 355).

419

Методические указания. Надо сказать ученицам, что с этого момента, если в репетиции или на уроке придется поворачиваться в платье со шлейфом, для создания верного навыка следует выполнять это или по дуге, или отбрасывая шлейф йогой. Недопустимо брать шлейф в руки, растягивать юбку в стороны и пятиться назад (это наиболее частые ошибки), но можно брать петлю шлейфа на руку (рис. 356). В тренировках надо создавать такие схемы, где были бы повороты на месте и на ходу. Шлейф подбирался на руку только на балах. Упр. № 344. Обращение с юбкой для улицы.

Надо рассказать, что юбка для улицы и прогулки не имела шлейфа, но все же была столь длинна, что сзади волочилась по земле. Возникла своеобразная манера обращения с такой юбкой. Техника исполнения. Перед тем как начать движение вперед, женщина слегка приседала, чуть поворачивалась вправо (или влево), подхватывала рукой материал юбки у себя под коленом. Это грубоватое движение позволяло захватить рукой довольно много ткани. Затем женщина выпрямлялась, это подтягивало подол вверх ровно настолько, чтобы он не волочился по земле. Женщина начинала движение вперед в момент выпрямления, но как только останавливалась, так отпускала юбку (рис. 357). Безразлично, какой рукой поддерживать юбку, но чащеэто выполняли левой, оставляя правую свободной. Методические указания. Следует указать, что показывать ноги выше лодыжек считалось крайне неприличным. Однако, исполняя роли легкомысленных женщин, актрисы могут приподнимать подол выше, т.е. нарочно показывать ножки. Это помогает давать верную пластическую характеристику персонажей. Упр. № 345. Походка, поклоны, обращение с юбкой и веером. Рассказать, что техника обращения с веером такая же, как у девушек. Техника испвлнения. Перед упражнением веер раскрыт и дама им обмахивается (рис. 358). Надо сделать четыре шага вперед и, увидев знакомого впереди-справа, поклониться ему, закрывая веер (рис. 359), затем, начиная движение левой ногой, идти вперед, причем веер открывается с первым шагом (рис. 360). Сделав четыре шага, дама видит новую знакомую впереди-слева и кланяется ей (закрывая веер) (рис, 361); открывая снова веер, делает четыре следующих шага. Увидев родственницу, кланяется ей (по направлению вперед-направо). Наконец, сделав еще четыре шага, кланяется хозяйке дома, после чего уходит, открыв веер.

б Рис. 355

Рис. 35в

420

Методические указания. В тех упражнениях, где тренируется пластика светской женщины, мужчины повторяют и тренируют технику офицера. Преподаватель при работе в театре создает различные схемы подобных упражнений, он должен стараться разнообразить не только подбор движений, но и предлагать занимающимся простейшие обстоятельства, которые могут помочь игре воображения.

Пластика светского мужчины

Стилевое поведение мужчины несколько разнообразнее женского. В нем находили отражение образ жизни и характер занятий человека. Мужчины среднего и пожилого возраста отличались медлительностью в движениях, важностью в обращении и даже некоторой спесивостью. Многие гордились знатностью рода, богатством, но выставление этих признаков напоказ все же считалось нарушением хорошего тона. Следует указать, что приведенные характеристики только самого общего порядка; в среде знатных и богатых людей были люди скромные, занимавшиеся наукой и искусством и много работавшие. Но число их было незначительно, оно не откладывало большого отпечатка на общую характеристику общества XIX столетия.

а б

Рис.357

а б Рве.358

Рис.359

Рис. 361

421

Упр. № 346. Осанка, походка а положение рук.

Осанка и походка светского мужчины отличались широтой, свободой и мужественностью (рис. 362). Вначале следует изучить основные положения рук. Было принято держать руки скрещенными на груди, складывать кисти внизу за спиной, держаться пальцами за лацканы одежды (рис. 363). Одна рука могла быть в одном положении, другая в другом. При расстегнутом сюртуке (и в пиджаке XX столетия) одну или обе руки закладывали большими пальцами в карманы жилета. " Типичными были опущенные руки со сложенными ладонями или пальцами <рис. 364). В этих положениях руки совершенно не напрягались.

Надо тренировать походку и осанку, сочетая их с разученными положениями рук. Музыкальное сопровождение (приложение А° 47). Техника исполнения. Идти вперед шестнадцать шагов, затем выполнить правый поворот, идти столько же в обратном направлении и сделать снова поворот. Во время ходьбы ученики меняют положения рук по команде педагога. Вначале эти положения меняются через восемь шагов, затем через четыре.

Упр. № 347. Мужской поклон.

Поклон светского мужчины отличался от военного тем, что наклонялась не только

шея, но и верхняя часть туловища. Все движения были плавными

а о

Рис. 364

422

н медлительными. При наклоне туловища и головы сзади стоящая нога подтягивалась к передней, но без стука каблуков. Движения были мягки и непринужденны. Техника исполнения. На счете раз сделать правой ногой шаг вперед, взгляд направлен к человеку, которому предназначено приветствие, на счете два левая нога мягко подтягивается к правой, каблук к каблуку, при этом колени обеих ног должны быть совершенно прямыми, а шея и верхняя часть туловища наклонялись вперед. Руки, если были опущены, то лишенные напряжения - свободно свешивались. На счете три и четыре голова и туловище выпрямлялись, а колено одной из ног освобождалось от напряжения (рис. 365). Музыка - та же, что в женских упражнениях. Поклон исполнялся за четыре такта.

Методические указания. Тренировка ведется путем выполнения серии поклонов. После освоения этой техники надо выполнять ту же схему, но, делая поклоны, отставлять ногу в сто рок у, а затем назад.

Упр. Л'а 348. Походка, осанка, поклоны.

Техника исполнения. Сделать четыре шага вперед и поклон вперед-вправо (там находится знакомый), еще четыре шага (движение должна начать левая нога), и поклоны вперед-влево, снова четыре шага (движение должна начать правая нога) и поклон вперед-вправо, последние четыре шага вперед и поклон прямо. Рассказать, что наклон туловища и головы зависел от степени почтительности к тому лицу, которому кланялись. Русскому царю кланялись в пояс.

Методические указания. Следить за верными положениями рук. При начале каждого

следующего движения вперед они ставятся в положение, соответствующее стилю XIX

столетия. Следует требовать выражения отношения к партнеру в выполняемом

поклоне. Сказать, что только такое исполнение будет иметь право в сценической

жизни. В поклоне офицера такое выражение затруднительно. Его поклон отражал

технику, предусмотренную уставом. В поклонах штатских находило выражение самых

разнообразных взаимоотношений между людьми. Если схема поклона стала ученикам

привычной и при выполнении их занимающиеся будут активно и верно фантазировать,

сами придумывая различные обстоятельства, действия обязательно приобретут логику

в ста-яут эмоциональными,

Школа обращения с цилиндром

Надо рассказать, что основным головным убором светского мужчины был цилиндр.

Цилиндр у молодого мужчины был предметом щегольства, он стоил большие деньги. Фрачный костюм требовал обязательного ношения цилиндра. Другие виды одежды допускали ношение панамы, мягкой шляпы, канотье и др. Цилиндр имеет две части - поля и тулью (тулья -вместилище для головы). Все части цилиндра очень твердые. До 70-х годов цилиндры были цветными, позднее стали носить только черные, на юге и белые. Внутренность цилиндра красиво выделана. Тулья изнутри покрыта белым шелком, часть, прикасавшаяся к голове, тонкой светлой кожей.

423

Надо дать каждому ученику цилиндр, подобранный по размеру головы. Объяснить, что движения с цилиндром помогают создать пластический стиль эпохи. Упр. № 349. Надеть и снятой цилиндр.

Надо положить сверху на правую сторон у пол я дн.чиндр а указательный и третий пальцы, а остальные под поле снизу. Все пальцы сжать. Это необходимо для надевания и снимания цилиндра. Бант на ленте тульи должен быть слева. Взяв цилиндр правой рукой, надо поднести нижнюю кромку тульи почти к бровям и опустить на голову. При такой технике от кромки цилиндра до глаз будет пространство в толщину пальца, нижняя часть затылка не будет закрыта. Этим манера отличается от современной, в которой головной убор надевается с затылка и полностью его закрывает. Если цилиндр надет верно, то его днище будет почти горизонтально (рис. 366), Это требовал хороший тон. Сдвигание цилиндра на бок или на затылок считалось проявлением плохой воспитанности, легкомыслия, нетрезвого состояния и т. п., т.е. всего того, что нарушало правила воспитанности (рис. 367). В спектаклях эти отступления от правил следует использовать как пластические характеристики персонажей. Цилиндр снимали и надевали правой и левой рукой. Руку следует подносить к цилиндру так, чтобы она была чуть сбоку и не загораживала глаза. Высота подъема цилиндра над головой была произвольной, она определялась настроением персонажа, его отношением к лицу, которому кланялись и прочими обстоятельствами. Упр. № 350. Приятельский поклон.

Исходное положение - цилиндр на голове. Техника исполнения. Надо, наложив на правую сторону поля цилиндра пальцы правой руки, приподнять его над головой или в сторону, выполняя небольшой поклон готовой и верхней частью туловища (рис. 368). Точно установленного положения и широты жеста быть не может, он произволен. Поднятый цилиндр можно держать тульей к партнеру, несколько боком и даже повернутым нутром вперед.

Свободный и широкий жест служил выражением приязни, радости при встрече и т. п.

Он применялся в отношении близких, приятелей, знакомых, с которыми встреча была

приятна. Техника исполнения. Надо сделать четыре шага вперед и, снимая цилиндр

правой рукой, по-приятельски приветствовать знакомых, находящихся

впереди-справа, затем, покрывая голову цилиндром, начать движение

Рве. 366

Рис. 367

Рис. 36"

424

вперед левой ногой. Через четыре шага, увидев знакомых слева, снять иилиндр лев с и рукой и выполнить такой же поклон, затем, покрыв голову, сделать еще четыре шага и приветствовать люден, находящихся впереди-справа, и, наконец. пройдя еще четыре шага, приветствовать приятеля - хозяина дома. Во время исполнения поклонов то правая нога, то левая должны правильно подтягиваться-Надо указать, что опущенный на голову цилиндр держался плохо. Следует разучить три приема, которыми цилиндр углублялся на голове. Первый состоял в том, что цилиндр надвигали на голову легким ударом кисти сверху по днищу тульи (рис. 369). Этот легкомысленный жест считался недопустимым в солидном обществе. Но в приятельской компании он был принят. Особенно много им поль' зовались молодые люди из числа прожигателей жизни. Второй состоял в том, что, после того, как цилиндр был надет на голову, его надвигали на голову мягким движением сверху (рис. 370). Этим жестом пользовались очень часто. Третий состоял в том, что, не отделяя руку от поля спереди, вторую накладывали на поле-сзади, а затем двумя руками надвигали цилиндр (рис. 371). Этим жестом пользовались в основном солидные, медлительные люди, а молодежь в тех случаях, когда в угоду моде тулья была очень высока. У молодежи в моде был также жест, когда по тулье ударяли сверху рукоятью трости. Методические указания. Эти способы разучиваются без музыки по командам преподавателя, который сам образцово их выполняет. В заключение надо дать любую схему, в которой было бы сочетание походки с поклонами, сниманием и надеванием цилиндра. Музыкальное сопровождение - приложение № 47.

Упр. № 351. Официальный поклон.

Надо рассказать, что этот поклон применялся при встрече с начальством или мало знакомыми лицами. Кроме того, подобное действие было типично для выражения натянутых отношений между людьми. Техника исполнения. Снять. цилиндр правой рукой, опустить предплечье на уровень нижней части груди, цилиндрпри этом должен быть днищем вниз. Предплечье в этом положении почт" прижато к боку туловища, а локоть согнут (рис. 372). Кланяющийся, в зависимости от отношения к человеку, приветствовал его, чуть сгибаясь или, наоборот, низко наклоняя туловище и голову. Иногда этот жест был только намеком на поклон, иногда выражал почтительность и подчиненность. После такого поклона, надевая цилиндр, его надвигали вторым или третьим способом.. "

425

Упр. № 352. Почтительный покяон.

Этот поклон применялся при необходимости выразить большое почтен"с, признательность лицу, которого приветствовали. Техника исполнения. Счяэ цилиндр с головы, надо опустить его на вытянутой руке вдоль по бедру так, чтобы поля были прижаты к ноге. Это движение сопровождалось глубоким сгибаж.ем туловища и головы (рис. 373). Затем кланяющийся выпрямлялся, надевая и надвигая цилиндр на голову, вторым или третьим способом. После разучивания этой техники выполнять упражнения с почтительными поклонами.

Упр. № 353. Обращение со снятым цилиндром.

Надо рассказать, что снятый цилиндр держали у бедра правой или левой ноги (рис. 374). Это наиболее часто применявшееся положение. В том случае, если надо было освободить правую руку, цилиндр подкладывали под левую руку, на уровне поясницы, полями к себе. Для того, чтобы цилиндр не упал, левая рука накладывалась сверху на тулью предплечьем, прижимая его к боку (рис. 375). Это положение очень удобно и не утомляет руки. В тех случаях, когда надо было иметь свободными обе кисти, надо, сняв цилиндр с головы правой рукой, поднести его влево к боку - днищем вниз. Это давало возможность, опустив в тулью сог:;у-тыи левый локоть, прижать цилиндр к телу (рис. 376). Такая манера была удобнл. когда надо было снять перчатки. Эти три приема были бытовыми. В сугубо официальных и торжественных обстоятельствах цилиндр клали на подогнутую левую руку, как "на поднос". Кисть левой руки, повернутая ладонью вверх, давалд возможность придержать его за поля пальцами (рис. 377). Это положение применялось в дворцовых приемах, различных аудиенциях и при богослужениях. Оно было установлено официальным этикетом. Объяснив и показав эти положения, преподаватель предлагает исполнить следующую схему: сделать четыре шага вперед, поздороваться в приятельской манере и, опустив цилиндр к ноге, начать движение вперед, надевая цилиндр. После следующих четырех шагов поздороваться в официальной манере и положить цилиндр "на поднос". Надевая цилиндр, двигаться вперед, поздороваться в почтительной манере, после чего положить цилиндр себе под локоть. Двигаясь еще вперед, снова поздороваться в приятельской манере и, надев цилиндр, ударить по тулье кистью сверху..

Рис. 370

^ЯС 171

426

Методические указания. Для тренировки следует создавать схемы подобных упражнений, комбинируя различные поклоны и обращение с цилиндром, когда он в руках. Все эти действия выполнялись обеими руками, кроме положения сна поднос", при котором цилиндр обязательно лежал на левой руке. Целуя женскую руку, мужчина снимал цилиндр левой рукой, так как только правую он мог протянуть женщине.

Школа обращения с тростью

Надо напомнить, что типичной принадлежностью костюма XIX и начала XX столетия была трость. Трости имели ручку в виде набалдашника или крючка. Высота трости была индивидуальна и доходила до тазобедренного сустава мужчины. Трости изготовлялись из дорогих сортов дерева, полировались и украшались монограммами. Трость носили в любой руке. Ею пользовались для указания направления, подачи того или иного знака и даже для обороны и нападения. В домашних условиях тростью пользовались только больные. В передних квартир для тростей ставились высокие урны, служившие подставкой и для зонтов.

Упр. № 354. Типичные положения трости в руках.

1. Трость в правой руке упирается в землю около правой стопы нижним концом, держится вертикально, кисть положена на набалдашник. 2. Нижний конец около стопы, правый локоть выпрямлен и отставлен в сторону. 3. Нижний конец на земле между стопами, верхний перед туловищем, обе руки лежат на набалдашнике (рис. 378). 4. Правая рука держит верхний конец трости, левая нижний, трость держится горизонтально перед бедрами. 5. То же самое, но за бедрами. 6. Трость на плече подобно ружью (рис. 379). 7. Правая рука держит набалдашник, трость заложена под мышку, нижний конец ее на-зад-вверх (за спиной). 8. Трость в горизонтальном положении положена на плечи за шеей, придерживается обеими руками (рис. 380). 9. Правая рука закладывает трость налег.о под мышку. При этом положении кисти обеих рук свободны.

Рис 37о

Рис. 376

Рис. 377

-127

Методические указания. Эти положения изучаются под соответствующие команды и показы преподавателя. После запоминания всех положений надо проделать то же, взяв трость в левую руку.

У и р. № 354 а. Параллельная ходьба с тростью. Этим способом пользовались, если была больная нога. Трость держали со стороны больной ноги. Трость надо вынести немного вперед, и в момент, когда тело впирается на больную ногу, рука опирается на трость, ослабляя нагрузку на ногу {ркс. 381). Такая ходьба называется параллельной. Построение - по кругу. Техника исполнения: идти вперед под медленный марш (а половинах), опираясь на трость сначала правой рукой, затем левой.

Упр. № 355. Попеременносторонняя ходьба с тростью. Рассказать, что этим видом ходьбы с тростью пользовались здоровые мужчины. Она состояла в том, что, когда выполнялся шаг левой ногой, то находившаяся в правой руке трость выносилась вперед. Техника исполнения. На раз - когда левая нога выносится вперед, правая рука выдвигает нижний конец трости, опуская его на землю не далее середины левой стопы. В момент, когда тело опирается на левую ногу, правая рука опирается на трость. Это движение совпадает с выносом правой ноги вперед. В момент, когда левая нога начинает новое движение вперед (для следующего шага), правая рука также начинает вынос трости вперед (рис. 382). Нижний конец трости выносится вперед с небольшим подъемом от земли либо проволакивается по земле. Второй способ более применим при быстрой ходьбе. При этом движении рука, сгибаясь в локте, опиралась на палку, или прямая отодвигалась в сторону. После разучивания этой техники надо выполнять то же с тростью в левой руке. Тренировать группу надо в ходьбе по кругу, под марш в среднем темпе. Шаги выполнять в четвертях.

Упр. № 356. Ходьба с выносом трости, вперед.

Этим приемом пользовались молодые и средних лет мужчины, идущие быстрым шагом. Построение - стайкой. Техника исполнения. На раз следует шагнуть девой ногой вперед, в то же время правая рука отодвигается немного назад. 428 причем кисть приподнимает нижний конец трости до уровня колен. На два нижний ".онец трости опускается на землю вместе с шагом вперед правой ногой; при двух последующих шагах трость упирается в землю, а рука на нее. Получается, что за четыре шага рука выполняет тростью один цикл (рис. 383). В последующих четырех шагах цикл повторяется.

Методические указания. Этот трудный навык следует разучивать сначала по элементам я без музыки. По мере освоения движения исполнение ходьбы следует постепенно убыстрять и довести до темпа, при котором можно будет ходьбу к движения тростью выполнять слитно. Тренировать следует в ходьбе по кругу под марш в темпе 80-100. После освоения этой техники правой рукой все то же надо сделать, имея трость в левой руке. Первый шаг при этом обязательно должна делать правая нога. Техника движений будет несколько иной. Упр. № 357. Обращение с тростью и цилиндром в сочетании с ходьбой и поклонами.

1. Мужчины в цилиндрах и с тростями, дамы в уличных юбках и с веерами-Построение

- шеренгами, дамы с одной стороны зала, мужчины с другой. Трости и веера в правых руках, цилиндры надеты. Техника исполнения. Сделать навстречу. четыре шага, начиная левой ногой с попеременно сторонним движением тростью, дамы обмахиваются веерами. Увидев справа от себя знакомых, занимающиеся кланяются им в приятельской манере. При продолжении движения дамы открывают веера, мужчины надевают цилиндры, ударяя по тулье ручкой трости. Идут еше четыре шага вперед и, увидев слева знакомых, снимая цилиндр правой рукой, выполняют почтительный поклон, затем, положив цилиндр на "поднос", делают еще четыре шага вперед, встречаются, здороваются по-приятельски и останавливаются для беседы.

2. Цилиндры надеты, трости и веера в левых руках. Надо сделать восемь шагов друг другу навстречу, мужчины идут с попеременносторонним движением трости, веера у дам в быстром движении, при встрече выполняют официальный поклон, затем кавалер, взяв под локоть цилиндр, и дама, открыв веер и положив его на грудь, ведут беседу; он слушая ее снимает перчатки.

Рис. 380

429

3. Цилиндры надеты, трости в правых руках. Мужчины делают четыре шага вперед с поперемен посторонним движением тростью, встречаясь, почтительно кланяются. Затем они перекладывают трости под мышку левой руки, а цилиндр под локоть. Стоя в свободных позах, они разговаривают друг с другом. По команде-свперед" и начиная ходьбу, надевая цилиндры правой рукой, они надвигают их ударом по тулье. Затем, переложив трости в правую руку, идут по кругу, постепенно убыстряя темп, подпираясь тростью с выносом ее вперед. Методические указания. Создание подобных комбинаций не представляет труда. При работе с актерами надо создавать более длинные и разнообразные сочетания. Эти упражнения следует переводить на уровень этюдов. Примером такого этюда является следующее упражнение.

Упр. № 358. Дама и господин на прогулке. Этюд. Рассказать, что летом на аллее Летнего сада в Петербурге встречаются светский мужчина и дама из общества. Справа и слева на скамейках сидят знакомые-им люди. Построение группы - шеренгами, дамы с одной стороны зала, мужчины с другой. Мужчины в цилиндрах и с тростями, женщины в юбках для улицы и с веерами. Техника исполнения. Начиная движение правой ногой, все идут навстречу четыре шага. Увидев справа на скамейке знакомых, кланяются им. Делают снова четыре шага вперед (начиная левой ногой) и видят слева на скамейке других знакомых, здороваются и с ними, далее делают еще четыре шага, они встречаются друг с другом. Мужчины снимают правой рукой цилиндры, кланяются каждый своей даме и надевают цилиндры. Женщины кланяются (каждая своему партнеру, закрывая веер), затем, подняв голову, медленно протягивают ему правую руку для поцелуя (не выше груди), кисть расслаблена, ладонь направлена вниз. Каждый мужчина, увидев протягиваемую ему руку, перекладывает трость налево под мышку, левой рукой снимает цилиндр, а правой, поддерживая руку дамы снизу, целует ей тыльную сторону ладони. Затем мужчина надевает цилиндр, берет левой рукой трость за набалдашник, опускает конец на землю и, поворачиваясь к даме правой стороной, предлагает полусогнутую правую руку, как бы говоря: "Прошу вас, пройдемтесь".

Женщина опускает руку после поцелуя,

Рис. 381

и б РВО. 382

430

поворачивается левым боком к партнеру и кладет пальцы левой руки на предплечье руки мужчины, подхватывает юбку под коленом правой рукой, и оба медленно идут вперед. Когда женщины принимают руку мужчин, они как бы отвечают: "С удовольствием \*. Идут они обязательно в ногу; он подстраивается под нее. Мужчины подводят дам к стульям так, чтобы женщины оказались спиной к сиденьям на расстоянии одного шага от них. Женщины отпускают руки мужчин и садятся на стулья. Мужчины приподнимают цилиндры, кланяются, отступая на несколько шагов, затем поворачиваются и уходят. Женщины, принимая свободные позы, обмахиваются веерами. Продолжая движение, мужчины встречают друг друга, здороваются, применяя различные поклоны. В конце этюда каждый подходит к наиболее близкому знакомому, протягивает ему правую руку для рукопожатия, снимая цилиндр левой рукой. Техника исполнения. Когда мужчина наклонился для поцелуя руки, женщина кладет на его правое плечо левую ручу. делает шаг вперед и целует в левый висок (если есть прическа) или а темя (если волос нет). Музыкальное сопровождение - лирический вальс, исполняемый в среднем темпе. Вся первая часть упражнения выполняется по установленной схеме, а вторая, начиная с прогулки "под руку", выполняется импровизационно.

Поцелуй в висок. В этот же этюд при повторных исполнениях следует включить элемент, когда женщины целуют мужчину в висок или темя. Надо напомнить, что это только славянский обычай и выполнялся он в отношениях между близкими людьми, Методические указания. Стилевые действия в этом этюде подбираются самими учащимися, преподаватель делает указания только в случае нарушения правил вежливости и этикета.

Пластика чиновника

Надо рассказать, что среди типичных персонажей дореволюционного общества яркой пластической характеристикой отличались лица из мелкой чиновничьей среды.

Характерными чертами поведения этой среды было угодничество, как средство

сделать

Рас. 383

431

карьеру, и спесивость, заносчивость, чванливость в отношении подчиненных. Не овладев своеобразной техникой движений, свойственной этим персонажам, актеру трудно пластически верно играть в комедиях Гоголя, пьесах Салтыкова-Щедрина и Островского, в произведениях тех авторов, где показан мелкий русский чиновник. Их пластика характеризуется своеобразием походки, осанки, жестами рук и поклонами. Типичен в этом плане образ чиновника Юсова, который в среде подчиненных ему людей ведет себя надменно, требуя угодливости и подчинения, а попадая к Вишневскому, сам становится угодником. Следует указать, что поведение чиновников высоких классов не отличалось от пластического стиля русских господ.

Упр..№ 359. Осанка и походка.

Построение - стайкой. Музыкальное сопровождение - приложение № 48. Исполняется в среднем темпе.

Подготовительное упражнение. Преподаватель рассказывает и показывает, что для освоения стиля чиновничьей осанки надо сомкнуть стопы и вытянуть колени, чуть наклонить прямую спину, причем лицо должно быть направлено вперед, а глаза на "начальство" (рис. 384). В этой позе руки могут свободно свешиваться вниз. Для верного исполнения такой позы необходимо освободить от напряжения плечевые суставы. Надо несколько раз перейти из положения современной нормальной осанки в предлагаемую. В этой стилевой осанке надо выполнять последующие упражнения, помогающие освоению походки чиновника.

Освоение 1 элемента стилевой походки. При выполнении шагов надо, вытянув подъем правой ноги, легко шаркнуть подошвой по полу и, поставив стопу на пол, быстрым, но мягким движением приподняться на пальцах этой ноги и сразу же опуститься на весь след. Момент опускания должен совпадать с выносом левой ноги вперед, которая двигается тем же способом. Колебательные движения вверх и вниз следует выполнять только за счет голеностопных суставов, исключая такие же движения в коленных. Этот вид ходьбы выполняется под музыку сначала в половинах, а затем в четвертях.

Рис. 384

432

Методические указания. Надо добиться, чтобы момент подъема на полупальцы совпадал с сильной долей такта. Когда группа пройдет зал, преподаватель командует "правый поворот \*. Каждый ученик, выполняя поворот по дуге, идет в обратном направлении. Когда пространство зала будет вновь пройдено, педагог командует "левый поворот", и учащиеся, выполняя поворот вокруг левой руки, идут "гуда, откуда было начато движение.

Освоение II элемента стилевой походки. Колебательные движения в этом упражнении должны выполняться только за счет коленных суставов. Исходное положение - стопы должны быть параллельны и сомкнуты, колени немного согнуты, прямое туловище чуть наклонено, лицо направлено вперед, руки свободно висят. Техника исполнения. По команде и занимающиеся делают небольшой шаг вперед правой ногой сразу на весь след при чуть согнутом колене (это легко, поскольку колени предварительно согнуты). После того, как нога встала на весь след, следует в момент передачи на нее веса тела совершенно разогнуть колено, не приподнимаясь на полупальцы и сразу же опять чутьсогнуть коленный сустав. Момент сгибания должен совпадать с выносом левой ноги, начинающей выполнять шаг, Совершенно расслабленные кисти и локти и отсутствие напряжения в плечевых суставах дадут возможность создавать руками верные ритмичные колебания, совпадающие с шагами, В движениях рук должны сгибаться не только локти, яо и лучезапястные суставы. Общая схема движения та же, что в предыдущем упражнении.

Методические указания. В этих упражнениях отрабатываются стилевые признаки будущей походки. Эти признаки еще и в совершенно прямой спине с чуть наклоненным туловищем и приподнятом лице, как бы говорящем: ". Что угодно-с?" В ходьбе должны быть колебательные движения только вверх и вниз и полное отсутствие качаний в стороны. Тем более совершенно недопустимы какие-либо боковые движения тазом. Неверные движения образуются либо за счет неправильной постановки стоп, либо за счет излишнего расслабления тела. Необходима подтянутость в мускулатуре туловища и шеи; движения ног должны быть мягко скользящими по полу, несмотря на вертикальные колебания. Еще более свободными должны быть колебания рук. Эта разнообразная напряженность в мускулатуре тела может быть выполнена только на базе ранее подготовленной координации. Работа над стилем движений чиновника, как наиболее трудная, должна быть завершающей в общем комплексе навыков стилевого поведения.

Основное упражнение. Надо рассказать, что на основе подготовительных упражнений можно создать стилевую походку, типичную для молодого чиновника. Такой тип походки не будет соответствовать пластике забитого, бедного канцеляриста. Не будет он соответствовать и движениям пожилого чиновника. Ноу этих люден в какой-то мере сохранялись движения, свойственные им в молодые годы. Чувство меры должно подсказать актеру, что и как можно использовать в роли из подобных движений. Надо рассказать, что многие выдающиеся актеры советского театра с помощью этой техники выполняли пластические характеристики таких образов, как Хлестаков, чиновники в "Ревизоре", персонажи в "Тенях", в "Деле", характеризовали некоторых героев в произведениях Тургенева, Грибоедова, Достоевскэго и др. Так, например, народный артист СССР И. В. Ильинский, прекрасна играя Загорецкого, пользуется пластикой этого типа.

433

Преподаватель должен рассказать, что подготовительные упражнения нужны для того, чтобы дать возможность почувствовать технику движений, определяющих осанку и походку этого типа. Если при каждом шаге тело будет приподниматься и опускаться за счет одновременных движений в голеностопных и коленных суставах, то получится самая приблизительная, грубая схема нужной походки. Учащиеся вместе с преподавателем выполняют схему такой походки. Далее дается указание, что если уменьшить колебательные движения примерно в четыре-пять раз, то получится требуемая форма ходьбы. Преподаватель показывает, как, постепенно уменьшая колебания, он придает движениям нужное правдоподобие. В этой своеобразной походке будет возможность выразить угодничество, старание услужить начальству, произвести впечатление "галантерейного" кавалера. После такой демонстрации учащиеся стараются выполнить эту походку под специальную музыку - приложение Л° 48.

Методические указания. Должна получиться слегка танцующая походка с прямой, но чуть наклоненной вперед спиной, при свободных и ритмически качающихся руках. Если движения будут утрированы, возникнут недопустимые признаки внешнего комикования. Если разученные движения явятся только легкими намеками в поведении персонажа, они будут соответствовать походкам крупнейших актеров, исполнявших такие роли, как Кречинский, Миловзоров, Коко и Вово, и др. Необходимое освоение схемы такой осанки и походки требует длительного времени и настойчивой тренировки. Тогда в них могут начать появляться соответствующие сценическому действию эмоциональные особенности, без которых все эти телодвижения носят чисто формальныйхарактер.

Упр. № 360. Поклон.

Предлагаемая схема чиновничьего поклона типична только для тех случаев, когда действующее лицо хочет выразить повышенное почтение, услужливость к другие подобные чувства. Выполнялся он молодыми людьми и адресовался лицам, которые могли представлять для них какой-то интерес. Привычки, возникавшие на службе, приводили к тому, что указанные манеры проникали в общественный и семейный быт. Подобный стиль в поведении был также свойствен официантам, приказчикам, парикмахерам. Схема стиля этого поведения дает возможность пластически ярко играть ряд образов, типичных для быта царской России. Первое подготовительное упражнение. Техника исполнения. На счете раз следует отодвинуть правую ногу на один шаг в сторону, передавая на нее вес тела. На счете два быстрым движением приставить левую стопу вплотную к правой. В момент приставления ноги следует, сохраняя прямую спину, согнуться в тазобедренном суставе; при этом лицо должно быть направлено вперед ("надо есть глазами начальство"). Руки, прижатые к бокам, в момент поклона должны свободно повиснуть (рис. 386). На счете три и четыре следует медленно выпрямиться, далее надо то же самое сделать влево. Музыкальное сопровождение-приложение № 48. Каждое движение выполняется в половинах.

- Методические указания. Следить, чтобы не было опущенных плеч, сутулой спины, ослабленных колен и лица, направленного в пол. Второе подготовительное упражнение. Техника исполнения. На счете раз надо медлеяно отодвигать в сторону правую ногу, одновременно чуть приседая 434 на левой. Когда правая стопа обопрется о пол, вес тела на полусогнутых коленях передвигается на эту ногу. На счете два в момент приставления левой стопы к правой колени обеих ног выпрямляются, туловище держится вертикально и руки свободно опущены вниз (рис. 386). На счете три и четыре те же движения выполняются в левую стороку.

Методические указания. Эти неудобные движения нужно хорошо освоить, поскольку из сочетания I и II подготовительных упражнений возникает схема нужного поклона.

Третье подготовительное упражнение. Исходное положение. Стойка на прямых ногах, стопы сомкнуты. Техника исполнения. На счете раз надо ослабить правое колено так, чтобы стопа не отделялась от пола, на счете два колено надо выпрямить, на счете три и четыре следует то же сделать левой ногой (рис. 387). Надо сказать, что эти движения войдут в поклон чиновника в виде заключительного элемента. Основное упражнение. Построение группы, музыкальное сопровождение и разритмовка - те же, что в предыдущих упражнениях. Исходное положение - стилевая стойка, описанная в упражнении "Осанка чиновника". Техника исполнения. На счете раз следует, совершенно выпрямляя туловище, отодвинуть правую ногу в сторону, выполняя приседание, описанное во II подготовительном упражнении, на счете два, приставляя левую ногу к правой и выпрямляясь, как указано в том же подготовительном упражнении, согнуть туловище вперед так, как это было разучено в I подготовительном упражнении (рис. 388). На счете три и четыре надо медленно выпрямиться. Затем следует то же исполнить в левую сторону. Методические указания. Надо добиваться исполнения этого поклона в разных скоростях и амплитудах. Чем почтительнее и угодливее хочет быть кланяющийся, тем активнее он должен выполнять приседание в начале поклона и тем ниже наклонять спину в самом поклоне. Тренируя занимающихся в последовательном исполнении ряда поклонов, надо предложить им фантазировать обстоятельства, вынуждающие кланяться. Предлагаемые обстоятельства должны придать по клонам совершенно конкретные окраски.

рис. 385

Рис. 386

435

Упр. № 361. Осанка, похоЭка и поклон.

Первый вариант. Схема проведения. Сделать четыре шага вперед и поклониться воображаемому лицу, еще четыре шага вперед и поклониться влево, еще четыре шага вперед и поклониться вправо, выполнив последние четыре шага вперед, поклониться прямо.

Методические указания. После освоения этой схемы требовать выполнения поклонов с различными характеристиками, напоминая занимающимся, что они должны точно представлять партнера, которому направлено их приветствие. Упражнение следует тренировать в медленном темпе. Ходьба и поклоны выполняются в четвертях. Таким образом, после каждого поклона в пределах 2/^ такта туловище будет выпрямляться и занимающийся сможет "увидеть" нового партнера, которому он направит следующий поклон. Преподаватель должен тщательно следить за выполнением верной последовательности в действии, при которой следующий поклоа может возникать лишь после того, как кланяющийся "увидел" чело \* века, которого он собирается приветствовать.

Второй вариант. В этом варианте к поклону добавляются пригласительные жесты руками. Такой^жест (в малой или средней амплитуде) выполняется после того, как "чиновник" склонился, т.е. на третьей четверти такта (рис. 389). Выпрямление туловища придется выполнить за четвертую четверть, для того чтобы с первой четвертью следующего такта начать ходьбу вперед. В упражнении этот рисунок выполняется (четыре раза подряд). На выполнение всей схемы потребуется восемь тактов музыки.

Методические указания. Если упражнение было начато правой ногой, то первый поклон будет вправо, и жест приветствия удобно выполнить правой рукой. При повторении, начатом левой ногой, поклон будет влево, что создаст удобное положение для жеста левой рукой. После третьего поклона жест приветствия выполнит правая рука, в последнем - одновременно обе руки.

Третий вариант. В этом упражнении после выполнения поклона и приветственного

жеста рукой надо ослабить колено одной ноги. При правом поклоне после жеста

правой рукой ослабляется правое колено (рис. 390). Это как бы точка в действии

приветствия. При поклоне влево следует ослаблять левое колено. Если

^ "г Рис. 386

Рис. 387

436

в финале этой схемы приветственный жест выполняется сразу двумя руками, то в заключительном движении ног следует ослабить сразу оба колена. Методические указания. Движения поклона требуют музыкального времени в две четверти, жест приветствия рукой - одной четверти, на движение в колене остается четвертая четверть такта. Начало повторного выполнения поклона должно произойти на первой четверти следующего такта. Это начало должно выполняться левой ногой, а так как на ней вес тела, то необходимо в отрезке времени между четвертой четвертью первого такта и первой четвертью второго выпрямить туловище и передать вес тела на правую ногу. Только выполнив эти подсобные движения, можно точно и своевременно начать повторное исполнение. Без этих вспомогательных движений начать ходьбу с левой ноги не удастся. Эти подсобные движения следует тренировать отдельно. На их выполнение, как указано, отводится отрезок только между двумя четвертями. Это требует мгновенного убыстрения в темпо-ритме движений, что создает впечатление о ловкости молодого человека. Когда педагог ведет тренировочную работу с актерами применительно к пьесе XIX или начала XX столетия, приведенные схемы упражнений должны изменяться, увеличиваться в размерах, предлагая самые различные сочетания и варианты действий. Так, например, легко создается упражнение, в котором действуют девушка и молодой чиновник, офицер и чиновник, светская дама и молодой чиновник, старый господин и девушка и т. п. Можно легко создавать различные стилевые картинки быта общества XIX столетия, и чем они разнообразнее, тем больше пользы будет для актеров.

Обязанности и поведение домашней прислуги

Прислугой назывались: дворецкие, камеристки, лакеи, горничные, камердинеры,

официанты, кучера, кастелянши, повара и дворники. Эти люди были заняты

обслуживанием своих господ. Наиболее значительной фигурой и начальником над

прислугой в доме

о б

Рис.388

Рис.389

Рис. 390

437

был дворецкий (в Западной Европе мажордом). Это были пожилые-люди из выслужившихся лакеев, добившиеся доверия господ. Такой человек хорошо знал порядки в семье, тщательно их поддерживал, соблюдал семейные обычаи и традиции.

Камеристкой называлась личная горничная хозяйки, часто она была доверенным:

лицом хозяйки, руководившая работой горничных, распоряжавшаяся женской прислугой. Камердинером назывался личный лакей хозяина или его сына, обслуживавший их не только в доме, Он сопровождал барина на прогулках и в путешествиях. Эти люди знали интимные стороны жизни своих господ и довольно часто имел" на них влияние.

Горничные выполняли различные обязанности, но главной было обслуживание женской части семьи. Иногда они привлекались для обслуживания мужской половины. Это часто приводило" к любовным связям. В небогатых домах горничные выполняли; обязанности официантов. В крепостное время из среды дворовых девушек выбирались наиболее способные к вышиванию, плетенью кружев, тканью, шитью одежды и белья, перчаток. Все они совместно с сапожниками, портными, кучерами, псарями и дворниками объединялись под названием дворни.

Несколько обособленное положение занимали кормилицы и няни - растившие и воспитывавшие барских детей до того возраста, когда в доме появлялись воспитатели. Женщина, кормившая своим молоком барское дитя, была для хозяйки поневоле близким человеком. Как правило, она превращалась в няню и часто проживала в барском доме до старости.

Воспитатели детей, как правило из иностранцев, были промежуточным звеном между господами и прислугой. В обычной жизни они приглашались к барскому столу, но никогда не принимали, участия в званых обедах и ужинах. В большинстве случаев эту категорию людей обычная прислуга недолюбливала. От прислуги требовалась опрятная одежда (она, как правило,. выдавалась господами), обязательная чистота тела, рук и лица-В зависимости от моды, мужчины были или бриты, или носили бакенбарды. От мужской прислуги требовалась солидность поведения, от женской - веселость и миловидность. Господа не любили сидеть перед собой скучные, больные или заплаканные лица. Хорошая прислуга должна быть бесстрастной, что считалось признаком хорошего тона. Женская прислуга носила темную одежду,. но в меру кокетливую, никогда не обнажалась, имела фартучек или нарядный белый крахмальный передник, на голове белую крахмальную наколку. По этим признакам горничная легко узнавалась. Мужская прислуга, в зависимости от принятого в доме обычая, могла носить ливреи или фраки. В начале XX столетия официанты начали носить смокинги. Ливрея - одежда специального, иногда довольно вычурного покроя для данного дома, она выделывалась по единому образцу и представляла нечто вроде 438 формы. Фрачная одежда этих людей отличалась от господской тем, что в ней обязательно был черный жилет и черный галстук бабочкой. Лакей-официант имел в руке довольно большую белую салфетку. Желание услужить господам и тем добиваться различного рода подачек (чаевых) привело к тому, что люди этих профессий постепенно приобрели своеобразную осанку, походку и жесты, которые выдавали их профессию. В этих действиях и движениях проявлялась приниженность человека.

В поведении горничной ценилась скромность и быстрота обслуживания. Если лакей был стар или занимал пост дворецкого, то некоторая медлительность и важность в поведении оценивались как солидность дома. Эта характеристика обслуживающих людей типична не только для России, но и для Западной Европы. Когда в комнаты к господам вызывался повар, он приходил в профессиональной одежде. Выездные кучера и лакеи имели форму, принятую в доме. Она всегда соответствовала стилю выезда. Упряжка могла быть русской, французской или английской. Одежда кучеров и лакеев была в соответствии с этим стилем, так требовал хороший тон.

В обязанности слуг входила уборка помещений, мебели и утвари, чистка костюмов и обуви господ, приготовление еды, приготовление стола. Слуги помогали одеваться и раздеваться своим господам. Они выполняли самые различные распоряжения; именно они создавали господам возможность осуществлять праздную жизнь. В послекрепостное время хороший тон требовал, чтобы барин оплачивал любую услугу, оказанную ему слугой из другой семьи или посторонним, если этот человек стоял ниже по социальной лестнице. Так, например, уходя, гость давал горничной и лакею деньги в руку, после того как они помогли ему одеться. Также давались чаевые швейцару, открывшему двери, и лакею, помогавшему сесть в карету. Стоит отметить, что при расчете с врачом ему при рукопожатии незаметно передавали сумму, полагающуюся за визит, вместо того чтобы открыто вручать деньги. Оплата услуг стряпчих, доверенных лиц, нотариусов, актеров, художников, строителей носила открытую форму. Видимо, это происходило потому, что в оплате лиц этих профессий сумма была достаточно солидна и происходила в основном по окончании дела, в то время как большинство врачей получали за каждое посещение больного и сумма была незначительной.

Упр. № 362. Господин и горничная (лакей). Этюд.

Построение - шеренгами. Одна мужская - господа, вторая женская - прислуга. Господа одеты в пальто, цилиндры, кашне, перчатки и с тростями. Техника исполнения. Входит господин и жестом правой руки (с тростью) говорит Прислуге:

"Доложите". Горничная делает книксен, как бы говоря: "Слушаюсь" - и быстро уходит. Она появляется и говорит (небольшой поклон): "Вас просят". Господин, проходя мимо горничной, отдает ей трость, делая еще несколько шагов, 439" снимая цилиндр, кланяется хозяйке дома, затем передает цилиндр горничной, снимает пальто - передает горничной, затем кашне. Далее он снимает перчатки,. бросает их в цилиндр и подходит к хозяйке. Действия горничной (лакея): она берет или ловит трость, кладет ее себе налево под мышку, затем, принимая п.ч-линдр правой рукой, кладет его на левый бок, прижимая левым локтем, затем помогает пришедшему снять пальто. Для этого она берет правой рукой за правук" полу его пальто около воротника, а левой кистью за низ левого рукава. Это положение позволяет удобно снять пальто с плеч человека. Пальто кладется на предплечье левой руки. Затем она вынимает из-под локтя правой рукой цилиндр" гостя и, протягивая, держит его тульей вниз - это приглашение отдать перчатки; снив перчатки, он бросает их в цилиндр, туда же бросает снятое кашне. Возможен вариант, когда гость сначала снимет кашне, тогда, взяв кашне правой: рукой, горничная вешает его себе на плечо, а затем подает цилиндр под перчатки. Получив верхнюю одежду гостя, горничная делает книксен и быстро уносит все - в переднюю.

Методические указания. Этот этюд требует ей-циальной сноровки у актера-слуги и темпо-ритм и ческой сработанности обоих партнеров. Второй этюд. такого же плана состоит в обратном действии, когда слуга приносит верхнее-платье и помогает гостю одеться. Естественно, что исполнители должны сыграть обе роли в уроке.

Глава тридцать седьмая

ЭТЮДЫ

V

Этот заключительный раздел курса по содержанию близок к этюдам первого семестра предмета "Драматическое искусство". Этюды имеют вполне законченный сценарий. В отличие от цикличных упражнений "Воспитание выразительной руки", где короткое и примитивное по содержанию действие повторяется несколько раз подряд, этюды этого раздела имеют определенную драматическую ситуацию, краткую предысторию, логически развиваются, имеют кульминацию и окончание. Они создают для учеников достаточную свободу в проявлении актерских способностей и пластической подготовленности. Получив конкретный по содержанию сценарий, ученик сразу анализирует его по логике действия, для того чтобы тут же приступить к физическому осуществлению этого задания.

Эта небольшая серия упражнений является очень важной, так как по качеству выполнения этюдов у педагогов имеется возможность судить о подготовленности учеников. Сами учащиеся также получают впечатление об уровне своих двигательных возможностей.

Предлагаемые ученикам этюды не заставляют их фантазировать в качестве авторов. Эту функцию выполняет педагог. Он ставит и режиссерские задачи, предлагая ученикам только конкретизацию самих действий путем создания их дробных частей и движений. В этюдах занимающиеся действуют в зоне молчания. К этому их вынуждают предлагаемые обстоятельства. Все действия в этюдах 440 должны быть абсолютно реалистичны, в них должны полностью отсутствовать элементы условного изображения.

Но содержание этих упражнений разнообразно, и каждое из них по-разному влияет на аппарат актера. Темпо-ритмы этюдов находят выражение в движениях с различными скоростями, амплитудами, характерами, повторениями и мышечными нагрузками. Этим они не только повышают уровень подготовки учеников, но активно выявляют разнообразные стороны этой подготовки. Ограниченность времени, диктуемого музыкой в каждом таком этюде, и необходимость выполнения в нем большого количества дробных действий не позволяют исполнителям излишне психологизировать, а требуют экономичного и точного действования. Упр. № 363. Учитель и ученики.

Первое подготовительное упражнение. Построение - стайкой. Предложить аюанисту исполнить ритмический рисунок.

Ученикам выполнить этот рисунок в движении вперед. Посте разучивания рисунка надо предложить каждому взять стул и поставить перед собой так, чтобы его можно было удобно поднять за спинку.

Второе подготовительное упражнение. Предложить выполнять под музыку разученный ритмический рисунок. Делать это следует, перенося стул, для чего эдадо поднимать его за спинку. После первого исполнения надо сказать, что когда нет движения вперед, то стул должен стоять на полу. Это может быть только в тех случаях, когда ноты длиннее, чем четверти. Ставить стул на пол и поднимать его можно любым способом. Надо добиваться точного ритмического совпадения остановок с опусканием стула на пол. После разучивания всей комбинации предложить выслушать только последний такт отрывка, пропеть его ритмический рисунок, очень точно тататируя, а затем предложить садиться на стул таким количеством движений, которое соответствовало бы количеству звуков в этом такте.

Обходить стул и садиться на него можно любым способом, но обязательно беслиумно. Предупредить, что в последнем такте поднимать стул и нести его вперед не надо. После выполнения этого упражнения следует сделать всю комбинацию. так, чтобы в последнем такте сесть на стул только что разученным способом. упражнении должен получаться такой рисунок: ходьба - пять шагов вперед, затем одну четверть надо держать паузу, затем бежать пять шагов вперед (под восьмые ноты) и держать паузу размером в три четверти, далее обойти стул и сесть на него и выдержать еще паузу в одну четверть. Получается фраза размером в четыре такта по четыре четверти в каждом. Движения должны точно укладываться в ритмическую сетку этого упражнения.

Третье подготовительное упражнение. Следует рассказать, что теперь будет разучиваться логика действий учителя. Построение - стайкой, все сидят на своих стульях. В этом упражнении надо нарисовать на воображаемой школьной, доске воображаемым куском мела - квадрат. Затем следует вписать в него две диагонали, далее подписать чертеж и поставить возле подписи точку. Когда это 44Г будет разучено, предложить выполнять действие под уже известную музыку" В первом такте рисование сторон квадрата должно совпадать с четвертями музыки, на первой половине второго такта следует повернуться (не вставая со ступав на 180 градусов, как бы желая объяснить своим ученикам нарисованное, затем-на протяжении четырех восьмых второго такта вписать в квадрат две диагонали. На целой ноте третьего такта снова повернуться для объяснения к ученикам - и на первой половине четвертого такта подписать чертеж. В момент звучания последней половины поставить точку и снова повернуться к ученикам. Все движения "учителей" должны точно совпадать с музыкой. Рисунок этой комбинаций, следует повторить не менее 3-4 раз.

Четвертое подготовительное упражнение. Надо выбрать наиболее внимательного и ритмичного ученика и предложить ему в этом этюде исполнять действия учителя геометрии, который рисует и объясняет ученикам содержание чертежа-Он должен выполнять это воображаемым мелом по воображаемой доске на какой-нибудь стороне зала так, чтобы группа учеников могла расположиться от него не менее чем в восьми шагах.

Перед началом выполнения учащиеся должны стоять за спинками своих. стульев, а учитель наблюдать за ними. Упражнение состоит в том, что пианист-исполняет установленную музыку, а учитель чертит квадрат и поворачивается, с объяснением, затем вписывает в квадрат две диагонали и ставит точку, а затем. поворачивается с объяснением, далее он подписывает чертеж и снова поворачивается к ученикам. Что касается учеников, то им педагог, ведущий урок, предварительно рассказывает, что они как бы опоздали на урок, но, взяв по стулу,. решили так подойти к учителю, чтобы он не заметил их приближения и момента,. когда они садятся на стулья. Для этого они передвигаются вперед только тогда,. когда учитель поворачивается к ним спиной, когда же он поворачивается с объяснением, то они, стоя неподвижно, внимательно его слушают. Наконец, когда он,. подписав чертеж, поворачивается к ним последний раз, они все сидят на стульях возле него. Для большего оправдания ситуации можно сказать ученикам, что перед, ними старый профессор начертательной геометрии, что он близорук, читает тихим голосом, а кроме того, им стыдно за опоздание. При повторении упражнения надо-предложить учителю не ждать команды к началу, а начинать самому, предварительно окинув взглядом тех, кто уже сидит. Поворот учителя к доске является, сигналом для пианиста к началу исполнения отрывка, а для опоздавших к началу движения. Но так надо выполнить только один раз. Затем надо рассказать, что это-исполнение не представляет трудности, потому что действия учителя и учеников. ритмически связаны музыкой.

Основное упражнение. Надо назначить нового учителя. Ученикам следует занять места на противоположной стороне зала. Учитель смотрит на учеников,. сидящих возле него. Как только он начнет действовать, рисуя квадрат на доске, так опоздавшие должны начать приближение. В этом варианте упражнения все-осталось без изменения, по сравнению с предыдущим, но отсутствует музыкальное сопровождение. Это обстоятельство создает основное затруднение, потому что-теперь только активное наблюдение за поведением учителя дает возможность ученикам своевременно начинать движение и прерывать его, когда учитель на них. Смотрит. Общение с учителем совершается теперь в основном через наблюдение.

442

Действие учеников оказывается в полной зависимости от темпо- ритма поведения учителя.

В тренаже следует менять учителей после каждого исполнения. Если при этом не будет общения и ученики нарушат логику действия, упражнение следует повторить. Каждый новый учитель обязательно непроизвольно создает новый темпо-ритм, если только он будет органично действовать. С ритмичным учителем выполнение такого упражнения не представит боль-эших трудностей, если ученики внимательны и точны в движениях. С неритмич-яыми исполнителями все станет неизмеримо сложнее. Понадобятся многие повторные исполнения.

Методические указания. Этюд "Учитель и ученики" готовит и проверяет качество зрительного восприятия действий партнера. Надо объяснить играющим учителям, что у них нет задачи поймать учеников, но они должны замечать передвигающихся не вовремя и говорить об этих ошибках сразу по окончании упражнения. Делать это надо после каждого повторения.

Затем следует объяснить, как можно помочь партнерам в исполнении такой "сцены. Надо добиться такого исполнения, чтобы зритель поверил, что учитель действительно не мог видеть передвигающихся учеников. Следует рассказать, что достигнуть этого можно только приспособлением, в котором у учителя должна быть едва заметная задержка перед поворачиванием для объяснения, а у учеников, наоборот, - чуть более раннее выполнение остановки. Размер этих люфт-пауз не должен быть длиннее 1/^ доли такта каждая, при переводе их на музыкальный размер. Две шестнадцатых вполне достаточный люфт между движениями учени- ков и учителя, при котором ученики успеют совершенно остановиться, а учитель весьма убедительно для зрителей не увидит их движений. Такое исполнение будет свидетельствовать о верном исполнении упражнения и высокой ритмичности .занимающихся.

Упр. № ЗбЗа. Письмо.

Надо рассказать занимающимся следующую предысторию: "Вы пришли домой. Из почтового ящика вынули письмо и положили его в какой-то карман. Войдя в комнату, вы о нем вспомнили. Исполнение этюда начинается с момента, когда вы начали его доставать. Вам необходимо сыграть следующие действия с этим письмом: достать конверт, вскрыть его, вынуть бумагу, развернуть, читать текст и не понять содержания, читать второй раз и понять содержание, разораать бумагу, скомкать куски и бросить их". Предложить ученикам выслушать эту цепь действий еще раз и постараться ее запомнить. Если надо, то повторение цепи глаголов можно выполнить третий раз.

Предложить пианисту исполнить, а занимающимся внимательно выслушать '.специально написанный для этого этюда отрывок (приложение № 49). Он лирического содержания и исполняется медленно. Предложить сыграть этот отрывок еще раз. Сказать занимающимся, что при третьем исполнении отрывка они должны будут, внимательно слушая музыку и одновременно преподавателя, понять, как перечисленные глаголы совпадают с мелодией. Когда пианист исполняет отрывок третий раз, педагог называет глаголы, придерживаясь следующей разритмовки. На протяжении первой музыкальной фразы (а она состоит из дву-лгакта) следует сказать: "Взял конверт, вскрыл его, вынул бумагу, развернул ее".

443

На протяжении второй фразы (это тоже двутакт) произнести слова: "Читал текст и не понял содержания". На протяжении третьей фразы (двутакт): "Читал текст снова и понял содержание". Затем на протяжении первого такта последней фразы, точно ритмуя по четвертям, сказать "рвать, рвать, рвать, рвать". На протяжении, двух половин последнего такта сказать "смять, бросить \*. Этот рассказ, сопровождаемый музыкой, следует повторить второй раз^ Затем предложить построиться по кругу и повернуться лицом наружу, чтобы, стоя на месте, сыграть этюд с письмом в точном соответствии с предложенным музыкальным отрывком. После первого исполнения сказать, что надо создать только-приблизительную схему этих действий. После двукратного исполнения схемы надо повернуть людей лицом в круг и, подойдя к кому-нибудь из учеников, спросить-о том, что было написано в полученном ими письме. Как правило, ответ занимающегося будет лишен конкретности, чаще всего можно слышать, что о тексте нет даже приблизительного представления. Это свидетельствует о том, что навыки,. полученные в упражнениях драматического искусства, не переносятся учениками в смежный предмет, хотя обстоятельства упражнения дают к тому полную возможность. Пользуясь тем, что у большинства учеников еще не возникло точного. представления о содержании текста, им следует рассказать о конкретности обстоятельств и явлений в жизни, напомнить, что жизнь на сцене требует такой же конкретизации, только тогда она может становиться подобием подлинного. Надо. рассказать, как в зависимости от того или иного психологического мотива меняются поступки людей. Следует напомнить, что одно и то же событие вызывает у разных люден разное отношение к действительности. Можно рассказать такой пример. В последнем акте пьесы "Егор Булычев и другие" за окнами слышны, звуки революционной песни. Услышав песню, Шурка подбегает к окну и распахивает его, ее интересует новое в жизни людей и революции. Егор Булычев требует, чтобы дочь немедленно закрыла окно, и выполняет это сам, потому что ему революция ненавистна. Только абсолютная конкретность фантазии дает возможность актеру действовать целенаправленно, что ведет к сценической выразительности. Это означает, что ученики должны совершенно точно вообразить; форму конверта, его" размер и цвет, даже фактуру бумаги и как она сложена, наконец, они должны, "прочесть" совершенно точно текст. Этот текст по размеру должен быть таким,. чтобы его можно было успеть прочесть за предоставляемое музыкой время. Этот текст должен вызвать конкретное отношение к полученному письму. Первое прочтение должно создать впечатление о нелепости содержания. В связи с этим возникает потребность внимательно его прочесть второй раз. Например, может обнаружиться, что письмо анонимное. Неприятности, написанные в письме, вызывают возмущение, прочитавший рвет письмо, мнет обрывки и бросает их. После такого разъяснения предложить, заранее фантазируя совершенно конкретные обстоятельства, выполнить этюд еще раз. Затем следует повторить исполнение 3-4 раза, для того, чтобы действие стало привычно органичным.

Далее следует рассказать, что поскольку этюд выполняется в тренировочном, предмете, есть смысл затруднить его исполнение условной ритмической ходьбой.

Рисунок этой ходьбы по смыслу не связан с содержанием этюда. Перед разучиванием

ходьбы следует исполнить музыкальный отрывок еще раз, а

ученикам-проанализировать его ритмический рисунок. В нем четыре фразы по восемь

четвер-

Глава тридцать девятая

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРЕДМЕТА

Общие цели и задачи

Предмет «Основы сценического движения», как и остальные дисциплины, должен воспитывать в первую очередь актера-гражданина. Студентов художественных учебных заведений нужно готовить к деятельности пропагандистов высокой морали и культуры поведения средствами своего искусства. Эта деятельность должна находить воплощение в отличном сценическом исполнении, в соблюдении актерами и режиссерами правил поведения в театре, в повседневной общественной работе.

Роль преподавателя сценического движения весьма ответственна. От того, на каких теоретических позициях он стоит, в какой степени методика его работы соответствует системе обучения драматическому искусству, принятой в данном учебном заведении, будет зависеть многое в успехе правильной подготовки пластического аппарата занимающихся,.

Предмет «Основы сценического движения», изложенный в этом учебнике, готовит базу — основу для создания осмысленного и выразительного физического действия в роли, и эта задача является второй педагогической целью предмета. Она положена в основу упражнений и методику применения этих упражнений.

Комплекс движенческих дисциплин следует рассматривать как органическую часть всего учебного процесса воспитания актера, певца и режиссера. Педагог должен воспитывать средствами своего предмета выразительное, пластически подвижное тело актера. Благодаря такой концепции из художественного вуза выходят художники, а не акробаты или спортсмены, ибо на сцене нужен «выразительный потенциал актерского тела»,1 а не спортивный результат.

Педагог по движению должен быть продолжателем традиций борьбы за реалистическое искусство, за единство содержания

1 Термин проф. Л. Ф. Макарьева, кафедра драматического искусства ЛГИТМи1«,

и формы, сущности и явления, т. е. «выражаемого и выразительного». 1

Человеческое тело всегда привлекало внимание художников, как материал, обладающий богатством выразительных возможностей. Естественно, что в драматическом и оперном искусстве, где исполнитель — не только создатель художественных ценностей, но сам — «материал и художник», 2 изучение выразительных возможностей своего тела крайне важно, так же как и его совершенствование. Помочь актеру в этом процессе в первую очередь должен педагог по движению. Именно поэтому столь важно понять все содержание воспитания и обучения актера и режиссера.

Поскольку подготовка по движению есть создание сценической пластичности в самом широком понимании, в методике, исходя из требований «системы» К. С. Станиславского, необходимо опереться на физиологию, психологию и биомеханику — это поможет вначале осуществить верную «настройку тела», а в дальнейшем физически правильно действовать в роли.

Практика и методика движенческого предмета не могут быть выдумкой одного педагога, основанной лишь на его индивидуальном опыте, т.е. созданной вне научного обоснования. Однако на практике мы встречаемся с весьма различными точками зрения как на природу самого сценического движения, так и на систему воспитания этого движения.

Если теория и практика предмета построены на научно объективных знаниях и педагог пользуется научно обоснованной методикой, то такой учебный процесс обязательно даст нужный и верный результат.

Одна из основных трудностей в познании выразительных возможностей актера состоит в том, что в сценической деятельности, имеющей в основе своей сложнейшие процессы высшей нервной деятельности, возникают специфические закономерности, пока еще не раскрытые наукой до конца. Но можно уже утверждать, что при верном взаимодействии между сознанием и движениями правильно подготовленного организма актер может выполнить в физических действиях все то, что ему задается обстоятельствами пьесы, творчеством режиссера и своей собственной фантазией.

Сложный процесс воспитания этого взаимодействия также можно верно понять и правильно усовершенствовать только исходя из научных данных. И в первую очередь разработки требует вопрос о природе движения на сцене, т.е. нужна научно обоснованна» теория сценического движения. »

Как указал И. М. Сеченов, вся сложность психической жизни человека «сводится в конце концов к мышечному движению».

1 Термин проф. Л. Ф. Макарьева, 2 Термин А. Д. Попова.

Театральная педагогика по движению должна основываться на научном положении.

Воспитание пластической культуры актера — это воспитание движения как внешней части действия. Иначе говоря, основным критерием, определяющим качество двигательной культуры актера, является уровень целенаправленности, последовательности и точности в исполнении движений, составляющих физическое действие в роли.

Конкретная форма каждого такого действия зависит от того, как актер воспринимает сценическую среду, какая стоит перед ним задача, насколько он одарен, каковы свойства его нервной системы, наконец, какова подготовленность его организма.

Движения, как уже говорилось, — это функция скелетной мускулатуры; они и есть те кирпичики, из которых строится физическое действие в роли.

Воспитывая движение актера, педагог все время должен помнить о важнейшем условии правильного поведения на сцене — об единстве психического и физического начал. О назначении и значимости движений в профессии актера К. С. Станиславский сказал:«... артист нашего толка должен гораздо больше, чем в других направлениях искусства, позаботиться не только о внутреннем аппарате, создающем процесс переживания, но и внешнем, телесном аппарате, верно передающем результаты творческой работы чувств, — его внешнюю форму воплощения».

Внешнее выражение чувств, т.е. эмоциональные жесты и эмоциональная окраска всех движений, вообще невозможно, если не учитываются факторы, определяющие деятельность психики актера в каждый момент сценического действия. Необходимо помнить, что физическое действие, лишенное эмоциональных признаков, не будет подобием подлинной жизни. Это означает, что вся тренировочная работа по подготовке актера к сценическому движению должна быть поставлена в полную зависимость от психических факторов, которые и обусловят конкретные формы упражнений.

«Надо ли учиться пластике, акробатике? — спрашивает С. М. Ми-хоэлс и тут же отвечает: — Само по себе такое мастерство никому на сцене не нужно. Нужно другое, нужна готовность нашего тела выполнить любой ваш приказ, продиктованный мыслью». а

Готовность тела выполнить приказ, продиктованный мыслью, и выполнение этого приказа есть результат функции двигательных центров высшей нервной деятельности. Таким образом, проявление хорошей физической выразительности в движении на сцене — это, в первую очередь, показатель того, насколько развита область движения высшей нервной деятельности актера. Следовательно, задача

1 К. С Станиславский. Собр. соч., т. 2, стр. 26—27.

 \* С. М. М и х о э л с. Статьи. Беседы. Речи. М., «Искусство», I960, стр. 174,

подготовки актера по движению заключается, в первую очередь, в достижении высокого уровня деятельности двигательных центров,

К. С. Станиславский говорил, что основной фактор, определяющий пластичность актера в роли, есть не «видимое внешнее, а невидимое, внутреннее движение энергии». Но это «невидимое, внутреннее движение энергии» обязательно находит внешнее выражение в функции скелетной мускулатуры.

Тренировка двигательных центров невозможна, если их деятельность не воспроизводится движениями тела. Крайне важно, чтобы эта тренировка всегда была целенаправленна. Даже в разделе общеоздоровительных упражнений — а это всегда гимнастика — педагог должен ставить конкретные действенные задачи: подтянуться на руках так, чтобы голова оказалась выше рук; согнуться так, чтобы лоб коснулся коленей; поднимать при ходьбе колени так, чтобы они ударяли снизу по поставленным на уровне поясницы ладоням, и т. п. Стремление к достижению цели всегда верно мобилизует организм, причем значительно лучше, чем пространные объяснения, что упражнение необходимо выполнять как можно более активно. Такой методикой следует пользоваться во всех упражнениях предмета, после того, как учащиеся создали их верную схему.

Таким образом, в воспитании пластической культуры актера функции скелетной мускулатуры должны быть не самоцелью подготовки, а только средством решения конкретной задачи. Такое применение упражнений приучает к целенаправленности действий.

Методика двигательной подготовки актера, опираясь на достижения физиологической школы И. П. Павлова и его последователей в области совершенствования двигательных центров, и на эмпирический опыт использования этих достижений последователями К. С. Станиславского, сводится к развитию нервных процессов, управляющих движениями тела, — процессов возбуждения и торможения. Если развить их, актер будет физически активен — и это поможет ему верно и своевременно найти нужные движения в каждый момент действия. У такого актера техника движений и их последовательность никогда не станет стандартной, так как она всегда будет успевать изменяться, приспосабливаясь к тончайшим переменам- в темпо-ритме сценической ситуации. У такого актера исполнение физических действий никогда не будет штампованным. Что касается интуитивных действий, то совершенствовать их педагог по движению может только одним путем: воспитывая у студента способность мгновенной реакции на тончайшие изменения, происходящие в творческом процессе воплощения. Интуиция, с этой точки зрения, представляет собой настолько повышенную скорость протекания нервных импульсов, создающих нужные движения, что эти движения недоступны самоконтролю исполнителя. Осознание этих движений наступает позднее самого исполнения.

Методика предмета «Основы сценического движения», наряду с общими педагогическими задачами воспитания, выполняет и свои специфические. Стремление получить максимальный результат в короткое время, сделать процесс наиболее продуктивным привело к созданию своеобразных методических принципов и приемов, возникших в педагогическом опыте.

Очень важно, чтобы методика предмета «Основы сценического движения» связывала его с другими предметами кафедры. Так, например, главной цели при подготовке актера по движению — умения переносить навыки из тренировочных предметов в драматическое искусство — можно достичь только усилиями всех движен-ческих предметов и стремлением педагогов драмы использовать эти навыки. А как часто у преподавателей драматического искусства нет даже самого приблизительного представления об этих навыках!

Многое зависит также от слаженной совместной работы всех членов кафедры движения, основанной на взаимопонимании и доверии, на единстве взглядов по общим и частным вопросам пластической подготовки актеров и согласовании этих взглядов с задачами кафедры драматического искусства. Чтобы студенты умели переносить навыки из тренировочных предметов в сценическое действие, правильно использовали их, они должны осознавать полезность работы кафедры и активно освоить каждую движенческую учебную дисциплину — только тогда они станут настоящими профессионалами.

Конкретные педагогические задачи

Задачи предмета «Основы сценического движения» вытекают из необходимости создать такой педагогический процесс, в котором могли бы сочетаться: воспитание воли, тренировка психофизических качеств и обучение двигательным навыкам. Для этого разработан комплекс специальных упражнений, которые систематизированы по темам, а в темах — по степени возрастающей трудности.

В подготовке актеров и режиссеров следует выделить, в первую очередь, четыре главные педагогические задачи, успешное выполнение которых обеспечивается не упражнениями, а главным образом правильной методикой, и пятую, где наряду с верной методикой необходимы и специальные упражнения.

I. Научиться создавать физическое действие по тексту пьесы. Этот навык находит применение при работе актера над каждой новой ролью, овладение им — одна из задач предмета драматического искусства. В предмете «Основы сценического движения» это умение приобретается только благодаря верной методике.

II. Воспитать у учащихся потребность увлеченно и целеустремленно выполнять любое, самое простое физическое задание. Такая увлеченность необходима, чтобы предупредить и исключить боязнь

показаться смешным, неловким. Освободиться от самой боязни и зажимов, как результата этой боязни, можно только воспитав способность увлеченно действовать при выполнении любой сценической задачи. В предмете «Основы сценического движения» эта цель может быть достигнута также благодаря правильному применению принципов основной методики.

Увлеченность действием делает актера настолькососредоточенным, что на него не действуют посторонние влияния, и потому он становится правдоподобным и органичным. Кроме того, смелое и свободное исполнение роли начинается тогда, когда актер уверен в правильности того, что он играет. Такая уверенность появляется при овладении «содержанием» и формой действия. Это возможно, когда актер одарен, когда у него есть знания, когда организм его подготовлен психофизически. При этих условиях физическое действие будет полноценно (но сами действия появляются только в результате верно направленного репетиционного процесса).

Продуктивность репетиций очень во многом зависит от того, насколько ответственно к ним относятся.

III. Привить актеру чувство ответственности за каждое выполняемое им на сцене действие и даже отдельные движения. И опять-таки, нет специальных упражнений для воспитания этого важнейшего качества. Требовательность педагога на уроках по «Основам сценического движения» приучает занимающихся к точному, активному выполнению движений, а эта привычка помогает выработать чувство ответственности, столь необходимое для точного выполнения каждого задания.

Однако, даже если есть свобода и уверенность в том, что действия выполняются правильно, актер все же может быть маловыразителен и неярок. Если актер человек одаренный, то этот недостаток вызывается, в первую очередь, плохим знанием своих выразительных возможностей, неумением ими пользоваться.

IV. Довольно часто занимающиеся слабо представляют свои потенциальные двигательные возможности, даже на том уровне развития, с которым они приходят в учебное заведение. Этот недостаток в большей степени наблюдается у девушек.

Как правило, двигательные возможности у большинства учеников уже в самом начале работы по воспитанию движения раскрываются быстро и активно, сразу создавая верную психологическую настройку, увлеченность предметом, вызывая веру в свои силы. Если активность и повышенный эмоциональный тонус будут на каждом уроке в течение всего учебного периода, то и фактические результаты окажутся весьма высокими; у учащихся появится потребность в ярком, многокрасочном выполнении всех упражнений и убежденность в возможности двигаться и действовать именно так.

V. Научиться связывать между собою словесные и физические действия. Отсутствие такой взаимосвязи является тормозом при создании и исполнении роли. Известно, что когда нет координации

между движениями речи и движениями скелетной мускулатуры, то нет и возможности создавать верный темпо-ритм словесного и физического действий. Если темпо-ритм физических действий и речи был верно создан другими исполнителями, то плохо подготовленный в этом навыке актер может разрушить его — и ансамбль распадется.

Навык взаимодействия между словом и движением создается специальными упражнениями, но успех подготовки решается не самими упражнениями, а главным образом верной методикой их применения. Неверная методика, наоборот, приводит к разрушению этой важнейшей в профессии актера природной способности.

В театральном учебном заведении правильное взаимодействие между речью и движением является важнейшими и труднейшими педагогическими задачами при обучении драматическому искусству. На овладение всем этим уходит значительное время.

«Основы сценического движения» вырабатывают навыки, необходимые актеру, и создают верную «настройку» тела, пользуясь собственными оригинальными упражнениями. Этюды исполняются только в заключительном периоде обучения и главным образом как средство проверки степени пластической подготовленности занимающихся.

Упражнения курса, систематизированные по темам подготовки, объединены необходимостью достигать высоких результатов в кратчайшее учебное время. Эта необходимость диктуется насыщенностью учебного плана различными предметами и большой ежедневной нагрузкой студентов различными групповыми и индивидуальными занятиями.

Плотность учебного процесса должна быть такой, чтобы ни одна минута урока не проходила напрасно. Для этого нужно образцово организовать занятия, требовать дисциплинированности учащихся, точно продумать подбор упражнений и умело использовать основные принципы и разнообразные методические приемы.

Перед тем как приступить к их изложению, необходимо отметить, что подготовка певцов и режиссеров имеет некоторые специфические особенности, требующие предварительного определения и уточнения задач.

Особенности подготовки актеров-певцов. Общий учебный план подготовки певцов включает ряд таких музыкальных предметов, которые облегчают работу по воспитанию движения. В частности, это касается подготовки ритмичности и музыкальности в той части, где разрешаются задачи верного метрического и темпо-ритмического восприятия музыки. Облегчается процесс обучения и в той части, где педагогу по движению приходится использовать элементы мувыкальной грамоты.

Педагогические наблюдения показали, что подвижность процессов высшей нервной деятельности в области движения у вокалистов в среднем несколько ниже, чем у студентов драматических учебных

заведений. Видимо, это объясняется более старшим возрастом (чем в театральных вузах) учащихся, а также меньшей увлеченностью и меньшим желанием совершенствовать свой двигательный аппарат. Кроме того, процесс пения очень сложен и требует целенаправленного внимания. У певцов наблюдается также некоторое отставание в координации движений и уровне двигательной памяти — это значительно понижает их возможности во внешних выразительных средствах.

Анализ двигательных навыков, необходимых в музыкальных театрах, показывает, что наиболее сложным и самым необходимым является навык вокально-двигательных координации. Соединение вокала с физическими действиями в роли требует не только полного взаимодействия между органами речи и движения, но и особой подготовленности дыхательного аппарата. Однако подготовка дыхания певца — задача сложная, требующая специальных знаний педагога-вокалиста. Поэтому подготовка вокально-двигательных координации должна начинаться только на втором году обучения и с согласия специалиста-вокалиста. На первом году обучения следует вырабатывать соответствие между речью и движениями тела, что будет базой для последующих упражнений в вокально-двигательных координациях.

Искусство музыкального актера требует от исполнителя огромного напряжения творческих сил, воли, памяти, внимания и психофизических качеств, и потому его подготовка по движению принципиально не отличается от подготовки драматического актера. Однако следует отметить, что общая физическая нагрузка в уроке вокалистов должна быть несколько меньше, чем у актеров драмы, нужно исключать упражнения сидя и лежа на полу, а также упражнения, вызывающие излишний нагрев тела (потливость). Совершенствование движения у певцов должно быть более осторожным, так как нужно учитывать сложность подготовки по вокалу и хрупкость самого певческого аппарата. Процесс закалки организма певца также должен быть более осторожным и постепенным, чем у актера драмы.

Певцы много выступают в концертах, и им часто приходится выходить на эстраду; поэтому подготовку с ними в разделе общих навыков следует начинать с исправления осанки, походки и воспитания правильных жестов, и продолжать эту работу надо в течение всего учебного процесса.

Певцы, так же как и драматические актеры, должны хорошо владеть навыками стилевого поведения; уметь носить костюмы разных эпох, знать особенности бытового поведения в этих костюмах, уметь обращаться с принадлежностями к ним и, наконец, знать правила поведения в различных этикетах и уметь выполнять их.

Поскольку стилевые действия опираются на основные элементы пластичности, будущие актеры музыкального театра должны овладеть общими навыками, создающими пластику тела.

Частные навыки (за исключением падений) в деятельности оперного актера почти не встречаются, поэтому с ними студентов нужно только ознакомить; в театре оперетты они должны быть полностью и тщательно освоены, поскольку оперетта — искусство синтетическое: там в едином драматическом действии соединяются пение, речь, движение и танец.

Педагог, занимающийся воспитанием актеров музыкального театра, должен создать специальную программу, определить количество часов по темам предмета в соответствии с потребностями профессии, правильно подобрать упражнения для каждого урока, заранее определив зачетные требования.

Особенности подготовки режиссеров. Режиссер в профессиональном театре должен быть всесторонне образованным и отлично воспитанным человеком, прекрасным специалистом, человеком творческим, хорошо знающим процесс создания спектакля, отвечающего высоким требованиям социалистического искусства.

Режиссер в работе с актерами должен помочь им понять содержание пьесы и роли, установить их взаимодействие с партнерами и найти выразительные средства для сценического действия. Чтобы сделать это, режиссер сам должен уметь выполнить любую сценическую задачу, которую он ставит перед исполнителями. Такие учебные предметы, как «Сценическая речь» и «Основы сценического-движения», называемые по традиции вспомогательными, по существу являются узкоспециализированными областями режиссуры. Онк помогают режиссеру овладеть возможностями широкого использования сценического движения во всем его многообразии.

. Обучение будущего режиссера профессии начинается с изучения им элементов актерского мастерства. Нельзя начинать обучение режиссуре прежде, чем занимающиеся не овладеют психофизическими законами актерского творчества; с этой же точки зрения будущему режиссеру следует познать и законы движения на сцене.

Содержание курса «Основы сценического движения» у режиссеров в настоящее время таково:

I. Изучение «Теории движения на сцене» (лекционный курс). В лекциях предлагается содержание определений и требований, предъявляемых к правильной «настройке» тела. Режиссер должен знать о значении психофизических качеств в создании и исполнении роли, должен быть ознакомлен с основными психофизическими законами, управляющими физическими действиями при исполнении, роли. Особенное внимание следует уделить условиям, при которых, возникают интуитивные действия.

II. Практическое и теоретическое освоение упражнений предмета, повышающих уровень психофизических качеств, и ознакомление с методикой преподавания этих упражнений.

III. Практическое освоение техники общих и частных сценических двигательных навыков, ознакомление с методикой обучения. Режиссер должен иметь четкое представление о процессе

формирования двигательных навыков у актеров, их приспособляемости к ситуации и взаимодействии между речевым и двигательным аппаратом.

IV. Изучение методики постановочной работы по стилевому поведению, по использованию сценических трюков, по постановке массовых движенческих сцен.

V. Изучение темы «Русское обхождение и этикет XIX — начала XX столетия» (лекционный курс).

В связи с этими специальными задачами режиссеру предлагается несколько сокращенный курс упражнений, совершенствующих психофизические качества, упражнений на общую координацию движений и специальных упражнений, развивающих выразительность рук. Вместе с тем благодаря экономии времени значительно тщательнее отрабатывается техника двигательных навыков, даются практические сведения по методике их освоения и применения.

Курс обучения режиссеров заканчивается работой над двумя-тремя отрывками из пьес, дающими возможность практически применить изученные навыки. Кроме того, режиссер получает сведения о библиографическом и иконографическом материале, по быту и этикету стран Западной Европы и России, имеющемся в музеях и библиотеках.

Учащиеся режиссерского отделения должны получить такие знания и навыки по движению, чтобы в производственной работе они могли создавать верные схемы физического поведения даже в том случае, если в этом поведении необходимы сценические трюки. Этот вид действий всегда наиболее труден для режиссеров и требует привлечения различного рода консультантов. Правильно обученный режиссер должен поставить все сам.

Обучая навыкам, педагог должен добиваться, чтобы студенты понимали их назначение и технику. Здесь решительно недопустимо чисто механическое заучивание и натаскивание.

Режиссеры должны знать принципы наиболее продуктивной методики в освоении навыков и специальные правила техники безопасности, если навык того требует.

Педагог по движению на основании личного или заимствованного опыта должен рассказывать о применении различных частных навыков и показывать, как это делается. Следует широко привлекать в качестве примеров эпизоды из виденных учащимися спектаклей и кинофильмов — это активно расширяет кругозор студентов, привлекает их внимание к пластической выразительности сценических действий.

Крайне необходимо, чтобы учащиеся на режиссерском отделении, консультируясь с педагогом по движению, применяли полученные умения и навыки в своих курсовых и выпускных работах. Необходимо, чтобы учащиеся все время понимали и чувствовали связь процесса обучения движению в целом и в каждом отдельном

упражнении с будущей профессией режиссера-постановщика и педагога.

Почти всегда в своей профессиональной деятельности режиссеру приходится вести педагогическую работу, воспитывать будущих актеров. В этом случае он отвечает за весь процесс формирования будущего актера. Режиссер должен знать программу всех предметов, входящих в учебные планы, и в частности программу движенческих предметов; он должен знать основные принципы методики воспитания движения, для того чтобы иметь возможность правильно контролировать результаты пластической подготовленности учащихся. Если режиссер может обучать студентов и драматическому искусству и пластике — на базе предмета «Основы сценического движения», — то такое совмещение в театральной педагогике было бы наиболее передовой системой воспитания актера, поскольку этот путь наиболее продуктивен.

Режиссер должен-дать актерам такие знания и умения, которые помогли бы им полноценно использовать свой аппарат воплощения, создавая ансамблевый, яркий, впечатляющий спектакль. Для выполнения этой сложной работы режиссер должен обладать и следующими тремя качествами: I) уметь создавать, обосновывать и защищать идейно-художественную концепцию спектакля, 2) владеть педагогическими навыками в работе с актерами и 3) обладать организаторскими способностями.

Глава сороковая ОСНОВНЫЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА

К. С. Станиславский указывал, что упражнения по движению необходимо специально приспособлять к требованию профессиональной подготовки актеров и режиссеров.

Такая целенаправленность упражнений может быть достигнута лишь благодаря определенной методике, которая основывается на пяти важнейших принципах и специальных методических приемах, применяемых на уроках. Эти принципы и приемы появились в результате обобщения опыта многих педагогов, ведущих занятия по программе, принятой в ленинградском институте.

I. Выполнение упражнений по словесному заданию преподавателя.

II. Контрастность в подборе упражнений, составляющих урок., и в каждом упражнении.

III. Комплексность задач в уроке и в каждом упражнении.

IV. Последовательный переход от легких упражнений (если они хорошо выполнены) к трудным.

V. Выполнение упражнений целенаправленно, экономично, точно и с верным мышечным напряжением.

Выполнение упражнений по словесному заданию

Во многих учебных заведениях, где занимаются воспитанием движения, применяется смешанный метод ведения занятий. В этом методе сочетается показ движений с объяснением их техники.

Показ вначале воздействует только на первую сигнальную систему учащихся (на зрительный анализатор). Зрительное впечатление показанных движений оставляет след в центральной нервной системе, и при осмыслении показанного он создает представление об увиденных движениях. В свою очередь эти представления порождают соответствующие нервные раздражения.

Однако педагог не должен требовать воспроизведения упражнения, если у учащихся еще не возникло о нем конкретного представления; а возникнуть наиболее быстро и точно оно может лишь после соответствующего объяснения того, что занимающиеся увидели. Слово как раздражитель нескольких анализаторов является фактором обобщающим и разъясняющим увиденное, и в этом его значение — при формировании двигательного навыка.

Двигательные навыки формируются в процессе осмысления задания. Во второй сигнальной системе при словесном раздражении образуются нужные условные связи. Уже на основе этих связей формируется необходимый двигательный навык. Точное соответствие показа его словесному объяснению способствует не только созданию правильного представления о навыке, но и его точному воспроизведению, а это порочно, поскольку ведет к движенческому штампу, да еще навязанному со стороны.

Следует отметить, что в этих случаях ученики будут повторять технику, показанную педагогом. Такое повторение необходимо при изучении точной техники танцевальных движений, сценического фехтования, некоторых упражнений ритмики, а также в предмете «Основы сценического движения» при изучении моторных упражнений, в воспитании выразительной руки, стилевых и этикетных навыках, при создании хороших манер. Во всех этих случаях смешанный метод ведения занятий наиболее продуктивен.

Но применительно к другим темам предмета «Основы сценического движения» смешанный метод непригоден, поскольку он не способствует образованию основного навыка в подготовке актера и не позволяет достаточно полноценно и в нужном направлении готовить психофизические качества актера. Поэтому при проведении занятий по остальным темам рекомендуется пользоваться только методом объяснения упражнений (без применения показа вообще).

Опыт работы показал, что, выполняя упражнения по словесному показу, студенты научаются создавать физическое поведение в соответствии с устными указаниями (или текстом). Этот сложный и непривычный для людей процесс подобен созданию физического действия по тексту роли.

Независимо от того, является ли форма поведения только моторным упражнением, решает ли она примитивную сценическую задачу., или это драматический этюд — принцип подбора движения по словесному заданию вынуждает ученика начать его выполнение, только полностью осмыслив задание.

Педагог по движению должен вести занятия, пользуясь этим принципом методики; это воспитывает в ученике потребность внимательно оценивать задание, внимательно действовать и обязательна контролировать свои действия.

Чтобы правильно понять преимущества методики объяснения, следует выявить недостатки, свойственные смешанному методу применительно к профессии актера.

Как уже говорилось, смешанный метод состоит в том, что педагог вначале показывает упражнение и предлагает учащимся его запомнить. В этом случае педагог стремится показать упражнение образцово, чтобы учащиеся составили себе представление об отличном исполнении. Затем, делая это упражнение, учащиеся стараются повторить его технически правильно и незаметно для себя усваивают манеру исполнения преподавателя. Это лишает ученика индивидуальности в выполнении задания, сковывает его инициативу, у него не развиваются логическое мышление и творческая фантазия. Все ученики становятся похожими на учителя, а потому и друг на друга. Показ лишает их умения действовать самостоятельно" и не только не способствует освоению данного навыка в обучении драматическому искусству, но даже тормозит это развитие. Сценические навыки общего и частного типов, если их техника выучена с показа, не становятся активным запасом выразительных средств» артиста. При освоении техники с показа у студента не возникают ассоциативные связи, и потому актер почти никогда не применяет эту технику в аналогичной сценической ситуации. И наоборот, навык., созданный самим актером, запоминается им на всю жизнь, он откладывается в его сознании в связи с конкретной ситуацией и, как правило, непроизвольно проявляется в физическом действии, если сценические обстоятельства подобны или близки тем обстоятельствам., в которых этот навык был создан. Ясно, что ценна лишь та методика., которая создает у актера запас активно действующих выразительных средств.

Последовательность обучения с использованием принципа объяснения такова: педагог, излагая задание, ставит перед учащимися точную действенную задачу, даже в том случае, если она приведет только к созданию моторного упражнения; осмыслив задание, уча~ щиеся начинают подбирать нужные действия для его выполнения.. Так создается схема упражнения (или действия). В этой схеме почти всегда будут ошибки. Их можно исправлять только в том случае, если они изменяют логику упражнения, а не являются личнымиг приспособлениями ученика. Исправляют ошибки только устно., словом, но не показом.

Первый принцип общей методики активно тренирует область высшей нервной деятельности и таким образом выполняет основную задачу в подготовке сценического движения. Возникновение в создании ученика представлений о предполагаемой технике упражнения аналогично возникновению представлений о движениях, осуществляющих физическое поведение в роли.

Учащиеся смогут начать физически действовать при двух условиях: если у них есть представление о том, что и как они должны делать, и желание действовать. Кроме того, как уже говорилось, необходимо правильно отбирать движения. Процесс их выполнения обычно протекает непроизвольно и становится сознательным только тогда, когда интуиция не подсказывает верных движений. Однако непроизвольное выполнение возможно лишь в том случае, когда исполнитель осмыслит всю совокупность предлагаемых обстоятельств, когда у него в сознании возникнет потребность начать -физически действовать.

Итак, путь воспроизведения упражнений по словесному заданию педагога аналогичен пути, по которому идет актер, создающий тех-яику физического поведения в роли по тексту пьесы. В этом ценность первого принципа общей методики предмета.

Контрастность в подборе упражнений, составляющих урок, и в каждом упражнении

Под контрастностью в уроке понимается такой подбор упражнений, при котором учащиеся вынуждены очень разнообразно действовать: то медленно и плавно, то быстро и отрывисто, то быстро и плавно, непрерывно, то — остро, прерывисто и т. п. Указанные характеристики невозможны в упражнениях моторного типа, поскольку в них нет элементов действия, но они легко выполнимы в упражнениях образных, в этюдах и импровизациях.

В пределах одного урока могут быть упражнения: «Смола», «Муха», «Пушинка» (из раздела совершенствования выразительности рук), упражнения в вычурном и виртуозном стиле действий XVIII столетия, а затем грубая драка с ударами, бросками, захватами и падениями. Принцип контрастности легко применим, если упражнения в уроке взяты из разных разделов программы.

Принцип контрастности полезен тем, что он развивает эмоциональность и способность быстро менять темпо-ритмы поведения.

Драматическое произведение (опера) всегда содержит столкновение интересов действующих лиц. Эти столкновения, выражаемые через конфликтные действия, иногда постепенно, а иногда и быстро, меняют взаимоотношения между героями пьесы. Эти изменения находят отражение в постепенных или резких изменениях темпоритма физических действий. Поэтому у актеров должна быть хорошая реакция, их организм должен быть способен почти мгновенно, переключаться с одних по характеру действий на другие, с одних эмоций на другие, часто противоположные. Однако известно, что-актеры не всегда легко переключаются с одного темпо-ритма на другой, особенно когда творческая природа артиста молчит, когда интуиция не помогает. Вообще говоря, человек привыкает к определенному темпо-ритму движений и с трудом его изменяет. Поэтому бывает., что актеру нелегко действовать в новом темпо-ритме, даже если, внутренняя жизнь его в роли верна. Для тренинга этой способности педагог по движению дает учащимся (в пределах одного урока) такие упражнения, которые основываются на резких изменениях, в темпо-ритме движений. Подобные упражнения совершенствуют способность учащихся легко переходить от действий одного типа к другим — а это необходимо будущим актерам в их сценической, работе. Ясно, насколько важно значение второго принципа общей, методики.

Развитие подвижной эмоциональности, которая должна быть, свойственна учащимся театральных учебных заведений, также требует специальной методики. Долгое изучение одного и того же-навыка и тренировка его утомляют не только мускулатуру, но и, нервную систему. Почти все упражнения активно воздействуют на эмоции, поэтому при однообразном повторении одного и того же-или похожего упражнений студент сначала теряет интерес к ним, а затем у него появляется эмоциональная усталость.

Педагогическая наука в любой отрасли знаний свидетельствует, что если учащиеся занимаются с интересом и удовольствием, то они значительно лучше усваивают упражнения и пользы от занятий, значительно больше, нежели тогда, когда упражнения выполняются безразлично или, что еще хуже, под нажимом педагога. Чередование-во время урока упражнений, различно воздействующих на организм, позволяет педагогу вести занятия разнообразно и интересно, благодаря чему учащиеся тренируются с полной отдачей в течение всего урока. Такая методика оказывает благотворное влияние не только на эмоции, но на весь организм будущего актера.

С этой точки зрения урок, построенный по принципу контрастности, более продуктивен, чем урок, созданный из упражнений одного типа.

Принцип контрастности может проявляться не только в подборе разнообразно действующих упражнений, но и при выполнении почти каждого отдельного упражнения. Однако следует отметить, что специальных упражнений, тренирующих способность контрастно менять характер действий, в предмете нет.

Под понятием «контрастность в упражнении» подразумевается такое его исполнение, когда одни и те же действия выполняются большими, средними и малыми амплитудами, с одновременным, изменением темпа.

Как уже говорилось, в жизни люди выполняют обычные действия, как правило, полуавтоматически; на сцене же актер вынужден сознательно подбирать дробные действия.

Так, например, светская женщина XVIII—XIX столетий могла в зависимости от потребности делать самые разнообразные движения веером: обмахиваться им быстро и медленно, большими, средними и малыми движениями. Характер этих движений почти всегда передавал ее эмоции: покой или волнение, иногда гнев, а иногда настороженность и пр. Предположим, что актрисе, играющей роль такой женщины, режиссер говорит: «Героиня внешне спокойна, и только движения веера выражают ее волнение. Веер бьется в ее руке, как крылья бабочки...» Хорошо, если актриса интуитивно сделает верные движения, но гораздо чаще такое задание оказывается невыполнимым, потому что необученные руки не могут правильно действовать. Актриса, почувствовав затруднение, отказывается от движений веером, обедняя тем самым пластический рисунок роли. Выясняется, что надо не только уметь держать веер, правильно закрывать и открывать его, выполнять им различные по смыслу действия (позвать, показать, пригласить, выгнать, спрятаться за него и т. п.), но движения при этом должны быть самыми разнообразными по характеру. Аналогичны требования и к другим бытовым действиям. Поэтому на уроках следует делать различные упражнения в меняющихся темпах, амплитудах и характерах. Кроме того, лри подборе упражнений для урока нужно учитывать принцип контрастности. Это означает, что если первое упражнение было медленным по темпу, то второе должно быть быстрым; если первое

состояло из малых по амплитудам движений, то второе должно «быть выполнено большими; если первое требовало малых мышечных напряжений, то в следующем они должны быть предельно

большими...

В одном и том же уроке необходимо делать упражнения, в которых были бы различные по характеру движения: округлые, мяг-кие.^непрерывные, а также острые, напряженные, прерывистые. Надо добиваться умения мгновенно или постепенно переходить от движения одного типа к движению другого.

В моторных упражнениях подобный тренаж не представляет трудностей для педагога — нужно только поставить перед учениками соответствующую задачу; упражнения, где уже есть некоторое

смысловое содержание, требуют педагогического опыта и знаний о допустимых изменениях в темпо-ритмах исполнения (важно не нарушить логику); в упражнениях этюдного типа подобный тренаж девозможен, поскольку физические действия в них, как выражение логики жизни героя, сами диктуют совершенно определенный темпо-ритм поведения. Именно поэтому учебник предлагает педагогам как обязательный учебный материал разнообразные по содержанию этюды, отличающиеся друг от друга по тематике, а значит, я по темпо-ритмам физического поведения.

Комплексность задач в уроке и в каждом упражнении

Комплексность задач и соответствующий им подбор упражнений возможны только тогда, когда на каждом уроке разрабатывается несколько тем. Этим методика предмета «Основы сценического движения» принципиально отличается от методики других движен-ческих дисциплин. Так, если в пределах одного урока по сценическому фехтованию студенты обучаются фехтовать на шпагах, потом на ножах, а затем на двуручных мечах, то разница только в технике приемов, а тема будет всегда одна — бой. То же и на уроке по танцу: можно разучивать и совершенствовать технику любого количества танцев, но смысловая тема остается одна — танец.

В занятиях по основам сценического движения почти всегда учащимся предлагается комплекс, состоящий из 5—8 различных тем. Так, например, в пределах одного урока учащиеся занимаются гимнастикой, совершенствованием рече- и вокально-двигательных. координации, совершенствованием пластичности в навыках походки и осанки, воспитанием выразительной руки, тренируются в равновесии на высоте, изучают стилевые действия и приемы борьбы без оружия. В таком уроке воздействие на организм актера будет весьма разнообразным — благодаря этому развиваются различные стороны двигательных возможностей актера, и в этом отличительная черта предмета. Именно такую комплексность предполагал в нем К. С. Станиславский.

Предмет «Основы сценического движения» как обязательный введен в учебный план вузов, театральных училищ, в культпросвет-школах не случайно: студенты получают полноценную подготовку, которая обусловлена разнообразием тем на каждом занятии. Это совсем не означает, что танец, ритмика и сценическое фехтование недостаточно воздействуют на специальную пластическую подготовку актера. Наоборот, каждый из этих предметов своеобразно и активно влияет на совершенствование пластического аппарата актера. Но в предмете «Основы сценического движения» та же задача выполняется комплексом бытовых действий — в этом основная полезность его для актера. Нельзя достигнуть всестороннего воспитания пластичности в бытовых движениях, позах и жестах, если не выполняется принцип комплексности.

Второй стороной этого принципа является подбор таких упражнений, которые сами по себе также должны разрешать одновременно или последовательно наибольшее количество педагогических задач: только такие упражнения, оказывая самое разностороннее воздействие на организм, приносят учащимся максимальную пользу Так, например, упражнение «Пружина» (из раздела общеразвива-ющей гимнастики) активно совершенствует гибкость и подвижность тела, тренирует непрерывность движений и дыхание, отчасти воздействует на развитие ритмичности. Упражнение «Переноска одного партнера другим» способствует развитию гибкости и подвижности

тела, силы, непрерывности движений, зрительного и мышечного восприятия ритма партнера, учит взаимодействию с ним, требует экономичности в подборе нужных движений и точности при их исполнении, скульптурности в позах и динамике, и при всем том студенты осваивают нужную для сцены технику своеобразного навыка. Упражнение «Переноска» значительно разностороннее воздействует на организм, чем упражнение «Пружина», поэтому оно полезнее. Однако в предмете имеются упражнения, решающие только две-три частные задачи, например «Приседания», где при минимальных требованиях к ритмичности исполнения и равновесию тела в основном тренируется мускулатура ног. Но подобный тренаж необходим, особенно на первых уроках. Постепенно количество подобных упражнений уменьшается, уступая место более комплексным. Чем больше задач разрешается в упражнении, тем большую нервно-мышечную нагрузку оно создает.

Комплексное упражнение всегда активно тренирует многоплоскостное внимание, моторную память, обучает умению в ограниченные отрезки времени выполнять различные по содержанию действия. Принцип комплексности значительно ускоряет процесс «тренинга и муштры».

Последовательный переход от легких упражнений (если они хорошо выполнены) к трудным

Этот принцип состоит в том, что учащимся предлагаются упражнения такой сложности, которые могут быть ими выполнены только с некоторым трудом; они требуют повышенного внимания для наблю: дения за собственными движениями, чтобы верно воспроизвести заданную преподавателем технику, т.е. требуют сознательной координации. После того, как схема упражнения выполнена учениками и исправлены основные ошибки, комплекс движений, осуществляющий эту схему, должен быть выучен настолько, чтобы он стал полуавтоматизмом. После этого техника упражнения при повторениях используется как тренировочный учебный материал. Таким образом, создание схемы — только первый этап в обучении. На этом этапе уже совершенствуются различные качества организма актера, главным образом внимание и координация. Но на этом тренировка с помощью упражнения не заканчивается, наоборот: с того момента, как его техника изучена, оно становится активным средством воздействия на организм, поскольку с его помощью теперь осваивается больший комплекс качества и навыков. Иначе говоря, освоение техники упражнений — не самоцель в занятиях, но лишь база для более трудного и полезного тренажа. Но на более высокий уровень подготовленности нельзя подняться, если трудность упражнения не будет постепенно возрастать. Как только упражнение станет привычным, оно превратится в обычную гимнастику, тренирующую скелетную мускулатуру, а это задача, самая незначительная из всех, вырабатывающих пластичность актера. Следовательно, как только создана правильная схема и упражнение усвоено, при его повторениях педагог должен постепенно усложнять задачу. Благодаря этому учащиеся всегда будут предельно внимательны и активны; им придется беспрерывно дополнительно координировать движения; кроме того, у них будет тренироваться память, поскольку они должны все время следить за каждой новой деталью. Активным средством воздействия являются темпо-ритмические изменения. Они диктуются ученикам сменой темпо-ритмов музыкального сопровождения и требуют от учащихся быстрой реакции, т.е. мгновенных приспособлений к меняющимся условиям.

Как же, начиная с первых уроков, педагог может регламентировать правильную физиологическую и эмоциональную нагрузку?

В первых уроках нужно стремиться к созданию только приблизительно верной техники каждого упражнения. Сами первые упражнения должны быть просты, даже примитивны, но все же представляют определенную трудность, поскольку педагог не покажет их, а только расскажет, что нужно делать. Эти упражнения не должны предъявлять больших требований к психофизическим качествам учеников. Доступность упражнений — залог успеха первых уроков. Если же учащиеся слишком быстро и правильно справляются с заданием, можно предложить им сразу же или в следующих уроках более трудные по технике упражнения. Основная сложность в данном случае заключается в изменениях темпа и амплитуд движений, благодаря чему педагог всегда может держать группу в состоянии нужной психофизической мобилизации. Если такое состояние сохранится в течение каждого урока, то у занимающихся постепенно выработается стойкая внимательность и в какой-то мере — нервная выносливость, столь важная для молодых актеров.

Опыт должен подсказать педагогу такую степень сложности упражнений, чтобы они были несколько трудны для исполнения, но все же доступны ученикам при соответствующем напряжении воли.

Излишне легкие упражнения никогда не увлекают студентов; заниматься такими упражнениями скучно, заинтересованность уроками будет падать — ив результате снизится качество подготовки.

Излишне трудные упражнения также недопустимы: ученики теряют веру в свои способности, а иногда и разочаровываются. Степень активности на уроках также будет падать.

Существенной ошибкой, нарушающей принцип «от легвого к трудному», будет положение, когда в последующих уроках будут предлагаться более легкие упражнения или их варианты, чем в предыдущих. Это явление допустимо только в том случае, когда предложенное педагогами новое задание оказалось настолько трудным, что учащиеся не смогли его выполнить. В этом случае, понижая

сложность упражнения, преподаватель должен отметить для себя, что им была допущена педагогическая ошибка.

Другая сторона принципа «от легкого к трудному» заключается в следующем: учащиеся должны освоить возможно большее количество упражнений, входящих в разнообразную программу предмета. Уже известно, сколь обоснованно стремление к наиболее разнообразному подбору навыков, входящих в обучение актера (это один из путей для проявления интуиции), однако навык только тогда входит в запас выразительных средств, когда он выполняется полуавтоматически, а для этого необходимо изучать его довольно долго.

Педагогический процесс (в любом предмете) всегда ставит перед собою две важнейшие цели: во-первых, учащиеся должны освоить как можно больший материал и, во-вторых, освоить его хорошо.

От опытности педагога зависит, насколько правильно будет спланирован учебный материал по семестрам, с тем чтобы студенты освоили возможно большее число навыков. Планирование должно основываться на следующем принципе: студента нужно не ознакомить с различными навыками, но обучить им; просто информация, знание о навыке только расширяют кругозор ученика— актер же должен уметь пользоваться навыком в своей сценической практике. Поэтому подготовка актера по движению должна быть одновременно и разносторонней, и углубленной.

Нужно, чтобы навык стал полуавтоматизмом — от формы, носящей чисто технический характер, до полноценного сценического действия с возможными изменениями в темпо-ритме. Выполнение этого принципа методики обязательно приведет к верному результату в подготовленности организма актера.

Выполнение упражнений целенаправленно, экономично, точно и с верным мышечным напряжением

Основной тренаж в предмете «Основы сценического движения» начинается с момента, когда создается возможность требовать от ученика целенаправленного, экономичного и точного исполнения каждого упражнения, т.е. после того, как учащиеся выполнят схему нового упражнения. В этой схеме еще могут быть технические ошибки — педагог дает указания, как их исправить. В результате учащиеся отбирают лишь самые необходимые движения. Постепенно упражнение становится не только целенаправленным, но и экономичным по форме, как в каждой фазе, так и в целостном исполнении задания. Стремление правильно сделать самое незначительное, хотя бы моторное упражнение свидетельствует о потребности учащихся серьезно и вдумчиво выполнять поставленную педагогом задачу. Важно воспитывать и постоянно поддерживать

эту потребность. Учащиеся должны знать, что все лишние движения — «мусор».

Преподаватель может влиять на скорость исполнения, меняя темп музыки, и на амплитуды движений, меняя размеры и расположение тренировочной площадки. Так тренируются пространственно-временные ощущения движений, уже в какой-то степени определяющие темпо-ритм движений. В начале обучения они вызывают чисто механический характер исполнения. Благодаря им ученики, во-первых, знакомятся с двигательными возможностями своего организма и практически убеждаются, что можно сознательно управлять телом; во-вторых, в процессе совершенствования качества движений они добиваются точности и скорости двигательных реакций приспособительного типа. Совершенствование приспособи-тельных реакций начинается с того, что, оценивая звук и размеры пространства, занимающиеся стараются подчинять скорость своего поведения музыке, а размеры движений — габаритам пространства. Наиболее просто это достигается в упражнениях моторного типа, где есть возможности активно, разнообразно, а когда надо, то и избирательно, т.е. в нужном направлении, развивать всю сложную цепь процессов, составляющих систему двигательных анализаторов организма.

Основа культуры любого движения, а значит и физического действия актера в роли, в первую очередь, зависит от качества деятельности двигательных анализаторов исполнителей. Совершенствованием этих анализаторов должен заниматься каждый педагог вне зависимости от того, какой предмет движения он преподает.

Однако тренаж этого типа — только начало работы по совершенствованию пластичности актера. Двигательные анализаторы, получившие предварительную настройку в упражнениях моторного типа, начинают верно обслуживать учеников и на более высоком, приближенном к творчеству актера уровне. Эта настройка должна оказывать влияние как в репетиционном процессе, так и на уроках по драматическому искусству. В уроках по движению правильные функции двигательных анализаторов должны быть активно выражены и в упражнениях с беспредметными действиями, где главным затруднением для деятельности сознания в управлении скелетной мускулатурой будет вымышленная ситуация.

Поскольку дисциплина «Драматическое искусство» включает в свою программу беспредметные действия на первом курсе (когда изучаются основные элементы сценического искусства), заниматься параллельно подобными же упражнениями в предмете «Основы сценического движения» совершенно недопустимо, поскольку нельзя дублировать основной процесс воспитания актера; но можно и должно на втором курсе использовать полученные в обучении драматическому искусству навыки для совершенствования культуры движения на более высоком уровне. Преподаватели

по движению на втором году обучения получают практическую возможность включать в свои уроки упражнения смыслового и этюдного типа.

Как показала практика, переходить от моторных упражнений к этюдам целесообразно не скачком, а постепенно, через такие упражнения, в которых педагог имеет возможность, подсказывая некоторые дополнительные условия, подводить занимающихся к состоянию, когда у них начинает пробуждаться воображение, и они сами, фантазируя обстоятельства по ходу исполнения упражнения, часто незаметно для себя превращают механическую схему в осмысленное поведение. Последующий процесс перерастания такого упражнения в этюд значительно проще. Если упражнение по своей технике это допускает, педагог вводит учеников в некоторые предлагаемые обстоятельства, которые позволяют занимающимся начать конкретно действовать.

Педагогический опыт показал, что наиболее выгодно для тренажа двигательных возможностей актера использовать упражнения, которые из уровня моторной подготовки постепенно переходят, как бы перерастают в уровень осмысленного поведения. Естественно, что упражнения вводные и оздоровительные, т.е. в гимнастике, имеющей задачей избирательно тренировать мускулатуру актера, его сердечно-сосудистый и дыхательный аппарат, не могут быть превращены в смысловые упражнения — они всегда останутся на уровне моторной тренировки. Но и в упражнениях этого типа педагог должен вести работу над совершенствованием приспособи-тельных реакций так же, как в основных упражнениях предмета.

В моторных упражнениях реакция тренируется путем темпо-ритмических изменений, сопряженных с изменениями в амплитудах движений. Но основу предмета составляет не гимнастика, а специальные упражнения. В тех из них, которые имеют смысловую задачу, изменения в движениях могут быть результатом верной игры фантазии ученика, и потому их нельзя навязать. Что же касается этюдов, то в них тренировка приспособительных реакций возможна только через изменения в предлагаемых обстоятельствах, которыми определяется и организуется существо физического поведения и его конкретный темпо-ритм.

Значительно труднее педагогу по движению влиять на уровень мышечных напряжений и тем более проверять их точность. Бытовавшая в этом плане методика сводилась в основном к чисто субъективному впечатлению педагога, наблюдавшего за выполнением упражнений, а затем на основе этих наблюдений дававшего ученику тот или иной совет.

Выяснить недостаточность мышечного напряжения довольно просто: если усилие недостаточно, то ученик вообще не выполнит упражнение. Мышечное перенапряжение определить сложнее, потому что в этом случае упражнение, как правило, получается. Не отвергая возможности использования субъективных впечатлений

педагога, хотелось бы для проверки правильности функционирования мускулатуры найти такие упражнения, в которых сам факт их исполнения свидетельствовал бы о верных напряжениях мышц. Как известно, это легко сделать на упражнениях в равновесиях на высоте и уменьшенной опоре. Неустойчивое положение тела порождает зажимы, и человек или прыгает вниз, или падает. После соответствующей тренировки ученики начинают правильно исполнять упражнения — а это свидетельствует о правильной работе мышц, несмотря на то, что страх подавляет верную координацию. Если в такие упражнения включать произнесение логических текстов или пение, то это не только усложнит задание: удачное выполнение будет свидетельствовать о верном мышечном состоянии, самообладании и контроле, поскольку при зажимах говорить и тем более петь — невозможно.

Вторая группа упражнений, в которых верные мышечные напряжения являются ведущим фактором, — акробатические прыжки; здесь всякое мышечное несоответствие механически приводит к неудаче. Следует, однако, отметить, что акробатический прыжок длится секунду-две, а упражнения в равновесии — минуту и больше, и, конечно, для тренировки напряжений мускулатуры эти послед ние предпочтительнее.

Мышечные напряжения хорошо контролируются в упражнениях, где необходимо взаимодействие с партнером — приемы борьбы, переноски живого тела. Только благодаря правильным мышечным напряжениям можно достигнуть нужного результата. Наиболее активный тренаж начинается при смене партнеров, поскольку новый партнер отличается от предыдущего и размерами тела, и весом, и силой, и темпераментом, и прочими психофизическими признаками; все это вызывает другой темпо-ритм действий, а значит, и соответствующих мышечных приспособлений. Удачное выполнение таких упражнений с каждым новым партнером свидетельствует о быстрой мышечной приспособляемости.

Если у актера выработана привычка правильно напрягать мускулатуру в момент действия, то он всегда добьется сценической правдивости в исполняемых действиях. Такой актер в совершенстве овладевает техникой разнообразных простых и сложных двигательных сценических навыков общего и частного типов: он не ушибается при падениях, умело помогает партнеру нести себя на руках, в сценах драк создает полноценное впечатление, едва касаясь партнера и т. п.

Педагог должен исправлять ошибки, уточняя требования к данной физической задаче. Эти указания, приближающие учеников к обстоятельствам действия, способствуют нужной мобилизации сознания, а оно верно направляет функции скелетной мускулатуры.

Если скульптурность есть высшее выражение физической формы актера в роли, то на уроках по движению физическая подготовленность занимающихся, в первую очередь, должна проявляться в точном напряжении мышц. («Не больше и не меньше» — К. С. Станиславский). Правильное напряжение мышц делает актера органичным в сценической жизни.

Именно поэтому в каждом упражнении, перешедшем в тренинг, педагог в первую очередь должен следить за правильностью мышечных напряжений, поскольку от этого зависит гармоничная деятельность органов движения — основная цель всей методики предмета «Основы сценического движения».

Глава сорок первая МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ1

Большие задачи, стоящие перед предметом, разрешаются в течение всего учебного периода. Этот период состоит из уроков, по времени отдаленных друг от друга на неделю, в лучшем случае на три-четыре дня, но программно и методически связанных между собой. В свою очередь, каждый урок состоит из серии различных упражнений. Общий уровень подготовки учеников зависит от того, насколько успешно идет тренаж в каждом отдельном упражнении. Если упражнение будет верно преподано, то и результаты подготовки будут высокими.

В воспитании движения актера превращение техники упражнения в самоцель подготовки — принципиальная ошибка. Движение актера в роли — только средство раскрытия образа, а не самоцель сценического поведения. Педагог по движению, не понимающий принципиального отличия физкультурной подготовки от тренажа для сцены, никогда не будет верно готовить актера. Так, например, совершенствование техники акробатического кувырка вперед — полезное занятие, с точки зрения задач физического воспитания. Самая примитивная техника этого кувырка в уроках по основам сценического движения вполне достаточна для верного распределения двигающегося тела в установленном пространстве и в разных отрезках времени. Это начало работы по смене темпо-ритмов в движениях тела, и именно это нужно в подготовке актера, а потому незачем тратить время на освоение техники кувырка — этот навык на сцене не пригодится. Все упражнения должны совершенствовать психофизические качества; кроме того, некоторые из них превращаются в сценические навыки. Но навыком должно становиться только то, что может иметь реальное применение на сцене. Обучение ненужным актеру навыкам — бессмысленная

1 В главе использованы материалы доклада М. Я. Розина иа конференции по сценическому движению в ЛГИТМиК в 1962 году.

трата дорогого учебного времени, ничего общего не имеющая со сценической подготовкой.

Как уже известно, одно и то же упражнение может решать разные задачи. При этом важна правильная последовательность выполнения задачи, от нее зависит уровень подготовки. Например: если в беге изучать его технику, то в основном это будет упражнением на совершенствование координации и создание спортивного навыка. Если же, используя разученную технику, предложить учащимся бежать две, три минуты, стараясь сохранить правильное дыхание, то в первую очередь это будет тренировкой сердечнососудистого и дыхательного аппаратов. И понятно, что сначала следует освоить верную технику бега, а затем с ее помощью вести нужный тренаж. Такая последовательность этапов должна быть соблюдена во всех упражнениях — это один из важнейших методических приемов.

Разнообразие задач и упражнений, разрешающих эти задачи, велико, сами задачи меняются по мере того, как совершенствуется предмет. Поэтому методические приемы не есть нечто застывшее, наоборот, они меняются и беспрерывно совершенствуются. Это подвижная система, связывающая отдельные темы предмета в единое целое и направляющая тренаж по верному пути подготовки к драматическому искусству.

Методические приемы есть частные способы наиболее продуктивного применения того или иного упражнения. Поскольку тем и упражнений много (около 360), естественно, что приемы методики также разнообразны.

Методические приемы используются избирательно, и почти невозможно предугадать, каким из них воспользуется педагог в тот или иной момент обучения. Каждый методический прием следует применять лишь тогда, когда в этом есть конкретная необходимость. Трудность методики предмета состоит в том, что не только сами упражнения очень разнообразны, но разнообразны задачи, которые они разрешают. Кроме того, и ученики очень отличаются друг от друга: чертами характера, личными интересами, творческой направленностью, возрастом, общей предварительной подготовленностью, состоянием здоровья, физической тренированностью, степенью одаренности.

Овладеть методикой можно только в процессе педагогической практики и в творческих поисках самого педагога. Степень овладения методикой зависит от многих качеств преподавателя, в частности от его знаний, общей культуры, от его педагогических способностей и т. д. Только тогда, когда педагог овладеет основными принципами методики, когда он сумеет верно и вовремя применить нужный прием, можно говорить о полноценном знании предмета. Обладая памятью и настойчивостью, выучить технику упражнений нетрудно, но для умелого проведения занятий этого совершенно недостаточно. Только в педагогической практике учитель осваивает

методику во всей ее сложности, и тогда у него вырабатывается свой собственный стиль работы, свидетельствующий о педагогической зрелости. Овладение методическими приемами — процесс медлительный и постепенный.

Чтобы освоить уже накопленный и предлагаемый учебником опыт, необходимо, проводя уроки, наблюдая за ходом занятий, свободно экспериментировать: применять тот или иной прием методики и пытаться создавать новые. Только так педагог может в совершенстве овладеть предметом.

Следует предостеречь начинающих преподавателей от чрезмерного насыщения уроков применением разнообразных методических приемов. К ним следует прибегать постепенно и только в конкретных случаях.

Правильная последовательность задач в упражнении

Как уже было показано, прежде чем начать тренироваться в каком-либо упражнении, нужно изучить его технику — это естественно. В сложных упражнениях имеет смысл изучать технику по этапам, причем начинать с наиболее сложных частей, чтобы лучше их усвоить, поскольку позднее они будут повторяться при работе над более простыми элементами. При этом важно сохранять логическую связь между отдельными звеньями, для того чтобы у учащихся все время было целостное впечатление об упражнении. Если это невозможно, то перед началом изучения сложной техники необходимо показать упражнение в целом, но не более одного раза и только для того, чтобы создать представление о том, что надо будет изучать.

Создание логической схемы при разучивании упражнения

После объяснения упражнения учащиеся самостоятельно создают схему упражнения так, как они ее поняли. При повторении эта схема обрастает различными деталями, индивидуальными приспособлениями.

Этот прием дает возможность видеть, насколько точно и быстро у студентов возникает впечатление о необходимых движениях, а также судить о внимании учеников, их воображении, точном мышлении и, по качеству выполнения, — об уровне координации.

Если в вольных упражнениях гимнастики и танцах кордебалета единая для всех схема должна диктовать единство исполнения (единую форму), то в предмете «Основы сценического движения» такого слияния быть не должно. Выполнение схемы индивидуально, и чем более она детализируется, тем более учащиеся приобретают свою собственную форму. Это правило применимо к пластической подготовке актеров.

Необходимость четырехкратного повторения упражнений при разучивании

Учащихся на первом же уроке предупреждают, что создание и освоение техники упражнения им придется выполнять в пределах четырехкратного повторения. При первом исполнении создается самая приблизительная техника упражнения. При втором — первичная техника уточняется, создается схема; в третьем — схема обрастает деталями, а в четвертом — техника упражнения выполняется в законченном виде. Естественно, что при четвертом исполнении свободы и точности еще нет.

Если за четырехкратное повторение техника все же не выполнена, студент должен повторять упражнение до тех пор, пока результат не будет хорошим. Однако учащемуся нужно указать на отставание. Кроме того, следует подумать и о степени трудности предложенного упражнения, разобраться, соответствует ли оно двигательным возможностям данной учебной группы.

Занимающимся нужно рассказать, что хорошо двигающийся актер при первом исполнении в репетиции ищет схему физического поведения в роли, при повторном — создает его детали, в третьем как бы репетирует, а в четвертом уже органично действует. Это идеал подготовленности, к которому следует стремиться.

Объяснение значения каждого упражнения в двигательной подготовке актера

Необходимо, чтобы студенты знали назначение каждого упражнения в их подготовке к сценической деятельности — только тогда они будут тренироваться сознательно. Приступая к изучению упражнения, объясняют только его предполагаемую технику; тогда педагог еще не дает ему названия и не рассказывает, для чего оно применяется в тренаже. Только после того, как разучена схема, когда у ученика возникло полное представление о содержании упражнения, преподаватель рассказывает о влиянии упражнения на качество движения актера вообще, а если оно представляет собой сценический навык, то объясняет, в каких обстоятельствах этот навык может найти применение в роли.

На первом уроке преподаватель говорит о том, что необходимо знать содержание упражнений, а также задачи, которые они выполняют в подготовке к движению на сцене; кроме того, педагог отвечает на вопросы студентов. Важно пробудить любознательность учеников.

Если выполняя задания, студенты начали уставать, то педагог должен прервать практические занятия и рассказать о назначении упражнений в движении на сцене.

Постепенное сокращение объяснений по мере усвоения техники упражнения

Когда появляется уверенность, что техника осваивается верно, педагог постепенно сокращает свои объяснения. Сперва он лишь кратко напоминает упражнение, а затем произносит только его название. Так экономится время и тренируется память. Излишние объяснения утомляют, распыляют внимание. Лаконизм обостряет внимание, будит воображение, требует сообразительности и скорости реакции.

Словесное исправление ошибок. по ходу выполнения упражнения

Когда в процессе исполнения упражнений педагог дает дополнительные указания, чтобы исправить или уточнить технику, то у учеников появляется еще один объект внимания; исполнение следует сделать полуавтоматизмом, на ходу изменить подбор движений, а это возможно только при условии, если студенты правильно оценили указание и быстро, правильно отреагировали на него. Прием хорошо тренирует ловкость. Применять его следует только тогда, когда есть уверенность, что упражнение уже может выполняться полуавтоматически. Если этого нет, то вмешательство преподавателя с дополнительными указаниями только разрушит схему и приостановит выполнение, т.е. принесет вред.

Своевременно примененныйприем обостряет состояние психики, он тренирует многоплоскостное внимание, активно совершенствует координацию движений и реактивность исполнения. Для того, чтобы педагог мог успешно пользоваться этим приемом, его указания должны быть кратки и точны.

Типичным проявлением лаконизма в применении этого приема могут служить указания, которые даются во время поточного исполнения моторных упражнений во второй части урока (в гимнастике), где переход от одного упражнения к другому совершается без остановок на объяснение. В других разделах по ходу упражнения могут быть указания об изменении темпа или пространства, на котором выполняется задание. Прием применяется начиная со второй половины первого семестра.

Собеседование как средство проверки знаний студентов о назначении упражнений

Этот прием применяется в паузах между упражнениями. Благодаря ему выясняется, насколько сознательно относятся студенты к упражнениям, а также знают ли они о возможности использования упражнений в тренинге и в работе над ролью. Например, при выполнении этикетных и стилевых действий есть смысл проверить знание эпохи, к которой они относятся, или назначение того или иного сценического трюка и т. п.

Бывает, что ученик не выполняет какого-то упражнения вообще, ук гоняется от него — следует узнать о причинах этого явления. Прием помогает выявить знания студентов, степень их общего развития, даже интересы; кроме того, он поднимает их активность, требует, чтобы они осознавали задания, которые получают от педагога. Все это оживляет занятия и одновременно дает небольшую передышку во время урока.

В такой беседе педагог стремится вызвать у студента желание научиться. Между учителем и учениками должно быть полное доверие. Прием требует от педагога хорошего знания группы и добрых отношений с ней. Очень важно, чтобы, давая урок, педагог видел не только его общее содержание, но умел бы наблюдать каждого ученика и в зависимости от тех или иных отклонений находил бы причины и поводы для беседы. Такое конкретное собеседование всегда приносит большую пользу. Беседовать вообще — нет смысла.

Особенно важно пользоваться этим приемом в работе с режиссерскими группами.

Исправление типичных ошибок на показе неверного индивидуального исполнения

Прием состоит в том, что учащиеся по предложению педагога наблюдают за одним из своих товарищей, который неверно выполняет упражнение. Предложить студенту выполнить упражнение нужно просто, спокойно, ни на что не намекая. После исполнения следует спросить остальных об их впечатлении. Когда студенты назовут замеченные ими ошибки, нужно объяснить причину этих ошибок, указать способ их исправления.

Этим приемом можно пользоваться еще и для того, чтобы расшевелить, подтолкнуть нерадивого ученика. В этом случае последующему объяснению ошибки можно придать иронический характер. В таком виде прием действует на самолюбие ученика как своеобразный «хлыст». Им можно и иногда должно пользоваться, но не терять при этом чувства меры.

Пока;, неверного исполнения упражнения самим педагогом (показ «от противного»)

Преподаватель, выполняя упражнение, сознательно и несколько подчеркнуто демонстрирует наиболее типичные ошибки, для того чтобы обратить на них внимание группы. При этом не надо показывать персонально на тех, кто делает такие ошибки. Они это быстро поймут сами.

Как надо делать верно, педагог не показывает, а лишь объясняет это. Занимающиеся должны самостоятельно найти способ исправления ошибки; обычно эти исправления индивидуальны по технике.

Использование подготовительных упражнений в изучении сложных двигательных навыков

Некоторые навыки, сложные по технике, трудно осваиваются, другие — опасны при первых попытках их сделать. В этих случаях педагог должен давать вспомогательные упражнения, рассказав о них как о подсобной технике и отметив, что они нужны для страховки или для получения верных физических ощущений. Тут же надо указать, что в подобных случаях необходимо соблюдать технику безопасности, затем объяснить ее и заставить студентов потренироваться. В режиссерских группах обратить внимание на ответственность режиссера при постановке подобных действий в спектакле. Режиссер, поставивший опасный трюк, несет за него ответственность не только в репетиционном периоде, но и в спектаклях, Поэтому все опасные для здоровья актеров действия должны быть тщательно продуманы, с точки зрения их техники безопасности, и тщательно отработаны. Если по каким-либо причинам отработать не удалось, лучше отказаться от их выполнения в спектакле.

Контрольные упражнения как средство проверки

Занимающимся дается упражнение несколько более сложное, чем предыдущее. Они не смогут его выполнить, если вся предыдущая техника не была правильно освоена. Усложнение задания основано на принципе «от легкого к более трудному». Подобные упражнения следует давать внезапно.

Иногда, чтобы проверить память, можно вернуться к старым упражнениям. Для этого на время надо отказаться от упражнений, в которых уже получено необходимое качество, а затем предложить выполнить такое упражнение сразу и полностью, не тратя времени, чтобы вспомнить элементы. Например, упражнение было выучено в сентябре; делается перерыв в два месяца, а затем оно внезапно дается в одном из уроков декабря. Если выполнение будет посредственным, его следует повторить несколько раз для того, чтобы вспомнить и закрепить в памяти, особенно если это нужный сценический навык. Этим приемом следует пользоваться относительно часто.

Внезапное применение новых заданий

Иногда, чтобы обострить внимание, следует внезапно дать совершенно новое, но не трудное задание. Прием тренирует скорость ориентации, скорость реакции, мобилизует весь организм и очень повышает эмоциональный уровень урока. Иногда это может быть трюковое шуточное упражнение.

Смена партнеров

Новый партнер в любом парном упражнении — всегда большое усложнение задания, поскольку нужно быстро приспособиться к нему по ходу исполнения, начать действовать в новом темпо-ритме. Этот прием частично осуществляет принцип контрастности. Умение быстро примениться к различным партнерам очень важно, особенно в массовых сценах; скорость приспособлений — важный фактор развития ловкости. Если эта скорость уже есть, можно отметить достаточно высокую подготовленность группы.

Выполнение упражнения с воображаемым партнером

Этот прием применяется в тех случаях, когда на уроке нечетное количество учеников, а упражнение требует партнера. В этих случаях не имеющий пары выполняет все движения, как если бы у него был партнер. Это помогает ему освоить технику движений, составляющих упражнение, и когда к нему придет партнер, он уже будет знать нужную схему упражнения.

Но этот прием имеет и свое принципиальное назначение: он проверяет точность фантазии, моторную память. Иногда есть смысл поставить учебную группу так, чтобы в предложенном парном упражнении каждый действовал с воображаемым партнером. Это научит выполнять действие, играемое на сцене с партнером, одному у себя в уборной, в любом свободном помещении. Мало того, при известной тренированности актер постепенно овладевает возможностью мысленно проиграть такую сцену, не вставая со стула, даже, лежа, во время отдыха и тому подобных обстоятельствах.

Выполнение упражнения с воображаемым партнером подсказывает педагогу, насколько ярки видения учеников, какова степень веры в то, что создается только в их воображении, насколько они органичны в выполнении техники упражнений, т.е. цепи навыков, насколько непроизвольна координация движений и скорость реакции.

Изучение стилевых и этикетных действий (без разграничений пола)

Прием помогает обогащению студентов знаниями в области исторического движения, что особенно необходимо будущим режиссерам — когда в спектаклях будут необходимы стилевые действия, им придется давать актерам соответствующие консультации.

Выполнение женских действий мужчинами имеет целью увеличить объем их знаний и умений. Изучение мужских действий женщинами необходимо, поскольку им приходится играть мужские роли, соблюдая не только стиль эпохи, но выполняя действия движениями, свойственными мужчинам.

Необходимость обязательно выполнять все упражнения

Иногда бывает, что некоторые ученики уклоняются от трудных или несколько опасных упражнений. Обычно это случается с безвольными или излишне самолюбивыми учениками (из боязни при неудаче показаться неловким, смешным), а иногда — попросту ленивыми.

Пока все присутствующие на уроке не выполнят задание, урок нельзя продолжать. Утверждение ученика, что он сам обстоятельно отработает нужное упражнение, не должно успокаивать педагога: как правило, этого не бывает. Упражнение должно быть выполнено обязательно. Такая требовательность подгоняет трусливого и безвольного ученика, заставляет его добиться успеха. Педагог должен помочь такому ученику выполнить упражнение всеми подсобными средствами.

Иногда причина отказа — плохой характер ученика, его каприз — явления явно нежелательные. Настойчивость учителя в этом случае решает успех. На уроке не может быть «не хочу», «не могу», «не буду» — это не соответствует профессии актера. Ученик может сказать: «У меня не вышло это задание, но сейчас я постараюсь его выполнить». В этом направлении следует воспитывать волевые качества. Надо, чтобы студент заставил себя выполнить то, что для него трудно достижимо в данный момент: в этом процесс подго, товки по движению.

Педагог должен понимать всю сущность происходящего на уроке, правильно оценивать совершающийся у него на глазах процесс воспитания. Для первой оценки необходимо хорошо знать каждого ученика, его особенности и индивидуальные отклонения в здоровье, если таковые имеются. И с этой точки зрения педагог должен быть связан с работой цикла физического воспитания и с врачом, наблюдающим за здоровьем учеников. Если есть отклонения, педагог сам освобождает ученика от выполнения тех или иных упражнений и даже запрещает ему заниматься ими. Вообразите, например, что человек в детстве перенес туберкулез позвоночника, актерски талантлив и потому принят в учебное заведение. Его нужно освободить от всех упражнений, дающих большую нагрузку на позвоночник, но заниматься движением он может и должен.

Индивидуальный подход всегда дает положительный результат, если педагог верно разобрался в происходящем на уроке, если был тактичен, но настойчиво добивался решения поставленной перед учениками задачи. Преподаватель должен понять причину отказа выполнять упражнение, и если она уважительная, с нею надо считаться, а капризы надо немедленно и жестко пресекать.

Привлечение посторонних наблюдателей на уроки

Боязнь игры на зрителе наиболее трудно преодолевается молодыми исполнителями. Поэтому целесообразно давать уроки в присутствии посторонних. Можно приглашать сотрудников учебного заведения, членов своей и других кафедр, гостей, инспектирующих и т. п.

Ученики должны не отвлекаться на дополнительные раздражители, но увлеченно заниматься своим делом. Если во время выполнения упражнения ученик, допустивший ошибку, сумеет ее скрыть и правильно исправить, это признак хорошего самообладания. Педагог, желая тренировать на внезапность, может подать новую и неожиданную команду. Если группа такое внезапное распоряжение правильно выполнит, это свидетельство хорошей тренированности на реакцию.

Все эти обстоятельства воспитывают волю, смелость и решительность, сосредоточенное внимание, целеустремленность в выполнении заданий. Так устраняются зажимы и другая сторона этого же явления — наигрыш, кокетство, излишняя показная свобода и прочие отрицательные явления, непроизвольно возникающие у плохо подготовленных или неверно воспитанных учеников.

Воспитание этических и эстетических норм поведения

Во время каждого урока необходимо вести работу по воспитанию норм культурного поведения и хорошего вкуса. Следует воспитывать сознательную дисциплину, чувство товарищества, чувство ответственности за себя и весь коллектив. Нужно обращать внимание на такие недопустимые явления, как неопрятность или безвкусицу

в костюме, в прическе, на нечистоплотность и прочие признаки нарушения внешней культуры.

Нельзя позволять себе издевку над занимающимися, насмешки, даже в самом прикрытом виде, проявления неприязни и пр. Совершенно недопустимо, если студенты во время объяснения упражнений поворачиваются спиной к педагогу, переговариваются, поглядывают на часы, садятся без разрешения, держатся в небрежных и, что еще хуже, вульгарных позах.

Процесс эстетического воспитания должен начаться, с первого урока и, постепенно разворачиваясь, продолжаться в течение всего обучения. Эта сторона подготовки актера не менее важна, чем его профессиональное обучение.

Требования к преподавателю предмета «Основы сценического движения»

Педагог только тогда успешно воспитывает учеников, когда его собственные моральные качества и внешняя культура на должном уровне.

Выше было указано, какие профессиональные качества необходимы педагогу в театральной школе. Однако, кроме знания предмета, умения вести уроки, профессиональной одаренности, преподаватель, воспитывающий движение, должен обладать еще и некоторыми специальными чертами.

Умение разнообразно, интересно и с большой пользой вести уроки кроется не только в высокой общечеловеческой культуре учителя, но и в его связи с искусством вообще и с театральным искусством в частности. Он должен знать содержание смежных дисциплин, должен быть эрудирован по многим вопросам педагогики, политики и общественно-бытовой жизни. Он должен быть не только руководителем на уроках, но старшим товарищем, советником в бытовой жизни коллектива, с которым он педагогически связан.

Преподаватель обязан вести научную работу по специальности, ибо только наука укрепляет практику и опыт и создает возможности предвидений; она обогащает предмет новыми открытиями. Хорошая научная подготовленность обеспечивает широкий кругозор, умение наблюдать и обобщать явления, позволяет верно научно и методически развивать учебный процесс.

Преподаватель должен обладать актерскими способностями, он должен быть заразителен и убедителен во всем том, что требует от учеников. Необходимо, чтобы он в совершенстве владел всеми упражнениями предмета; во многих из них надо осмысленно и выразительно действовать, что недоступно человеку, лишенному актерских данных, знаний и практического опыта игры. Если упражнение требует показа, то показ должен быть совершенен по форме.

Преподаватель театрального вуза должен не только понимать природу актера; нужно, чтобы он сам практически был профессиональным актером, хотя бы он и не работал в театре.

Преподаватель по движению — всегда режиссер. Он должен уметь видеть и чувствовать объект работы в целом, перспективу развития каждого ученика в процессе воспитания и в его последующей профессиональной работе в театре. Кроме того, совершенно необходимо, чтобы он владел технологией предмета применительно к театрально-постановочной работе, где он может выполнять не только консультационную, но и режиссерскую работу. &га деятельность всегда повышает его квалификацию, держит его в курсе развития драматического искусства и весьма активно повышает его авторитет в глазах учеников.

Преподаватель должен иметь хотя бы начальное музыкальное образование: как минимум нужно знать музыкальную грамоту, уметь хотя бы примитивно анализировать музыкальное произведение и быть абсолютно ритмичным. Желательно, чтобы педагог владел каким-нибудь музыкальным инструментом или пел. Все это позволит ему верно общаться не только с концертмейстером на уроках, но и вести работу тренировочного и постановочного типа в музыкальном учебном заведении и театре.

Авторитет учителя зависит от результатов подготовки учеников. Он создается работой, отношением к ученикам и глубокими знаниями. Однако бывает, когда на уроке — хороший порядок, поддерживается дисциплина, но содержание тренажа ничего общего с будущей профессией не имеет. Тренаж превращается в бессмысленную трату времени и сил учеников, у которых в результате не будет нужной подготовки: такой педагог, несмотря на внешнее благополучие, никогда не будет авторитетен. Пользы учащимся и театру он не принесет. Иногда пытаются создать авторитет общими разговорами, внешне деловой обстановкой и тому подобным педагогическим очковтирательством.

Педагог должен быть образцом поведения с точки зрения внешней культуры. Костюм, прическа, обувь, осанка, походка, жесты и чистота речи, ее лаконизм — все это имеет большое значение. Преподаватель по движению должен давать уроки в обычном костюме, на уроках почти нет показа, а то, что показывается, не требует спортивной формы. Костюм педагога должен быть скромен, современен и выполнен с хорошим вкусом. Педагог должен импонировать студентам своим внешним видом. Преподаватели-женщины должны быть модно, элегантно, но скромно одеты и обязательно хорошо причесаны.

В основе педагогического успеха лежит умение учить профессии, быть в общении с учениками искренним, правдивым и доброжелательным (что на мешает быть строгим), общаться с ними не только на уроках, но и в жизни. Надо уметь быть им старшим товарищем и добрым советником.

Глава сорок вторая

ПЛАНИРОВАНИЕ И УЧЕТ

Качество учебного процесса по воспитанию «пластической культуры актера» зависит от наиболее целесообразного распределения предметов кафедры сценического движения в учебном плане театрального учебного заведения. Практика выявила следующее наиболее удачное распределение часов по предметам и семестрам.

НА АКТЕРСКОМ ОТДЕЛЕНИИ

Предметы Семестры 1 234 5 в Итого

Ритмика 2 2 \_ \_ \_ \_ 68 часов

Основы сценического движения — 2 4 4 — — 168 часов

Танец 4 2 2 2 4 4 312 часов

Фехтование — — — — 2 2 68 часов

Недельная нагрузка 6 часов

Всего за три года обучения 616 часов НА РЕЖИССЕРСКОМ ОТДЕЛЕНИИ

Предметы Семестры 1 23486 Итого

Ритмика 2 2 \_ \_ \_ \_ 68 часов

Основы сценического движения 2 2 2 2 — — 136 часов

Танец — \_ 2 2 2 2 136 часов

Фехтование — — — — 2 2 68 часов

Недельная нагрузка 4 часа

Всего за три года обучения 408 часев

Программа предмета по темам подготовки

Программа предмета состоит из упражнений, распределенных по 16 темам. Каждая тема решает свои специфические задачи в обучении навыкам и совершенствует психофизические качества актера и режиссера.

ТЕМЫ

1. Вводные упражнения.

2. Бег, дыхательные и заключительное упражнения.

3. Общеразвивающие упражнения.

4. Ритмические упражнения.

5. Совершенствование осанки и походки.

6. Совершенствование координации движений с речью и пением.

7. Совершенствование равновесия.

8. Акробатические прыжки.

9. Совершенствование выразительности рук. 10. Прыжки бытового типа. П. Сценические падения.

12. Сценические переноски.

13. Приемы сценической борьбы.

14. Стилевые действия и этикетные навыки.

15. Этюдные упражнения.

16. Импровизационные упражнения.

Чтобы материал перечисленных тем был усвоен наилучшим образом, необходимо предварительно планировать учебный материал по семестровым рабочим планам. Поскольку в III и IV семестрах занятия проводятся по два раза в неделю, есть смысл распределить обучение на пять периодов с таким расчетом, чтобы количество часов в них было одинаковым. Первый период — четыре месяца, а последующие — по два, но с удвоенным количеством часов. В рабочих помесячных планах должны быть указаны часы на теоретические беседы, на практику и на зачеты. Планировать учебный материал нужно так, чтобы в начале подготовки основное время отводилось на развитие качеств и различные подготовительные упражнения к сложным навыкам, а изучались бы наиболее простые двигательные сценические умения. Вторая половина обучения посвящается освоению и тренировке в двигательных навыках сценического типа. В самом конце курса есть упражнения этюдной формы, дающие возможность использовать полученные навыки в сценической ситуации и импровизации, ставящие своей задачей проверить общую подготовленность учеников.

Педагогам, особенно начинающим, рекомендуется взять в основу предложенные учебником типовые рабочие планы, но самостоятельно разработать помесячные. Благодаря этому можно точно определить содержание и количество упражнений, применительно к тому количеству часов, которое отводится на предмет в каждом месяце учебного года. Количество часов в каждом месяце будет разное, если учитывать их для каждой учебной группы. Эта разница образуется из-за неодинакового количества дней в месяцах, праздников, падающих на дни недели, и различных дополнительных причин.

Для точного подсчета следует в феврале изъять семь дней, отведенных на каникулы, в первом периоде — первые два часа

на вводную беседу и последние два часа на зачет, в третьем периоде последние два часа на контрольный урок, в пятом — на зачет.

На вступительной беседе преподаватель должен рассказать учащимся о целях и задачах предмета, дать понятие о его содержании и сообщить организационные требования: о явке на урок, костюме, обуви и распорядке на самом уроке.

Типовые планы на пять периодов

I период. Проводятся двухчасовые уроки по одному разу в неделю. Всего 16 уроков, 32 часа. Период охватывает февраль, март, апрель и май.

Темы: Вводные упражнения. Дыхательные. Общеразвивающие. Ритмические. Совершенствование осанки и походки. Координация движений, равновесие. Развитие выразительности рук. Подготовительные упражнения к падениям и падение № 1. Групповые переноски по 7 и 5 человек. Акробатические упражнения. Заключительные упражнения.

II период. Проводятся двухчасовые уроки по два раза в неделю. Всего 16 уроков, 32 часа. Период охватывает сентябрь и октябрь.

Темы: Вводные упражнения. Дыхательные. Общеразвивающие упражнения. Совершенствование осанки и походки. Координация движений, речи и пения. Совершенствование выразительности рук. Групповые переноски по четыре и три человека. Переноски по одному (подготовительные упражнения). Совершенствование равновесия. Акробатические упражнения. Падения № 2, 3 и 4. Прыжки. Заключительные упражнения.

III период. Этот и последующие периоды имеют также двухразовые занятия в неделю, по два часа каждое. Период охватывает ноябрь и декабрь. Всего 16 уроков, 32 часа.

Темы: Вводные упражнения. Дыхательные. Общеразвивающие. Координации движений, речи и пения. Совершенствование выразительности рук. Совершенствование равновесия. Падения. Переноски по одному. Стилевые навыки XVIII столетия. Приемы сценической борьбы. Прыжки. Заключительные упражнения.

IV период. Период охватывает февраль и март. Всего 16 уроков, 32 часа.

Темы: Вводные упражнения. Координация движения, речи и пения. Совершенствование выразительности рук. Стилевые навыки XVI—XVII столетий и XIX века. Приемы сценической борьбы.

Этюды: заключительные упражнения.

V период. Период охватывает апрель и май. Всего 16 уроков, 32 часа.

Темы: Вводные упражнения. Координация движений, речи и пения. Стилевые навыки и этикетные действия. Приемы сценической борьбы. Этюды. Импровизации. Заключительные упражнения.

Усиление тренинга достигается путем постепенного сокращения тем, поэтому на каждую оставшуюся тему отводится более длительное время; двукратное занятие в неделю дает возможность не затрачивать время на вспоминание техники упражнений, освоенной в предыдущем уроке. На этом экономится не менее трети учебного времени. Техника большинства упражнений к четвертому периоду настолько хорошо освоена, что ею легко и удобно можно пользоваться для активного тренинга.

Типовой конспект первого урока

февраль (Конспект дается в текстовой записи)

Построение в одну шеренгу, ходьба в колонне по одному, ходьба на носках, ходьба на носках и с высоко поднимаемыми коленями, поскоки, переход на бег длительностью в 30—40 секунд, постепенное его замедление, переход на ходьбу, медленная ходьба с глубоким дыханием, остановка и чтение текста: дважды один два; дважды два четыре и т. д.

Построение на гимнастику. Упражнения стоя: руки на пояс, стойка «смирно»; приседание на носках; приседание на носках с сомкнутыми стопами и коленями ног; приседание не отделяя стопы от пола, — руки вперед. (Все упражнения в приседаниях и последующие выполняются по четыре раза).

Положение «смирно», руки за голову: сгибание туловища вперед с прямой спиной; выгибание туловища назад с разведением рук в стороны; руки вверх и сгибание туловища вперед — пальцами рук доставать до пола; руки вверх — повороты туловища вправо с разведением рук в стороны, смотреть на правую ладонь, затем прямо — руки вверх; далее выполнить то же, но влево; быстрое сгибание туловища вперед (упражнение «пружина»), т.е. три толчка пальцами рук в пол и полное выпрямление туловища, руки вверх. «Пружину» можно выполнить восемь раз. Вначале несколько убыстрить темп, затем постепенно замедлять его. Отдых одна минута.

Положение стоя на коленях, руки на пояс. Сгибая колени, медленно отклонять туловище назад, спина и шея прямые, затем выпрямиться; встать «скамейкой» — медленно поднять правую ногу назад-вверх, левую руку вперед-вверх, затем встать в положение «скамейка» и выполнить то же, но противоположными конечностями. Прогибать спину, держать равновесие.

Положение стоя на коленях, руки вниз. Сесть направо на пол, руки влево, встать на колени, руки вниз, затем выполнить то же, но в другую сторону. Отдых.

Ритмические упражнения.1 Построение в круге. Предложить музыканту играть размер 1/4, медленно в четвертях. Объяснить, что такое четверть в музыкальном понимании. Объяснить, что такое такт, дать понятие о тактах в размере \*/4, 8/4, % Предложить хлопать в ладоши четверти под музыкальное сопровождение, затем половины, затем целые ноты. Предложить выполнить то же, но шагами: ходьба в четвертях, затем в половинах, затем в целых нотах. Дать понятие о темпе. Предложить ускорять движение или замедлять его в соответствии с темпом музыкального звучания — ходить в четвертях и половинах. Рассказать, что почти все упражнения предмета исполняются под музыку, и поэтому умение слушать музыку и оценивать ее с точки зрения темпа и ритма — это начало правильного воспитания по предмету. Сказать, что надо научиться подчинять движения своего тела темпам и ритмам музыкального звучания. В заключение дать упражнение, где шаги и хлопки совпадают по длительностям, а затем шаги выполнять в четвертях, а хлопки в половинах и целых нотах.

Исправление осанки и походки. Построение стайкой. Ходьба в четвертях вперед, затем назад. Добиваться точного положения ног при ходьбе, верного положения туловища и головы. При удачном исполнении замедлить движение; предложить ходить в половинах, затем в целых нотах. При всех скоростях движения добиваться его непрерывности. Руки в начале упражнения держать на поясе, затем скрещенными на груди или за спиной и затем свободно опущенными вниз.

Координация движений. Выполнить цепь движений правой рукой: вперед, сжать кулак, открыть кулак, опустить руку вниз. Сделать это четыре раза, запомнить. Выполнить цепь левой рукой: поднять руку в сторону, кулак сжать; открыть кулак, сжать, опустить руку вниз. Выполнить цепь четыре раза, запомнить. Предложить выполнять эти движения руками одновременно. Добиваться точности и свободы. При успешном выполнении затруднить ходьбой вперед в четвертях, затем в половинах. Следить за правильностью осанки и походки.

Упражнения для рук. Выполнить четыре моторных упражнения для рук. «Волна» вперед, в стороны, вверх и вниз. «Рыба» вперед и наклонно вниз, постепенно увеличивая, а затем уменьшая размеры движений. «Змея» с силовой нагрузкой — самосопротивлением в момент исполнения движений. «Кошечка» с постепенным убыстрением темпа выполнения. Все упражнения выполняются по нескольку раз} добиваться хорошего качества исполнения в каждом упражнении.

1 Упражнения даются в том случае, если в учебном плане нет предмета «Ритмика».

Упражнения в равновесии. Поставить параллельно две гимнастические скамейки рейкой вверх на расстоянии 125—150 см одна от другой, группу построить парами перед концом скамеек. Держась за руки и подняв свободные руки в стороны, идти по рейкам, когда они кончатся — разойтись в разные стороны, идти к началу движения и, соединив руки, повторить упражнение. Расстояние между парами — один—полтора шага. Вначале темп ходьбы равен четвертям, затем половинам. Учащиеся должны помогать друг другу; движение пар должно быть точным, в ногу и непрерывным. В заключение дать ту же ходьбу, но связав пары в цепь, для чего следует свободные руки положить впереди стоящим на плечи. Если группа выполняет упражнение точно, предложить затруднение: во время ходьбы петь какую-нибудь известную песню размером в %.

Упражнения в акробатике. Положить поперек зала 4—6 матов. Расстояние между матами 150 см. Построить шеренгами перед матами. Первые выполняют кувырок вперед, как умеют. Следить, чтобы не вставали на голову. Далее исполнение идет в сопровождении музыки. Надо выполнять кувырки в темпе музыки. Задания: 1) один кувырок вперед; 2) кувырок вперед, встать, повернуться лицом к мату и выполнить второй кувырок вперед; 3) выполнить тем же способом три кувырка вперед. Положить три мата дорожкой с расстоянием между ними 60—70 см. Выполнить последовательно и под музыку три кувырка вперед. Каждый следующий исполняет после того, как предыдущий отошел от мата. Положить маты под углом друг к другу. Выполнить то же упражнение. Снова изменить расположение матов и расстояние между ними и предложить выполнить то же упражнение.

Упражнение в беге и правильном дыхании. Рассказать до начала бега требования к правильному дыханию. Объяснить значение его глубины и ритмичности, важности полного выдоха. Дать бег длительностью в 30—40 секунд, следить за ним и напоминать о дыхании, перевести на ходьбу, замедлить ходьбу, остановить группу и закончить урок.

Из-типового конспекта ясно, что сложность урока — в его разнообразии. Помнить упражнения начинающему педагогу трудно, да и едва ли следует этим загружать память. Конспект, составленный самим преподавателем, уже создает ему ясную картину урока. Он должен быть положен так, чтобы во время урока его было удобно посмотреть — а это создает уверенность в проведении занятий. Пользоваться конспектом следует в тот момент, когда ученики выполняют упражнение, чтобы заранее напомнить себе о следующем этапе занятий. Упражнения вводной части и общеоздоровительные надо запоминать так, чтобы в конспект не смотреть, иначе работать по поточному методу не удастся.

Есть смысл составлять конспекты сразу на целый месяц. Чтобы правильно расставить упражнения по трудности, планируя четыре

урока сразу, писать их следует по горизонтали т.е. сначала написать вводные в четырех уроках, затем общеоздоровительные, затем ритмические и т. д. Практика показала, что подобная работа всегда экономичнее по времени, чем составление по вертикали, и планомернее, с точки зрения соблюдения последовательной трудности упражнений в каждой теме.

При составлении конспектов на месяц следует делать так, чтобы в уроках нашло отражение все то, что запланировано в рабочих месячных планах. Эту работу преподавателю приходится выполнить телько раз, поскольку конспекты будут обслуживать его в дальнейшем; если что-нибудь и изменится, то только в целях усовершенствования педагогического процесса.

При составлении конспектов следует писать все упражнения, которые войдут в урок, ничего не оставляя в надежде на память. Некоторые упражнения простого типа будут только в одном уроке, некоторые растягиваются на два—три урока, а есть упражнения, которые изучаются в течение пяти—семи уроков, а затем периодически выполняются в целях тренировки; подобные упражнения называются этапными.

Если принять в качестве первого урока — предложенный учебником, а заключительным будет зачетный за первый семестр, то все промежуточные должны отработать упражнения, составляющие программу первого полугодия. Первый урок второго полугодия (конспект № 18) является повторением зачетного урока первого полугодия, между этими уроками пройдет все лето. Повторяя этот урок, учащиеся вспоминают программу, отработанную за предыдущий семестр.

Последующие типовые конспекты даны в номерной записи. Типовые конспекты должны помочь преподавателям в планировании материала. Во второй части учебника каждое упражнение имеет свой порядковый номер, описание техники по этапам обучения » и соответствующие методические указания.

Правильное воздействие упражнений на учеников возможно при выполнении верной методики в изучении каждого упражнения, т.е. применения ее общих принципов и использования методических приемов.

Предлагая типовые конспекты уроков, автор ориентирует педагогов на примерное распределение учебного материала по периодам обучения. В зависимости от специфических особенностей учебной группы возможно и иное распределение часов на каждую тему. Составляя уроки по типовым конспектам, преподаватели должны обеспечить выполнение предыдущих упражнений в каждой теме. Иначе возникнут недопустимые скачки. Наиболее существенной ошибкой является отсутствие последовательности в обучении. Так, например, если в теме «Воспитание выразительной руки» преподаватель вместо того, чтобы тщательно подготовить руки упражнениями моторного типа, сразу включит в уроки упражнения

образного типа или, что еще хуже, — этюды, он в итоге не получит хорошей подготовленности рук у будущих актеров. Недопустимо в теме общеразвивающих упражнений вместо последовательного прохождения комплексов, создающих правильное усиление физической нагрузки, давать их в разбивку. Недопустимо предлагать учащимся увеличение количества повторений и убыстрение темпов при выполнении упражнений. Практика показала, что предлагаемые учебником дозировки являются наиболее правильными. Эти указания можно не соблюдать при работе с актерами в театрах, особенно если занятия носят характер краткосрочного семинара по подготовке к какому-нибудь спектаклю. В этом случае надо сразу давать необходимый для данного спектакля учебный материал. Однако и в этом частном случае наиболее целесообразным будет последовательное его прохождение. Так, например, при освоении стилевых действий надо обучать всем нужным навыкам без костюмов и принадлежностей к ним, для того чтобы не отвлекать внимание занимающихся дополнительными трудностями.. После освоения нужной техники надо выполнять ее в соответствующем костюме и с принадлежностями к нему. Недопустима давать фрагменты приемов борьбы без оружия, если не освоена техника нужных ударов, защит, бросков и падений. Гораздо продуктивнее вначале освоить технику этих элементов, а затем создать из них нужную композицию. Естественно, что такая композиция должна быть заранее продумана.

Типовой конспект урока Л \* 18 (май — последний урок и сентябрь — первый урок)

1. Общеразбивающие упражнения: на гимнастической скамейке. Выполнить подряд все упражнения с № 45 по № 60 включительно.

2. Совершенствование осанки и походки: упражнения № 119 120 и 121.

3. Ритмические упражнения: упражнения № 107, 108 и 109.

4. Упражнения на координацию движений, речи и пения: № 135, 136, 137 и 138 (IV и V этапы).

5. Совершенствование выразительности рук: выполнить упражнения с № 189 по № 198 включительно.

6. Упражнения в равновесии: упражнения № 154, 155 и 156.

7. Падения: подготовительные упражнения № 221, 222, 223 и 224 — первое падение.

8. Групповые переноски: упражнения Ne 233 и 234.

9. Акробатические упражнения: № 178 и 179. 10. Заключительные упражнения: пробежка 40 секунд, остановиться и читать таблицу умножения на «три». Вначале читать громко, постепенно снижать силу звука, перейти на шепот и снова читать в нормальном звучании.

Типовой конспект урока Л° 22 (октябрь)

1. Вводные упражнения: № 13, 14, 15 и 24.

2. Дыхательные упражнения: пробежка 30—40 секунд, остановиться и читать таблицу умножения на «четыре».

3. Общеразвивающие упражнения: выполнить с № 70 по № 76 включительно.

4. Совершенствование осанки и походки: упражнение № 122 (I, II, III и IV этапы).

5. Упражнения на координацию: № 136 (I этап), № 138 (II вариант) и № 139 (пункты «А» и «Б»).

6. Совершенствование выразительности рук.: выполнить упражнения с № 189 по № 198 включительно и № 199 (I, II и III этапы).

7. Упражнения в равновесии: № 157.

8. Акробатические упражнения: № 180, 181 и 182.

9. Падения: упражнения № 224 и 225.

10. Переноски: упражнения № 235 и 236.

11. Прыжки: упражнения № 214 и 215.

12. Заключительные упражнения: пробежка 40—60 секунд, остановиться. Петь «В селе малом». Первый раз в среднем темпе и довольно громко, второй раз — медленно и в средней громкости. Тщательно выговаривать слова и верно интонировать.

Типовой конспект урока № 26 (ноябрь)

1. Вводные упражнения: № 16, 25 и 26.

2. Дыхательные упражнения: пробежка 40 секунд, остановиться, читать таблицу умножения на «пять».

3. Общеразвивающие упражнения: с № 62 по № 69 включительно.

4. Совершенствование осанки и походки: упражнение № 122 (V и VI этапы).

5. Упражнения на координацию: № 136 (II и III этапы) и № 139 (I, II и III этапы).

6. Совершенствование выразительности рук: упражнение№ 199 (IV и V этапы).

7. Упражнения в равновесии: № 158 и 159.

8. Падения: упражнения № 226 и 228 (I и И подготовительные).

9. Переноски: упражнение № 237.

10. Стилевые действия XVIII столетия: упражнения № 299, 300, 301.

11. Прыжки: упражнения № 216, 217 и 218.

12. Заключительные упражнения: пробежка одна минута, остановиться и петь «В селе малом». Садить за верным дыханием, интонацией и дикцией.

Типовой конспект урока № 30 (декабрь)

1. Вводные упражнения: № 11 и 27.

2. Дыхательные упражнения: пробежка 30—40 секунд, построение стайкой и, выполняя упражнение «В селе малом», петь песню.

3. Общеразвивающие упражнения: на стуле с № 82 по № 89 включительно.

4. Совершенствование осанки и походки: № 122 — заключительные этапы.

5. Упражнения на координацию движений, речи и пения: № 137 (I, II и III этапы) и № 140 (VI и VII этапы и заключительный).

6. Совершенствование выразительности рук: упражнение № 201 (V, VI и VII).

7. Упражнения в равновесии: № 160.

8. Падения: № 232.

9. Переноски: № 239 (I, II и III элементы).

10. Стилевые действия: XVIII столетие — с№302по№ 308 вкл.

11. Приемы сценической борьбы: № 249, 250 и 251.

12. Прыжки: № 219 и 220.

13. Заключительное: пробежка 40 секунд, остановиться и петь стоя на месте «В селе малом». Следить за правильным дыханием, дикцией и интонацией.

Типовой конспект урока Л5 34 (февраль)

1. Вводные упражнения: № 12 и пробежка 20—30 секунд.

2. Общеразвивающие упражнения: парные упражнения на гимнастической стенке № 90—95.

3. Упражнения на координацию движений, речи и пения: № 137 (I, II, III и IV этапы), № 141 (I и II этапы).

4. Совершенствование выразительности рук: № 203, 204, 205 и 206.

5. Переноски: № 236 — полностью.

6. Стилевые действия: XVI и XVII столетия — № 263, 264, 265, 266.

7. Приемы сценической борьбы: № 251, 252, 253, 254.

8. Этюды: № 364 — полностью.

9. Заключительное: упражнение «Декорация» — I вариант, пробежка 20 секунд, ходьба, остановка.

Типовой конспект урока № 38 (март)

1. Вводные упражнения; № 16 и 27 (11 вариант) и пробежка 20 секунд.

2. Общеразвивающие упражнения: VIII комплекс — лазания.

3. Упражнения на координацию движений, речи и пения: № 137 (IV и V этапы), № 141 (III, IV, V, VI и заключительный этапы).

4. Совершенствование выразительности рук: Ли 208, 209, 210 211.

5. Стилевые действия: XVI и XVII столетня — № 267 и 268 полностью, № 286, 287 и 288 полностью. Школа большого плаща: с № 269 по 279 включительно.

6. Приемы сценической борьбы: № 255 и 256 полностью.

7. Этюды: № 365 и 366 полностью.

8. Заключительное упражнение: «Декорация» — II вариант. Пробежка 20 секунд, ходьба, остановка. Читать таблицу умножения на пять.

Типовой конспект урока № 42 (апрель)

1. Вводные упражнения: № 12 «Срывать яблоки» и № «139 «Канон» — заключительный этап.

2. Упражнения на координацию движений, речи и пения: № 137 «У лукоморья» — заключительный этап, № 140 «Волга-реченька» — заключительный этап.

3. Стилевые действия: XVI и XVII столетия — с № 280 по № 285 включительно и № 289, 290 и 291; XIX столетия — с № 319 по № 323 полностью.

4. Приемы сценической борьбы: № 257 и 258 полностью.

5. Этюды: № 367 и 368 полностью.

6. Импровизации: № 369, 370, 371 и 372.

7. Заключительное: пробежка, остановка и петь стоя на месте «Волга-реченька». Дыхание, дикция и интонация.

Типовой конспект урока № 46 (м а и)

1. Вводные упражнения: ходьба выпадами с поворотами туловища вправо и влево. Замедленная ходьба.

2. Упражнения на координацию: «Белеет парус одинокий» полностью с управлением группой. «У лукоморья» полностью. «Волга-реченька» полностью. «Мне декабрь» полностью.

3. Совершенствование выразительности рук: «Пушинка», «Муха», «Смола», «Чаша».

4. втилевые действия: XVII, XVIII и XIX столетия — офицер, девушка, дама, господин; упражнения с принадлежностями костюмов и в парике.

5. Приемы сценической борьбы: создание индивидуальных парных и групповых этюдов импровизационного типа.

6. Этюды: «Письмо», «Месть», «За Полярным кругом», «Граната».

7. Импровизация: «Я на канате», «Я на катке», «Баланс тяжелым шестом», «Баланс легким шестом». Импровизация — этюд «Побег».

8. Заключительное упражнение: «Декорация», III вариант (с подползанием и двукратным обеганием партнера).

Типовой конспект зачетного урока

1. Вводные упражнения: попеременное исполнение упражнений «Срывать яблоки» и выпадной ходьбой, и поворотами туловища вправо и влево.

2. Пластичность в осанке и походке: упражнение «Гамлет» с внезапными сигналами.

3. Координация: упражнения «Белеет парус одинокий» с самостоятельным ведением группы занимающимся; «У лукоморья» с внезапными остановками, сменой темпо-ритмов в движении и направлениях движений по сигналам преподавателя; «В селе малом» со сменой скоростей.

4. Выразительность рук: упражнение «Полоскать» и петь. «Красить» — и петь. «Молитва» — со сменой скоростей и внезапными командами. «Пушинка», «Муха», «Смола», «Чаша».

5. Стилевые действия: по XIX столетию парные — господин и дама, офицер и девушка. Этюды выполняются с принадлежностями костюмов. По XVII столетию — сольные и парные упражнения.

6. Приемы сценической борьбы: парные и групповые комбинации, выполненные по экспозициям занимающихся.

7. Этюды: все пройденное в году. Один из этюдов (сценарий) дается на зачете впервые — по две попытки на выполнение.

8. Импровизации: все пройденное в году и «Побег» в сольном или парном импровизационном исполнении.

Учет качества подготовки учеников

Качество подготовки учеников учитывается четырьмя способами: 1. Регулярное наблюдение за качеством выполнения упражнений на уроках. Педагог должен верно оценивать выполнение каждого упражнения группой в целом, а также видеть достижения и недостатки отдельных учеников. Важно обращать внимание на недостатки, ошибки и незаконченность заданий, стараясь понять причины, порождающие отклонения от нормы в каждом отдельном

случае. Необходимо запомнить, а лучше записывать недостатки в пластической одаренности и подготовленности учеников. Если правильно выполнить эту часть учета, то к концу зачетного периода складывается определенная педагогическая характеристика каждого ученика.

Такое знание позволяет правильно подбирать в следующем семестре упражнения. Так, например, за ряд лет было отмечено, что национальные группы северных народностей, при всей своей природной музыкальности, в начале занятий едва справляются с быстрыми темпами и острыми по характеру движениями. Студентам этих групп свойственна некоторая тягучесть, замедленная реакция — отсюда и замедленный темп. Естественно, что в этом случае на уроках должны быть в большом количестве упражнения, исполнение которых требует быстрых темпов, совершенствующих скорость реакции.

Группы кавказских народностей, наоборот, отличаются большой реактивностью и излишним мышечным напряжением. Мужчинам в этих группах свойственны быстрые и резкие движения. На уроках должны преобладать упражнения, создающие широкие амплитуды, замедленные темпы и мягкие, округлые движения.

Группы монгольских народностей имеют такую интересную особенность: их слуховое восприятие темпо-ритмов окружающей среды значительно отстает от зрительного. Последнее же у них очень обострено. Выполнение музыкальных упражнений для этих групп в начале занятий представляет определенную трудность. Эту трудность, в первую очередь, испытывают преподаватели танца и ритмики. Поэтому уроки по предмету движения должны иметь максимальное количество музыкальных упражнений. Замечено, что при медленном и настойчивом процессе совершенствования ритмичности и музыкальности учащиеся этих групп постепенно приобретают нужный уровень этих необходимейших актеру качеств.

Оказывать правильное влияние на развитие учеников можно, только зная причины, вызывающие отклонения от нормы. Это позволяет верно подбирать упражнения, а во многих случаях требует необходимости рекомендовать усиленные занятия в смежных предметах кафедры, а также в той или иной спортивной секции курса физвоспитания. Надо активно использовать средства индивидуальной гимнастики.

2. Зачет, проведенный в конце первого полугодия, имеет целью на основании итоговых достижений учеников и на основании наблюдений за ними в течение зачетного периода вывести заключение о природных пластических способностях каждого. Это заключение должно охарактеризовать важнейшие для пластического воспитания качества учеников: внимание, волю, силу, скорость, ловкость, ритмичность и музыкальность.

Необходимо также установить, каковы возможности для дальнейшего совершенствования у каждого из учеников.

Необходимо сразу же после зачета проанализировать индивидуальные достижения, отметив положительные сдвиги в подготовке учеников: правильная осанка, походка, общий эстетический облик, манера поведения как на зачете, так и вне занятий по движению. Этот анализ выполняется в присутствии педагогов, и главным образом преподавателя драматического искусства, только что просмотревших зачет. Затем результаты анализа сообщаются ученикам, и даются указания о способах дальнейшего совершенствования.

На летние каникулы каждому ученику дается соответствующее задание: заниматься тем или иным видом физических упражнений и для укрепления здоровья и для совершенствования аппарата воплощения в нужном направлении.

В заключение следует оценить каждого по пятибалльной системе, хотя эти отметки в зачетную ведомость не заносятся. Желательно проводить беседу и ставить оценки в присутствии преподавателей по ритмике, танцу и фехтованию. Присутствие педагога драматического искусства на зачете и беседе совершенно необходимо. Беседа и оценка помогают создать верное представление о перспективах развития каждого ученика и об его пластических особенностях.

Просмотр зачета дает возможность иметь методическую беседу об отдельных упражнениях и об общей направленности предмета. Такая беседа помогает слиянию в единый методический процесс дисциплин кафедры движения, дает возможность преподавателям предмета еще больше приблизить подготовку к требованиям, выдвигаемым преподавателями драматического искусства.

3. Контрольный урок за первое полугодие II курса имеет те же цели, что и первый зачет; кроме того, он должен выявить дальнейший рост пластической подготовленности учеников, степень их творческой одаренности, поскольку в курсе были образные упражнения и этюды, дающие возможность определить уровень творческой фантазии, игры воображения, активности воли и внимания, и на этой основе создать выразительные физические действия.

Благодаря этим компонентам педагог может с большой точностью определить достоинства и недостатки в качестве подготовки, а также степень драматической одаренности занимающихся.

После контрольного урока педагог консультируется с преподавателем драматического искусства о содержании той беседы, которую он должен провести с учениками. В этой беседе сообщаются недостатки в подготовке, с тем чтобы добиться исправления их в заключительном периоде обучения по предмету.

4. Заключительный зачет с оценкой в конце курса должен выявить качество профессиональной пластической подготовленности каждого ученика, т.е. уровень психофизических качеств, умение пользоваться большим ассортиментом специальных общих и частных двигательных навыков, знания этикетно-стилевых действий

и общий уровень артистичности в сценическом движении. Это наиболее важное для актера качество относительно легко определяется в исполнении этюдных и импровизационных упражнений.

На основе качества выполнения основных упражнений в зачете ученик оценивается по пятибалльной системе, и эта оценка выставляется в зачетной ведомости и идет в диплом.

После зачета и оценки педагог в заключительной беседе дает анализ пластической направленности и достижений каждого ученика, указывает на необходимость совершенствоваться в смежных предметах кафедры, а также заниматься в той или иной секции курса физвоспитания. Недостаточно подготовленные приглашаются на повторный курс в факультативном порядке.

Кроме перечисленных видов учета, необходимо провести анализ выполнения программы по предмету, обязательно указав, какие упражнения вообще не выполнены, а какие выполнены недостаточно хорошо. Это поможет более верно планировать материал на следующий учебный год.

Глава двадцать первая РАЗВИТИЕ ПРАВИЛЬНОГО ДЫХАНИЯ

Бег в сценических обстоятельствах встречается относительно редко; в кинематографе этот навык необходим. Несмотря на то, что бег — естественный способ передвижения человека, его техника, если учащийся не занимался легкой атлетикой, почти всегда требует исправления ошибок. Когда в беге есть ошибки, он выглядит неловким и некрасивым. Как правило, ошибки эти заключаются в том, что в движениях рук и ног нет необходимой свободы, положения туловища и головы неправильны. Все это мешает правильному дыханию. Кроме того, технику бега нарушает излишняя мускульная зажатость в тазобедренных и коленных суставах, раскачивания тела, подпрыгивания.

Тренировочный бег

Упр. № ПО. Изучение техники тренировочного бега. Построение — по кругу, в колонне по одному.

/ этап

Ходьба под музыкальное сопровождение с постепенным ускорением темпа и переходом на мерный бег. Средний темп 120—130 шагов в минуту. Пианист играет точный, мерный ритм, обязательно в размере 2/4 и только четвертями.

Методические указания. Преподаватель должен заметить наиболее типичные ошибки, остановить группу и не только объяснить недостатки, но добиться исправления ошибок.

// этап

 Нужно сказать учащимся, что стопы следует ставить по одной прямой линии, начиная с пятки и постепенно переходить на косок. Этот постав ног обязательно уничтожит раскачивание тела, придаст бегу верную первичную форму. После небольшой пробежки надо остановить группу и указать, что необходимо под-нимать колени, а при окончании шага — свободно отмахнуть голень и стопу вверх

(движения а коленных суставах должны выть свободными, искусственно высокое поднимание стоп — тоже ошибка)

/// этап

Построение — в круге, лицом к центру. Неходкое положение: расставить ноги на ширину плеч, несколько наклонить туловище вперед, согнуть рук» в локтях, так чтобы предплечья были горизонтальны, кисти почти сжаты в кулаки. Техника исполнения. Стоя на месте, делать руками движения, как во время бега. Правая рука при взмахе вперед двигается не только вперед, но и чуть влево, а левая — вперед и чуть вправо. В локтевых суставах движений нет. Музыкальное сопровождение — тот же марш в темпе 120—130.

Методические указания. Добиться свободных, ритмичных качаний рук и только в плечевых суставах. Надо рассказать, что в беге, при наклоне тело как бы ложится на воздушную подушку, возникающую при активном движении вперед. Шея должна быть продолжением позвоночника. Голову нельзя наклонять вниз или закидывать назад: это мешает дыханию и некрасиво.

IV этап

Надо дать пробежку длительностью до одной минуты, требуя верной техники тренировочного бега. Следить за правильной постановкой стоп. Можно разрешить учащимся наклонить голову, чтобы они сами последили за ногами.

Методические указания. Процесс освоения техники бега продолжителен и распространяется на несколько уроков. Если в помещении скользкий пол, а у учеников обувь на кожаной подошве, следует учить технике бега на носках, с последующим переходом на весь след и отталкиванием носком. Эта техника значительно сложнее бега с пятки на носок.

V этап

Надо рассказать, что при тренировке в беге важно освоить технику дыхания: четыре шага — вдох через нос и чуть приоткрытые губы, на четыре шага — выдох через рот. Надо продемонстрировать технику такого дыхания в беге на месте. Указать, что изменение темпа бега не должно изменять ритма дыхания, он должен остаться тем же, но только увеличится или уменьшится скорость вдоха и выдоха.

Методические указания. Пользуясь упражнениями в беге, преподаватель должен постоянно напоминать учащимся о правильном ритмичном дыхании. Бег в уроке — не только средство тренажа сердечно-сосудистого аппарата и дыхания, но и средство повышения эмоционального тонуса. Бег может быть дав как в начале урока, так и в конце.

Дыхание. После того, как удалось наладить верную технику тренировочного бега и дыхания, упражнения в беге становятся средством тренировки дыхания, необходимого для сценической речи.

На уроках по движению из всего многообразия задач, которые стоят при воспитании дыхания для сценической речи, выполняется только одна: воспитание такого дыхания, при котором можно было бы произносить отдельные слова, фразы и даже монологи непосредственно после большой физической нагрузки или во время интенсивного движения. Естественно, что в этом случае обязательно тренируются дыхательные мышцы. Совершенно необходимо, чтобы эти упражнения контролировались педагогом по речи. Если нет возможности наладить такой контроль, а сам преподаватель по движению далек от техники формирования дыхания у актера, лучше эту серию упражнений не выполнять и ограничиться обычными упражнениями на развитие дыхательного аппарата.

Система тренировки дыхания применительно к сценической речи сводится к двум способам подготовки:

Первый состоит в том, чтобы создать нагрузку, резко повышающую деятельность сердечно-сосудистого и дыхательного аппарата для последующего произнесения отдельных слов или логических текстов.

Второй состоит в том, чтобы произносить подобные тексты во время выполнения активных движений. Естественно, что применение второго способа тренировки допустимо только после первого, который должен создать устойчивую форму верного сценического дыхания.

У п р. № 111. Бег и произнесение цифр.

Построение — в круге, колонна по одному. Техника исполнения. Пробежка в течение 30—40 секунд в темпе 120—130. Затем постепенно замедляющаяся ходьба и, наконец, остановка. Длительность ходьбы не должна превышать длительности бега. После остановки — поворот лицом в круг и произнесение отдельных цифр: «один, два, три» (вдох), «четыре, пять, шесть» (вдох), «семь, восемь, девять» (вдох), и так далее, до тех пор, пока дыхание не придет к норме, а звучание не станет ровным и спокойным. Музыкальное сопровождение должно быть только аккомпанирующего типа, в размере 4/4, аккордами, обязательно в четвертях.

Методические указания. Перед началом упражнения надо практически ознакомить учеников с содержанием упражнения, рассказать о том, как и какой текст придется говорить, показать, как это будет выполняться. Надо указать, что выдох делается во время произнесения слов, а вдох — в течение паузы на каждой четверти музыкального такта.

Когда упражнение выполняется в первый раз, педагог должен жестами рук и устными указаниями постепенно замедлять темп исполнения, добиваться тихого, но опорного звучания, заставить учащихся перейти на шепот, а затем снова говорить в полный голос.

Эти методические указания являются основными для всех последующих упражнений темы.

У п р. № 112. Бег и произнесение цифр (второй вариант).

Это упражнение выполняется так же, как и в первом варианте, но нет замедляющейся ходьбы после бега. Пробежав положенное время следует остановиться и сразу читать текст.

Методические указания. Переход на эту форму упражнений допустим после выполнения первого варианта не менее 4—5 раз. Говорить текст (даже такой примитивный, как простой счет), не успокоившись после бега, невозможно, если во время бега не было правильного дыхания. При нарушении ритма дыхания упражнение пользы не принесет, более того, оно мажет повредить, т. х. одышка помешает верно опирать звук на дыхание.

У п p. № 113. Бег и чтение логического текста.

Построение, длительность пробежки, музыкальное сопровождение — те же, что в предыдущем упражнении. Техника исполнения. Остановившись, группа поворачивается лицом к центру круга и произносит: «Дважды один два, дважды два — четыре, дважды три — шесть и т. д. Если ученики сами не будут делать паузу в четвертой доле каждого такта, их следует остановить, указать на ошибку и предложить выполнить упражнение второй раз, начиная с пробежки.

Методические указания. Объяснить, что можно брать дыхание во время логической паузы в тексте; дыхание правильно, если вдох был быстрым и не перегруженным; только при естественном наполнении легких звучание будет хорошим. Рассказать о значении придыхания и показать, как оно выполняется. Если педагог по движению не может этого сделать сам, необходимо пригласить на уроки преподавателя сценической речи.

Упр. Ка 114. Бег и чтение логического текста (второй вариант).

Все то же, что в предыдущем упражнении, но текст таблицы читать на «пять» или «шесть»: фразы будут в четыре слова и ученикам придется пользоваться только лридыханием.

Методические указания. Надо читать текст в темпо-ритме бега, сразу после остановки. Произнеся две-три фразы, начать постепенно замедлять чтение; при этом педагог должен все время напоминать о дыхании, о необходимости постепенно убавлять силу звука, перейти на шепот, а затем снова читать в голос, ло в сбычном темпе и с обычной силой звучания.

Заключительные упражнения. В каждом уроке заключительные упражнения могут иметь несколько повышенную нагрузку и потому представляют собой комбинацию из бега, небольших прыжков и ползаний. Есть небольшая группа упражнений, объединенных названием «Декорация» и ставящая своей целью не только повысить уровень нагрузки, но и ознакомить с нужным сценическим навыком. Перед тем, как студенты выполнят эти упражнения, следует рассказать, что на сцене есть предметы, «озле которых можно играть, но прикасаться к которым нельзя. Это кулисы и все то, что написано на холсте — деревья, кусты, колонны и т. п. Естественно, что прикосновение к такому предмету мгновенно уничтожит сценический эффект, создаваемый написанной декорацией. Необходимо быть настолько ловким, чтобы, двигаясь возле такого предмета, не задевать его. Это требует верного распределения тела в пространстве, быстрой реакции и главное — внимания.

Упр. № 115. ^Декорацию.

Первый вариант. Построение группы — в колонне по два, но так, чтобы в каждой паре один стал за другим. Рассказать, что первый будет изображать «декорацию», к которой нельзя прикасаться. Второй — играющего возле нее актера. Техника исполнения. Все пары идут по кругу семь шагов, на восьмой доле двутакта все останавливаются. Первый должен быть неподвижен, второй обегает вокруг первого полтора круга и становится впереди. Затем они меняются ролями. Тренируются в этом простом упражнении, постепенно повышая темп бега.

Второй вариант. Надо выполнять то же, что в первом варианте, но обегать вокруг декорации следует два с половиной круга. Это трудно, если первый номер не помогает второму тем, что отодвигается в противоположные стороны. Для удачного выполнения обегающий должен присесть и этим уменьшить инерцию, развивающуюся при движении по кругу. Это упражнение весьма активно действует на дыхательную и сердечно-сосудистую систему.

Третий вариант. Все то же, что во втором варианте, но «декорация» — теперь из сказки, она передвигается по кругу вперед. Ее следует обегать сначала полтора круга, а затем два с половиной —и не задевать. Это еще более трудное упражнение.

Четвертый вариант. Первый номер изображает статую, и принимает позы. Это новое затруднение, так как позы статуи потребуют специальных движений.

Пятый вариант. Передний останавливается в позе — ноги врозь. Второй за восемь четвертей должен проползти у него между ногами, обежать вокруг левой ноги и снова проползти (рис. 91). Затем все идут семь шагов вперед, и все начинается сначала.

Шестой вариант. То же, что в V варианте, но надо проползти между ног, обежать вокруг левой, снова проползти, обежать вокруг правой ноги стоящего и снова проползти, выполняя это за то же время, т.е. за восемь четвертей. Это очень трудное по скорости, ловкости и нагрузке упражнение.

Методические указания. После каждого такого упражнения дается мерный бег 30—40 секунд, а затем дыхательные — в виде произнесения отдельных слов или логического текста.

Рис. 91.

Общие указания к упражнениям темы «сбег и дыхание». По мере освоения техники правильного дыхания и его тренированности следует увеличивать длительность пробежки до 60—80 секунд, а в дальнейшем несколько повышать общий темп бега.

Для усиления физиологической нагрузки следует постепенно включать в бег поскоки различного вида.

Упражнения этой темы вводятся с первого урока, и продолжают ими заниматься в течение всего учебного периода. Они должны обязательно подготовить верное дыхание ко времени, когда в уроки начнут включаться упражнения на развитие рече-двигательных и тем более вокально-двигательных координации, т.е. к третьему месяцу обучения. В последнем семестре тренировку дыхания продолжают в упражнениях на развитие навыка рсче- и вокально-двигательных координации, но дают их после упражнений, активно действующих на организм.

Глава двадцать вторая СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ОСАНКИ И ПОХОДКИ

Совершенствование пластических навыков начинается с исправления ошибок в осанке и походке. Эти упражнения применяются в течение всего периода обучения. Педагог должен рассказать, что типичные ошибки в этих навыках часто возникают в процессе роста и развития человека и потому трудно поддаются исправлению.

Для того, чтобы исправить ошибки, их надо знать. Поэтому необходимо перед началом практического выполнения упражнений рассказать и показать наиболее типичные отклонения в осанке и походке (рис. 92). Затем нужно дать группе упражнение, в котором есть ходьба, просмотреть каждого ученика в отдельности и сообщить об имеющихся у него недостатках в походке и осанке (рис. 93).

Следует отметить, что если упражнениями на исправление осанки и походки заниматься только на уроках, то это не даст полного эффекта: ученик не исправит своих ошибок, но лишь получит верное ощущение правильной осанки тела и правильных движений в походке. На уроках создается только эталон качества этих навыков. Поэтому необходимо, чтобы ученик почти беспрерывно наблюдал за собой — только это поможет получить желаемый результат. Практика показала, что при соответствующем внимании к своей осанке и походке ученики, имеющие недостатки в этих навыках, избавляются от них с большим успехом.

Упр. Л° 116. Изучение правильной походки и осанки. I этап

Построение — стайкой. Рассказать, что такое построение необходимо при размещении «сценической толпы». Девять человек, стоящие в равнении по фронту и в затылок, из зала выглядят как три человека. Шесть человек в построении стайкой могут создать впечатление массы. Исходное положение: руки на пояс. Каждый ученик должен поставить ноги на одну прямую линию так, чтобы пятка правой ноги стояла перед носком левой. Затем следует развернуть носки в стороны, примерно па 15—20 градусов и перенести вес тела на правую ногу (рис. 94). При этом положении левая нога окажется на иоскс и ею удобно сделать первый шаг. Техника исполнения. Опустить голову так, чтобы можно было видеть поста» поги. Идти вперед, причем пятки ставить по одной прямой линии, а носки слегка в стороны. Когда группа подойдет к противоположной стороне зала, командовать, «назад!», и ученики, не поворачиваясь, начинают движение в обратном направлении. Музыкальное сопровождениеДля всех этих упражнений играется марш., четкий, ударный, в темпе 60. Каждый шаг исполняется за одну четверть.

Методические указания. Надо добиться точной постановки ног на пол. При подаче команды «назад!» почти всегда кто-то в группе повернется кругом. Эта ошибка дает повод объяснить, что актер на сцене должен ориентироваться только от своего тела. Если он стоит лицом к заднику и режиссер скажет ему, что надо идти вперед., он пойдет к заднику; если же он стоит лицом к рампе, то при подобном предложении он пойдет к зрительному залу. То же самое относительно движения вправо и влево. Умение верно выполнить просьбу подобного рода очень важно на киносъемках. Следует рассказать также, что ошибки в ходьбе вперед исправляются

с трудом, а ходьба назад почти сразу выполняется правильно. Это объясняется тем, что в жизни люди обычно назад не ходят и этот навык, приобретаемый на уроках, сразу исполняется верно.

// этап

Построения, исходное положение и музыкальное сопровождение те же, что и в I этапе. В походке уже не следует смотреть на ноги, голова должна быть поднята, а верная постановка ног регулируется и контролируется только мышечными ощущениями. Если у кого-либо все же будут ошибки в движениях ног, эти движения придется вновь контролировать зрительно и поднять голову только после того, как будет освоен верный навык. Затем, не контролируя ходьбу зрительно, надо предложить идти в половинах, но обязательно непрерывно, то есть без остановок и толчков. Тело должно как бы скользить в пространстве. Те же требования следует выполнять и в ходьбе назад.

/// этап

В этом этапе ходьба выполняется в целых нотах (в четырехдольном такте). Надо добиваться полной непрерывности движений; это очень трудно. Это упражнение является тренажем в непрерывности движений. На медленном темпе можно проанализировать все элементы походки. Нога должна коснуться пола каблуком, затем, последовательно перекатываясь, она обопрется на стопу, а затем на полупальцы (рис. 95). В этом положении она возможно дольше отталкивается от пола благодаря полному вытягиванию голеностопного сустава, при этом отталкивании большой палец должен опираться в пол до начала нового шага другой ногой При правильном отталкивании колено будет совершенно вытягиваться (рис. 96). Если колено опорной ноги также будет прямым, то походка приобретает нужную легкость и стройность — полетность. Надо обязательно показать такую походку. После выполненного полного отталкивания эта нога, слегка сгибаясь в колене, выносится вперед для следующего шага, который также начинается с пятки. Это взаимодействие частей ног может быть понято учениками, прочувствовано я освоено только на таком медленном темпе, когда шаг выполняется в пределах четырех четвертей такта. Когда техника освоена, упражнение выполняется снова в половинах, но уже с соблюдением всех освоенных элементов.

Методические указания. Необходимо, чтобы педагоги всегда и настойчиво требовали от учеников правильной походки не только на уроках, но и в жизни.

IV a man

1 На этом этапе осваивается ощущение правильной осанки тела. Надо вновь рассказать о правильной осанке и показать ее (рис. 97). Наиболее легко верная осанка осваивается тогда, когда руки учеников находятся за спиной, па уровне поясницы и одна рука подхватывает другую. Такое положение рук обязательно выпрямит спину, поднимет голову и напряжет келени ног (рис. 98). Тренировка в правильной осанке может исполняться только во время ходьбы и в позах сидя. Надо повторять II и Ml этапы этого упражнения, обращая внимание на верное положение тела. Одновременно есть возможность добиваться непрерывного движения вперед (или назад). Следует рассказать и показать, что перенос ноги из

крайне заднего положения в начало следующего шага должен происходить только, между четвертой четвертью предыдущего такта и первой последующего.

Методические указания. Для наглядности этого требования педагог должен сам пройти неверно, т.е. так, чтобы нога, окончившая движение отталкивания в первой четверти, сразу же выносилась вперед, но растягивала этот вынос в течение последующих трех четвертей. При такой технике придется стоять на одной ноге в течение трех четвертей — эта ходьба напоминает походку птицы. Объяснить, что людям такое положение тела не свойственно, что надо, наоборот, возможно дольше отталкиваться ногой от пола: это создает опору на обе ноги, а не на одну. Предлагать снова и снова ходить в половинах и целых нотах, упорнс \* добиваясь наплывпссти движений, своевременного переноса шагающей ноги., правильно поднятой головы, подтянутого туловища и вытянутых в коленях ног.

Упр. № 117. Бытовая походка с различными положениями рук.

Построение — стайкой. Типичны следующие положения рук: у мужчин \_ скрещенные на груди, за туловищем в опущенные вниз; у женщин — сложенные под грудью и опущенные вниз. Эти бытовые положения не требуют описания. Когда руки опущены вниз, необходимо, чтобы были свободны плечи, предплечья, кисти и пальцы; ладони должны быть повернуты к бедрам. Музыкальное сопровождение. Импровизация в размере 4/4, медленная, с акцентами на первой и третьей четвертях. Ходьба выполняется в половинах. Техника исполнения. Когда группа подойдет к концу зала, преподаватель останавливает движение и объясняет, что по команде «правый поворот» (или левый) надо повернуться на 180 градусов примерно за четыре шага по дуге вправо (или влево) и продолжать движение вперед, направляясь к месту, откуда была начата ходьба. Когда группа подойдет к противоположной стороне зала, преподаватель опять дает команду повернуться. Выполняя поворот, ученики меняют положение рук по команде «руки на грудь», «руки, за спину» или «руки вниз». Когда руки опущены, они должны покачиваться в ритме шагов. Часто руки закрепощаются — ладонь сжата в кулак или, наоборот, напряженно вытянуты пальцы. Надо подать команду «освободить руки». По этой команде ученики должны небольшим, быстрым движением в плечевых суставах, приподнять руки и свободно бросить их вниз. Надо как бы встряхнуть руки.

Это контрольное движение позволяет ученикам не только почувствовать зажатость мышц рук и туловища, но и избавиться от нее. Все это следует предварительно объяснить и показать, как делаются подобные движения. Есть смысл проделать упражнение на встряхивание рук стоя на месте. Во время упражнений в ходьбе можно, заметив ученика с зажатыми руками, подойти к нему сзади и небольшим, но достаточно сильным и быстрым движением приподнять под локти его руки в стороны и сразу отпустить. Если руки ученика упадут как плети, это указывает на наступившее ослабление мускулатуры. Если такой прием не поможет, нужно требовать повторных встряхиваний и ослаблений. Затем следует рассказать и показать правильное положение туловища при ходьбе. Как показала практика, «летящая походка» состоит в том, чтобы стремление к движению вперед осуществлялось той частью туловища, которая является границей между животом и грудью. При этом голова и плечи чуть-чуть откинуты, но так, чтобы не выдвигать вперед таз. Надо показать, что если наклонить вперед плечи и голову, то получится «падающая» походка; если же выставить таз, то получится ходьба животом вперед. Оба положения некрасивы. Правильная осанка создает впечатление легкости, иаплывности, стремления вперед.

Методические указания. После освоения этой техники следует приступить к тренировке: постепенно убыстрять и замедлять темп движений, а затем останавливаться по музыкальному сигналу. Необходимо сказать, что при медленных темпах руки должны быть на груди или за спиной, при быстрых они должны быть опущены вниз и плавно качаться в ритме шагов. При движении правой ногой левая рука должна двинуться вперед, а правая — назад. Если же у ученика одновременно движется вперед правая рука и нога или левая нога и рука, нужно остановить ходьбу и попросить его рассказать, как сочетаются в походке движения рук и ног, а затем предложить ему сознательно двинуть вперед левую руку в момент, когда пойдет правая нога. Если этот совет не поможет, следует предложить вообще не махать руками, о них не думать, но не затягивать мышцы: руки сами начнут выполнять естественно правильные движения.

В пределах одного урока совершенствованием осанки и походки надо заниматься от 12 до 15 минут.

Упр. № 118. Бытовая походка с выполнением дополнительного задания.

Первый вариант. Построение—стайкой. Исходное положение — свободная стойка, впереди левая нога. Объяснить, что после того, как начнется ходьба, им надо сосчитать количество стульев или каких-нибудь других предметов, находящихся у противопеложной стороны зала. Например, можно предложить подсчитать количество клеток в оконных переплетах или количество присутствующих на уроке зрителей. Техника исполнения — схема ходьбы соответствует предыдущему упражнению.

Методические указания. Требовать верной осанки и походки, а также точного подсчета предметов: первое заставит учеников контролировать свои движения, а второе — сосредоточить внимание на другом объекте. Так па практике ученики убеждаются в возможности совершенствовать осанку и походку, совмещая это с другим заданием.

Второй вариант. Построение и техника упражнения тс же, что в предыдущем. Предложить сосчитать количество предметов, находящихся в помещении:

гимнастические снаряды, стулья, столы и т. п. При выполнении этого задания каждый может ходить не только вперед и назад, но передвигаться в любом направлении. На выполнение задания дается 30—60 секунд (в зависимости от количества предметов). По истечении времени преподаватель должен остановить группу и спросить о количестве предметов. Получив ответ, в котором возможны разные количества, следует указать, что арифметически точная цифра не столь уж важна; гораздо ценнее то, что ученики еще раз убедились в возможности, только контролируя качество осанки и походки, выполнять в то же время сознательную работу. Одно задание требует целенаправленного внимания, другое — только контролирования, т. к. движения стали почти привычными. Правильный навык в осанке и походке должен стать привычкой, потребностью — а это возможно, когда движения станут автоматическими.

Упр. № 119. Бытовая походка со сменой скорости, движения. Предложить пианисту импровизировать рисунок

в темпе 60. Техника исполнения. Идти вперед в этом ритмическом рисунке, сохраняя правильную осанку и походку. Затем идти назад, потом поворотом по дуге вправо и влево. Все изменения направления движения исполняются по команде преподавателя. Далее надо предложить самостоятельно выполнить эти движения (вперед, назад, направо, налево, прямолинейно и по дугам), соблюдая ритмический рисунок. В заключение следует дать затруднение: в первом такте двигаться непрерывно, во втором — на половинах передвигаться только на первой и третьей четвертях, а на второй и четвертой останавливаться. Эти затруднения потребуют более активно контролировать ходьбу. При удачном выполнении этого задания предложить пианисту менять темп в пределах 60—40—80. Переходы от одной скорости к другой должны быть постепенными.

Методические указания. Преподаватель должен исправлять ошибки в рисунке ходьбы, в походке и осанке.

Упр. № 120. Бытовая походка и наблюдение за присутствующими.

Построение, техника движений и музыкальное сопровождение — те же, что и в предыдущем упражнении. Каждый ученик должен выбрать себе объект длл наблюдения из числа присутствующих. При выполнении ритмической ходьбы это наблюдение должно выполняться так, чтобы тот, за кем наблюдают, этого не замечал. Следует предупредить, что упражнение будет длиться одну минуту. Через минуту надо остановить группу; подойти к одному из учеников, повернуть его спиной к остальным и спросить, за кем он вел наблюдение и что он заметил в этом человеке. Ученик должен назвать имя или фамилию человека, за которым наблюдал, а затем рассказать о тех особенностях в его внешности, которые он увидел.

Методические указания. По количеству деталей и точности описания можно судить о памяти и степени внимательности этого ученика. На уроке нет смысла

опрашивать более одного-двух учеников, поскольку остальные, узнав сущность упражнения, начнут рассматривать свой объект, пользуясь паузой. При повторении этого упражнения в следующем уроке все будут вести наблюдение тщательнее. Кроме того, при повторении упражнения нужно выяснить у присутствующих, не заметил ли кто-нибудь из них наблюдения за собой; если такой факт был, следует уточнить у названного студента, за кем он наблюдал. Подобные вопросы еще более усилят настороженность занимающихся. Упражнения такого плана хорошо» тренируют рассредоточенное внимание, ритмичность и память.

Упр. № 121. Бытовая походка и наблюдение за вымышленными предметами.

Ученики должны представить себе, что они живут в XIX веке, находятся во дворце и ждут выхода некоего лица, пригласившего их. Друг с другом незнакомы. В помещении, где они находятся, прекрасный лепной потолок, паркет красивого рисунка, картины, скульптура. Чтобы чем-то занять себя, присутствующие рассматривают все это, Музыкальное сопровождение и техника исполнения— те же, что и в предыдущем упражнении. Учащиеся в меру своей фантазии должны представить себе дворцовый зал, обстоятельства ожидания и действовать соответствующим образом.

Методические указания. Наблюдая за выполнением упражнения, преподаватель должен отмечать случаи нарушения разритмовки и верной техники походки и осанки, а также ошибки в выполнении сценического задания. В этом упражнении учащиеся, пользуясь опытом, приобретенным на уроках по драматическому искусству, могут, правильно оценив задание и обстоятельства, наблюдать за воображаемыми предметами. Наиболее опасна ошибка, когда у студента нет видений, когда он лишь старается показать, что наблюдает, и делает при этом движения, которые не свойственны людям, действительно рассматривающим реальные предметы: нарочито прищуривается, прикладывает ладонь к глазам, излишне приседает, наклоняется, поворачивает голову и туловище. Надо объяснить студентам сущность процесса наблюдения, т.е. оценивания того, что перед глазами. Но поскольку в данном упражнении нет реальных предметов, то ученик может «увидеть» лишь то, что рождено его фантазией. Движения, появляющиеся как результат внутренних видений, необходимы для осуществления нужных действий и потому будут сценически выразительны.

Процесс внимательного наблюдения почти всегда требует полной статичности, при котерей глаза могут увидеть предмет в его деталях. Движения возникают тогда, когда есть потребность передвинуть точку зрения — ракурс, под которым рассматривается объект, при необходимости приблизиться к нему, чтобы рассмотреть детали, отойти, чтобы оценить его в целом, перейти, чтобы посмотреть сбоку или сзади и т. д. Детально рассматривая объект, ученик останавливается (когда в музыкальном ритмическом рисунке половины), меняя точку зрения, движется (когда в нем — четверти). Ученик должен своим логическим поведением оправдывать движения с чередующимися остановками. В таком исполнении — это упражнение на оправдание динамики и статики. Это уже этюд, в котором есть вымышленные обстоятельства. Здесь ученики, наряду с совершенствованием психофизических качеств, осваивают верную природу пластического поведения, в котором все движения должны быть лэгичны и целенаправленны, без «мусора», что и создает физическую выразительность исполнителя.

Упр. № 122. «Гамлет "

Название подсказано возможным совпадением действия в упражнении с ситуацией, которая могла бы быть при встрече Гамлета с тенью Отца.

Действие в заключительном этапе упражнения при исполнении его под специально написанную музыку почти всегда непроизвольна вызывает у учеников нужную эмоциональную окраску движений. Главное в упражнении — переход от формальной техники к сценическому действию. Этому помогает и название. В упражнении основное время отводится на изучение техники дробных действий, однако вначале следует освоить движения, из которых образуются дробные действия. Упражнение состоит из шести последовательных этапов.

/ этап

Построение — стайкой. Пианист исполняет отрывок (приложение № 2) несколько раз подряд. Надо объяснить, что отрывок написан в размере в/4. Ударными являются первая, третья и пятая четверти. Слушая отрывок, ученики должны считать вслух четверти, сопровождая счет хлопками так, чтобы хлопки совпадали с первой, третьей и пятой четвертями. Затем надо предложить идти вперед, а потом назад, двигаясь непрерывно, но только на ударные четверти, т.е. в половинах.

// этап

Пианист исполняет другой отрывок (приложение № 3) несколько раз подряд. Надо рассказать, что и этот отрывок написан в размере 6/4, но ударными в нем являются первая и четвертая четверти. Учащиеся, слушая музыку и считая вслух, должны отбивать хлопками первую и четвертую четверти. Затем предложить идти вперед, а петом назад так, чтобы шаги соответствовали первой и четвертой доле. На второй, третьей, пятой и шестой долях должна быть полная остановка.

Методические указания. Учащиеся легко выполняют первый этап этого упражнения. При выполнении второго этапа правильный навык непрерывной ходьбы затрудняет полную остановку. У учеников перестают передвигаться ноги, но туловище непроизвольно продолжает двигаться вперед. Нужно избавиться от небольших наклонов, покачиваний и т. п. Преподаватель подает команды: «Я вас заморозил», «Вы окаменели», «Держите позу» и т. п. в момент, когда ученики выполняют очередной шаг. Непроизвольные движения, как правило, незамечаемые, уничтожают эффект позы. Полная статика — яркое выразительное средство, если поза логически вынуждена обстоятельствами. Надо напомнить, насколько выразительна кошка, собирающаяся броситься на жертву. Полезно, если преподаватель придумает и сыграет простой этюд, в котором по действию должна возникать пауза в движении. Тогда ученики верно выполняют затормаживание движений. Но при этом может возникнуть такая ошибка: ученики будут запаздывать в выполнении следующего шага. Надо разъяснить им: чтобы своевременно включиться в движение, необходимо мгновенно подготовить мускулатуру для следующего шага. Надо подсказать, что подготавливаться к торможению и включению в движение следует чуть раньше, чем начнется движение или его затормаживание. Умелая смена динамики и статики — важный элемент в пластической культуре актера.

ученики должны сами найти жесты, которыми принц обращается к тени отца и хватается за кинжал; при этом левая рука придерживает ножны. Вытаскивать кинжал из ножен не следует. Жест просьбы начинается в момент, когда принц опускается на колено. Кульминация жеста, т.е. напряженное вытягивание рук, кистей и пальцев (а только так может быть выполнена настойчивая просьба), должна совпасть с прикосновением колена к полу. Затем по резкому сигналу музыки вместе с поворотом руки мгновенно хватаются за кинжал. Убедившись, что опасности нет, принц медленно встает, опуская руки.

Методические указания. Заключительный этап ответственен тем, что в нем есть элементы драматического искусства. Руки актера должны выразить основную сущность действия; просьбу, затем готовность оказать сопротивление и жест успокоения, когда принц понял, что опасности нет.

Для тренировки скорости реакции надо попросить пианиста не играть второй сигнал. Раз нет сигнала — значит, нет и опасности, принца ничто не настораживает; студенты должны учесть изменение внешних обстоятельств и не «хвататься за кинжал». К концу третьего такта преподаватель подсказывает: «Видение пропало», и тогда принц медленно поднимается. Если же при отсутствии сигнала некоторые ученики все же сделают поворот, необходимо тотчас отметить эту ошибку: ученик был либо невнимателен, либо у него уже появился штамп физического поведения. Затем надо предложить пианисту исполнить отрывок четыре раза подряд, и ему предоставляется право играть второй сигнал или не играть его. Ни ученики, ни педагог не знают, как будет исполняться отрывок — это потребует особой сосредоточенности и внимательности. В зависимости от характера исполнения музыкального отрывка, студенты будут делать тот или иной вариант этюда.

Полностью это упражнение разучивают в течение четырех-пяти уроков при условии, что каждый раз им занимаются не менее 10—12 минут.

Пианист должен, исполнив первый раз отрывок с установленными акцентами, потом давать необходимые акценты, когда хочет, но соблюдая логику отрывка. Он может не играть первый сигнал во втором такте, продолжая акцентировать на первой, третьей и пятой долях — это заставит учащихся идти вперед, так как нет повода для поворота. Они повернутся только тогда, когда, наконец, появится этот первый сигнал. То же самое — и в отношении второго сигнала. Если ученики смогут без ошибок выполнить под внезапно возникающие сигналы логику этого действия, они явно пластически подготовлены, т.е. уже обладают довольно высоким уровнем сценической двигательной техники, координацией движений и скоростью реакции, создающими нужные и верные приспособления.

Глава двадцать тр.етья

СПЕЦИАЛЬНОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВНИМАНИЯ И КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ

Упражнения этой группы активно тренируют рассредоточение внимания и координационные способности актера, организуют движения в различных сочетаниях, в установленном пространстве и в постоянных или меняющихся по ходу выполнения темпах.

В этих упражнениях совершенствуется способность создавать представление о нужных движениях и воспроизводить эти движения в темпах, диктуемых музыкальным сопровождением. Цель упражнений — тренировать активное внимание к словесному заданию, способность оценивать его и приучать правильно отбирать необходимые движения. Этот процесс аналогичен поискам нужного поведения в роли. Он требует быстрого осмысления задания, быстрого создания схемы упражнений и точного его исполнения.

Упр. № 123. ^Одновременно асимметричное^.

Первый вариант. Учащиеся должны внимательно выслушать задание и, осмыслив его, представить себе, что именно они должны делать руками. Надо сказать, что преподаватель сознательно не показывает движений, и объяснить, почему.

Построение группы для всех упражнений этой темы — стайкой. Исходное положение — свободная стойка, лицом к преподавателю. Техника исполнения. Задание для правой руки: на счете раз поднять правую руку вперед, ладонь открыта, на два закрыть ладонь (сжать кулак), на три открыть ладонь, на четыре опустить руку вниз. Задание надо повторить четыре раза, для того чтобы запомнить движения. Музыкальное сопровождение — импровизация аккордами, в размере %, четкая, темп 60. Каждый рисунок упражнения выполняется за один такт. Задание для левой руки: на счете раз отвести руку в сторону — кулак сжат; на два кулак открыть; на три кулак открыть и на четыре опустить руку вниз. После четырехкратного исполнения этого рисунка предложить соединить упражнения для правой и левой руки. Обе руки делают свои движения одновременно (рис. 99).

Методические указания. Эти упражнения непривычны и потому трудны. Очень усложняет задание тот факт, что упражнение не было показано предварительно. Но метод объяснения быстро становится привычным, и в дальнейшем ученики верно выполняют технику подобных упражнений.

Если первая попытка выполнить упражнение будет неудачной, его надо снова сделать раздельно. Требовать запоминания рисунков. Делать движения двумя руками надо очень медленно: это дает возможность продумывать каждое последующее сочетание. Если же и теперь будет неудача, надо предложить ученикам рассказать, что делают руки в первом движении, а затем предложить поставить руки в эти положения и спросить, что будут делать руки во втором движении, предложить выполнить это движение и т. д. Проделать рисунок надо два-три раза — тогда сочетания становятся понятными и упражнение выполняется верно. При такой методике ученики осваивают процесс осмысления задания, и приучаются сознательно управлять своими движениями. Следует разъяснить, что и в дальнейших упражнениях внутренние подсказы должны командовать движениями тела, до тех пор пока разучиваемые цепи не станут привычными. Надо объяснить, что руки и ноги, сами по себе, не будут выполнять правильных движений, если аознание не будет подавать верных команд.

Надо рассказать, что все упражнения вообще должны быть понятны ученикам: только в этом случае можно приступать к их выполнению. Когда задание понятно, это побуждает ученика выполнить упражнение. Предложенный путь к созданию техники упражнений в какой-то мере похож на технологию создания физического поведения в репетиционном процессе.

Если группа легко справилась с предложенным упражнением, его надо затруднить: предложить выполнять правой рукой рисунок левой, а левой — рисунок правой. На обдумывание этого задания дать примерно одну минуту. Затем занимающиеся должны выполнить обратный рисунок упражнения сразу двумя руками. Музыкальное сопровождение должно быть еще медленнее.

Ошибки во всех упражнениях этой темы следует исправлять только устно. Если ошибок не будет, следует еще более затруднить задание. Так, в первом исполнении правая рука начала движение вперед, а левая в сторону; а при повторении надо сделать наоборот. В дальнейшем менять рисунок нужно при каждом новом исполнении. Это доступно только сильной группе. Темп должен быть очень медленным. Приемами такого усложнения можно пользоваться во всех последующих упражнениях этой темы.

Упр. № 124. Одновременно противоположное.

а) Правая рука вперед, вверх, в сторону, вниз. Выполнить четыре раза; б) Левая рука в сторону, вверх, вперед, вниз. Сделать четыре раза; в) Соединить рисунки упражнений а и б (рис. 100).

Методические указания. Сказать, что, во-первых, надо запоминать движения в тот момент, когда объясняют их технику, а во-вторых, что, делая упражнение в первый раз, актер создает его схему, во второй — уточняет технику, в третий -— репетирует и лишь в четвертый раз — свободно исполняет.

Как и в предыдущем упражнении, для затруднения следует предложить обратное исполнение; правая рука — по рисунку левой, левая — по рисунку правой. Затем предложить менять рисунок в каждом новом повторении. Этот последний этап требует еще большей сосредоточенности. После того, как движения рук стали правильными, следует включить в упражнение ходьбу вперед и назад в четвертях музыкального сопровождения. Ходьба назад является большим затруднением, поскольку она непривычна. Если все компоненты затруднений использованы, надо просить пианиста менять темп по ходу выполнения упражнения. В этом случае следует добиваться точнейшего совпадения движений с музыкой. Наконец, следует ввести фактор ограниченного пространства, т.е. предложить пройти от одного конца помещения до другого за четыре повторения упражнения, или за восемь, двенадцать, шестнадцать, а может быть, и за три и даже за два. Меняя задания такого плана, педагог включает еще один объект для внимания — расчет амплитуды шагов.

Все эти затруднения можно давать и в последующих упражнениях. Однако с затруднениями не нужно слишком торопиться: излишествами можно мгновенно уничтожить всю цепь упражнения, сбить внимание и утомить учеников.

Упр. № 125. Одновременно противоположное (второй вариант).

а) Правая рука вперед, перед грудью (согнуть локоть), в сторону, вниз. Повторить четыре раза; б) Левая рука в сторону, вверх, перед грудью, вниз. Повторить четыре раза; в) Соединить упражнения а и б. Ходьбу надо выполнять более медленно, чем движения рук. Выполнять шаги следует в половинках, сначала вперед, затем назад.

Методические указания. В этом и последующих упражнениях ходьбу надо включать после того, как движения рук стали точными по направлениям и ритмически совпадающими с музыкой, даже при обратном исполнении. Включение ходьбы полезно, так как благодаря этому усиливается тренаж рассредоточенного внимания — способности действовать одновременно в разных темпо-ритмах, менять направление движения по соответствующей команде педагога, который, таким образом, оказывается своеобразным партнером и на его реплику следует реагировать.

Упр. № 126. Одновременно противоположное (третий вариант).

а) Правая рука в сторону, за голову, в сторону, вниз; б) Левая рука вперед, перед грудью, вперед, вниз. Надо выполнить рисунки каждой рукой по четыре раза отдельно, затем соединить их. Добиваться точного и свободного исполнения. Затруднять известными способами.

Упр. № 127. Одновременно асимметричное (четвертый вариант)

а) Правая рука в сторону, кулак сжать; перед грудью, кулак открыть; в сторону, кулак сжать; вниз, кулак открыть; б) Левая рука вперед, ладонь открыта и направлена вниз; в сторону и ладонь вверх; за и лозу; вниз. Выполнить рисунки по четыре раза порознь, затем соединить их.

Упр. № 128. Одновременно асимметричное (пятый вариант)

а) Правая рука вперед, в сторону, кулак сжат и ладонь вверх; рука вверх — кулак открыть и пальцы развести в стороны, вниз; б) Левая рука вперед — ладонь вниз и пальцы в стороны; в сторону — ладонь вверх — кулак сжать; за голову; вниз. Соединить движения обеих рук.

Методические указания. Эти три упражнения значительно труднее, чем описанные выше. Смена рисунков в каждом последующем повторении очень трудна. Дополнение же в виде ходьбы вперед и назад, если она по темпу медленнее, чем движения рук, создает труднейшее упражнение.

Упр. № 129. Разностороннее и с разным количеством движений.

а) Правая рука вперед, пауза, перед грудью, вниз; б) Левая рука в сторону, перед грудью, пауза, вниз. Сделать по четыре раза каждой рукой, а затем соединить эти движения. Затруднять ходьбой вперед и назад в половинах.

Упр. № 130. Разностороннее и с разным количеством движений (второй вариант).

а) Правая рука в сторону, перед грудью, пауза, вниз; б) Левая рука в сторону, пауза, за голову, вниз. Выполнить оба упражнения по четыре раза, затем соединить движения рук. Затруднить ходьбой.

Упр? № 131. Разностороннее и с разным количеством движений (третий вариант).

а) Правая рука в сторону, вверх, вперед, вниз; б) Левая рука в сторону, пауза, вниз, пауза. Выполнить по четыре раза и соединить движения обеих рук. Затруднить ходьбой.

Методические указания. Ассортимент подобных упражнений, более легких или сложных, может быть бесконечно велик и не представляет трудностей в создании, но едва ли есть смысл давать излишне большое количество их, поскольку воздействие подобных упражнений на организм носит подготовительный характер, в то время как основная задача раздела — совершенствование координации у ак-ггера — значительно сложнее и состоит в том, чтобы приучить одновременно и последовательно двигаться в возможно более разнообразных темпо-ритмах; для этого в упражнения вводятся логические тексты, простые песни и чтение стихов. Благодаря этим компонентам упражнения помогают создавать рече-дви-гательные и вокально-двигательные координации, т.е. основной сценический навык в профессии драматического и музыкального актера.

Первое исполнение этих упражнений всегда сопровождается мышечными зажимами. В процессе тренировок ученики постепенно и непроизвольно избавляются от них. При зажиме невозможно внезапно изменить направление движения, убыстрить его или замедлить.

Технологические упражнения крайне важны ученикам, почти лишенным восприятия музыкальных ритмов. При размещении стайкой этих учеников нужно ставить позади тех, у которых ритмические восприятия нормальны, тогда им будет помогать и зрительный анализатор. Как показали наблюдения, благодаря этим

упражнениям хороших результатов в координации движений добиваются даже те ученики, которые прежде плохо чувствовали музыкальный ритм.

Ученики, стоящие впереди, не видят, что делают товарища, и создают цепи нужных движений самостоятельно. В результате они оказываются лучше тренированными. Для того, чтобы всех поставить в такое затруднительное положение, есть смысл построить группу в круг — лицом наружу. При включении в эти упражнения ходьбы группу следует построить на середине зала парами так, чтобы в парах ученики стояли спиной друг к другу. Приучив студентов самостоятельно решать задания, следует перейти к построению стайкой, что сценичнее, так как приучает к созданию сценической толпы. Современным людям, привычным к строю, участию в демонстрациях построение в виде кажущегося беспорядка всегда затруднительно. Ученики непроизвольно выравниваются по фронту и в глубину, что противоречит заветам К. С. Станиславского, убеждавшего в необходимости «лепить тело в пространстве сцены» по законам размещения человеческой толпы. Это тоже сценический навык.

Выполнение упражнений по словесному заданию и верное размещение в пространстве требуют от учеников, во-первых, сосредоточенного и многоплоскостного внимания и, во-вторых, большой настойчивости в выполнении техники предлагаемых упражнений.

Глава двадцать четвертая

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ РЕЧЕ-ДВИГАТЕЛЬНЫХ КООРДИНАЦИИ

Поведение актера в роли можно рассматривать как обусловленную сценической ситуацией взаимосвязь и взаимодействие движений тела с речью.

В сценической ситуации актеру приходится выполнять вымышленные действия на ограниченном пространстве и в определенных темпах. Эти условности, поневоле загружая сознание, мешают ему отдаться «истине страстей и правдоподобию чувств».

Упражнения, предлагаемые в данной главе., готовят у учеников способность максимально скоро доводить заданные движения до полуавтоматического исполнения; они наиболее продуктивно совершенствуют координацию движений, связанных с функцией речевого аппарата, в одинаковых, разных и меняющихся темпо-ритмах и, кроме того, освобождают учеников от мышечных зажимов, часто непроизвольно возникающих при исполнении новых действий.

Когда упражнения сопровождаются речью или пением, это быстро снимает мышечные перенапряжения, поскольку при зажиме человек свободно говорить (и тем более петь) не может.

Осмысленное произнесение заданных слов, логических текстов и тем более стихов настолько загружает сознание актера, что он поневоле начинает двигаться полуавтоматически. Полуавтоматическое выполнение движений при мышечных зажимах также невозможно, поскольку противоречит природе человека. Поэтому, если ученик правильно выполняет заданные движения и одновременно верно произносит логический текст, а тем более художественно читает стихи, педагог может констатировать высокую степень его двигательной пластичности. Такова значимость и огромная польза упражнений, создающих нужнейший для профессии актера навык рече-двигательных координации. И нет необходимости совершенствовать этот навык только на драматургически действенном материале. Наоборот, чем абстрактнее будут схемы движений, тем большее количество вариантов может быть привлечено для всесторонней тренировки этого своеобразного навыка.

В жизни можно наблюдать ситуации, когда человек, выполняя ту или иную работу, говорит о вещах, делах и обстоятельствах, логически никак не связанных с выполняемыми им физическими действиями. Например: мать, приготовляя еду, настойчиво убеждает сына внимательно делать уроки; человек, идущий с работы, рассказывает приятелю содержание кинокартины; женщина, напевая любимую песенку, занимается разными домашними делами.

Отсутствие логических связей между тем, что делает и что в это время говорит человек, встречается неизмеримо чаще, чем обстоятельства, когда они соединены в едином действии.

Отсутствие логических связей между деятельностью речевого аппарата и работой скелетной мускулатуры типично для человека. Именно это обстоятельство подсказало возможность и необходимость тренировать навык рече-двигательных координации, применяя в движениях тела упражнения моторного типа, в основном заимствованные из темы «Координация движений».

Упр. № 132. Воспроизведение различных темпо-ритмических заданий.

Построение в круге. Исходное положение — свободная стойка, руки на пояс. Музыкальное сопровождение — импровизация, аккордами, в размере 4/4, медленная, четкая. Техника исполнения. Сделать три шага вперед, а вместо четвертого шага, стоя на месте, сказать «первый». Далее идти под музыку три шага и на паузе в движении сказать «второй». Так надо выполнять до слова «десятый». Затем следует предложить идти под музыку два шага и, стоя на месте, произнести два слова — «раз, два», снова сделать два шага и, стоя, сказать «три, четыре» и так далее. Если это задание будет удачно выполнено, предложить идти под музыку четыре шага, а когда пианист будет играть второй такт, начать читать стоя на месте, текст таблицы умножения на «два». Должно получаться сочетание на: первую долю такта слово «дважды», на вторую — «два», на третью — «четыре», на четвертой доле — пауза в движении и речи. Далее то же выполняется до конца таблицы. При повторении упражнения следует читать таблицу на «три» или на «четыре». Во фразе «трижды семь — двадцать один» слова совпадут со всеми четырьмя четвертями такта.

Следующий этап этого упражнения: но время исполнения музыкального задания группа, стоя на месте, должна точно уловить темп музыки. Затем аккомпаниатор не играет, зато ученики идут по кругу четыре шага вперед в заданном музыкой темпе, а потом, стоя на месте, в этом же темпе произносят одну строку таблицы умножения. После этого пианист снова играет четыре четверти, но быстрее или медленнее, чем в первый раз, и ученики должны уловить новый темп. В этом темпе они сначала идут четыре шага, а затем, стоя на месте, читают вторую строку таблицы. Так выполняется упражнение до тех пор, пока не будет окончен текст таблицы на данную цифру.

На третьем этапе упражнения выполняется то же задание, только пианист проигрывает четверти в одном и том жетемпе, но сразной силой звучания. Ученики сначала отражают эти изменения музыкального сопровождения шагами, а затем, при чтении текста, передают их силой своего голоса. Заключительный этап упражнения: пианист меняет темп и силу звучания импровизации, а ученики, стоя на месте, в этом темпо-ритме сначала делают четыре шага, а затем произносят строчку текста таблицы умножения. Читать придется тихо и медленно, очень тихо и очень медленно, громко и быстро, очень громко и очень быстро. В дальнейшем могут быть предложены более разнообразные сочетания: быстро, но очень тихо, или очень громко и в то же время очень медленно и т. д. Чем разнообразнее предложения пианиста, тем полезнее упражнение.

Методические указания. На выполнение последнего варианта не следует затрачивать более 3—4 минут в уроке. Упражнение следует давать не более, чем в трех уроках.

Упр. № 133. Воспроизведение различных темпо-ритмических заданий (второй вариант).

Этот вариант воспроизведения темпо-ритмических заданий дается только после того, как полностью освоено предыдущее упражнение. Вместо таблицы умножения нужно читать первые восемь строк из поэмы «Евгений Онегин» в установленном для этого упражнения темпо-ритмическом размещении слов. Такое размещение слов является большим затруднением в упражнении.

Для разучивания условного размещения слов группу следует поставить возле рояля. Музыкальное сопровождение (приложение № 6). Педагог сам читает восемь строк под музыку, с тем чтобы ученики запомнили ритмическое размещение слов.

I четверть II четверть III четверть IV четверть

Мой дядя самых честных правил,

Когда не в шутку занемог, (пауза)

Он уважать себя заставил

И лучше выдумать не мог. (пауза)

Его пример другим наука,

Но боже мой, какая скука

С больным сидеть и день, и ночь,

Не отходя ни шагу прочь! (п а у з а!).

Потом читают ученики. Текст следует повторять до тех пор, пока не будет заучена точная ритмическая форма.

Построение группы — в круге колонна по одному. Техника исполнения та же, что и в предыдущем, но ученики читают первые восемь строк из поэмы в разученном ритмическом размещении слов.

Методические указания. Темпо-ритмические изменения пианист начинает делать только со второго исполнения, и они становятся сигналом к изменению темпо-ритма ходьбы и речи. Поскольку количество слов в строчках различное, ученики должны приспосабливаться к необходимым паузам там, где в строке три слова, и слигованию там, где их больше четырех.

Далее следует приступить к более сложным заданиям этой темы. Все упражнения предыдущего раздела совершенствования координации движений ставят своей задачей соединить движения и речь. Вначале это будет выполнение довольно сложных цепей движений, но с произнесением только отдельных слов, например чисел — в строгой последовательности (только тогда они представляют собою логическую цепь).

Принцип включения такого текста одинаков для всех упражнений на координацию. Так, например: а) Правая рука вперед, вверх, в сторону, вниз; б) Левая рука в сторону, вверх, вперед, вниз. Затем обе руки выполняют этот рисунок одновременно. Включать текст нужно после того, как цепь движений превратилась в полуавтоматизм; тогда освобожденное сознание может заданные слова точно скоординировать по ритму с музыкой и движениями. Например, предлагается четко и громко произносить подряд нечетные цифры. Каждое слово должно совпадать с одним движением рук. Так получится «цепь»: правая рука вперед, левая в сторону и слово «один»; правая и левая руки вверх и слово «три»; правая рука в сторону, левая вперед и слово «пять»; обе руки вниз и слово «семь». И так далее примерно до тридцати трех. Внимание учеников должно быть сосредоточено на осмысленном, точном и четком произнесении в нужный момент нужного слова. Так тренируется верная взаимосвязь между полуавтоматическими движениями и сознательным произнесением слов.

Затем следует дать ходьбу в половинах, но без движений рук, с четким произнесением того же текста, причем числа надо называть в четвертях музыки. Это трудно, так никогда не бывает в жизни. Когда такая форма исполнения станет органичной, надо сложить движения рук с ходьбой и произнесением чисел. Это будет окончательной формой в любом упражнении данной серии. Большое затруднение в упражнении — произнесение чисел в обратном порядке. Задание: первое число «сорок», далее — «тридцать восемь» и т. д. Движения те же.

Упражнения этой серии вводятся со второй половины первого семестра. После четырех занятий следует перейти на сочетание движений с логическими фразами, например с таблицей умножения.

Поскольку в таблице имеются фразы с тремя словами, у занимающихся в речи должны возникать логические паузы, а в движениях — нет. Это большое затруднение. В таблице на «пять» будут фразы и в три и в четыре слова, что потребует дополнительного внимания к паузам, которые иногда будут нужны, а иногда должны отсутствовать. Наиболее трудная форма этих упражнений — чтение таблицы умножения в обратном порядке. Например, выполняя одно из упражнений для рук с ходьбой вперед и назад, ученики должны читать «шестью десять шестьдесят», «шестью девять пятьдесят четыре» и т. д. Подобное затруднение совершенно переключает целенаправленное внимание на сознательное произнесение текста. Хорошее исполнение упражнения такого типа свидетельствует о высоком уровне многоплоскостного внимания, мышечной свободе, координации и о появлении необходимого сценического навыка. При этом нужно добиться, чтобы ученики произносили слова не формально, а так, чтобы присутствующие поняли и поверили, что дважды два действительно четыре, а дважды три — уже шесть. Даже такой неэмоциональный текст, как таблица умножения, должен быть произнесен вдумчиво и убедительно. Этому процессу очень может помочь педагог, который включается в упражнение, иногда соглашаясь с тем, что говорят ученики, а иногда сомневаясь в этом и даже возражая им (для этой цели можно употреблять слова «разве», «как интересно», «сомневаюсь», «что вы говорите» или междометия вроде «ай-ай» и т. п., произнося их с различными оттенками). Это вызывает группу на реальное общение, что крайне полезно. Подобная манера вести урок непривычна большинству преподавателей по движению. В общение с группой рекомендуется включаться постепенно. Надо помнить, что фальшивая интонация, отсутствие веры, наигрыш, допущенные преподавателем, приведут к разрушению общения и могут вызвать соответствующий наигрыш у учеников, тогда как постепенные пробы и вдумчивое включение в этот вид тренажа всегда приводят к верным результатам.

Упр. № 134. Одновременна разнотемповое с текстом.

Это более сложное упражнение, чем предыдущее. Оно длиннее по цепи движений и выполняется в разных темпах. Его следует начинать не ранее четвертого месяца первого семестра. Техника исполнения: а) Правая рука вперед, перед грудью, в сторону, вниз. Задание выполняется в четвертях музыкального сопровождения четыре раза подряд. Музыкальная импровизация в размере 4/4 и обязательно двухтактовая; б) Задание для левой руки: тот же рисунок, что для правой, но выполняется он в два раза медленнее, т.е. в половинах; рука двигается на 1, 3, 5 и 7-й долях двутакта. В четных долях рука неподвижна. Повторить этот рисунок надо два раза, а затем соединить упражнения а «б.

Методические указания. Выполняя движения только правой рукой, надо считать вслух четверти, начиная с первой до восьмой. Это получится сразу. Затем произносить вслух четверти, но двигать только левой рукой и только на нечетные доли. Эти особенности ученики должны точно усвоить. За восемь четвертей правая рука

выполнит рисунок два раза, а левая — только один. При движении обеими руками надо особенно следить за левой: для нее задание сложнее, т. к. там есть паузы.

После такого анализа попробовать выполнить цепь движений. Это не всегда удается с первого раза. Тогда ученикам следует задать вопрос: «Что должны сделать руки в первой четверти?» Обычно ответ бывает правильным, и тогда надо предложить студентам поставить руки в положение, о котором они только что рассказали, — и так далее, до конца упражнения. Процесс осмысления через рассказ всегда дает хорошие результаты. Далее следует тренироваться до тех пор, пока эта цепь не будет выполняться свободно. Разучивают технику за один урок. В следующем уроке надо повторить задание, а затем, предложив поставить руки на пояс, идти вперед в половинах, а потом назад. Затем нужно соединить ходьбу с движениями рук. Это сложно, и будут ошибки. Особенно трудно движение назад. На третьем уроке следует приступить к включению в упражнение текста: вначале повторить отдельно рисунок движений руками, затем ходьбу вперед и назад в половинах, сложить эти компоненты, добиться свободы в выполнении, а затем предложить читать текст таблицы на «два», потом на «три» или «четыре». Затем на «шесть» и в заключение, исполняя упражнение, читать таблицу на «пять», но в обратном порядке. Это окончательная форма упражнения.

В четвертом уроке надо выполнить простую цепь руками: обе вперед, перед грудью, в стороны, вниз. Стоя на месте, повторить ее несколько раз под специальный музыкальный отрывок (приложение,№йА), а затем соединить движения с чтением текста (первые восемь строк из «Онегина») в ранее разученном ритмическом размещении слов. Добиться осмысленного исполнения текста.

На пятом уроке надо дать заключительную форму этого упражнения. Правая рука должна выполнять разученный рисунок движения в четвертях (см. третий урок), левая — тот же рисунок, но в половинах, ходьбу в половинах вперед и назад с одновременным чтением текста «Мой дядя...». С момента, когда техника полностью освоена, упражнение становится тренировочным. При последующих исполнениях преподаватель должен добиваться, чтобы слушатель, если он не смотрит на группу, не мог бы догадаться, что студенты в это время выполняют сложнейшую цепь движений.

Упр. № 135. «. Не ветер бушует над бором \*.

1 э т а п

Построение — стайкой. Техника исполнения. Движения правой руки: вперед, вниз, в сторону, вниз. Повторить четыре раза. Музыкальное сопровождение — импровизация в размере \*/4, четкая, медленная. Движения левой руки: исходное положение — рука вперед. Опустить руку вниз, поднять в сторону, вверх, вперед. Повторить это задание восемь раз. Соединить движения обеих рук. Тренировать до свободного исполнения. Задание для ног: шаг вперед правой, приставить к ней левую, шаг вперед левой, приставить к ней правую. Этот рисунок исполняется за четыре четверти. Затем то же движение начинает левая нога. Полное упражнение состоит из двукратного выполнения, движение начинается то с одной, то с другой ноги.

Методические указания. Автоматизм в этих движениях вырабатывается длительное время. К следующему варианту можно переходить только после того, как ученики полностью освоят движения ног.

// этап

Техника исполнения. Соединить движения рук с движениями ног.

Методические указания. Вначале следует предложить очень медленный темп. При ошибках нужно отдельно повторить движения рук и ног. Этим упражнением не следует заниматься более 20 минут в одном уроке. Оно утомительно.

/// этап

Построить группу возле рояля, дать прослушать специальный музыкальный отрывок (приложение № 7), затем предложить читать стихи Некрасова из поэмы «Мороз красный нос» в следующем логическом условном размещении слов.

I четверть II четверть III четверть IV четверть

Не ветер бушует над бором, (пауза)

Не с гор побежали ручьи. (пауза)

Мороз воевода дозором (пауза)

Обходит владенья свои. (пауза)

Глядит, хорошо ли метели (пауза)

Лесные тропы замели (пауз а)

И пет ли где трещины, щели, (пауза)

И нет ли где голой земли. (пауза)

Затем ученики уже без помощи педагога читают стихи не менее двух раз. Далее, читая стихи, студенты выполняют разученный рисунок руками.

IV этап

Повторить движение ногами, затем, выполняя рисунок ходьбы, читать стихи в предложенном размещении. Добиваться точности исполнения. Далее, выполняя цепь руками и ногами, соединить движения с чтением стихов.

V (заключительный) этап

Повторить технику упражнения IV этапа, исполняя текст осмысленно и выразительно.

Методические указания. Надо добиваться верных видений.

На освоение всей техники этого упражнения надо затратить в трех уроках по 12—15 минут. В дальнейшем оно может быть использовано в соединении со сценическими задачами в течение всего учебного периода.

Упр. № 136. «Белеет парус одинокий". I этап

Построение — стайкой. Техника исполнения. Движения правой руки — вперед перед грудью, в сторону, вниз; левой — вперед, в сторону, вниз. Музыкальное сопровождение. Импровизация в размере \*/4, четкая, медленная. Пауз в цепи движений левой рукой нет, она беспрерывно выполняет рисунок из трех движений, несмотря на то, что это немузыкально и петому неудобно. Следует сказать, что

если начать складывать движения обеих рук, то окончание цепи произойдет только в 12-м движении. Предложить пианисту исполнять импровизацию аккордами в размере %. состоящую из трех тактов по % Под эту музыку ученики должны складывать движения обеих рук.

Изучение этой техники требует специальной методики. Правой рукой надо выполнить рисунок три раза подряд, левой — четыре раза; потом соединить движения обеих рук. Перед тем, как делать движения, ученики должны рассказать о положении рук в каждой четверти. Для облегчения вначале складывают только движения первого такта. На раз обе руки вперед; на два правая перед грудью, левая в сторону; на три правая в сторону, левая вниз; на четыре правая вниз, левая вперед. Сочетание выполнить несколько раз под команды самих учеников, а затем молча, но под музыку. Далее, остановившись на счете четыре, сделать следующие сочетания: на пять правая вперед, левая вниз; на шесть правая перед грудью, левая вниз; на семь правая в сторону, левая вперед; на восемь правая вниз, левая в сторону. На положение рук в счете восемь следует обратить особое внимание учеников. После того, как эти сочетания освоены, проделать упражнение с первого счета по восьмой включительно несколько раз. Далее тем же способом разучить последние четыре сочетания. На счет девять правая вперед, левая вниз; на десять — правая перед грудью, левая вперед; на счет одиннадцать обе руки в стороны и на двенадцать обе руки вниз с хлопком. Хлопок — контрольный сигнал окончания цепи.

// этап

Пианист исполняет отрывок (приложение № 8).

А. Техника исполнения. Выполнить полную цепь движений руками без перерыва четыре раза — это будет соответствовать размеру упражнения.

Методические указания. Обратить внимание на то, что в двух местах окончание цепи совпадает с концами музыкальной фразы, в двух не совпадает. При повторных упражнениях предложить закрыть глаза: отсутствие зрительного анализатора крайне затрудняет выполнение этой сложной координации руками, но усиливает мышечные ощущения. Добиться полуавтоматического исполнения этой техники. Для затруднения при каждом новом повторении LCTb смысл поворачивать группу на 90 градусов.

Б. Построив группу возле рояля, предложить читать текст стихотворения М. Ю. Лермонтова «Белеет парус одинокий» под музыку, уже известную ученикам. В упражнении предлагается следующее распределение слов.

I четверть II четверть III четверть IV четверть

Белеет парус одинокий (пауза)

В тумане моря голубом. (пауза)

Что ищет он в стране далекой?

Что кинул он в краю родном?

Играют волны, ветер свищет,

И мачта гнется и скрипит, (пауза)

Увы, он счастия не ищет (пауза)

 Продолжение

I четверть II четверть III четверть IV четверть

И не от счастия (пауза) бежит. (пауза)

Под ним струя светлей лазури,

Над ним луч солнца золотой. (пауза)

А он, мятежный, просит бури,

Как будто в бурях есть покой.

Когда текст прочитан, нужно работать над ним по четверостишиям, анализируя видения, события, действия. Только после такого разбора можно прочитать стихотворение под музыку не менее 2—3 раз.

В. Группа строится стайкой и, поставив руки на пояс, идет вперед, а потом назад, читая стихи. Ходьба в четвертях. Такое исполнение не трудно, но возможны ошибки в ритмическом размещении текста. Когда упражнение выполнено верно, предложить ходьбу в половинах, что значительно труднее. Читать, стоя на месте, и начать движение вперед со слов «Играют волны», а со слов «Под ним струя...» идти назад. Требовать, чтобы студенты обязательно запомнили это условие.

/// этап

Стоя на месте, читать первые четыре строки и сделать руками разученную цепь движений. Добиваться точности совпадений слов и движений. Читать следующие четыре строки, продолжая движения руками, но включить ходьбу вперед в половинах. Повторить несколько раз, поскольку это сочетание по координации довольно трудно. Ученики становятся в положение «восемь» и, продолжая выполнять сочетания движений руками, идут назад в половинах, читая, стихотворение со слов «Под ним струя...». Эту часть упражнения также следует хорошо освоить. В заключение надо прочесть все стихотворение, выполняя упражнение руками и ногами.

IV этап

Прежде чем работать над движениями, добиться художественного исполнения текста: верных ударений, фразировки по логике, действию и видениям. Проверить, насколько ученики понимают содержание слов и фраз. Есть смысл спросить, что они видят в строчках: «Под ним струя светлей лазури. Над ним луч солнца золотой». Спросить, как они понимают слово «лазурный» и т. д. Очень важно, чтобы третья и четвертая строки произносились вопросительно. Требовать темпо-ритмических усилений на втором четверостишии. Только после такого анализа можно применять упражнение для более высокого тренажа.

Когда упражнение исполнено дважды, педагог должен прослушать текст, повернувшись спиной к группе. Если будет впечатление, что стихи прочитаны, подлинно художественно, можно считать, что техника движений достигла полуавтоматизма, при котором сознание актера освободилось от управления скелетной мускулатурой и занято текстом.

V 9m an

Построение группы: колонна по три. Расстояние между колонками не менее двух метров. Повторить исполнение стихов с движениями рук и ходьбой вперед и назад по установленному рисунку. Затем преподаватель должен занять такое место, чтобы все занимающиеся могли его видеть. Можно встать на возвышение. Объяснить, что дальнейшее содержание упражнения состоит в том, чтобы читать текст только по команде, которую преподаватель подает жестом. Объяснить, что читать будут или все студенты, или только стоящие в той или иной колонне. Если читает вторая колонна, то ученики в первой и третьей должны молчать. Движения выполняют все. Преподаватель должен жестом менять читающую колонну, когда произносится последний слог последнего слова данной строки. Подача команды раньше времени или опоздание с ней приведут к ошибке в выполнении. Опоздав с текстом, ученики обязательно нарушат схему движений.

Команды подаются следующим образом. Педагог, поднимая руки, говорит этим жестом: «Читайте все!» В первой строке на слоге «кий» он убирает левую руку вниз, а правой показывает, что читать следует третьей колонне. Во второй строке на слоге «бом» опускает правую руку, показывая левой, что читать следует второй колонне и т. д. Жест, которым отдается команда, должен быть активен и точен по направлению и времени. Нельзя однообразно повторять команды: читает первая колонна, потом вторая, потом третья и опять первая, вторая и т. д. Студенты не должны знать, на какую колонну падет выбор — это заставит их не ослаблять внимания.

Если появится какая-нибудь ошибка, надо немедленно остановить группу и начать упражнение сначала. Ошибки свидетельствуют о невнимательности учеников. Вначале возможно скандирование, но после соответствующих поправок постепенно вернется художественное исполнение.

Основное затруднение — подача команды не на конце строк, а в любом месте текста, без всякой логики, что очень обостряет внимание и координацию движений и речи. Так, например, группа читает строку «Белеет парус одинокий». Команда на перемену читающих может быть подана на слоге «рус», в следующей строке «В тумане моря голубом» — на слоге «не» или «ря» и т. д. Чем неожиданнее будут команды, тем больше пользы принесет упражнение; кроме того, между ведущим и исполнителями устанавливается подлинное общение.

VI (заключительный) этап

Ведущим становится ученик. Он должен начать упражнение возгласом «и!», обращенным к пианисту, и жестом рук, обращенным к ученикам. Жест должен быть ритмически верен, целенаправлен, смел, точен. Смотреть нужно в ту сторону, куда направлены руки; если рука направлена к правой колонне, а глаза — к соседней, читающие обязательно растеряются, потому что такое поведение нарушает привычную людям логику. Следует подсказать, что глаза должны увидеть новый объект раньше, чем жест руки скажет: «Действуйте!»

В роли ведущего должны побывать все ученики по два-три раза в течение учебного периода. В урок не следует вызывать более трех человек, иначе упражнение утомит и надоест, причем повторно — чаще всего тех, кто нуждается в совершенствовании волевого посыла, отстает в ритме, у кого вялый, неточный жест.

Если ученик хорошо справляется с заданием, его можно остановить через две-четыре строки и вызвать следующего (если понятно, что ученик ритмичен, что у него волевой и точный жест). Учитель не должен показывать жест — найти его должен сам ученик.

В таком виде упражнение является тренировочным, повторяется в течение всего курса и обязательно выносится на зачет или экзамен.

Методические указания к разучиванию упражнения «Белеет парус...».

Урок А. Учить движения правой рукой, затем левой. Сложить движения обеих рук.

Урок Б. Повторить содержание урока А. Повторить технику ходьбы в половинах.

Стоя у рояля, читать стихи под музыкальное сопровождение. Идти вперед, читая текст, начиная со слов «Играют волны» и со слов «Под ним струя» идти назад.

Урок В, Повторить сочетание движений правой и левой рук. Повторить стихи под музыку. Выполняя сочетание движений рук и читая-стихи, включать ходьбу, как на уроке Б.

Урок Г. Тренировать чтение стихов с движениями рук и ходьбой. Этот урок должен быть во второй половине второго семестра.

Уроки Д и Е. Работать над художественным исполнением текста. Соединить текст с движениями.

Урок Ж и последующие. Тренировать основной этап.

Упр. № 137. «У лукоморья \*, /этап

Разместить группу около рояля. Пианист исполняет музыкальный отрыгок (приложение № 9). Затем преподаватель под аккомпанемент читает первые строки из поэмы А. С. Пушкина «Руслан и Людмила». Текст дается в специальном ритмическом размещении.

I четверть

II четверть

III четверть

IV четверть

У лукоморья дуб зеленый. (пауза)

Златая цепь на дубе том. (пауза)

И днем и ночью кот ученый (пауза)

Все ходит по цепи (пауза) кругом. (пауза)

Идет направо — песнь заводит,

Налево — сказки говорит. (пауза)

Там чудеса, там леший бродит, (пауза)

Русалка на ветвях сидит. (пауза)

Там на неведомых (пауза) дорожках (пауза)

Следы невиданных зверей. (пауза)

Избушка там на курьих ножках

Стоит без окон, без дверей. (пауза)

Прослушав текст дважды, студенты повторяют этот текст в том же ритмическом размещении.

Методические указания. Когда читают ученики, им можно помогать дирижированием, а в трудных местах педагог и сам включается в чтение. После того, как текст прочитан три-четыре раза, ритмическое распределение хорошо запоминается.

// этап

Построение — тесной стайкой, Преподаватель должен стать на расстоянии одного метра от стайки. Рассказать, что каждый должен почувствовать себя крепко соединенным с педагогом, но не веревкой, а палкой. Если педагог двинется назад, то палка потянет занимающихся вперед, и наоборот. При передвижениях воображаемая палка должна заставить учеников держаться на точном расстоянии от преподавателя. Техника исполнения. Ученики читают стихи под музыку в установленном ритмическом размещении и одновременно двигаются вперед, если педагог отступает назад. Если ученики выполнят упражнение верно и не собьются с ритма стиха, преподаватель при повторении должен идти вперед, чтобы группа двинулась назад; но где-то в середине стихотворения педагог снова отступает и ученики должны вовремя уловить это изменение, сохранить правильное расстояние до преподавателя и не нарушить ритм в ходьбе. Если задание выполнено удачно, преподаватель затрудняет упражнение: начинает передвигаться не только вперед и назад LIG прямой линии, но и по дугам. Это обстоятельство заставит один край очень большими шагами идти вперед, центр — поворачиваться на месте, а противоположный край — отступать назад. Идти по дугам можно, одновременно продвигаясь вперед, тогда одной стороне придется бежать. Смысл такой тренировки в умении держаться на определенном расстоянии от объекта. Однако главное — ритмически правильное чтение стихов. При подобных передвижениях шаги могут уже не совпадать с ритмом движений педагога и текстом. Но, если ошибка появится в чтении, группу нужно остановить и начать упражнение сначала.

/// этап

Рассказать, что стихи в пьесе надо читать ритмично; и в то же время физическое поведение актера должно быть жизненно правдивым. Если актер ритмически верно читает стихи в роли, то его движения иногда непроизвольно начинают подчиняться этому условному ритму и на сцене возникает условное движение, пропадает нормальный человек. Чаще же всего актер, читая стихи, старается поменьше передвигаться. Надо стремиться к тому, чтобы тело могло действовать как в ритме этих стихов, так и совершенно им не подчиняясь. Надо, чтобы скелетная мускулатура могла не подчиняться воздействию речевого аппарата. А иногда возникает необходимость, чтобы тело актера создавало действие прямо противоположное тому, о чем и как он говорит.

Студенты должны выполнять упражнение, будучи как бы привязанными к педагогу, т.е. должны находиться все время на определенном расстоянии от него и читать стихи в установленном ритмическом размещении. Педагог начинает двигаться аритмично, вперед, назад, по прямым линиям и по дугам, он старается сбить учеников с установленного ритма стиха. И, несмотря на это, ученики должны читать текст ритмично. Движения преподавателя могут быть быстрыми и медленными, он может внезапно останавливаться и так же внезапно начинать

двигаться, он может идти ритмично и внезапно броситься в сторону, впрыгнуть или влезть на снаряды, кубы и пр. предметы. Тренировать следует до точнейшего выполнения задания,

IV этап

Построить группу около рояля и предложить читать стихи в установленном ритме, но так, чтобы убедить всех присутствующих на уроке, и педагога в том числе, что А. С. Пушкин не рассказывает сказку, но что все это было в действительности. Педагог может соглашаться с тем, что услышал, а может сомневаться в этом и даже не соглашаться, говоря: «Не верю», «Не может быть», «Что вы говорите?», «Сомневаюсь», «А русалки не было», «Согласен», «Как интересно», «Верно» и т. п. Ученики должны подлинно общаться с преподавателем: возражать ему, убеждать его или соглашаться с ним. Как правило, в этом упражнении у учеников возникает непроизвольная жестикуляция; допускать ее нельзя: студенты должны убеждать только словами, интонацией.

V (заключительный) этап

Читая стихи и общаясь с преподавателем, студенты должны точно соблюдать расстояние до пего, соединять аритмичные движения со смысловым и ритмическим чтением стихов, общаться с педагогом.

Методические указания. В таком окончательном виде упражнение становится тренировочным, им следует периодически пользоваться в течение всего последующего периода обучения. Оно обязательно выносится на зачет или экзамен.

Методические указания к упражнению «У лукоморья». Приведенные в учебнике упражнения решают различные задачи в воспитании рече-двягательной координации. Если же возникнет упражнение, которое по смыслу будет решать какую-то новую задачу в совершенствовании этого навыка, то такое упражнение должно быть включено в программу.

В национальных студиях тексты упражнений должны исполняться на родном языке. Это важно потому, что только полное знание языка позволяет добиваться верной органики в речи. Точно так же следует отнестись к музыкальному сопровождению упражнений. Надо записывать с напева национальные песни и на этом материале создавать движенческие комбинации.

Глава двадцать пятая СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВОКАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНЫХ КООРДИНАЦИИ

Эта тема по педагогическим задачам аналогична предыдущей.

Упр. № 138. «и селе малом».

Первый вариант.

/ этап

1) Построение — стайкой. Исходное положение — ноги в третьей неполной позиции, правая впереди. Техника исполнения. Сделать правой ногой небольшой шаг вперед, левую к ней приставить (середину левой стопы к пятке правой).

Такой шаг называется приставным. Музыкальное сопровождение. Русский перепляс в размере %, но в очень медленном темпе. После выполнения приставных шагов, когда впереди правая, надо сделать то же, но впереди должна быть левая нога,

2) Стоя на месте, вслух произносить: раз и, два и, три и, четыре и. Эти слова должны совпадать с восьмыми долями музыки.

3) Считая вслух, следует двигаться вперед приставными шагами, так, чтобы движения совпадали с музыкой и счетом. Шаг одной ноги и приставной шаг другой выполняются за две восьмых; первый должен совпадать с нечетной восьмой такта, второй — с четной. После четырех шагов, когда впереди правая, сделать то же, ио вынести вперед левую ногу.

4) Сделать четыре пары приставных шагов с правой ноги, затем без команды преподавателя то же — с левой. Теперь можно дать затруднение: в момент, когда нога делает приставляющее движение, после счета четыре надо слегка ударить ее стопой в пол, а затем вынести ее вперед, чтобы начать следующее движение — и так в каждом рисунке. Вслед за этим можно дать другое затруднение: когда нога приставляется с ударом, слегка присесть на опорной ноге. Кроме того, начиная каждое новое движение, выставлять вперед соответствующее плечо, а другое отодвигать несколько назад. В результате получится простейший ход русского танца.

И этап

Стоя на месте, сделать следующее движение правой рукой: вперед, перед грудью, в сторону, вниз. Выполняется это упражнение в четвертях. Левая рука делает тот же рисунок, но в два раза медленнее, чем правая. (Это упражнение уже известно из предыдущей главы). Затем соединить рисунки обеих рук. Музыкальное сопровождение. Мотив русского перепляса исполняется медленно и с акцентами на нечетных восьмых долях. Ученики, стоя на месте, громко считают рази, два и, три и, четыре и, пять и, шесть и, семь и, восемь и, так, чтобы слова точно совпадали с музыкой и выученными движениями рук. На счете восемь нужно хлопнуть в ладоши. Затем соединить движения рук с разученными движениями русского хода — приставными шагами (с их сменой), приседаниями и ударами в пол.

Методические указания. Это очень трудное упражнение на координацию движений. Делать ногами более быстрые движения, чем руками, непривычно людям, если у них нет танцевальной подготовки. Пока не будет освоен этот этап упражнения, нельзя переходить к следующему. Надо добиться, чтобы хлопок руками совпадал со счетом восемь, а удар ногой в пол — произнесением и после счета восемь. Это неудобно и потому трудно. При повторении упражнения надо добавить хлопок правой рукой по бедру в момент, когда она на счете четыре опускается вниз. Технику этого упражнения следует изучать в очень замедленном темпе. Если оно не получится, надо по отдельности проделать движения для рук и ног, еще более замедлив темп. Если и это не поможет, следует предложить более простую форму движений рук.

/// этап

Построить группу около рояля. Пианист должен сыграть четыре строки из песни Даргомыжского «Ванька-Танька» (приложение № 10). Затем следует

учить слова и мелодию первых двух строк этой песни. Преподаватель говорит слова песни: «В селе малом Ванька жил, Ванька Таньку полюбил». Вся группа поет эти строки в унисон два-четыре раза. Убедиться в точности звучания. (Если педагог по движению не может сам, это должен сделать пианист). В песне две первые строки повторяются, только исполнение двух вторых строк должно быть двухголосным. Надо выяснить, у кого в группе высокий голос, у кого низкий. Разделив группу на две подгруппы и поставив их в разных местах, вначале учить мелодию с группой низких голосов. Она должна пропеть вторые строки так же, как первые. Затем — очередь группы высоких голосов; она учит две вторые строки песни.

Спеть вес четыре строки. В заключение поют все вместе, каждая подгруппа — свою партию. Это нетрудно, так как первые две строчки поются в унисон, а на два голоса — только вторые. Сказать, что опорой такого звучания является второй голос. Первым петь легко, все умеют петь мелодию; вторить гораздо труднее. При разучивании петь следует очень тихо, слушая рояль и соседа; преподаватель должен дирижировать. Двухголосное пение требует от учеников внимания к пению.

IV этап

1. Соединить пение с движениями ног. Добиваться легкости, непринужденности исполнения и точности звучания.

2. Соединить пение с движениями рук. Добиваться органики в этом варианте.

3. Соединить упражнение для рук с упражнением для ног и с исполнением песни. Это трудно по ритму, поскольку песня поется в четвертях, а ноги должны двигаться в восьмых долях при сложных движениях рук.

V (заключительный) этап

Проверив отдельно исполнение песни, упражнения для рук и ног, соединить все три компонента и начать тренаж с изменениями темпа. Вначале преподаватель указывает необходимый темп. Убедившись, что группа может выполнять упражнение в среднем, медленном и быстром темпах, предложить пианисту менять темпы исполнения песни по ходу исполнения. Подобное упражнение прекрасно тренирует внимание и скорость реакции. Если полный его комплекс выполнить трудно и будут ошибки, надо вернуться к раздельному выполнению с меняющимися темпами и потом вновь соединить все компоненты. При исполнении в сугубо замедленных темпах требовать полной непрерывности движений.

Второй вариант. Объяснить, что в этом упражнении главное — смена темпа и силы звучания. Преподаватель должен сам спеть песню: первые две строки пианиссимо и очень медленно, зато две вторые — в четыре раза быстрее и громче. Следует так объяснить логику в смене темпо-ритма: ночь, боярская Москва, полупьяненький стрелец бредет по улице и, чуть пританцовывая, напевает песню. Вдруг (на середине песни) яз подворотни тявкнула собачонка; стрелец очнулся и сразу пустился в пляс с громкой песней.

Выслушав объяснения, студенты поют песню, сперва стоя на месте, а затем выполняя движения ногами. Это никогда не удается в первой попытке, ученики будут ошибаться при переходе на быстрый темп. Надо добиваться, чтобы слова точно совпадали с движениями ног. В заключение предложить выполнять руками импровизированные движения, соответствующие характеру действия, т. е. cor держанию песни: ученики должны фантазировать по ходу исполнения.

Весь предварительный тренаж был направлен к тому, чтобы пение не влияло на аппарат скелетной мускулатуры, несмотря на то, что весь организм действует в едином темпо-ритме. После овладения всей техникой этого упражнения оно становится тренировочным и может быть применяемо и в начале урока для сосредоточения внимания и координации, и в конце его как своеобразное развлечение и дыхательное упражнение.

Упр. № 139. «/(аж№.

Техника этого упражнения состоит в передаче движениями музыкальной формы «канон». Построение группы — стайкой. Пианист играет два раза подряд ритмический рисунок:

Двукратное исполнение этого ритмического рисунка является полным содержанием упражнения.

7 этап

Стоя на месте, пропеть рисунок два раза. Выполнить его хлопками, добиваясь. абсолютной ритмичности.

Техника исполнения. А. Выполнить ритмический рисунок в ходьбе вперед. Сделать это надо два раза подряд. Начинать правой ногой. Затруднить исполнение следующими изменениями; во втором такте первая четверть — шаг вперед, а восьмая с половиной — шаг в сторону. Половину следует выдержать, стоя на одной ноге. Итак, в первой части упражнения должно получиться пять шагов вперед и один приставной шаг в сторону. Эту часть следует тщательно разучить. Во второй половине упражнения надо выполнить следующие движения: на первой четверти третьего такта чуть присесть на одной ноге, а последующие три четверти этого такта идти назад. В четвертом такте четыре восьмых следует пробежать вперед маленькими шагами, а закончить пробежку переходом на шаг (третья четверть), и на четвертой четверти, подпрыгнув вверх, повернуться на ISO градусов. Повторить каждую часть упражнения несколько раз, затем соединить их. Сделать упражнение полиостью два-три раза.

Упражнение состоит из двукратного повторения выученного рисунка. (Тогда ученики окажутся на том месте, откуда началось исполнение).

Б. Делать то же самое, но пианист играет только четверти, акцентируя на первых долях такта. Музыка изображает удары метронома. Надо выполнить рисунок несколько раз, и если он будет точным, предложить пианисту играть только первые доли каждого такта — этим он будет контролировать верный темп исполнения.

Методические указания. Одним из признаков ритмичности является умение держать заданный темп. Поэтому важно, чтобы ученики не убыстряли общий темп. Тенденция к этому возникает на восьмых долях — пробежке. Когда это задание будет верно выполнено, предложить действовать без музыки. Ученики должны слегка отстукивать шаги; это создает ощущение общего темпа.

// a man

Стоя около рояля, петь два куплета марша И. О. Дунаевского из кинофильма «Веселые ребята» (приложение Ль 11). Добиться четкого маршевого ритма. Построение — стайкой. Техника исполнения. Молча выполнить рисунок упражнения два раза подряд под мотив марша.

Методические указания. В мелодии марша нет ритмического рисунка упражнения, но он легко соединяется с мелодией. Первый шаг упражнения должен совпадать с первой четвертью первого такта, а не с затактовыми звуками. Это можно легко понять, если спеть слова «Легко на сердце». Первый шаг приходится на слог «се». Слова «легко па» поются стоя на месте.

Выполнение упражнения под мотив марша — важнейший этап в его освоении. С пением марша сделать упражнение два раза подряд. Затем то же, но без сопровождения рояля.

/// этап

Построение группы — колонна по четыре. Расстояние между колоннами 100—150 см. Техника исполнения. Первая колонна начинает по команде «и» и соответствующему жесту преподавателя. По этой же команде пианист играет только четверти, акцентируя каждую первую в такте размером в \*/4. Вторая колонна по знаку преподавателя начинает упражнения сначала на первой четаерти второго такта, Затем с первой четвертью третьего такта вступает третья колонна, а с первой четвертью четвертого такта — четвертая. Когда первая колонна вернется на место, она больше не двигается, и так постепенно одна за другой окончат упражнение следующие колонны. Такое выполнение упражнения называется «каноном».

Методические указания. Надо добиваться, чтобы колонны точно и вовремя начинали действовать, чтобы студенты были сосредоточены на своем задании и не замечали, что делают их товарищи в соседних колоннах. Затем надо добиться самостоятельного включения колонн в упражнение (без команды преподавателя) и, наконец, исполнения без музыкального сопровождения. Отстукивание шагов синхронизирует выполнение, создавая как бы ударный аккомпанемент. Следует менять колонны местами. Перед началом тренажа наиболее точных и ритмичных учеников равномерно распределить по всем колоннам. Наименее ритмичных надо ставить в середину каждой колонны: им будет помогать и зрительный анализатор.

IV (заключительный) этап

Техника исполнения. Делать упражнение кканон» и петь два куплета марша «Легко на сердце». Колонны действуют так же, как и в IV этапе, а поют все вместе. Когда колонны вернутся на свои места, то поют, стоя на месте, до слов «и тот, кто с песней». На словах «и тот, кто» не двигаются вперед, зато со слогом «с пес» вся группа одновременно выполняет последний раз рисунок упражнения, заканчивая его прыжком без поворота.

Методические указания, В этом виде упражнение становится тренировочным и исполняется в заключительной части урока, а если надо поднять эмоциональный тонус занимающихся, то и в середине его. Кроме того, в этом упражнении, если

оно выполняется в достаточно быстром темпе, хорошо тренируется дыхание. При повторениях пианист может несколько изменить темп по ходу исполнения.

Упр№ 140. «Волга-реченька».

Подвести группу к роялю и учить припев к песне «Волга-реченька» (слова народные, музыка А. Новикова) (приложение № 12).

Волга-реченька, Волга-матушка, Ты недаром нам дорога, Былью давнею и недавнею — Славны волжские берега.

Эти четыре строки повторяются два раза. Петь припев, одновременно отхлопывая половинные доли тактов.

/ этап

Построение группы — стайкой. Техника исполнения: идти вперед в половинах, петь припев песни. Первый шаг начать правой ногой вместе со слогом «ре» (ченька), поскольку в песне имеется затактовое начало. При правильном исполнении продолжать упражнение, но без хлопков.

// этап

Построение группы — шеренгой, девушки между юношами, взяться под руки. Техника исполнения. На первых двух строках идти вперед в половинах. На словах: «Былью давнею и недавнею славны волжские берега» — ученики расходятся в разные стороны, без всякого порядка и, главное, не соблюдают в движениях ритм песни. При повторении двух последних строк они образуют хоровод, взявшись за руки (девушки между юношами), и двигаются с правой ноги по кругу вправо в четвертях музыкального сопровождения.

Методические указания. После первого исполнения объяснить, что нужно четко изменить ритмы в поведении. В начале песни — движения в половинах, в середине — аритмичные, в конце — в четвертях. При изменении ритмов петь песню негромко, но четко произносить слова, сохранять верную интонацию.

/// этап

Стоя около рояля, учить слова запева той же песни:

Между русских рек ты красуешься, Полноводная да раздольная, То под бурею грозно хмуришься, То зеркальная и спокойная.

Далее поется припев.

Теперь предложить хлопками отбивать половины тактов и идти с пением вперед в половинах. Затем следует рассказать, что в театре может быть так: «Группа молодежи, взявшись под руки, шеренгой вышла из перелеска — из-за кулисы (т.е. с одной стороны зала) на полянку. На поляне много цветов. Все

разбрелись по ней и начали собирать цветы. Затем молодые люди дарят букетики девушкам и приглашают их в хоровод». В хороводе двигаются вправо четвертями. Размещение этого простого действия по словам песни следующее. На запеве — ходьба в шеренге под руки. На первой части припева — сбор цветов. На повторении припева — построение в круг и ходьба в хороводе в четвертях. Это задание выполнить под мелодию песни несколько раз, сначала без пения, а затем с пением.

Методические указания. Добиваться четкого выполнения всего задания. Следить за дикцией и интонацией и за обращением с цветами. Так, например, — преподнесенные девушкам цветы не могут бесследно исчезнуть, их следует вложить в прическу или положить за ворот платья, а можно, понюхав, бросить. Надо подсказать, что юноши дарят цветы девушкам и приглашают их в хоровод при первом исполнении последней строчки припева.

IV этап

1. Учить вторую часть упражнения. Построение — стайкой.

С правой ноги сделать пять шагов вперед. На пятом шаге стопу поставить носком вправо: при таком положении ноги легко повернуться; это нужно сделать за 6-й и 7-й такты следующими движениями: на шестом шаге перейти на левую ногу с одновременным поворотом на 180 градусов, причем поворачиваться надо на правой стопе левым плечом вперед. Вес тела в конце этого шага должен быть перенесен на левую ногу. В седьмом шаге поворот продолжается в ту же сторону, но уже на левой ноге и тоже на ISO градусов. В восьмом такте вес тела передается на правую ногу — левая к ней приставляется.

Методические указания. Это как будто сложное движение на самом деле выполняется довольно легко, как только ученики поймут его схему. Поворот происходит в одну и ту же сторону. Тело при этом движении должно вее время перемещаться только вперед. Музыкальное сопровождение. Импровизация в два такта по \*/4, четкая и медленная.

Эту технику надо выполнять до тех пор, пока схема не станет привычной. Затем делать то же, но с левой ноги. Поворот при этом придется выполнить в левую сторону.

2. Построение — стайкой. Музыкальное сопровождение — импровизация в размере %, четырехтактовая. Упражнение исполняется два раза. Первый раз начинает правая нога, второй без остановки — левая.

3. Построение —в круге. Взяться за руки, девушки между юношами. Схема упражнения та же, что и в упражнении А. Во время поворота руки опущены; когда же поворот окончен, их нужно снова сцепить. На восьмой четверти приставлять левую ногу к правой. Это даст возможность начать упражнения опять с правой ноги. Повторять эту схему до автоматизма.

Предложить пианисту исполнять удобный для танцевания вальс в среднем темпе; под это сопровождение учащиеся должны исполнять разученную схему так, чтобы шаги точно совпадали с первыми четвертями каждого такта.

Методические указания. Тренировать это упражнение следует под различные мотивы вальсов. Можно менять и темп исполнения. От учеников следует добиваться верного ритмического совпадения движений и легкой ходьбы, передающей характер звучания.

4. Выполнять схему упражнения вальсовыми шассе. Если ученики танцуют вальс {этому обучают на первом курсе), то предлагаемый вариант упражнения быстро усваивается. Перед началом следует выполнить несколько шассе под музыку вальса без поворотов по кругу. После повторения техники шассе делать схему упражнения. Добиваться скольжения ног по полу.

Техника исполнения. Первые четыре шассе выполняются по кругу вперед, пятое — с поворотом на 180 градусов (но обязательно при этом продолжать движение вперед); шестое шассе — продолжает поворот на 180 градусов (теперь надо двигаться назад). Это позволит седьмое шассе выполнить снова вперед. На седьмом шассе следует образовать цепь руками, поскольку круг вновь построен. Восьмое шассе все танауют назад. Это даст возможность следующий рисунок упражнения начать правой ногой.

V 9 та п

Выучить первый куплет вальса И. О. Дунаевского из кинокартины «Цирк» (приложение № 13)

В ритме вальса все плывет, Песь огромный небосвод, Вместе с солнцем и луной Закружился шар земной, Все танцует в этой музыке ночной.

1. Построение—как в упражнении № 1 IV этапа. Техника исполнения. Выполняя рисунок упражнения вальсовыми шассе, петь первый куплет «В ритме вальса».

2. В круге остаются только девушки. Техника исполнения. Сделать три шага вперед, начиная правой ногой; затем — поворот кругом на правой ноге, правым плечом назад, левую ногу в конце поворота следует отставить назад, носком касаться пола. Повторить несколько раз, а затем выполнить этот рисунок вальсовыми шассе: должно получиться три шассе и поворот на правой ноге. Теперь в круг входят юноши. Взявшись за руки, все танцуют вальс, но юноши делают четыре полных шассе, а девушки —только три и поворачиваются лицом к своим партнерам. Затем каждый юноша кладет правую руку на талию партнерши и, подавая ей левую, танцует с ней рисунок поворота. Выполнять поворот надо техникой шассе. Для этого юноша должен, подавая руки, начать движение правой ногой вперед, направить ее под партнершу и, приблизившись к своей даме, повернуть ее вправо.

Девушка, повернувшись к юноше, должна стоять на правой ноге — левая отставлена назад. Она не приближается к партнеру, но ждет, когда он приблизится к ней сам, и нарушать это условие ни в косм случае нельзя, т.е. противо-ход — неверен. Пятое и шестое шассе партнеры танцуют вместе. В результате они выполняют почти полный поворот на 360 градусов. Затем на седьмом шассе кавалер отпускает свою даму в круг. Для этого девушка, оставляя левую руку в руке своего партнера, разворачивается лицом к центру так, чтобы взять за левую руку кавалера, стоящего впереди, В результате получится связанный круг, и восьмое шассе псе танцуют назад. Далее упражнение продолжается по описанной схеме.

Сольное исполнение поворотов в первой части упражнения во второй — переходит в парное. В тренаже следует танцевать этот рисунок под различные мотивы вальсов и в разных темпах.

3. Стоя у рояля, учить второй куплет вальса.

В ритме вальса все плывет, Весь огромный небосвод,

Все кружится скользя,

Удержаться нельзя,

В ритме вальса все плывет.

4. После разучивания слов и мелодии построить занимающихся в круг и, танцуя рисунок упражнения, петь второй куплет.

VI этап

Предложить петь первый куплет вальса и танцевать вариант № 1; затем второй куплет — и танцевать вариант № 2. Так получается полный рисунок упражнения.

Методические указания. Во время тренировки нужно часто изменять темп исполнения; кроме того, чтобы студенты привыкли работать с разными партнерами, необходимо переставлять учеников в парах. С каждым новым партнером танцевать надо только один раз.

VII этап

Пианист исполняет вальс И. О. Дунаевского со всеми нюансами и акцентами, а также с агогическими изменениями, которые он сам создает. Танцующие должны отражать все особенности звучания — убыстрения, замедления, паузы — в движениях тела, т.е. увеличивать или сокращать размеры движений при выполнении шассе, остановок.

Методические указания. Надо добиваться полной музыкальности в исполнении. Для начала нужно ограничиться одним танцем, и только тогда, когда исполнение станет артистичным по качеству, предложить одновременно танцевать и петь.

VIII (заключительный) этап

На этом этапе упражнение делают целиком: выйти шеренгой с песней «Волга-реченька»; «разойтись по поляне и собирать цветы», построиться в круг, танцевать и петь вальс из кинофильма «Цирк».

Методические указания. Понятно, что это упражнение подготавливает к технике поведения в опереточном и водевильном спектакле. В тренаже следует менять партнеров и просить пианиста делать как можно больше разнообразных нюансов и акцентов.

Упражнение разучивается во втором семестре, за пять-семь уроков. Можно проходить в среднем по два этапа в каждом уроке. Затем оно становится тренировочным и периодически повторяется в течение всего дальнейшего периода обучения.

Упр. № 141. Мне декабрь кажется мает.

Построение — стайкой. Пианист исполняет ритмический рисунон

два раза подряд. Группа поет этот рисунок, тататируя, два-три раза подряд, затем отстукивает его хлопками, потом ногами.

/ этап

1. Выполнить этот ритмический рисунок шагами два раза подряд, причем восьмые — легкой пробежкой.

2. Выполнить то же, но в построении шеренгой и взявшись под руки. Точно исполнять не только по темпу, но и по размеру шагов.

3. Сделать упражнение в движении назад.

4. Выполнить слитно два рисунка вперед и столько же назад.

// а та п

Пианист играет тот же рисунок.

1. Группа вслух произносит: раз, два и, три, четыре и, пять, шесть и, семь, восемь и» так, чтобы нечетные числа совпадали с четвертями рисунка, а четные — с и, т.е. с восьмыми долями. Добиться точного совпадения слов с музыкой.

2. Группа идет вперед включительно до пятой доли; с шестой и до конца рисунка — назад; затем при повторении рисунка снова вперед и назад. Выполнить четыре раза — это и есть первая часть упражнения.

/// этап

Построение — парами. Юноши против девушек так, чтобы он мог двигаться вперед, а она назад. В парах подают друг другу руки. Если девушек меньше, то можно поставить перед одной девушкой двух юношей, в этом случае она подает каждому по руке (так называемое построение тройками).

1. Техника исполнения. Под ритмический музыкальный рисунок группа, громко считая, двигается парами так, чтобы юноши шли вперед, а девушки назад. Юноши начинают движение правой ногой, девушки левой.

Методические указания. Повторять упражнение следует до тех пор, пока не будет получено точно синхронное выполнение в каждой паре. При этом не надо забывать, что после пятой четверти в каждом рисунке направление движения изменяется.

2. То же, что в варианте № 1, но девушки двигаются вперед, а юноши назад. Девушки первый шаг делают левой ногой, юноши — правой.

IV этап

1. Выполнять то же, что в предыдущем этапе, четыре раза подряд в одну сторону, затем четыре раза подряд — в другую.

2. Группу подвести к роялю и разучивать песню «Мне декабрь кажется маем» (приложение № 14).

Мне декабрь кажется маем,

И в снегу я вижу цветы,

Отчего так в мае

Сердце замирает,

Знаю я и знаешь ты.

Солнце вижу я в день дождливый,

Радостно сияют мечты,

Отчего так в мае сердце замирает,

Знаю я и знаешь ты.

3. Построение — стайкой. Пианист играет мелодию песни, группа выполняет разученный рисунок упражнения по варианту № 2 II этапа. Не следует забывать, что начиная с шестой доли нужно двигаться назад, а с первой — снова вперед. На первый куплет должно прийтись четырехкратное повторение ритмического рисунка. Затем надо выполнить то же, что в предыдущем варианте, но вместо числового текста петь слова и мелодию первого куплета.

Методические указания. Здесь нужна довольно длительная тренировка, поскольку песня кантиленная, а движение синкопировано. На втором куплете группа выполняет рисунок назад.

V этап

Построение — ларами, девушки стоят против юношей. В парах надо держаться за руки. Техника исполнения та же, что и в III этапе. Он двигается вперед, она назад. Повторять упражнение четыре раза подряд и за это время спеть первый куплет песни. Затем девушки начинают движение вперед, а юноши назад. При этом группа поет второй куплет.

VI я т а п

Стоя около рояля, петь песню в дуэтном исполнении: он поет первую строку, она — вторую, он — третью, она — четвертую. Во втором куплете он поет первую строку, она — вторую, затем он ноет первую половину третьей строки, она ему отвечает второй половиной этой строки, а четвертую строку они поют вместе.

VII (заключительный) з man

Выполнять движения IV этапа и петь песню дуэтом.

Методические указания. В этом виде упражнение представляет собою средство подготовки для участия в опереточном, водевильном и оперном спектаклях.

В тренировках можно использовать грузинскую песню «Где же ты, моя Сулико», так же как и любую другую, написанную в размере \*/4, кантиленного характера. Чем разнообразнее будет песенный материал, тем полезнее упражнение. Есть возможности менять и ритмический рисунок.

Раздел может быть значительно расширен — а это необходимо при работе в музыкальных училищах и в консерваториях.

Упражнение «Мне декабрь...» является заключительным в теме «Развитие вокально-двигательных координации у актера».

Упр. № 142. «Bom было б здоровор

Песня из первой картины оперетты «Моя прекрасная леди», музыка Лоу (приложение № 15).

Стоя у рояля, выучить мелодию и текст песни:

В жизни нужно мне лишь чуть-чуть:

Только комнатку где-нибудь;

Спокойно в кресле отдохнуть...

Вот было б здорово!

Я б немного тогда взяла

У камина себе тепла

Согреться б хоть чуть-чуть смогла.

Вот было б здорово!

Я б тихо сидела в комнатке своей одна

И ждала бы — вот придет.

Вот скоро придет весна.

Милый тоже придет с весной,

Скажет: «Хватит сидеть одной»,

И сядет рядышком со мной.

Вот будет здорово!

Здорово! Здорово! Здорово! Здорово!

Построение группы — парами, девушка и юноша рядом, держатся за руки. Техника исполнения. Оба делают восемь шагов вперед (в четвертях), затем шесть шагов назад, шаг вперед и еще приставной таг вперед. Снова восемь шагов вперед, шесть шагов назад, один вперед. На втором вперед повернуться лицом к партнеру, приставив ногу. Дальше шаги выполняются боком. Один из партнеров двигается влево, другой вправо. Техника этих шагов такая же, как в упражнении «Мне декабрь», т.е. четверть и две восьмых, еще четверть и две восьмых, затем в обратном направлении четверть и две восьмых и четверть. На последней четверти надо приставить ногу. Затем боковой рисунок выполняется в другую сторону в той же разритмовке. Когда рисунок закончен, партнеры должны снова оказаться лицом друг к другу, при этом юноша подает девушке другую руку. Она двигается назад, он вперед, так же как в упражнении «Мне декабрь». Выполнив этот рисунок, оба поворачиваются лицом к зрителю, заканчивая песню и движение.

После того, как упражнение стало полуавтоматизмом, предложить жестикулировать руками. Творческая фантазия и хорошо развитое движение должны подсказать ученикам возможные варианты жестов, но обязательно в стиле предложенной песни.

Методические указания. Упражнение очень трудно, в нем сочетаются установленные движения ног (ходьба в четвертях, ходьба в ритмическом рисунке, ходьба боком и, наконец, ритмическая ходьба вперед и назад в парах) с дуэтным исполнением песни и импровизированными движениями рук. Его можно давать только в третьем семестре курса, оно может быть вынесено на зачет или экзамен вместо упражнения «Мне декабрь...»

Глава двадцать шестая

УПРАЖНЕНИЯ В РАВНОВЕСИИ

(управление центром тяжести тела)

Удобный снаряд для этих упражнений — гимнастическая скамейка. Когда она стоит на полу, на ее сиденье (доске) легко делать упражнения; когда она приподнята над полом, психологически их выполнять труднее; и, наконец, совсем сложно делать упражнения на рейке перевернутой скамейки: ведь рейка очень малая опора. Упражнения на рейке представляют собой хорошее средство для воспитания смелости и решительности. Удачное выполнение упражнений в равновесии является доказательством достаточно высокого уровня координации, правильной мышечной напряженности и смелости.

Упр. № 143. Парная ходьба по параллельно поставленным

скамейкам.

Установка снаряда. Поставить две гимнастические скамейки рейкой вверх, параллельно друг другу, на расстоянии 120—130 см одна от другой. Построение группы: в колонне по два, перед концом скамеек; в парах держаться за руки. Техника исполнения. Идти по рейкам, поддерживая равновесие друг друга. Идти надо в ногу и одинаковыми по размеру шагами (рис. 101), начав движение правой ногой. Шаги ритмуются в половинах музыкального марша. Темп медленный. Следом за первой парой вступает вторая, потом третья и т. д. Окончив движение по рейкам, один ученик поворачивается вправо, другой влево, идут назад и повторяют упражнение. Группа должна пройти по рейке не менее трех раз.

Методические указания. Добиваться ритмически точной ходьбы, синхронности движений всей группы. Подсказать, что движение на невысоких полупальцах устойчивее, чем на полной стопе.

Упр. № 144. Парная ходьба по рейке с подъемом колена и вытягиванием ноги вперед.

Техника исполнения. Сделать шаг вперед правой ногой, затем поднять согнутую в колене левую ногу, вытянуть ее вперед и поставить на рейку перед правой, перенеся на нее вес тела (рис. 102). Затем то же делает правая нога. Музыкальное сопровождение — импровизация в размере 3/4, четкая и медленная. Ставить ногу на рейку нужно на первой четверти каждого такта.

Методические указания. Добиваться абсолютного совпадения движений ног с музыкой. Партнеры должны как можно меньше помогать друг другу. Выполнять упражнение следует не более 2—3 раз.

Упр. № 145. Ходьба парами с полуприседаниями на каждой ноге.

Техника исполнения. На счете раз сделать шаг вперед правой ногой, левую отделить от рейки; на счет два и три, приседая на правой ноге, левой сделать небольшое маховое движение назад, вниз, вперед, как бы зачерпывая носком воду под окамейкой; на четыре стать на левую ногу (рис. 103). Далее на счете

раз отделяется правая нога, на два и три она проносится вперед. В это время на левой ноге ученик приседает; на четыре правая нога ставится на рейку — и так до тех пор, пока ученик не подойдет к концу скамейки. Вынося ногу вперед последний раз, следует оттолкнуться от рейки, подпрыгнуть вверх-вперед и приземлиться на носки обеих ног. Ученики в парах все время держатся за руки. Методические указания. Надо добиваться, чтобы движение было плавным, чтобы ноги скользили носком по полу при зачерпывающем движении. Важна синхронность движений обоих партнеров.

Упр. № 146. Парная ходьба в коллективном исполнении.

Построение группы, разритмовка ходьбы, техника упражнения — те же, что в двух предыдущих упражнениях. Техника исполнения. Стоя в парах, ученики держатся за руки; свободную руку следует положить на плечо впереди стоящего — получается связанная цепочка. Важно, чтобы цепь не порвалась при всходе на рейку и при сходе с нее. После того, как, первые сойдут с рейки, они не расходятся в стороны, а продолжают движение вперед до тех пор, пока последняя пара также не сойдет со скамейки. Тогда ученики поворачиваются по команде «кругом», цепь восстанавливается и упражнение выполняют второй раз в обратном направлении.

Методические указания. В этом упражнении требование к синхронности еще большее. Разрыв в построении — доказательство асинхронности движений. Упражнение тренирует мышечное ощущение партнера.

Тренировать как в простой ходьбе, так и в ходьбе с приседаниями: приседания требуют хорошего равновесия.

Упр. X? 147. Коллективная ходьба парами по рейке с песней.

Разучить песню, написанную в размере %, четкую, но кантиленную, пропеть несколько раз. Затем построиться стайкой и с песней идти вперед в четвертях, затем в половинах. Для этого упражнения удобны песни «Мне декабрь кажется маем», «Где же ты, моя Сулико» и т. п. При ходьбе в половинах предложить хлопать в ладоши половинные доли тактов. Затем построить учеников парами,

так же как в предыдущем упражнении. Идти вперед по рейкам и петь разученную песню. После освоения этого упражнения выполнять ту же схему, приседая на опорной ноге, «черпать воду» носком свободной ноги.

Упр. № 148. Одиночная ходьба по рейке.

Установка снаряда — поставить две скамейки одна за другой рейкой вверх. Построение группы — в колонне по одному, первый у конца рейки. Техника исполнения. Идти вперед в четвертях по рейке скамейки один за другим на расстоянии одного метра. По окончании прохода правильно соскочить и, повернув вправо или влево, идти к началу движения — и так до команды «стой». Музыкальное сопровождение — медленный марш.

Методические указания. Ученики не должны падать со скамейки, покачиваться из стороны в сторону. Упражнение требует длительного тренажа, При удачном исполнении начать ходьбу в половинах — это труднее.

Упр. № 149. Одиночная ходьба по рейке с приседаниями.

О технике этого упражнения говорит его название. Разучивать в парном исполнении — такая ходьба без поддержки трудна. В этих движениях нужно много тренироваться.

Упр. № 150. Одиночная ходьба по рейке с движениями рук.

Построение группы — стайкой. Разучить движение руками: правая — вперед, вверх, в сторону, вниз. Левая — в сторону, вверх, вперед, вниз. Соединить движения об&их рук. Соединить движения рук с ходьбой вперед в половинах. Затем построить группу в колонну по одному и предложить выполнять упражнение по рейке потоком (т.е. один за другим).

Методические указания. Не должно быть остановок в ходьбе по рейке или в движениях рук. Если упражнение не получается, его надо выполнить несколько раз по доске скамейки. Пока не усвоено это упражнение, переходить к следующему нельзя.

Упр. Ns 151. Ходьба по рейке скамейки с движениями рук и с песней.

Техника исполнения — та же, что и в предыдущем упражнении, только во время движения студенты поют песню.

Методические указания. Это упражнение более сложное, но и более полезное. Хорошее выполнение свидетельствует о высоком уровне психофизических качеств. Может случиться, что внимание учеников будет направлено не на текст и мелодию песни, а на поддержание равновесия и выполнение движений руками. Это большая ошибка, она свидетельствует о нарушении взаимодействия между движениями и речью.

Упр. № 152. Ходьба по доске скамейки с движениями рук и с песней (второй вариант).

Построение — стайкой. Техника исполнения. Правая рука вперед, в сторону, вверх, пауза (в третьей доле такта), вниз. То же — левой рукой. Далее следует добавить движения туловищем и головой. На третьей доле, когда в движениях рук пауза, голова и туловище выполняют поклон, причем (и это очень важно!) во время движения правой руки — вправо, а левой — влево. Если ученики не будут этого делать сами, им нужно подсказать.

После того, как движения освоены, их надо соединить с ходьбой вперед (в четвертях). Затем подвести группу к роялю и выучить мелодию и три куплета песни «Эх, Самара-городок». Теперь можно выполнять упражнение руками с ходьбой и пением. Затем поставить скамейки доской вверх, одна за другой, а группу в колонну по одному и предложить выполнять упражнение в ходьбе по доске. Ученики должны идти в ногу, синхронно в движениях рук, туловища и головы и петь первый куплет песни, затем припев, потом второй, третий и т. д.

Методические указания. Надо добиться полной непринужденности в движениях и пении. Можно петь и другую песню, но точно и четко ритмующуюся на «/,.

Методические указания к тренажу равновесия на уменьшенной опоре. При ходьбе по рейке совершенно необходимо ставить ноги строго параллельно. Чтобы лучше сохранить равновесие, надо приподниматься на полупальцы и опускаться на всю стопу. Стопа должна активно поддерживать равновесие. Следует напоминать, что для устойчивого равновесия надо слегка закрепощать туловище в верхней части и шею, одновременно ослабляя напряжение в нижней части туловища. Такое распределение мышечных нагрузок позволяет балансировать средней частью тела, а голова и стопы остаются на одной вертикали. Расставленные в стороны руки могут быть вытянуты или чуть согнуты, могут даже находиться в различных положениях, но обязательно должны быть статичны. Колебания рук подсказывают исполнителю и педагогу, что равновесие не полно. У исполнителей с хорошим равновесием они лишь чуть колеблются, а тело выглядит покойным и свободно выполняет требуемые движения. Если позволяет время, можно ввести затруднения: ходьбу с высоко поднятыми коленями, ходьбу с приседаниями, с более сложными движениями рук и разными песнями.

Упр. № 153. Ходьба вверх по доске, поставленной наклонно.

Установка снаряда — поставить одну скамейку доской вверх, со стола на стул, вторую — со стула на пол. Перед столом положить мат. Построение группы — в колонне по одному. Техника исполнения. Идти вверх по доске в четвертях, в конце скамейки спрыгнуть на мат. Ученики двигаются потоком; когда первый перейдет на вторую скамейку, второй начинает движение по первой.

Методические указания. Упражнение выполняется за 16 четвертей. Пройти обе скамейки следует за 12 четвертей, последние четыре четверти даются на соскок и отход от снаряда. Более двух человек одновременно на снаряде быть не должно. После первого прохода по скамейкам надо учить технику соскока. Группа перестраивается стайкой. Техника соскока: сделать шаг вперед левой ногой и, оттолкнувшись ею от пола, прыгнуть вперед-вверх, приземлиться на обе ноги (на полу-пальцы)(\_мя, гко сгибая ноги и туловище так, чтобы руки коснулись пола перед телом. Колени и бедра сомкнуты. Теперь можно повторить упражнение, закончив его правильным соскоком. Музыкальное сопровождение — марш в среднем темпе.

Упр. № 154. Ходьба по рейке скамейки вниз.

Установить снаряд так же, как и в предыдущем упражнении, только рейкой вверх. Техника исполнения, Первый поднимается на стол или куб, куда поставлен конец скамейки. Идти вниз в половинах, руки держать в стороны. Исполнение поточное.

Методические указания. Подъем-на снаряд — любым способом. При ходьбе вниз требовать, чтобы движение было медленнее и плавнее. У учеников будет возникать желание ускорить темп движения и даже перейти на бег. Это опасно.

Упр. № 155. Ходьба по рейке скамейки вверх.

Техника исполнения. Содержание упражнения раскрывается в названии. Упражнение заканчивается соскоком; исполнение поточное. Здесь допустима страховка: ученику подается рука, чтобы он мог держаться либо все время, либо тогда, когда теряет равновесие.

Упр. № 156. Ходьба по рейке вверх, затем вниз с движениями рук и пением.

Установка снаряда — конец первой скамейки стоит на полу, второй ее конец опирается на сиденье стула, конец второй скамейки поставлен на то же сиденье, второй конец этой скамейки опирается о пол. Техника исполнения — идти по рейке в четвертях с движением рук и пением.

Методические указания. Очень важно добиться, чтобы студенты свободно и точно выполняли это упражнение, т. к. в следующей группе упражнений снаряд будет установлен еще выше.

Упр. № 157. Ходьба по доске высоко поставленной скамейки.

Установка снаряда. Первая скамейка ставится одним концом на пол, другим— на гимнастического коня (козла, боковую сторону половинки куба и т. п.), вторая — на коня и на одну из перекладин гимнастической стенки — на высоте 130—150 см. Около стенки справа и слева от скамейки следует положить по од ному мату. Техника исполнения. Идти вверх, дойти до конца, повернуться вправо или влево и спрыгнуть. Толчок перед соскоком должен быть направлен чуть вверх. В полете нельзя расслаблять мускулатуру, это опасно. После приземления надо выпрямиться и вернуться на место, откуда было начато упражнение. Второй ученик начинает движение вверх после того, как первый перейдет на вторую скамью. Музыкальное сопровождение — четкий марш, темп равен 60, фраза состоит из восьми тактов. Первую скамейку следует пройти за шесть шагов, вторую — так же, на 13-й четверти надо повернуться вправо или влево, на 14—15-й четвертях — прыжок с приземлением, на 16-й — отойти от мата.

Методические указания. Если есть возможность, следует установить второй снаряд; в противном случае на повторное исполнение следует вызывать главным образом тех, кто боится высоты и обладает плохим чувством равновесия.

Следует постепенно повышать уровень второй доски до высоты в 150—170 см для девушек и 200—250 см для юношей.

Упр. JVs 158. Ходьба по доске высоко поднятой скамейки и соскок боком.

Соскок боком является начальной техникой для выполнения падения сверху вниз. Техника исполнения — та же, что и в предыдущем упражнении, но перед соскоком следует остановиться обеими стопами на правом (или левом) краю доски и, не поворачиваясь вправо (или влево), соскользнуть с доски вниз. Техника этого движения: ученик наклоняется боком вправо (или влево) так, чтобы тело начало терять точку опоры; тогда, если ослабить голеностопные суставы, ноги сами скользнут вниз. Наклон туловища должен быть таким, чтобы в полете можно было повернуться боком к стенке. Приземляться лицом в зал. Этот момент наиболее опасен и требует обстоятельной подготовки.

Методические указания. Сочетание ходьбы на высоте с прыжком в глубину и с поворотом в дальнейшем очень облегчат изучение техники падения сверху вниз. При первых исполнениях ученик должен обстоятельно подготавливаться к выполнению соскальзывающего движения, при повторных — эти подготовительные движения должны становиться все менее заметными.

Упр. № 159. Ходьба на высоте с движениями рук,

Установка снаряда — положить один конец скамейки на стул, другой — на коня (или боковую сторону куба); один конец второй скамейки на коня, другой зацепить за перекладину стенки на высоте 200 см. Техника исполнения: стоя на полу, вся группа повторяет руками какое-либо упражнение на координацию; затем с этими же движениями рук ученик идет по скамейке в четвертях; дойдя до стенки, спускается по ней и приходит к месту, откуда началось упражнение.

Упр. № 160. Ходьба по скамейке с движениями рук и чтением текста таблицы умножения или песней.

Содержание этого упражнения то же, что и в предыдущем, но при его выполнении ученик либо читает текст таблицы умножения, либо поет знакомую песню, так как он делал это в специальных упражнениях на развитие рече- или вокально-двигательных координации.

Методические указания. Это сложное упражнение. Очень трудно переключиться с ходьбы по скамейке на лазание вниз по стенке и на ходьбу по полу, причем строго в одном темпе.

Это упражнение — заключительное. Выполняя его, надо следить за правиль ной дикцией, за опорой в звуке, за правильной интонацией, за тем, чтобы текст произносился осмысленно. Словесное действие — главное в этом упражнении. Текст становится действенным только тогда, когда преподаватель ставит перед учениками конкретные задачи, например, убедить, что трижды три — девять, или удивить присутствующих, что четырежды шесть — двадцать четыре, а не больше и не меньше. Когда перед учеником стоит такая задача, он забывает о высоте, ему некогда думать о ней, так как он увлечен чтением текста или пением, контролированием ходьбы, координационных движений руками, затем переходом на

лазание по стенке. Это освобождает его организм от зажимов, тело становится свободным и продуктивно действует.

Все упражнения в равновесии должны быть окончены к середине второго семестра курса.

Глава двадцать седьмая АКРОБАТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

Основная задача акробатических упражнений в предмете «Основы сценического движения» сводится к совершенствованию координации движений, тренировке скорости реакции, развитию смелости и решительности.

Техника этих упражнений должна быть изучена на уроках физического воспитания в первом семестре; курс «Основы сценического движения» вводится со второго семестра, и потому известная уже студентам техника сразу становится средством тренировки. Применяются акробатические комплексы, состоящие главным образом из кувырков. Их различные комбинации должны выполняться на ограниченном пространстве и в различных темпах. Чтобы развить смелость, исполнение этих упражнений постепенно переводится с матов на непокрытый пол. Для воспитания смелости и решительности имеют ценность только первые исполнения на матах, ибо, как только ученики убедятся в безопасности и безболезненности упражнений, эта задача уже не ставится. Выполнение на полу действительно требует смелости и решительности, так как оно несколько болезненно.

Занятия сложными видами акробатических прыжков себя не оправдывают, поскольку на изучение их техники тратится очень много времени, а приобретенные навыки почти никогда на драматической и тем более на оперной сцене не находят применения. Акробатические поддержки не нужны по тем же соображениям, а кроме того, у нижнего партнера развивается гипертрофированная мускулатура.

Упр. № 161. Кувырок вперед.

Установка снаряда. Положить поперек зала максимальное количество матов на расстоянии 100 см друг от друга. Построение группы — шеренгами перед матами.

/ 9 т а п

Техника исполнения. Подойти к мату; согнув колени, наклонить туловище вперед, ладони положить на край мата. Пальцы должны быть направлены вперед; подбородок прижат к груди. Затем согнуть локти и, слегка оттолкнувшись ногами, переворачиваться через голову — последовательно положить на мат затылок, шею, лопатки, поясницу. Если тело будет согнуто, получится мягкий перекат

и ученик окажется сидящим на мате с согнутыми коленями (рис, 104). По команде «алле-хоп!» первая шеренга выполняет кувырок, затем то же делает вторая.

// этап

Задача этого упражнения — верно распределить движения кувырка под музыку. Пианист играет вальс в медленном темпе, акцентируя каждую первую четверть такта (приложение № 16). Фраза должна состоять только из четырех тактов. Техника исполнения. На первом такте ученики первой шеренги исполняют кувырок, на втором — фиксируют положение сидя, на третьем поднимаются в рост, на четвертом отходят вправо или влево от мата. Вторая шеренга выполняет то же за последующие четыре такта.

Ill этап

Техника исполнения. На первом такте вальса — перекувырнуться и встать; на втором — отойти от мата и повернуться кругом; на третьем такте кувырок выполняют ученики второй шеренги, на четвертом они встают и занимают место за первой шеренгой. Далее уже в обратном направлении кувырок снова делают ученики первой шеренги, потом — ученики второй.

Методические указания. Если кто-либо не выполнит первого этапаэтогоупраж-нения, в дальнейшем он будет отставать от других (обычно отговариваются неумением, головокружением или боязнью). Если у ученика хорошее здоровье, нужно добиться, чтобы он выполнил упражнение. Иногда приходится помочь: преподаватель становится на колени справа от ученика, подсовывает ему под мышку свою правую руку так, чтобы ладонь, положить на шею, затем он наклоняет голову студента к груди и левой рукой слегка подталкивает его в спину, чтобы создать у него ощущение верного положения и движений тела вперед при начале кувырка. Потом ученик сам откажется от помощи.

Следует рассказать занимающимся, что небольшое головокружение, появляющееся после кувырка, — это результат непривычной реакции организма: оно безопасно для здоровья и скоро исчезнет. Однако имеется целый ряд противопоказаний к занятиям элементами акробатики. Это — некоторые заболевания глаз, мозговые, хирургические заболевания, нарушение кровяного давления и пр. Преподаватель, знающий об отклонениях от нормы в здоровье некоторых учеников, заранее отстраняет их от выполнения акробатических упражнений.

Упр. № 162. Кувырок enepedj поворот, кувырок вперед. Построение группы и порядок исполнения — те же, что и в предыдущем упражнении. Техника исполнения. Первый такт вальса — кувырок вперед; встать, второй

Рве 104

такт — поворот на 180 градусов, третий такт — кувырок вперед — встать, четвертый такт — отойти в сторону, чтобы не мешать второй шеренге.

Упр. № 163. Кувырок вперед и поворот кругом, кувырок вперед и поворот кругом, кувырок, встать, отойти.

Пока играется четырехтактовый отрывок вальса, надо, точно распределяя движения под музыку, выполнить три кувырка вперед и отойти от мата. По команде «начали» упражнение выполняют по очереди сначала первая, потом вторая шеренги. Предварительная команда к этому упражнению: «Кувырок вперед, кувырок вперед, кувырок вперед — отойти».

Методические указания. Поскольку ученикам ничего не говорится о поворотах, а перед каждым лежит только один мат, они должны сами сообразить, что необходимо повернуться после первого и второго кувырков. Но элемент тренировки на сообразительность будет только у первых исполнителей. В этом упражнении главная задача — выполнение движений слитно под музыку.

Упр. М° 164. Три кувырка вперед.

Установка снаряда — положить три мата дорожкой с расстоянием в 50— 60 см между ними. Построение группы. Колонна по одному, выполнение поочередное. Первый стоит у начала дорожки. Техника исполнения. Под вальс следует выполнить три кувырка вперед так, чтобы руки опирались на края матов, а стопы попадали точно в промежутки между ними. Правильное размещение тела — главная задача в этом упражнении. Упражнение должно быть выполнено за четыре вальсовых такта. Надо добиться, чтобы кувырки точно совпадали с тактами музыки: первая четверть — поставить ладони на мат, вторая — перевернуться, третья — встать. На четвертом такте — отойти от мата, причем делать это четко, не потеряв равновесия — это тоже часть упражнения. Правильное исполнение свидетельствует о самообладании.

Каждый последующий ученик начинает упражнение самостоятельно. Упражнение заканчивается, когда последний отойдет от мата. Сказать, что вовремя начать кувырок значит то же, что вовремя выйти на сцену.

Методические указания. Попадание ногами на пол между матами тренирует распределение тела в пространстве. После того, как студенты выполнят упражнение по одному разу, есть смысл сказать: «Если вы можете верно ощущать пространство и правильно в нем действовать головой вниз, так уж в обычных положениях тела будете выполнять это без затруднений».

Упр. № 165. Три кувырка вперед с подъемом в рост. Установка матов — дорожкой. Схема упражнения. В первом такте вальса — кувырок вперед и встать, во втором и третьем тактах то же, в четвертом — отойти от мата и сесть на скамейку. Вальс исполняется в среднем темпе.

Методические указания. Исполнение затруднено необходимостью двигаться весьма быстро, поскольку за один такт надо и перекувырнуться и подняться — это потребует активной мобилизации всего нервно-мышечного аппарата. В первых попытках упражнение часто не получается — значит, ученики не могут делать большие по амплитуде движения в быстром темпе. Вовремя упражнения следует несколько варьировать темпы музыки. Надо добиваться плавных, слитных

&.

движений — задача трудная. Когда упражнение выполнено в быстрых, а затем медленных темпах, педагог должен рассказать, что люди в жизни меняют темпы своего поведения не очень контрастно. Каждому присущ какой-то нормальный для него темп поведения. Однако сцена требует больших темпо-ритмических разнообразий, и к этому нужно приучать двигательный аппарат. Чем неудобнее и непривычнее будут темпы движений в тренаже, тем больше пользы они принесут.

Упр. № 166. Три кувырка вперед с изменением направления.

Установка снаряда. Первый мат продольно по залу, второй — под углом в 90 градусов по отношению к первому, третий —- под углом в 90 градусов по отношению ко второму. Получается зигзагообразная дорожка. Техника исполнения. Три кувырка вперед под вальс среднего темпа; повторить в обратном направлении (т.е. начать с третьего мата).

Методические указания. Положенные под углом маты затрудняют ориентировку. Упражнение выполняется очень быстро; оно хорошо тренирует скорость реакции па ориентацию в пространстве. Выполнять его в медленном темпе нет смысла.

Упр. № 167. Кувырок назад.

Установка снаряда — положить маты поперек зала. Построение группы — шеренгами, первая — перед матами.

Подготовительное упражнение. Педагог рассказывает, что кувырок назад требует применения довольно большой скорости, поскольку без инерции выполнить его нельзя. Исходное положение. Подойти к мату, повернуться кругом и сесть на его край. Тело должно быть компактным: спина круглая, согнутые колени прижаты к груди, голова опущена к коленям, руки обнимают голени. Техника исполнения. По команде «алле-хоп!» ученики, сохраняя исходное положение тела, должны опрокинуться на спину, последовательно приземляясь на таз, поясничную часть спины, лопатки. Получается «бочонок», который как бы качнулся назад, а затем принял исходное положение. Упражнение в покачивании на спине выполнить три-четыре раза подряд.

Основное упражнение. Рассказать, что если опрокидывание на спину будет достаточно быстрым, а тело останется компактным, то туловище поднимется сначала над головой, а потом окажется за ней, тело обязательно перевернется через голову назад. Этому ученик должен помочь руками: он отпускает голени и упирается ладонями в мат в момент, когда тело опирается на шею и затылок. Чтобы облегчить нагрузку на затылок, ученик отталкивается от мата — это позволит ему сразу встать на стопы, а не на колени (рис. 105).

Методические указания. Кувырок назад — сложный навык. Ученик часто боится его. У девушек даже возникают мышечные расслабления. В результате туловище плашмя, а не перекатом, падает на мат; мышцы шеи также расслабляются, и поэтому ни ноги, ни таз не поднимаются вверх. Необходим продолжительный тренаж в подготовительном упражнении; тогда при увеличении амплитуды раскачивания преподаватель должен внезапно подтолкнуть ученика в спину, чтобы помочь ему перевернуться. У студентов, плохо координирующих движения, men разгибается и голова тормозит движение кувырка. При этой ошибке необходимо заставить ученика следить за положением подбородка;

заставить его несколько раз сделать подготовительное упражнение, и если он хорошо с этим справится, подтолкнуть тело назад. Ощущение первого кувырка назад создаст верную ориентацию, но ученик сразу не анализирует, отчего получится кувырок, и потому нужно тотчас же заставить его повторить упражнение второй и третий раз.

Упр. № 168. Два кувырка назад.

Техника исполнения. Из положения приседа спиной к мату сделать на первом такте вальса кувырок назад, на втором — поворот кругом, на третьем — снова кувырок назад, на четвертом — отойти от мата.

Методические указания. Добиваться слитного выполнения. Поворот кругом надо выполнять в положении приседа. Для тренажа скорости реакции преподаватель командует «правый поворот» или «левый поворот» в момент, когда ученик находится в положении переворота.

Кувырки назад — сильные по воздействию на организм упражнения. Их не следует в одном уроке давать более трех-четырех.

Упр. № 169. Три кувырка назад с поворотами.

Техника исполнения. В первом такте вальса — кувырок назад и поворот кругом, во втором такте — кувырок назад и поворот, в третьем — то же, но без поворота, после чего надо отойти от снаряда. Упражнение повторяется не более двух раз.

Упр. № 170. Три кувырка назад на трек матах..

Установка снаряда: положить дорожкой три мата на расстоянии 50—60 см. между ними. Построение: колонна по одному, выполнение поочередное. Техника исполнения. Первый, подойдя к мату, поворачивается к нему спиной и принимает положение приседа. По команде и под музыку вальса он делает три кувырка назад подряд так, чтобы стопы попадали на пол между матами. Каждый следующий начинает упражнение, не дожидаясь команды, но обязательно с первой четвертью первого такта музыкальной фразы. (Музыкальная фраза должна иметь четыре такта, если фраза из восьми тактов, то на первой четверти пятого такта должен быть акцент). Упражнение выполняется не более двух раз.

Упр. №171, Кувырок вперед, кувырок назад, кувырок вперед на одном мате.

Размещение снаряда — положить маты поперек зала. Построение группы — шеренги перед матами. Техника исполнения. Кувырок вперед до положения приседа, кувырок назад и снова кувырок вперед. В четвертом такте надо отойти от мата. Вторая шеренга включается в выполнение при начале следующей музыкальной фразы вальса без команды.

Методические указания. Как только закончено движение вперед, немедленно начать движение назад, а затем снова вперед. Не нужно предупреждать студентов о необходимости вовремя тормозить движение тела после кувырка. Есть смысл для первого исполнения вызывать наиболее слабых.

Упр № 172. Кувырок вперед, кувырок назад и кувырок вперед на трех матах.

Установка снаряда — дорожка из матов. Построение группы -— колонна по одному. Техника исполнения раскрыта в названии упражнения.

Упр. № 173. Стойка ^свечкой» (на лопатках).

Установка снаряда. Положить поперек зала максимальное количество матов на расстоянии метра один от другого. На каждый мат ложится на спину один ученик. Техника исполнения. Поднять ноги до прямого угла. Ладони вытянутых вдоль туловища рук и затылок должны опираться о мат. Затем поднять вверх туловище, вертикально вытягивая ноги, чтобы тело держалось в положении «свечки». Учащиеся должны, сгибая локти, подпереть таз ладонями, тогда тело опирается на лопатки, шею и затылок (рис. 106). Чтобы выйти из положения «свечки», нужно согнуть колени так, чтобы они почти коснулись лба; затем, распрямляя руки и используя инерцию, образовавшуюся от движения тела вниз, перейти в полуприсед и в темпе этого движения встать.

Методические указания. Добиваться вертикального положения тела от шеи до пальцев ног; помогать ученикам, которые сами не могут выполнить упражнение, приподнимая их вверх.

Упр. № 174. Кувырок вперед, «свечка», встать.

Техника исполнения. Надо выполнить кувырок вперед так, чтобы лечь на спину, руки вдоль туловища ладонями вниз. Затем поднять туловище и ноги в положение «свечки», далее сгруппироваться и встать. Музыкальное сопровождение — медленный вальс, фраза в четыре такта. Распределение упражнения в музыке: первый такт — кувырок, второй — сделать «свечку», третий — пауза в положении «свечки», четвертый такт — группировка и встать.

Методические указания. Необходимо, чтобы на мат ложились прямые сомкнутые ноги, нельзя ударять пятками о пол. Такое исполнение потребует напряжения мускулатуры, и туловище по инерции поднимется в положение сидя, а это тоже неверно. Надо добиться такой координации в напряжении мускулатуры, чтобы при опускании ног голова и плечи не отделялись от пола. Это трудно» но после соответствующей тренировки учащиеся осваивают эту технику — она помогает управлять инерцией тела. Повторить это упражнение в уроке можно несколько раз.

Упр. № 175. Два кувырка вперед, «свечка \*, встать-

Техника исполнения указана в названии. Каждый элемент выполняется в пределах одного такта вальса.

Методические указания. После первого кувырка необходима группировка, чтобы перейти в положение приседания, из которого удобно выполнить второй. В конце второго кувырка лечь на спину и вытянуть ноги. В положении «свечки» нет паузы, так как сразу после нее надо начать финальное движение.

Упр. -Nb 176. Кувырок назад, кувырок вперед, «свечка \*, встать.

Методические указания. При кувырке назад возникает повышенная инерция, ее нужно вовремя погасить, чтобы суметь сделать кувырок вперед. При кувырке вперед нужно медленно опускать прямые ноги, в «свечке» следует зафиксировать положение.

Упр. № 177. «Мост».

Исходное положение. Лечь па спину; ноги расставлены на ширину 50—60 см, стопы упираются в мат рядом с туловищем; руки упираются в мат ладонями рядом с головой, справа и слева от нее. Техника исполнения. Для того, чтобы сделать «мост», необходимо до конца разогнуть колени и локти и выгнуть туловище вверх {рис. 107). Зафиксировав это положение в течение трех-пяти секунд, следует, постепенно сгибая локти и колени, перейти в положение лежа, затем вытянуть ноги, а руки положить вдоль туловища.

Упр. № 178. Кувырок вперед, стойка «свечкой», кувырок вперед, «люст», сесть, кувырок назад, отойти.

Техника исполнения понятна из его названия. Оно выполняется под вальсо-вую фразу в восемь тактов, каждый элемент — за один такт. Первый такт — кувырок вперед и лечь на спину, второй — «свечка», третий — держать «свечку», четвертый — группировка и перейти в присед, пятый — кувырок вперед, лечь на спину, шестой — подставить руки и ноги для «моста» и выжать его, седьмой — опустить «мост» и сесть, восьмой — кувырок назад и уйти с мата. С первым тактом следующей фразы упражнение начинает выполнять второй ученик и т. д.

Упр. № 179. Два кувырка вперед, лечь, «мост», лечь, сесть, кувырок назад,

отойти.

Это упражнение выполняется также за восемь тактов вальса. Техника исполнения. Переход от первого кувырка ко второму должен быть непрерывным, его

нужно выполнить за два вальсовых такта. Как только прямые ноги после второго кувырка прикоснутся к мату, руки и ноги одновременно принимают подготовительное положение перед «мостом» — это делается на третьем такте. «Мост» выжимается на четвертом такте. На пятом следует медленно лечь на мат, на шестом — сесть, вытянув ноги, на седьмом — сделать кувырок назад, на восьмом — отойти в сторону.

Методические указания. Нужно устранять все лишние движения, т, е. «мусор», возникающий из-за неверной координации мышечных перенапряжений или расслаблений. Преподаватель должен останавливать ученика сразу, как только заметит ошибку, и, разъяснив ее, предложить выполнить упражнение вновь. Разъясняя ошибку, преподаватель попутно говорит, что первое условие выразительности в движении — это лаконизм, точность исполнения; иными словами, скорости движений и их размеры должны находиться в строгом соответствии с предложенной схемой. Каждое упражнение в уроке, как и цепь действий на сцене, только тогда станет артистичным, если в нем нет лишних движений. Надо приучать студентов сразу обходиться без «мусора» — а потому любое движение нужно начинать разучивать в медленном темпе, чтобы можно было подумать над каждым элементом. Фиксация внимания ученика на допущенных им ошибках заставляет его и при повторениях активно контролировать движения.

Этот комплекс, так же как и предыдущий, разучивается в конце первого семестра, и один из них включается в зачет за полугодие,

Упр. № 180. Кувырок через одну руку.

Установка матов и построение группы те же, что в обучении обычному кувырку.

Первое подготовительное упражнение. Построение — стайкой, подальше друг от друга. Исходное положение — сесть на пол с вытянутыми вперед ногами. Затем стопу левой ноги поставить возле таза, бедром и голенью лечь на пол. Потом прямой правой ногой надо накрыть сверху стопу левой ноги (рис. 108). Теперь надо лечь спиной на пол, руки вытянуть вдоль тела и упереться ладонями в пол. Техника исполнения. Сохраняя положение ног, поднять их вверх, затем, опуская ноги, сесть, после чего встать на колено левой ноги. Правая нога при этом стопой должна упираться в пол (ее голень вертикальна), затем надо снова лечь на спину, подняв ноги в указанном положении; далее, опуская ноги и поднимая туловище, опять встать на колено левой ноги. Проделать это несколько раз (рис. 109). Музыкальное сопровоокдение — медленный вальс. Упражнение выполняется за два такта. Затем то же упражнение следует выполнять так, чтобы вставать на правое колено.

Методические указания. В этом упражнении учащиеся ложатся на непокрытый пол. Возникающие при этом небольшие болевые ощущения — безвредны, и к ним скоро привыкают. Важно приучить студента к подобным ощущениям, чтобы он не замечал их; кроме того, он найдет приспособления, которые помогут уменьшить боль: это плавность выполнения, умение держать круглую спину и верная мышечная напряженность всего тела.

Второе подготовительное упражнение. Первая шеренга делает кувырок на матах и, закончив его, принимает положение, разученное в предыдущем

упражнении. Повторить несколько раз, с тем чтобы правильное окончание стало привычным.

Третье подготовительное упражнение. Построение —стайкой. Техника исполнения. Сделать правой ногой шаг вперед, стопу повернуть влево; перенести на эту ногу вес тела, выставить вперед правую руку ладонью вперед, пальцы повернуты влево; согнуть туловище вперед-вниз так, чтобы ладонь руки оперлась о пол. Для этого надо слегка согнуть колени, а подбородок наклонить к груди (рис. ПО). Из этого положения хочется сделать кувырок, по надо выпрямиться и несколько раз повторить эти движения. При этом туловище не должно поворачиваться боком к полу.

Основное упражнение. Построение группы — шеренгами; первая становится на расстоянии одного шага от матов. Техника исполнения: сделать шаг вперед правой ногой, стопу повернуть влево, затем выставить правую руку вперед, наклониться и сделать кувырок, опираясь о мат только правой рукой. Окончить кувырок стойкой на левом колене. Затем то же упражнение выполнять, действуя левой рукой и ногой.

Упр. № 181. Кувырок через одну руку, лечь, подняться на левую голени.

Построение группы —- шеренгами; первая — на расстоянии одного шага от матов. Техника исполнения. Выставив вперед правую ногу и руку, сделать кувырок вперед через одну руку; окончить на левую ногу, правая рука должна остаться вытянутой вперед; после этого лечь на спину, поднять ноги, не меняя их положения, снова подняться на левое колено, встать и отойти от матов. Музыкальное сопровождение — медленная вальсовая фраза в четыре такта.

Упр. № 182. Кувырок через одну руку с выходом на левую ногу, лечь, подняться с выходом на правую ногу, лечь, поменять положение ног и закончить с выходом на левую ногу, встать.

Техника исполнения — в названии упражнения. Все упражнение выполняется за восемь тактов вальсовой фразы. Для затруднения предложить начать упражнение левой ногой и левой рукой.

Упр. № 183. Три кувырка вперед через одну руку в одном направлении.

Установка снаряда — положить три мата дорожкой на расстоянии 60—70 см между ними. Построение группы — колонна по одному, исполнение поочередное. Техника исполнения. Выполнить три кувырка вперед через одну руку, начав движение правой ногой и рукой. После каждого кувырка ноги должны попадать в промежутки между матами. Двигаться слитно и плавно. Три кувырка и отход выполняются в пределах вальсовой фразы в четыре такта.

Упр. № 184. Два кувырка через одну руку с изменением направления движения.

В первом такте — кувырок вперед через одау руку, во втором — встать и сделать поворот на 180 градусов, в третьем — выйти вперед правой ногой и выполнить второй кувырок, в четвертом — встать и отойти от мата.

Упр. № 185. Три кувырка вперед через одну руку с поворотами.

Техника исполнения. Кувырок вперед через одну руку; выйти правой ногой вперед, выставляя правую руку, затем подняться, повернуться на 180 градусов, левая нога впереди, сделать второй кувырок вперед (начиная левой), подняться и снова повернуться на 180 градусов, сделать третий кувырок (начиная правой), встать и уйти с мата. Все элементы выполняются на одном мате (приземляться и подниматься придется на полу). Упражнение рассчитано на четыре вальсовых такта.

Упр. №. 186. Каскад.

Каскадом называется сочетание прыжка вверх-вперед и обычного акробатического кувырка. Техника его состоит из трех последовательных движений; отталкивания, полета и приземления с кувырком. Установка снаряда; положить один на другой три-четыре мата, за ними — еще один мат. Техника исполнения, После небольшого разбега надо оттолкнуться одновременно двумя ногами по направлению вперед-вверх; в полете наклонить голову и туловище, опустить руки; приземлиться на руки. В этот момент сгруппировать туловище и ноги, сделать кувырок и подняться (рис. 111). В то же время необходимо своевременно уничтожать инерцию вперед.

Методические указания. Чтобы сделать упражнение правильно, необходимо научиться отталкиваться двумя ногами. Выполнение каскада надо начать с обучения от талкиванию двумя ногами. Для этого применяется какой-нибудь опорный гимнастический снаряд. При исполнении каскада после отталкивания и полета надо опустить вниз руки и плечи.

При приземлении руки должны коснуться мата раньше ног — тогда, согнув локти, можно удобно опуститься на лопатки (а не на затылок и шею) и безопасно перекувырнуться.

Каскад нужен актеру не только как упражнение на координацию и смелость. Он применяется в различных приемах борьбы без оружия. В технике его есть следующие опасные моменты: если делать его медленно, недостаточно высоко подпрыгнуть, можно упасть плашмя или, оказавшись в вертикальном положении, вниз головой, опуститься на темя или шею. Если же студент взял слишком большой разбег и очень сильно оттолкнулся, он может упасть не на руки, а на спину, что опасно для легких, почек, позвоночника и крестца. Отработка нужной скорости крайне необходима в этом упражнении. Убедившись, что техника верна, надо убрать верхний мат, затем второй, потом третий. Далее следует начать постепенно увеличивать амплитуды каскада. Надо поставить какое-то препятствие (например, палку), чтобы увеличить полет в длину и в высоту. Наконец, нужно тренировать прыжок вперед-вверх. Не следует прыгать выше 100—110 см. Необходимо отталкиваться ногами от пола перед первым матом, попадать руками сразу на второй. Заниматься каскадом с девушками не следует.

Упр. № 187. Каскад и кувырок вперед.

Установка снаряда — дорожка из матов, поставленных вплотную. Исполнение — поточное. Преподаватель держит палку на высоте 50—70 см. Техника исполнения — разбег, толчок двумя ногами, каскад через палку, подъем в рост, кувырок вперед, встать, отойти от мата.

Методические указания. Проверив, как делает упражнение каждый ученик, предложить пианисту играть галоп в быстром темпе. Под музыку ученики один за другим выполняют упражнение до команды «стой». Музыка в этом упражнении — только фон.

Упр. № 188. Каскад, кувырок на горке, кувырок на мате, «свечках, кувырок назад.

Установка снаряда — два мата, положенные дорожкой, половинка куба, поставленная на бок, за ней еще два мата дорожкой. Техника исполнения. Разбег, толчок, каскад через воображаемое препятствие, затем, если надо, один-два шага вперед и кувырок на кубе; в заключение — кувырок на мате. Эта часть комплекса выполняется слитно в едином темпе. После кувырка поднять ноги, сделать гсвечку», выдержать паузу в три секунды, сгруппироваться, выполнить кувырок назад, отойти от мата.

В этом комплексе невозможно поточное исполнение из-за паузы в положении «свечка».

Упражнение выполняется без музыки, по можно использовать галоп, причем на время, когда студент делает «свечку», музыка прекращается.

Глава двадцать восьмая ВОСПИТАНИЕ ВЫРАЗИТЕЛЬНО ДЕЙСТВУЮЩЕЙ РУКИ АКТЕРА

Воспитание выразительной руки актера — крайне важный и трудоемкий процесс. В течение многих лет в театральной педагогике этим не занимались, несмотря на то, что о необходимости правильно развивать и готовить руки будущего актера много и настоятельно говорили преподаватели драматического искусства. Мало того, эта задача никогда не решалась с точки зрения системы К. С. Станиславского, утверждавшего, что движения тела и жесты должны выражать не только логику жизни сценического героя, но и всю сложность его чувств и эмоций.

Однако невозможно предложить готовые рецепты для создания подобных жестов, как нельзя предложить сами жесты на все случаи сценической жизни. Невозможно их учесть, тем более что количество различных деталей и оттенков в них — неизмеримо велико. Эти детали и оттенки должны отражать обстоятельства пьесы, ее жанр, режиссерский замысел и трактовку образа. Кроме того, они очень во многом зависят от индивидуальных особенностей каждого исполнителя, его таланта, его самочувствия.

Как показал педагогический опыт, в настоящее время уже появилась возможность обстоятельно заниматься воспитанием выразительности рук. И дело не в том, что нужно найти конкретную жестикуляцию. Это воспитание сводится к созданию у актера потребности в первую очередь руками выражать то, что решает сценическую задачу. Если движения рук и жесты лишены логики и соответствующей эмоциональности, они ничего не выражают и поэтому не нужны и даже вредны.

Совершенствование движений рук актера в предмете «Основы сценического движения», начинается с упражнений моторного типа, продолжается упражнениями, в которых есть некое подобие действия, и заканчивается в специальных этюдах. В этой теме этюдные упражнения сближаются с простейшими упражнениями курса «Мастерство актера».

Занятия танцем и фехтованием развивают главным образом «большие движения» рук, хорошо тренируют гибкость и подвижность плечевых и локтевых суставов и в меньшей степени — луче-запястный и почти не задевают пальцы.

Необходимо отметить, что физическая выразительность актера проявляется, главным образом, в движениях кистей и пальцев, поскольку именно кистью и пальцами человек выполняет почти все бытовые и производственные действия, активно и эмоционально жестикулирует; значит, и упор надо делать на развитии движений кистей и пальцев.

В правильно поставленном учебном процессе по ритмике, благодаря упражнениям, обучающим основам дирижерского жеста,

есть возможность заставить руки актера действовать активно. В этих упражнениях обе руки должны действовать одинаково выразительно, что уже очень важно. Студенты обучаются искусству специальными жестами передавать не только метрический и ритмический строй музыкальных произведений, но и логику и эмоции музыки во всем их многообразии; они приучаются всесторонне использовать разнообразные амплитуды, темпы, характер в движениях рук и тела и делать даже тончайшие изменения в них. Именно это помогает совершенствованию выразительности рук. Однако эти жесты относительно слабо тренируют пальцы актера, а кроме того, они слишком специфичны по своему содержанию. Таким образом, они лишь косвенно влияют на развитие выразительности рук драматического актера и оперного певца. По существу они создают только основу для волевого жеста.

В свое время многие педагоги, занимавшиеся воспитанием пластической культуры актера, видимо, недооценивали всю важность работы над кистью и пальцами и, главное, не создавали упражнений действенного типа, т.е. такие, где руки не только двигались, а учились действовать. Привлекались, правда, жонглерские упражнения, но они для этой цели не годятся, так как их задача — совершенствовать только «хватательный навык». Если и делались единичные попытки заниматься выразительностью кисти и пальцев актера, то они приносили ничтожную пользу, ибо отбор упражнений носил случайный характер, и выполнялись они редко и без всякой системы. Это привело к необходимости собрать и систематизировать уже имеющийся опыт, а также создать совершенно новые упражнения, прямо отвечающие запросам театральной педагогики.

Основная задача предмета «Основы сценического движения» — развитие действенного начала в движениях тела, и один из способов ее разрешения — это специально созданные упражнения для рук. Через них во многом осуществляется связь предмета с драматическим искусством.

Упражнения темы «Воспитание выразительно действующей руки актера» по конкретным задачам и характеру воздействия систематизированы в три группы: 1) моторные; 2) образные; 3) этюды.

Моторные упражнения

Упражнения этой группы развивают гибкость и подвижность обеих рук, главным образом кистей и пальцев; но основной акцент — на повышение двигательных возможностей левой руки. (Актерам на сцене довольно часто приходится выполнять левой рукой то, что в жизни они сделали бы правой. Это диктуется условностями сценического пространства и положением тела в нем.)

Количество этих упражнений может быть значительно расширено заимствованием из гимнастики, ритмики, музыки и хореографии (например, из восточных танцев). Однако в этом нет особой необходимости, поскольку улучшить подвижность суставов можно сравнительно небольшим количеством упражнений, нужно лишь повторять их возможно чаще — не только на уроках по движению, но и в утренней гимнастике и в «туалете» актера перед уроками драматического искусства.

Образные упражнения

Упражнения этой группы становятся подобием действия только при достаточной фантазии учеников, после того, как освоена принципиальная схема. Сами по себе эти упражнения действенного содержания не имеют, сразу найти в них логический смысл довольно трудно; но верное название и правильно подобранная музыка помогают им превращаться в сценические действия. Даже каждое отдельное движение при верном темпо-ритме может вызвать у учеников нужные ассоциации и побудить их целенаправленно выполнять упражнение. Благодаря этому возникает впечатление, что в упражнении есть конкретное содержание. Эти упражнения заставляют ученика сначала активно фантазировать, а затем действовать так, чтобы оправдывались заданные движения. Для этого ученики сами для себя должны определить простейшие обстоятельства, заставляющие их поступать так, а не иначе — только тогда их действия будут эмоционально окрашены в соответствии с характером движений, музыкального сопровождения и т. п.

Этюды

Одна часть этих упражнений ближе всего к жестам. Другая же аналогична упражнениям с воображаемыми предметами в драматическом искусстве; однако полного подобия между ними нет, поскольку в этих упражнениях нет действия, определяющего какой-то отрезок жизни героя. Драматические этюды в предмете «Основы сценического движения» были бы ненужным и вредным дублированием. Этюды в этой теме состоят из таких дробных действий, которые можно непрерывно циклически повторять. Каждое упражнение в таком цикле длится всего 20—30 секунд, в нем есть логическое начало, развитие и финал.

Большое количество повторений позволяет педагогу вести нужную тренировочную работу. Так, например, в упражнении «Пушинка» всего четыре дробных действия: смотрю на летящую пушинку, осторожно беру эту пушинку, играю с пушинкой, выпускаю пушинку. Этот цикл повторяется четыре раза правой рукой, а затем

столько же левой. Восьмикратное повторение цикла составляет полное упражнение. В последний, восьмой раз пушинку следует смять. Это упражнение можно выполнять разными пальцами, в разных темпах и амплитудах.

Учащиеся должны передать в движении рук и тела легкость и хрупкость пушинки, должны внимательно наблюдать за ее полетом, очень осторожно поймать ее пальцами, поиграть, как бы взвешивая в воздухе, и выпустить так, чтобы она вновь полетела. Других задач нет. Если педагог вначале расскажет о последовательности действий, укажет, какой рукой и какими пальцами надо действовать, но ничего не покажет, то каждый ученик будет по-своему решать логику этих действий. Как показала педагогическая практика, схема упражнения будет у всех одинакова, а конкретные движения весьма разнообразны. Выслушивая задание, учащиеся должны представить себе нужные действия и только тогда начать выполнять их.

Однако здесь всегда есть опасность, что ученики начнут изображать чувства, т.е. окрашивать движения внешними признаками эмоциональности: умиляться, радоваться пушинке или жалеть, когда она смята. Этого допускать нельзя: задача упражнения сводится к конкретным действиям с пушинкой, а не к игранию в чувства, для возникновения которых нет повода.

В упражнениях подобного типа каждое дробное действие имеет точнейшую задачу. Выполнение именно данной задачи заставляет действовать целенаправленно и обязательно последовательно — это и создает правду придуманной жизни.

В учебнике описано небольшое количество упражнений этой группы. Часть их состоит только из двух, другие — из четырех дробных действий. Воображаемые предметы, с которыми приходится действовать ученику в этих упражнениях, столь различны, что движения, осуществляющие эти действия, оказываются также совершенно разными. Исполнители должны не только специально отбирать нужные движения, но и выполнять их в разных темпо-ритмах. В этом основная воспитательная и образовательная ценность этих этюдов.

Этюды создают у учеников яркое представление о пластических возможностях рук. Педагогический процесс в упражнениях этой группы должен быть последовательным и неторопливым. Надо упорно добиваться полного правдоподобия действий, внимательности и творческой активности. Механическое повторение не разовьет выразительных возможностей рук.

Учащиеся должны знать и понимать, что через эти упражнения им открываются выразительные возможности рук и тела.

Моторные упражнения для развития гибкости и подвижности рук

Упр. № 189. Опускание и поднимание рук (подготовительное).

Построение — стайкой. Исходное положение — свободная стойка. Техника исполнения. Медленно поднимать руки в стороны, локти чуть ослаблены, и кисти свободно свешиваются вниз. Когда руки окажутся в горизонтальном положении, кисти должны подняться на уровень с предплечьями. В этот момент руки начнут опускаться, причем кисти снова должны отставать от предплечий (рис. 112). Музыкальное сопровождение — медленный вальс. Упражнение выполняется в пределах двух тактов. Когда техника этих движений освоена, надо делать то же упражнение по направлению вперед, а затем комбинировать, выполняя его то вперед, то в сторону.

Упр. № 190. «Волна».1

Первый вариант. Построение — в этом и в других упражнениях этой темы стайкой, стойка свободная. Исходное положение — правая рука вперед, кисть и пальцы вытянуты, ладонь повернута вниз. Техника исполнения, — Расслабить руку в кисти, пальцах и локте, затем, чуть сгибая локоть, поднять кисть так, чтобы ладонь была направлена вперед. Двигать руку от себя, одновременно приподнимая кисть так, чтобы ладонь оказалась снова направленной вперед. Получается плавное отталкивание (рис. 113). Когда локоть будет вытянут, а кисть приподнята, надо опустить кисть так, чтобы рука оказалась в исходном положении. При выполнении движения отталкивания пальцы выпрямляются с некоторым напряжением. После разучивания этой техники правой рукой, надо выполнить

Разработано проф. Н. В. Романовой.

то же левой. Музыкальное сопровождение — медленный вальс (приложение № 17). Упражнение выполняется в пределах двух тактов. Когда техника освоена отдельно каждой рукой, предложить выполнять упражнение сразу двумя руками. Туловище и ноги должны ритмично и свободно покачиваться вперед и назад в соответствии с движениями рук. Надо добиваться непрерывности движений. В заключение следует рассказать, что на этой технике построено движение рук в танце «Умирающий лебедь». Этот образ может помочь создать представление о технике упражнения.

Второй вариант. Выполнить то же, только руки направлены в стороны. При этом туловище и ноги покачиваются вправо и влево (ноги следует предварительно расставить), несмотря на то, что «Волна» выполняется сразу двумя руками (рис. 114).

Третий вариант этого упражнения состоит в исполнении «Волны» по направлению вверх, четвертый — вниз.

Методические указания. Тренировка начинается после того, как разучены все четыре варианта. Занимающиеся должны слитно выполнить комплекс из тридцати двух движений: восемь движений вперед, восемь — в стороны, восемь — вверх и восемь — вниз. Для затруднения предложить пианисту менять темп вальса, переходя от среднего к очень медленному, затем постепенно убыстрять его и вновь вернуться к первоначальному. При тренировке, как правило, возникают две ошибки; исчезает «отталкивание», движение теряет энергиюи становится бездейственным; исчезает фаза напряженного вытягивания пальцев, они делаются безвольными, и упражнение теряет смысл. Нужно, чтобы энергия движений, возникающая в мышцах спины, через плечи, предплечья и кисти как бы перекатывалась в пальцы, заканчиваясь в их первых фалангах. В таком перекатывании мускульной энергии — настоящий смысл этого упражнения.

Упр. № 191. «Тянучка».1

Исходное положение — правая рука на уровне лица, локоть согнут, ладонь повернута к себе и пальцами вниз, левая рука поднята, но кисть несколько ниже правой, локоть согнут, ладонь повернута от себя и пальцами вверх. Кисти надо

1 Разработано проф. Н. В. Романовой.

поставить так, чтобы кончики пальцев соприкасались, а ладони были повернуты друг к другу. Техника исполнения. Обе руки двигаются одновременно, правая вверх, а левая вниз. Разойдясь примерно на 10—15 см, обе руки одновременно меняют направление движения, правая начинает опускаться, а левая — подниматься. Для выполнения такого движения надо повернуть правую кисть от лица, а левую к лицу. При сближении ладони пальцы должны скользить друг по другу, причем левая поднимается вверх, а правая опускается вниз, затем они расходятся снова на 10—15 см (рис. 115). Далее повторяется то же движение: кисть левой руки идет снова вниз ладонью от себя, а правой — вверх, ладонью к себе. Амплитуда движения должна увеличиться до 30—40 см; в третьем же исполнении амплитуда движений возрастает до 60—80 см. В четвертом амплитуда должна быть предельно большой. Далее, при пятом исполнении амплитуда также предельно большая, при шестом и седьмом она постепенно уменьшается и при последнем — такая же, как вначале. Музыкальное сопровождение — вальс в среднем темпе, плавный (приложение № 18). Разритмоека движений — каждый штрих от начала до изменения направления выполняется в пределах одного такта, все упражнение — за 16 тактов. В тренировках выполнять упражнение в течение одной минуты. Методические указания. После того, как движения рук стали беспрерывными и плавными, с постепенно возрастающими, а затем уменьшающимися амплитудами, и размеры их изменяются в верной последовательности, надо обратить внимание учащихся на то, что скорость исполнения каждого штриха зависит не только от темпа, задаваемого музыкой, но и от величины амплитуды. Естественно, что если амплитуда становится большой, то при том же музыкальном темпе скорость самого движения должна увеличиться, поскольку конечностям придется пройти большее расстояние. Затем темп должен уменьшаться, потому что амплитуды движений уменьшаются. Для затруднения нужно менять темп аккомпанемента сначала при каждом новом повторении, а затем и по ходу упражнения. Так тренируется способность быстро приспосабливаться к новым темпам. Часто возникает такая ошибка: при убыстрении темпа музыки учащиеся начинают уменьшать амплитуды движений, тогда как они должны быть большими и даже огромными. Ошибку следует исправить.

Упр. № 192. «Рыба».

Исходное положение — свободная стойка, руки разведены в стороны, кисти повернуты ладонями вниз. Техника исполнения. Движения рук должны напоминать движения рыбьего хвоста. Кисть и пальцы вытянуты до предела и сомкнуты.

Обе руки двигаются навстречу друг другу так, чтобы кисти отставали от предплечий. Колебательные движения в лучезапястном суставе происходят в горизонтальной плоскости, т. с. вправо и влево. После небольшого движения навстречу руки возвращаются обратно в исходное положение (рис. 116). При повторении движений их амплитуды становятся большими. При третьем исполнении руки почти смыкаются перед туловищем и снова возвращаются в исходное положение. В четвертом движении руки совершенно смыкаются перед туловищем, но не возвращаются в исходное положение. Во второй половине этого упражнения аналогичные движения начинаются в обратном направлении, т.е. сначала руки разводятся слегка и смыкаются, затем — разводятся побольше и смыкаются, затем — еще больше и смыкаются; в четвертый раз они остаются в положении «в стороны». Так выполняется цикл этого упражнения. Музыкальное сопровождение — вальс в медленном темпе (приложение Д \* 19). Каждое движение вперед с последующим возвращением в исходное положение выполняется за один такт. Упражнение следует повторить не менее четырех раз подряд.

Методические указания. Главное здесь—отставание кистей от предплечий в момент исполнения колебательных движений. Это тренирует подвижность лучезапястных суставов.

В упражнении активно тренируется подвижность и локтевых суставов. Руки как бы стремятся встретиться, но это удается им выполнить только в четвертой попытке; во второй же части упражнения они стремятся разойтись. Движения должны быть непрерывными, округлыми, плавными; они сопровождаются небольшими движениями туловища и ног вперед и назад. Для затруднения изменяют темп музыкального сопровождения, как и в предыдущем упражнении.

Разучивание техники занимает много времени. В тренировках этим упражнением следует заниматься одну-полторы минуты.

Упр. № 193. «Злея».

Исходное положение: свободная стойка, прямыеруки подняты в стороны, кисти повернуты ладонями вверх. Музыкальное сопровождение — приложение № 20. Техника исполнения: плечи должны находиться в горизонтальном положении. При проигрывании первого такта предплечья поднимаются вверх; продолжая движение, надо поднести кисти почти к шее. В этот момент кисти сильно сгибаются в лучезапястных суставах, а пальцы должны быть согнуты так, чтобы третий и четвертый были прижаты один к другому, а второй и пятый соприкасались перед

третьим и четвертым. Большой палец должен быть прижат к третьему и четвертому пальцам (в уголке между вторым и пятым). Кисть должна напоминать голову змеи. В пределах второго такта продолжается движение в локтях. Кисти проходят мимо плечевых суставов вниз — под мышку; в конце этого движения ладонь должна оказаться направленной вправо и несколько вверх. В третьем такте движение в локтевых суставах продолжается, руки выпрямляются, ладонями назад. В четвертом такте кисти разворачиваются ладонями вверх, пальцы и лучезапястные суставы расслабляются (рис. 117). При повторении движений кисти закрепощаются, пальцы сжимаются. Можно учить технику отдельно правой рукой, затем левой и выполнять упражнение обеими руками.

Методические указания. Это упражнение требует свободных движений в локтевых суставах и напряженной мускулатуры кистей и пальцев. Кисти должны проходить как можно ближе к плечам и туловищу; движения плавные и непрерывные. Если упражнение выполняется одной рукой, голова повернута в сторону этой руки. Надо наблюдать за движением кисти.

При выполнении упражнения двумя руками голова по очереди поворачивается то вправо, то влево. Туловище и ноги должны мягко колебаться в стороны в ритме движений рук. Разучивать упражнение 8—10 минут, тренироваться — не более одной минуты.

Упр. № 194. «Когти».

Исходное положение — свободная стойка, правая рука вперед, локоть согнут наполовину, ладони вниз, пальцы напряжены и расставлены в стороны. Техника исполнения. Согнуть до предела только первые фаланги пальцев. Затем начать подгибать вторые фаланги, потом —третьи и собрать кисть в кулак (рис. 118). Это будет первой фазой упражнения. Если суставы пальцев предельно напряжены и сгибаются с силой, то они будут напоминать когти хищной птицы. Вторая фаза состоит в последовательном разгибании суставов пальцев, начиная с третьих суставов. Музыкальное сопровождение— импровизация в размере %, в среднем темпе, характер — острый (приложение № 21). Сгибание — «недобрать когти» выполняется в пределах одного такта, разгибание — «выпустить когти» в пределах второго.

Методические указания. Трудность техники в том, что поочередное сгибание суставов непривычно большинству людей. Сгибание и разгибание сразу в трех суставах — обычное движение, последовательное же требует специальной координации; в процессе ее совершенствования хорошо тренируется гибкость и подвижность пальцев. Разучив технику правой рукой, надо то же выполнить левой, а затем делать сразу двумя. На упражнение в одном уроке надо затрачивать не

более пяти минут. Если сгибать пальцы сразу в трех суставах, упражнение потеряет смысл.

— Упр. № 195. «Шестерни \*. г

/этап

Исходное положение — свободная стойка. Правую руку вытянуть вперед, с напряженной кистью и сжатыми пальцами, ладонь повернута так, чтобы большой палец был внизу. То же левой рукой, но ее ладонь должна быть направлена влево и большим пальцем вниз. Далее следует, не меняя положения рук, накрыть левой рукой правую так, чтобы ладони обеих рук были приложены одна клругой. Техника исполнения. Вообразить, что через ладони рук проходит одна ось. Следует вращать кисти вокруг этой воображаемой оси, сгибая при этом оба лучезапястных? устава под прямым углом к своим предплечьям. Продолжать вращение, пока правая рука не окажется сверху. Тогда начать вращение в обратном направлении, пока левая рука не окажется сверху, т.е. руки придут в исходное положение (рис. 119). Музыкальное сопровождение — вальс в среднем темпе (приложение № 22). Каждая часть упражнения выполняется за четыре такта; упражнением заниматься не более полутора минут.

Методические указания. Когда освоена техника вращения в обе стороны, надо добиваться такой гибкости в лучезапястных суставах, при которой учащиеся почти не будут сгибать локти. Отличным считается выполнение, когда ладони трутся друг о друга, а локти не сгибаются. Указать, что если пальцы не будут вытянуты, невозможно выполнить упражнение верно.

Тренаж начинается с того, что перед началом движения обе руки ставят в положение влево-вперед. Во время вращения они постепенно переносятся вправо-вперед. При обратном движении кистей руки возвращаются в исходное положение. При исполнении ноги следует расставить и переносить вес тела в соответствующую сторону. Для затруднения следует ускорить темп, переходя из положения слева направо за два такта, а затем убыстрить еще в два раза, чтобы полное вращение кистей с переносом рук в противоположную сторону происходило за один такт.

// этап

Поставить руки в исходное положение так же, как в предыдущем упражнении, но поднять их вверх над головой; смотреть на руки. Техника исполнения. Во время вращения руки постепенно опускаются вниз, голова и туловище

1 Разработано проф. Н. В. Романовой.

сгибаются вперед; затем одновременно с вращением кистей в обратную сторону туловище распрямляется и руки поднимаются.

/// (заключительный) этап

Из исходного положения (руки слева) с вращением кистей руки переносятся вправо, затем вверх, затем вниз и в заключение — вправо. Так выполняется основное упражнение. В тренировках оно должно занимать не менее полутора минут. Весь цикл исполняется за четыре такта. Тело покачивается вместе с движениями рук.

. Упр. № 196. tSeep». J / a man

Исходное положение: свободная стойка, кисть правой руки справа на уровне плеча, развернута ладонью от себя, пальцы вытянуты и расставлены. Техника исполнения. Большой палец надо прижать к середине ладони, указательный положить на него сверху, средний положить на указательный, затем безымянный на средний и, наконец, мизинец на безымянный. Веер сложился (рис. 120). Укладывать пальцы надо по очереди и обязательно друг на друга.

// этап

Пальцы постепенно раскрываются, начиная с мизинца. Заканчивает движение большой палец руки.

/// этап

Мизинец следует первым прижать к ладони, а затем последовательно положить все пальцы один на другой (рис, 121).

IV этап

Все пальцы последовательно, начиная с большого, раскрываются, принимая исходное положение. После разучивания техники предложить исполнять упражнение, сливая все движения в один непрерывный цикл, Это и есть подобие веера, который как бы закрылся в одну сторону, а затем раскрылся и сложился в другую. Выполняется это упражнение в течение одной минуты. Музыкальное сопровождение — импровизация в размере %, характер музыки легкий, игривый, темп вначале медленный, постепенно убыстряется (приложение № 23).

1 Разработано проф. Н. В. Романовой.

Методические указания. Технику упражнения сперва разучивают правой рукой, потом — левой. Тренироваться следует, выполняя упражнение сразу двумя руками. Технику надо тщательно разучить, добиваясь того, чтобы пальцы возможно дальше закладывались один за другой. Учить упражнение в уроке следует не более 10 минут.

Упр. № 197. Кошечка.

Исходное положение: свободная стойка, кисти рук поставлены на уровне лица, ладони вперед и пальцы вверх. Техника исполнения:

I этап

Надо сделать три коротких удара подушечкой указательного пальца по подушечке большого. Это быстрое движение; пальцы после каждого удара должны совершенно раскрываться (рис. 122). Затем сделать то же средним пальцем по большому, затем безымянным, потом мизинцем. Музыкальное сопровождение — импровизация в размере 3/4, четыре такта во фразе, характер музыки — легкий, игривый (приложение № 24). Каждый удар пальцами должен быть легким и изящным; исполняется за одну четверть музыки.

// этап.

После того, как были сделаны все удары, надо шесть раз подряд сгибать пальцы по направлению к середине ладони. Это сгибание выполняется только наполовину, короткими движениями и по характеру должно напоминать угрозу ноготочками (рис. 123). Все шесть сгибаний выполняются за два такта музыки, которая должна становиться с каждым разом более резкой и сильной,

/// этап

Три раза подряд полно, отрывисто и резко согнуть все пальцы к середине ладони, а в четвертый — сильно сжать кулак. Музыкальное сопровождение

в третьей фазе несколько замедляется, становится еще более отрывистым и заканчивается сильным аккордом.

Методические указания. После разучивания этой техники надо рассказать: «Вообразите, что кошечка вначале заигрывала с мышкой (16 ударов пальцами), затем стала сердиться и показывать коготки (6 движений неполного сгибания пальцев) и, наконец, начала жевать мышку, а в конце концов проглотила (три движения полного сжатия пальцев в кулак)». Музыка должна постепенно становиться все более резкой и замедленной. Техника нетрудна, но верный характер движений достигается в многократных повторениях.

Упр. Л° 198. «Бостонное». 1

Подготовительное упражнение. Исходное положение — стоять выпрямившись, ноги в неполной третьей позиции, колени вытянуты, руки согнуты в локтях и поставлены в стороны так, чтобы кисти были чуть выше головы, ладони вверх, пальцы вытянуты до предела и направлены в стороны. Техника подготовительного упражнения. Круговым движением по направлению к себе поставить кисти в положение ладонями вверх (предварительно кисти делают полный оборот) (рис. 124), затем — то же в обратном направлении (вернуться в исходное положение). Эти движения надо делать обеими руками одновременно. Музыкальное сопровождение — импровизация размером в %, медленная и плавная. Каждый оборот выполняется на один такт. Движение надо повторять большое количество раз, чтобы оно стало слитным и точным.

Основное упражнение. Круговое движение выполняет только правая рука, в то же время она поднимается над головой так, чтобы ладонь была направлена вверх, а пальцы влево. Это нужно сделать за один такт. Теперь правая рука выполняет обратное круговое движение, возвращаясь в исходное положение

1 Упражнение разработано преподавателем кафедры движения ЛГИТМиК Л. А. Коничевой.

(рис. 125). Затем то же делает левая рука. Далее обе руки одновременно делают круговые движения кистями по направлению к себе, но правая руха идет над головой ладонью вверх, а левая опускается, принимая следующее положение: кисть ладонью вниз на уровне таза, пальцы направлены к себе, локоть чуть согнут (рис. 126). Из этого положения руки начинают движение в обратном направлении. Правая пойдет вниз, а левая — вверх. При этом кисти продолжают делать круговые движения по направлению от себя и останавливаются в положении: левая ладонь направлена вверх, пальцами влево, а правая — вниз и пальцами вправо (рис. 127). Далее обе руки делают круговые движения кистями к себе и одновременно поднимаются над головой в положение ладонями вверх (рис. 128). Чтобы закончить упражнение, обе кисти делают круговые движения от себя и руки одновременно возвращаются в исходное положение. Главные движения — вращательные в лучезапястных суставах, причем руки перемещаются в момент, когда кисти делают круговые движения. Музыкальное сопровождение — восточного характера, медленное, тягучее. Смена каждого положения рук с круговым движением кистей выполняется за один такт. Удобно выполнять это упражнение под танец персидок из оперы «Хованщина» (приложение №25).

Методические указания. Упражнение предъявляет высокие требования к координации движений. Оно прекрасно тренирует общую подвижность и гибкость рук. Надо добиваться непрерывности всех движений. При исполнении упражнения тело и ноги должны быть статичны. Желательно, чтобы глаза все время наблюдали за движением рук.

Образные упражнения

Упражнения этой группы требуют игры творческого воображения учеников: по подбору движений они более комплексны и длятся значительно дольше, чем упражнения первой группы. Так, например, упражнение «Молитва» длится одну минуту и может быть превращено в этюд.

Упр. № [99. ^Красить».

Построение группы — учащиеся стоят около стен зала, лицом к середине.

Педагог объясняет: «Представьте, что ваша ладонь и пальцы — щетина малярной кисти, обмакнутой в краску, а ваше предплечье — ручка этой кисти. Ею надо «красить» стену». «Ручку кисти», т.е. предплечье, надо двигать сверху вниз, и затем обратно, снизу вверх. Музыкальное сопровождение — импровизация в размере 4/4, медленная, плавная. Движение вниз исполняется за один такт, вверх — за второй.

/ этап

Исходное положение — лицом к стене, положить ладонь и пальцы правой руки на стену, выше головы. Придвинуться на такое расстояние, чтобы было удобно передвигать руку сверху вниз и обратно. Техника исполнения. Медленно вести вниз прижатую к стене ладонь и, вытянутые пальцы, а когда это движение

закончится, начать движение плеча и предплечья вверх, обратив внимание на движение кисти и пальцев. Следует представить себе движение настоящей щетины в момент, когда работающий начал двигать ручку вверх, но не отнимает кисти от стены. Волосы щетины, цепляющиеся за поверхность, начнут закручиваться, начиная с концов, и затем, когда ручка будет поднята достаточно высоко, они вьпяриутся вдоль по стене, но теперь будут направлены вниз и потянутся вслед за ручкой вверх (рис. 129). Когда маляр начнет двигать кисть вниз, го же закручивание произойдет вновь. Такие же движения нужно делать кистью и пальцами. Надо подсказать, что движения закручивания начинаются в первых фалангах пальцев. Пальцы вначале должны согнуться в первых фалангах, затем во вторых, наконец, в третьих. Тыльная часть ладони должна оказаться прижатой к стене. После этого кисть скользит по стене вверх. Когда предплечье начнет опускаться, пальцы согнутся в трех суставах, а затем совершенно выпрямятся, и кисть вновь будет скользить по стене, прижатой ладонью и пальцами. Это движение — главнейшее в упражнении. Так продолжается до команды «стой!». Затем то же выполняет левая рука, а потом — обе одновременно. Так создается первичная схема упражнения.

Методические указания. Здесь возможны несколько ошибок: неполно закручиваются и раскручиваются пальцы и кисть, нет прикосновения к стене, движения не совпадают с музыкой.

Чтобы увеличить амплитуду движений, преподаватель рассказывает: «Вообразите, что предлагается красить забор сверху, а он выше вашей головы и до уровня колен». Поскольку пространство стало больше, а времени на его преодоление осталось столько же, сколько было ранее, скорость движений должна соответственно возрасти. На этом примере педагог объясняет ученикам, что заданное пространство, в котором выполняются движения, и точное время, на протяжении которого они выполняются, всегда порождают определенную скорость действия. Это важная закономерность в движении нахцене. Ученикам важно найти наиболее удобное положение для ног, чтобы легко сгибаться и наклонять туловище вперед.

// этап.

Ученики должны «красить» воображаемую стену. Ладонь и пальцы в предыдущем упражнении ощущали реальную стену, и трудность была только в технике закручивания и распрямления кисти и пальцев. Теперь же реальной опоры нет, и преодолеть эту трудность может помочь только осязательная и двигательная память, подсказывающая верные ощущения и движения рук. Техника исполнения. Повернуться лицом к середине зала. Положить обе руки на воображаемую стену выше головы и начать упражнение под знакомую музыку.

Методические указания. Задание трудное. По существу, это упражнение с двумя воображаемыми предметами.

При занятиях подобными этюдами в предмете драматического искусства ученики, как правило, действуют порознь, что позволяет педагогу и другим ученикам внимательно наблюдать за исполнителем и исправлять его ошибки. В предмете «Основы сценического движения» — групповой метод. Ученики сами создают правильные движения, и только при индивидуальной проверке есть возможность указать на ошибки. Все ошибки исправляются только словом.

/// этап

Движения «красить» можно выполнять справа налево и слева направо, т.е. горизонтальными штрихами. Учеников следует подвести к реальной стене. Исходное положение. Расставить ноги на ширину плеч, обе руки положить ладонями и пальцами на стену справа от туловища, руки на уровне живота или груди, левая выше правой. Это положение будет удобным, если согнуть правую ногу в колене и наклонить вправо туловище. Техника исполнения. Обе руки исполняют движение «красить» справа налево, сгибая локти и выпрямляя ногн и туловище. Руки должны дойти до линии, соответствующей середине туловища, и двигаться в обратном направлении. Пальцы закручиваются так же, как при движении сверху вниз; затем они распрямятся. Тыльная часть ладони окажется приложенной к стене, и руки придут в то место, откуда было начато движение (рис. 130). Тело и ноги вновь согнутся вправо. После выполнения этого упражнения надо сделать то же, но перенеся руки в левую сторону, При движении слева направо правая гука будет выше левой. После разучивания этого упражнения предложить повернуться лицом к середине зала и выполнять те же движения по воображаемсе стене в полном соответствии с задачами, музыкой и методическими указаниями, полученными во втором этапе упражнения.

IV этап

Построение — стайкой. Техника исполнения. Два раза «красить» сверху вниз, два раза справа, два раза слева и два раза снова сверху вниз. Это полный рисунок упражнения. Музыкальное сопровождение — то же, что в предыдущих упражнениях.

Методические указания. Учащиеся должны, получив задание, сами, без подсказа изменять направление движений в промежутке между четвертой четвертью последнего такта музыкальной фразы, но до начала первой четверти первого такта новой фразы. Надо подсказать, что при вертикальных движениях ноги выгодно расставлять в передне-заднем направлении, при боковых — в стороны. Это положение красивее и удобнее при выпадах и наклонах туловища в стороны. При выполнении четвертого этапа ученик, увлеченный огромными амплитудами движений, сам того не замечая, перестает делать главное движение пальцев — «красить». В этом случае упражнение превращается в чисто моторное и теряет смысл. Важно требовать точного совпадения начала каждого штриха с первой долей каждого такта. Движения должны быть экономичными и точными.

V этап

Подвести группу к роялю и выучить припев песни В. П. Соловьева-Седого «Вечер на рейде» (приложение № 26).

Прощай, любимый город, Уходим завтра в море, И ранней порой Мелькнет за кормой Знакомый платок голубой.

Припев поется два рала. Затем учащиеся вслух считают раз, Sea, три, четыре под мелодию песни в соответствии с четвертями. Построение — стайкой. Техника исполнения — та же, что и в четвертом этапе, одновременно нужно считать вслух четверти тактов под мелодию песни. После этого ученики делают упражнение и поют текст песни. Упражнение выполняется за двукратное повторение припева.

Методические указания. Если движения не будут точно соответствовать строчкам песни, надо выделить одного ученика, который должен громко считать раз, два, три, четыре в то время как остальные делают упражнение. Он будет служить связующим звеном между песней и разритмовкой движений. Изменение направления движений точно должно совпадать со счетом раз. Преподаватель следит за тем, чтобы эти новые затруднения не отвлекли бы студентов от действия «красить по стене».

VI (заключительный) этап

Вначале следует объяснить новую разритмовку упражнения. Первое движение \_ красить сверху вниз следует делать на протяжении целого первого-такта, второе движение снизу вверх — на протяжении второго такта, третье движение сверху вниз — на протяжении только первой четверти третьего такта., четвертое движение снизу вверх — на протяжении только второй четверти третьего такта, следующее движение сверху вниз — на протяжении третьей и четвертой четвертей третьего такта и, наконец, последнее движение снизу вверх — на протяжении последнего, четвертого такта. Таким образом, один штрих исполняется в первом случае за четыре четверти, второй так же, третий и четвертый за V4 каждый, пятый за V2 и последний снова за четыре четверти. Большим за-труднением является смена темпов, сопряженная с необходимостью точно выполнять задание «красить по стене».

Правильное исполнение будет свидетельствовать об общей высокой тренированности пластического аппарата учеников, если главные движения кистью и пальцами не будут искажаться. Далее следует предложить эту же разритмовку при выполнении движений «красить» по горизонтали справа налево и слева направо. И в заключение — окончательный вариант упражнения: слитно исполняется рисунок по схеме сверху вниз, затем справа налево, потом слева направо и снова сверху вниз. После разучипания этого варианта, в котором схема выполняется в разритмовке со сменой темпов, надо выполнить упражнение под мелодию песни и, наконец, с пением.

Методические указания к упражнению «Красить». Вначале упражнение воспитывает только правильно действующую руку на фоне нужных подсобных

движений, затем оно попутно совершенствует вокально-двигательные координации. В таком виде оно может быть использовано как заключительное сразу после больших эмоциональных и физиологических нагрузок. В этом случае его очень трудно исполнить правильно, и удача будет свидетельствовать как об общей тренированности психофизических качеств, так и о пластичности всего аппарата.

Это упражнение — одно из основных в уроках с актерами-вокалистами; оно совершенствует руки и общую пластичность тела и при этом позволяет сохранять верное дыхание, что способствует верному взаимодействию пения с движениями тела.

Это упражнение разучивают 12—15 минут; полностью оно осваивается в течение 5—6 уроков. Первый и второй этапы могут быть разучены в одном уроке, что потребует не менее 30 минут.

Упражнения этого типа являются этапными благодаря тому, что в них совмещается ряд основных педагогических задач. Главной среди них остается воспитание выразительности рук.

Чтобы проверить, до какой степени освоены движения, надо предложить выполнять упражнение под какую-нибудь другую знакомую песню. Это создаст верные взаимоотношения между текстом и мелодией песни, с одной стороны, «выполняемыми движениями — с другой. Это упражнение можно делать под песню «Где же ты, моя Сулико?» или какую-нибудь другую, но в размере 4/4. Упражнение будет очень затруднено при исполнении песни «Все стало вокруг голубым и зеленым» (приложение № 27).

Упр. № 200. ^Полоскать и гладить» (название условное). I этап

Перед каждым учеником на воображаемом табурете стоит воображаемое корыто с водой. Взяв пальцами за один уголок воображаемый носовой платок и опустив его в воду, надо начать медленно тянуть его по направлению справа налево, а затем обратно, как бы медленно прополаскивая его. Построение группы— стайкой. Исходное положение — ноги расставлены в стороны, туловище наклонено к корыту, правое колено согнуто, правая рука опущена в «корыто», справа от туловища, пальцы держат воображаемый платок. Техника исполнения. По команде и начать медленное движение влево, а затем вправо так, чтобы каждый штрих руки выполнялся в пределах двух тактов. Смена направления должна совпадать с первой долей каждого нечетного такга. Музыкальное сопровождение — медленный, плавный вальс. Затем то же следует выполнить левой рукой, поставив ее слева от туловища. Кисти должны двигаться по горизонтали, а не по дуге. Ноги и туловище покачиваются влево и вправо вместе с движениями рук — и благодаря этим подсобным движениям «полоскать» удобно.

// $ т а п

Надо объяснить, что если намокший в воде платочек потянуть за уголок в сторону, то он вытянется в линию и будет двигаться вслед за рукой. Если рука пойдет в обратном направлении, то ткань постепенно повернется и потянется за рукой, но уже в обратном направлении, т, е, слева направо. Следует сказать.

что воображаемый платочек будут изображать кисть и пальцы — Их надо «прополаскивать» тени же движениями. Техника исполнения. Кисть и пальцы потянутся сзади за предплечьем, и при движении справа налево пальцы пойдут вправо, но ладонью вниз. При обратном движении они повернутся книзу тыльной частью кисти (и это очень важно!). Тщательно выполнять верные повороты кист» (рис. 131). Затем все то же выполняет левая рука. При движении слева направо кисть будет направлена ладонью вниз, а при обратном движении вверх. Теперь можно делать упражнение двумя руками. Начинать надо обеими руками справа., причем в исходном положении руки должны быть параллельны и кисти повернуты друг к другу (рис. 132). Музыкальное сопровождение — медленный, плавный вальс. Смена направления движений должна совпадать с первой долей каждого такта.

Методические указания. Следует добиваться полной слитности движений рук, туловища и ног. При верном исполнении одна рука должна быть ладонью вверх, а другая — вниз. При этом ноги сначала выпрямляются, затем сгибается левое колено; при обратном движении левое колено выпрямляется, а правое сгибается. Движения рук, туловища и ног ритмически точно должны совпадать с тактами вальса.

Ill этап

Техника исполнения. После того, как движения «полоскания», начавшиеся и закончившиеся справа, проделаны четыре раза, следует поставить обе прямые руки ладонями вниз справа от себя на уровне плеч и начать медленно поворачивать туловище влево вместе с руками, которые будут описывать большую горизонтальную дугу. Это должно продолжаться четыре вальсовых такта и закончиться в крайнем левом положении (рис. — 133). Затем то же повторяется в другую сторону (и опять после «полоскания»}. Этот перенос прямых рук по дуге получил условное название «гладить».

Методические указания. В движениях «гладить» пальцы, кисти и локти должны быть вытянуты и напряжены. Ноги в это время выпрямляются, а затем начинают сгибаться в сторону, куда направлены движения «гладить». Часто эти движения выполняются излишне быстро, еще до конца музыкальной фразы. И тогда возникает ненужная пауза в движениях тела. Это происходит оттого, что студент не умеет сразу включиться в нужную скорость поворота.

Движения должны быть непрерывными. Когда штрих руками окончен, дальше поворачиваться уже невозможно. Нужно начинать движение «полоскать».

Важно, чтобы движения совпадали с музыкой, чтобы амплитуды их были предельно большими, чтобы не было пауз и опозданий — только при этих условиях будут разрешены ритмическая и пространственная задачи.

IV этап

Первый вариант. Выполнить четыре движения «полоскать \*, начав справа, затем выполнить движение «гладить» справа налево, далее снова сделать четыре движения «полоскать» и закончить упражнение движениями «гладить» слева направо. Затем пианист исполняет специальный вальс (приложение № 28); учащиеся должны выполнять упражнение под эту музыку. Далее пианист играет этот же вальс очень медленно и очень тихо. Надо спросить учащихся о характере такого звучания и сказать им, что их движения должны быть также эмоционально окрашены.

Второй, третий и четвертый варианты технически соответствуют первому, только в одном случае пианист играет вальс очень громко и медленно (торжественно), в другом — быстро, но очень тихо (игриво), в третьем — очень громко и быстро (темпераментно), в четвертом тихо и медленно (нежно).

Методические указания. Даже если студенты правильно оценили характер звучания и поняли, какой окраски должны быть их движения, практически сделать сразу верно эти четыре варианта не удается; происходит это, главным образом, потому, что при верном темповом исполнении у учеников не возникает соответствия между громкостью звучания и амплитудами движений. Надо объяснить, что такое соответствие подмечено в жизни: большие громкости органически требуют больших движений, средние — средних амплитуд, тихие — малых, а едва слышные — крохотных; вторая причина неудачи в том, что пока у учеников нет повода выражать те или иные эмоции, нет ситуаций, непроизвольно вызывающих верные по характеру движения. После нескольких неудачных попыток педагог должен рассказать о технологических связях между силой звучания и амплитудой движения и обязательно оговорить, что эти связи обнаружены в жизненной практике. Наиболее ярко это наблюдается в профессии дирижера: желая получить громкое звучание, он требует этого от музыкантов большими и огромными жестами, и наоборот: если необходимо пианиссимо, жесты дирижера почти не видны, настолько они малы по размаху. Надо почувствовать верные связи между силой звучания и движениями, сознательно придерживаясь указанной закономерности. При громком звучании надо делать большие, широкие размашистые движения, при тихом — малые, иногда до предела сжатые.

Иногда название упражнения вызывает вполне определенные ассоциации по темпо-ритму предполагаемого к выполнению действия. Так, например, грозный, торжественный парад Победы по характеру и темпу движений выражается в средней по скорости ходьбе и в очень широком и твердом шаге. Печальное движение похоронной процессии характеризуется очень медленным темпом и небольшими, несколько расслабленными шагами. Подобных примеров можно привести множество. Движенческие окраски в физическом поведении людей всегда возникают непроизвольно. На сцене благодаря вымышленной ситуации ив том случае, когда творческий процесс ке вызывает непроизвольно возникающих верных окрасок, необходимо подбирать их сознательно. Это даст возможность приблизить приход верных эмоций. Первое знакомство с поисками верных пластических характеристик благодаря осмыслению соответствия темпов и амплитуд может быть удачно преподано в четырех вариантах упражнения «Полоскать и гладить». Здесь учащиеся впервые сталкиваются с возможностью изучить такой признак движений, как «характер» и «окраска».

Изучение техники упражнения «Полоскать и гладить» выполняется за три урока, по 10—12 минут в каждом. Технику четырех вариантов можно выучить в одном уроке; однако добиться точного отражения музыки в движениях тела можно только путем длительной тренировки. Это упражнение надо часто повторять на многих уроках.

Пятый вариант. Предложить пианисту исполнить вальс несколько раз подряд без остановок до команды «Стой!» со всеми свойственными музыке нюансами и акцентами, для того чтобы эмоционально воздействовать на учеников. Студенты должны выполнять упражнение, отражая все особенности музыки и это и есть объект основной тренировки. Хорошее исполнение упражнения говорит о подготовленности учеников в ритмико-музыкальном плане.

Упр. № 201. «Молитва» (название условное).

Это упражнение легко превращается в этюд. После того, как его техника будет освоена, есть возможность, отталкиваясь от названия упражнения» его движений и специально написанной музыки, придать движениям широкий наплывный характер, а затем, придумав предлагаемые обстоятельства, превратить его в сценическое действие.

/ этап

Исходное положение — свободная стойка, руки перед лицом, ладонями к себе, мизинцы соприкасаются по всей длине. Техника исполнения. На счете раз следует, сгибая кисти назад (к лицу), а затем вниз и вперед, поставить их так, чтобы ладони оказались направленными вперед и большие пальцы соприкасались по всей длине. Кисти должны быть на уровне лица. На два опустить руки вдоль туловища, кисти согнуть так, чтобы горизонтально поставленные ладони были направлены к полу. На три, слегка приподнимая локти, повернуть кисти так, чтобы ладони оказались направленными вверх; в момент, когда они будут в горизонтальном положении, локти должны вытянуться. На четыре, снова чуть сгибая локти, повернуть кисти ладонями вниз. На пять сложить руки перед грудью так, чтобы соприкасались тыльные стороны кистей, и, поднимая руки с согнутыми локтями сверх (выше головы), поставить кисти горизонтально, ладонями вверх, при этом

пальцы должны быть направлены в стороны от себя. На шесть свести руки в полукруг над головой, ладони вниз, кончики пальцев должны соприкасаться. На счете и после шестого движения рукн поставить в исходное положение; для этого следует свести локти и мизинцы, повернув ладони к себе на высоте лица (рис. 134). Музыкальное сопровождение — приложение № 29. Оно написано в размере 3/4, а цикл состоит из шести движений; таким образом, он выполняется за два такта; При разучивании техники пианист играет только первые восемь тактов. За эти восемь тактов ученики выполняют рисунок четыре раза подряд.

Методические указания. Пианист должен исполнять отрывок медленными, четкими аккордами. Занимающиеся должны фиксировать отдельные положения рук. Из шестого положения в исходное переходят в промежутке между последней четвертью каждого второго такта и первой следующего.

// этап

Техника исполнения. Надо выполнять элементы упражнения так, чтобы образовалась замкнутая кривая из всех движений. Аккомпанемент должен быть плавным и певучим.

Методические указания. Требование мягкости и слитности движений не должно приводить к ритмическим неточностям. Аккорды музыки должны совпадать с кульминационными положениями в каждом элементе. В первой попытке, как правило, ученикам это не удается, но за один урок этот этап упражнения можно освоить, если обстоятельно выучены положения рук.

/// этап

Исходное положение — свободная стойка с опарой на левую ногу, руки поставлены на пояс. Техника исполнения. Идти вперед, начиная правой ногой так, чтобы шаг совпал с первой четвертью каждого нечетного такта. На второй и третьей четвертях должна быть пауза-поза. Вес тела при этом перенесен на правую ногу. Следующий шаг—левой ногой, он должен совпадать с первой четвертью каждого четного такта. На второй и третьей четвертях этих тактов также выдерживается пауза. И так на протяжении всего отрывка, После четырех шагов вперед преподаватель командует «назад!», ученики идут назад, сохраняя тот же ритмический рисунок ходьбы.

Методические указания. Надо добиваться хорошей осанки, верного постава ног во время ходьбы и на паузах.

'Kfl

IV этап

Техника исполнения. Надо соединить движения рук с ходьбой (элементы 1, U и III этапов). Добиваться точных пауз в движениях ног и полной беспрерывности в движениях рук.

Методические указания. Если группа достаточно подготовлена, подобное соединение не представляет трудности, однако паузы в ходьбе вызывают непроизвольные задержки в движениях рук. Следует добиваться абсолютной точности в позе после шагов и пластической округлости в движении рук. Необходимо, чтобы ученики следили глазами за движениями рук. Для выполнения этого задания голову придется наклонять вперед и назад. Это взаимодействие увеличивает трудность, поскольку включается третья задача. После того, как упражнение будет сделано верно, предложить пианисту играть весь номер, но вначале без нюансов. Для затруднения преподаватель подает команды «вперед», «назад», «на месте» в разной последовательности; их задача в том, чтобы сбить верное исполнение движений руками. И, несмотря на это, студенты должны выполнять упражнение правильно.

V этап

Пианист исполняет только последние восемь тактов отрывка. Надо объяснить, что упражнение заканчивается преклонением колен с двумя поклонами и подъемом в исходное положение. Исходное положение — правая нога впереди, на ней вес тела, руки в положении перед началом первого элемента упражнения. Техника исполнения. За первый и второй такты следует медленно опуститься на колено правой ноги. Руки неподвижны. На первой четверти третьего такта поставить левую ногу тоже на колено. На второй четверти сесть на пятки, на третьей — сгибая туловище вперед, поклониться так, чтобы лоб почти коснулся пола. На первой четверти четвертого такта — пауза, в положении поклона; на второй — выпрямить туловище, но остаться в положении сидя на пятках; на третьей — перейти в положение стоя на коленях (рис. 135). В пределах пятого и шестого тактов повторить поклон в точном соответствии с первым. В седьмом и восьмом тактах перейти в положение стоя. Для этого на первой четверти седьмого такта одну ногу поставить на стопу, затем, медленно разгибая колени, встать так, чтобы движение полностью закончилось с последней четвертью восьмого такта.

Методические указания. Переход в положение стоя на коленях и подъем с колен должен напоминать движение лифта. Туловище не должно качаться. Поклоны выполняются в точном ритмическом соответствии с четвертями музыки. После того, как будет освоена техника коленопреклонений и поклонов, следует соединить эти движения с движениями рук (элементы I, II и III этапов). При переходе в положение на коленях руки должны сделать полный цикл из шести движений. При поклонах и выпрямлении руки выполняются все шесть движений. При подъеме они также выполняют движения «Молитва». Все эти сочетания сложны по координации.

VI этап

Учащиеся исполняют все элементы упражнения «Молитва»: рисунок движений руками, ходьба вперед и назад с остановками, коленопреклонениями в поклонами. Пианист при первых исполнениях этого упражнения должен играть отрывок без нюансов.

VII (заключительный) з т an

Пианист исполняет музыкальный отрывок с акцентами, нюансами и агоги-ческими изменениями. Учащиеся вначале только выслушают музыку, а потом делают упражнение, стараясь в движениях передать все оттенки музыкального отрывка. При этом важна одна деталь: чем лучше пианист исполняет музыкальное произведение, тем сильнее оно воздействует на студентов и тем лучше они будут делать упражнение.

Методические указания. Преподаватель может сообщить ученикам некоторые предлагаемые обстоятельства. Например: действие совершается в древнем храме, ночью, во время богослужения. Вошедшие в храм люди увидели вдали жертвенный огонь. Им известно, что в этой религии нельзя находиться в храме, не выполнив определенного ритуала. За прерванное движение грозит смерть. Теперь занимающиеся должны сами создавать уточнение обстоятельств, отвечая для себя на вопросы, кто, зачем, почему и для чего пришел в этот храм. Ответы на эти вопросы ученики не должны сообщать друг другу и преподавателю: ответом на этл вопросы должно быть их поведение. Не следует огорчаться, если первая попытка окончится неудачей: выполнение упражнения в виде этюда почти всегда приводит к разрушению техники движений. Объясняется это переключением внимания на действие. Сознание, занятое предлагаемыми обстоятельствами, уже не может достаточно активно управлять движениями, если они еще не стали полуавтоматизмом — в этих случаях следует несколько раз певторить схему движений. В репетициях иногда непроизвольно, а иногда сознательно верный результат появляется только после многих попыток. Если ученики активно фантазируют, то у них возникают разнообразные предлагаемые обстоятельства, Это может быть молодая женщина, молящаяся о здоровье своего больного ребенка. Это может быть воин, пришедший благодарить богов за победу. Это может быть молодой человек, ревниво наблюдающий за влюбленной парой, наконец, кто-то может быть туристом — он посетил храм из любопытства, а может быть, с определенной целью и т, п. Так возникают индивидуальные этюды, иногда парные и даже групповые.

Педагогический процесс на этом уровне переходит в этюд, при исполнении которого возможны ошибки уже в искусстве драмы. Эти ошибки должны быть немедленно исправлены. Если педагог не владеет технологией педагогического процесса в искусстве драмы, ему не следует предлагать последний этап этого упражнения.

Этюды

Упр. № 202. «Схватить — бросить».

Исходное положение — свободная стойка, руки перед туловищем на уровне живота, ладони направлены вперед. Схватить одновременно двумя руками какой-нибудь сыпучий материал —снег, песок (каждой рукой самостоятельно), а затем бросить его в нужном направлении. Бросать надо резким коротким движением, широко раскрывая пальцы (рис. 136). Музыкальное сопровождение — в среднем темпе, звучание резкое (приложение № 30).

Методические указания. Хватательные движения — наиболее простой для человека навык. Именно поэтому этюды начинаются с упражнения «Схватить — бросить». Когда будет освоена эта схема, надо добиваться, чтобы хватательнсе движение было сделано с большим волевым посылом, обязательно с представлением о том, какой это материал, куда и для чего его бросают. Все движения обязательно должны выполнять конкретную задачу. Например, бросают воображаемую палку так, чтобы ее мог «поймать» сначала воображаемый, а затем и реальный партнер, или так, чтобы воображаемый партнер явно не мог ее поймать, или «разведчик» схватил в горсти песок и швырнул его в лицо врагу, или группа играет в снежки. При выполнении подобных заданий необходимо сохранять темпо-ритмическую согласованность с музыкой. Если руки будут действенно выполнять задачу, они обязательно станут выразительными. Упражнение следует разучивать не более пяти минут в уроке, а тренироваться — не более одной. Для затруднения нужно изменять темп.

Вначале преподаватель должен сам ставить для всех одинаковую задачу, затем менять ее и только потом разрешать фантазировать ученикам.

В этом простом бытовом действии уже должно проявляться творческое воображение учеников. В каждом уроке, когда дается это и другие аналогичные упражнения, необходимо получить правдивый результат. Благодаря различию

в степени и характере воображения и пластической тренированности учеников результаты будут разными.

Этим упражнением следует заниматься и в последующих уроках, затрачивая на него не более одной минуты. То же самое следует выполнять во всех последующих упражнениях этого типа.

Упр. № 203. \*Мухи».

Исходное положение — свободная стойка, локти согнуты, кисти на уровне живота, ладони вверх и перед собой. Надо рассказать, что каждой рукой нужно поймать по воображаемой мухе, а затем, медленно разжимая пальцы, обнаружить, что поймать и раздавить их не удалось. Техника исполнения. Быстрым коротким движением (как бы хватая мух), сжать пальцы обеих рук так, чтобы подушечки всех пальцев, кроме большого, оказались прижатыми к ладоням возможно ближе к лучезапястным суставам (рис. 137). Затем следует протянуть подушечки пальцев по ладони, последовательно разгибая суставы, как бы растирая мух. Когда пальцы совершенно разогнутся, обнаружится, что мухи не попались (рис. 138). Тогда надо хватать следующую пару и снова обнаружить, что мух нет. Цикл движений — мгновенное хватание и медленное, постепенное раскрытие пальцев надо выполнять в течение одной минуты. Музыкальное сопровождение — в размере %, медленное, тягучее, но с резким акцентом на первой четверти (приложение № 31). Момент хватания должен совпадать с первой четвертью такта, движение пальцев — от второй до пятой четверти, а в шестой — небольшая пауза с открытыми ладонями. Этим последним движением следует как бы сказать: «А мух-то нет!»

Методические указания. После того, как будет отработана техника хватательного жеста и медленное протаскивание пальцев по ладони, следует сказать, что можно «хватать мух» в любой точке пространства вокруг себя, но не сходя с места". Размер этого движения не ограничен, а движения растирания мух, наоборот, ограничены по времени и в пространстве. Время диктуется музыкой, а пространство — размером ладоней. Жест, показывающий, что мух нет, может быть обращен к любому из присутствующих.

Упр. № 204. «. Пружинки».

Исходное положение — то же, что в упражнении «Мухи». Надо рассказать, что это упражнение по подбору движений противоположно предыдущему. Первое действие — сжатие пальцев в кулак, второе — их быстрое распрямление. Надо

представить себе, что перед каждым ученикомдве пружинкн. Поднеся к ним кисти снизу, надо сжимать пружинки пальцами, преодолевая их сопротивление. Чем сильнее сжимаются пружинки, тем большее сопротивление они оказывают. Это означает, что пальцы должны постепенно увеличивать усилие. В момент, когда руки вот-вот сожмут пружинкн, пальцы не выдержали их сопротивления, ослабли и раскрылись, а пружинки выскочили из рук вверх. Техника исполнения — постепенно и медленно, но с силой сгибать суставы пальцев. В момент полного сжатия мгновенно и с силой раскрыть их. Затем как бы поймать падающие после взлета пружияки, каждую в свою руку, и начать сжимать снова. Музыкальное сопровождение — в размере %, медленное (приложение № 32). На протяжении первых трех четвертей сжимают пружинки, на четвертой четверти (в музыке — резкий акцент) пальцы должны мгновенно раскрыться (рис. 139), на пятой — пауза, на шестой — пружинки надо поймать. Упражнение выполнять в пределах одной — полутора минут.

Методические указания. После того, как была разучена техника упражнения, надо сказать, что пружинки могу т находиться на любой высоте — горизонтально, вертикально, наклонно, одна возле другой, на некотором расстоянии одна от другой и т. п. Брать их можно снизу, сверху, или сбоку, но всегда в соответствии с конкретным заданием. На примере этого упражнения возникает представление о возможном разнообразии движений рук, берущих предмет. В финальной фазе этого упражнения — когда выскакивают пружинки — возможны различные оценки этого явления: «какая досада — вырвались», или «ой, чуть не в лицо», или «ах, прямо в потолок» и т. п. Учить технику упражнения следует не более пяти минут, тренировать в уроках — не более двух.

Упр. № 205. «Зеркало».

Вначале надо рассказать следующее: вообразите, что перед каждым большое зеркало. Предлагается протереть его. Делать это следует не хаотическими движениями, а по рисунку восьмерки.

Подготовительное упражнение. Исходное положение — ноги широко расставлены, в правой руке — воображаемая тряпка, рука поднята выше головы, локоть согнут так, чтобы тряпка могла «лечь» в левый верхний угол воображаемого зеркала. Техника исполнения. Медленно провести правой рукой с тряпкой по зеркалу до его правого угла, затем описать небольшую дугу вниз налево и провести «тряпкой» по горизонтали в левую сторону зеркала; далее описать дугу вниз вправо и снова по горизонтали вести руку в правую сторону; наконец, еще опустить руку, делая дугу — провести «тряпку» в нижний левый угол воображаемого

зеркала. Далее продолжать движение в обратном направлении, т.е. по горизонтали вправо, затем по дуге поднять руку и вести влево, затем снова поднять и вести вправо, наконец, в последнем движении закончить вытирание в левом верхнем углу. Эти движения, названные «штрихами», должны создать представление о схеме действия «вытирать зеркало».

Методические указания. Поскольку зеркало большое, необходимо протирать его широкими движениями, начав над головой и окончив на уровне колен. Главное — создать верное ощущение поверхности зеркала, его границ — верхней, нижней и боковых. Затем следует рассказать, что никакой, даже воображаемой тряпки нет, что протирать зеркало придется собственной ладонью и пальцами.

Основное упражнение. Прижать к зеркалу в верхнем левом его углу правую ладонь и вытянутые пальцы. Выполнить разученные движения по схеме подготовительного упражнения. Ладонь и пальцы не должны отделяться от поверхности. Создание «ощущения поверхности» и передача этого воображаемого ощущения зрителям — главное в упражнении. Вначале пальцы должны быть направлены влево, после поворота — вправо, потом — снова влево и в заключение — вправо. Во время движений по дуге (поворотов) ни ладонь, ни пальцы от поверхности не должны отделяться (рис. НО). Протирание зеркала снизу вверх совершается по разученному рисунку, но по поверхности должна двигаться не ладонь, з тыльная ее сторона. Перевернуть ладонь тыльной стороной нужно в момент, когда начинается движение снизу вверх (рис. 141). Чтобы протереть большое зеркало, дотянуться до его верхнего угла, нужно подняться на носки, вытянуть вверх руку; затем постепенно нужно сгибать ноги в коленях и наклоняться вперед, для того чтобы четвертое движение было выполнено на уровне колен. Приседание должно быть удобным и красивым. Следует выставить вперед одну из ног и, сгибая колени, приседать, опускаясь па колено сзади стоящей ноги. Все тело должно помогать этому движению: большие подсобные движения способствуют развитию общей пластичности. При повторении упражнения левой рукой начинать надо из правого верхнего угла, кончать — в нижнем правом углу. Музыкальное сопровождение ~ вальс в среднем темпе. Каждый штрих исполняется на протяжении одного такта, все упражнение — за восемь тактов (при-ложение № 33).

Упр. № 206. «Вытирать зеркало сразу двумя руками».

Первый вариант. Положить руки на поверхность «зеркала» — правую в верхний правый угол, левую — в верхний левый угол. Движения вытицания вначале

будут направлены друг к другу. На середине зеркала руки встретятся и далее будут расходиться, затем снова встретятся и т. д. (рис. 142). В четвертом движе-внн руки разойдутся в стороны, но будут уже внизу. Движения вверх исполняются также за четыре штриха, но руки вытирают зеркало тыльной стороной

ладс-эй.

Второй вариант. Исходное положение — широко расставленные ноги параллельны плоскости зеркала. Согнуть левое колено, наклонить туловище влево и положить обе руки на поверхность зеркала в левый верхний угол так, чтобы правая была выше левой. Техника исполнения. Выпрямлял левую и сгибая колено правой ноги и наклоняясь туловищем вправо, выполнить первый горизонтальный штрих из левого угла в правый (рис. 143). Далее описать обеими ладонями дуги вниз, причем левая — небольшую, правая — побольше. Во втором штрихе левая ладонь окажется над правой, в третьем, после поворота, снова правая окажется над левой и в заключение опять левая будет над правой. Движения снизу вверх исполняются по той же схеме, но тыльной стороной обеих ладоней,

Методические указания. Когда разучены все варианты этого упражнения, педагог начинает требовать точного выполнения движений в устанавливаемом им пространстве (воображаемом). Зеркало может быть очень маленьким ил» огромным, или очень высоким, но совсем узким. Только точными по размеру движениями учащиеся могут передать зрителю размеры зеркала. Для затруднения следует предложить пианисту менять скорость музыкального сопровождения.

Тренировать можно все варианты и со всеми затруднениями, но не более трех минут в одном уроке.

Упр. № 207. «Зеркало с партнером».

Построение—парами друг перед другом, на расстоянии в 100—130 см. Один из учеников протирает зеркало, второй играет его изображение в этом зеркале. Техника исполнения. Играющий изображение должен в точности повторять все движения протирающего зеркало. Если вытирающий ставит праву» руку в верхний левый угол, изображающий туда же подносит свою левую руку. Тела обоих должны двигаться синхронно. Наибольшая трудность выпадает на долю отражающего, поскольку он должен улавливать все детали движений протирающего и стараться полностью им соответствовать. Первый этап тренировки — протирание правой или левой рукой. Значительно сложнее вариант, когда работают обе руки одновременно. Еще более трудно отображение движений, когда протирающие руки двигаются из разных углов сначала навстречу друг другу»

а затем в стороны. В этом варианте нужно подсказать отображающим, что их глаза должны быть направлены на партнера, а не на его руки (движения его рук будут улавливаться периферическим зрением). Тренаж в этом упражнении выражается в смене партнеров. При одинаковой схеме у каждого вытирающего будут обязательно свои детали, которые должен замечать и выполнять отображающий.

Заключительный этап упражнения — исполнение без музыки. Ученики принимают исходное положение и по команде начинают вытирать зеркало. Поскольку нет музыки, ведущий будет действовать в собственном темпо-ритме, а изображающий может подражать ему, только наблюдая за его движениями. Слуховое восприятие в этом варианте изображающему не помогает. Здесь нужна огромная внимательность и отличная реакция. «Живой» партнер должен действовать экономичными и точными движениями.

После выполнения этого упражнения можно перейти на выполнение простейших бытовых действий, которые отображающему заранее неизвестны. Например, ведущий правой рукой вынимает из кармана гребенку и проводит ею по волосам. затем левой рукой приглаживает волосы, потом пальпами левой руки проводит по гребенке, снимая с нее волосы, и кладет ее в карман. Играющий отображение повторяет все то, что делает «живой». Затем партнеры меняются ролями.

Методические указания. Даже при весьма посредственном выполнении это упражнение приносит огромную пользу, заставляя предельно внимательно следить за движениями партнера и мгновенно их повторять. Развивается реакция, наблюдательность, ритмичность. Тренаж усиливается сменой партнеров.

Упр. № 208. «Да — нет».1

Построение — стайкой. Исходное положение—свободная стойка, руки согнуты так, чтобы предплечья находились на уровне пояса и были почти прижаты к телу, кисти свободно опущены вниз. При этом положении ладони будут направлены к себе, указательные пальцы обеих рук должны почти прикасаться друг к другу. Техника исполнения. Направляя кисти к себе, надо круговым движением развернуть ладони виерх. Пальцы при этом должны быть вытянуты, но не напряжены (рис. 144).

Сгибая л-учсзапястный сустав вверх к себе, надо сделать кистями круговое движение так, чтобы ладони оказались направленными вперед (рис. 145).

1 Разработано проф. Н. В. Романовой.

Исполнять эти движения следует в медленном темпе, добиваясь четкости и свободы; надо чуть задерживаться в конечных моментах первой и второй фаз. Далее при развороте руки нужно как бы сказать: «А у меня руки чистые», или «Прошу вас, садитесь», или «Дайте это мне» и т. д. Поворачивая руки в обратном направлении и показывая воображаемому партнеру ладони, надо сказать: «А у меня все-так» руки чистые», или «Стойте \*, или «Садитесь», или «Вы мне не нравитесь» и т. п. Надо пояснить, что само по себе разворачиванне кистей в том или ином направлении — только моторное упражнение, полезное тем, что оно развивает кисти, но если его выполнять с определенной задачей, оно может превратиться в действие — Это и делает руки актера выразительными. Музыкальное сопровождение — медленный вальс (приложение № 34). Каждое движение исполняется на протяжении одного такта,

Методические указания. На примере этого упражнения ученики познают, что одна и та же схема, в зависимости от темпо-ритмической окраски (которая возникает при желании выполнить поставленную задачу), связанная с движениями тела и мимикой, может выражать разные действия. Достаточно тончайших, едва уловимых изменений в деталях, чтобы придать формальной схеме движений ту или иную смысловую и эмоциональную окраску. Так сценическая задача порождает схему физического поведения актера, которая, в зависимости от конкретных темпо-ритмических окрасок, превращается в то или иное сценическое действие.

Руки в данном случае — главный орган действия, но они ничего не выразят, если не помогут тело и лицо артиста. На этом примере ученики узнают, что не должно быть штампованных, заранее приготовленных для того или иного физического действия телодвижений, что выражение действия зависит не от установленного и отработанного жеста, а от тех деталей, оттенков, которые, непроизвольно возникая, доносят до партнера и зрителей содержание мыслей и эмоции актера.

Во всех упражнениях этюдного типа педагог должен стремиться к тому, чтобы действенная мысль воплощалась в соответствующем жесте. Схема такого жеста — предложенная в упражнении техника. Так, в частности, в последнем упражнении схема состоит в развороте кистей по направлению к себе и ладонями вверх и в обратном движении с выставлением ладоней вперед. В уроках педагог может ставить перед учеником те или иные задачи, требуя соответствующего выражения их в жестах. Далее учащиеся должны сами фантазировать, создавая ту или иную задачу и выражая ее в соответствующем конкретном жесте.

Упражнения группы «этюды» — одна из основных тем в содержании предмета, и ей должно уделяться достаточное для тренажа время.

Упр. № 209. ^Пушинка».

Прежде чем начать упражнение, надо рассказать ученикам: «Вообразите., что вы на улице в жаркий летний день, цветет тополь, безветренно, и опавшие пушинки медленно плывут по воздуху. Вы должны осторожно, так, чтобы не смять пушинку, взять ее пальцами, поиграть с нею и выпустить. Надо, чтобы она полетела дальше. Этюд — игра с воображаемой пушинкой состоит из четырех дробных действий. Наблюдать за полетом пушинки, осторожно захватить ее пальцами., играть с нею и выпустить ее из пальцев. Эти простые действия с воображаемой пушинкой надо выполнять до тех пор, пока она не будет смята движением руки.

Построение группы — стайкой. Исходное положение — свободная стойка, правая рука поднята на уровень лица и повернута ладонью вперед, пальцы расставлены. Ловить пушинку надо только большим и указательным пальцами. Техника исполнения. Следить за полетом воображаемой пушинки, осторожно-(чтобы не смять) поймать ее кончиками пальцев, поиграть с ней мягкими, волнообразными движениями руки вверх и вниз и раскрыть пальцы (рис. 146). И пушинка снова поплывет по воздуху. Этот цикл действий повторяется еще три раза. После того как пушинка будет выпущена последний раз, ее следует так схватить, чтобы смять. Это движение портит пушинку, и далее забавляться с нею уже нельзя. Музыкальное сопровождение — медленный, певучий, лирического содержания вальс (приложение № 35). Каждое дробное действие выполняется за одив такт. Последнее движение — смять пушинку — должно совпадать с заключительным аккордом, т.е. с первой долей пятого такта. После того как этюд освоен правой рукой, его надо выполнить левой.

Логика требует, чтобы вначале ученики наблюдали за летящей «пушинкой». Но при выполнении упражнения под музыку действие «наблюдаю» должно совпадать не с первым, а с четвертым тактом вальса, для того, чтобы основное действие «беру» совпало с началом музыкальной фразы. Поэтому перед началом упражнения надо предупредить учащихся, что действие «вижу» надо играть по команде преподавателя, с тем чтобы на первой четверти первого такта вальса сыграть действие «беру». Только при такой разритмовке логика музыки совпадает с логикой физического поведения.

Методические указания. Педагог должен зиять об ответственности, которую он берет на себя, предлагая на уроках по движению упражнения типа драматических этюдов. Выполнение должно быть таким, чтобы ученики верили в то, что они занимаются с пушинкой в солнечный безветренный день. Действие должно быть правдивым. Любое показывание и, что еще хуже, самолюбование своими движениями, искусственно создаваемое изящество, грациозность, красивость движений — порочны. Еще более серьезной ошибкой будут попытки играть в радость, умиление и т. п. чувства. В результате таких ошибок ученики становятся фальшивыми, а их действия жантильными, сентиментальными. Ошибки такого типа чаще всего возникают у девушек. Допустить в этюдах проявление этих ошибок — значит вредить воспитанию актера. Надо добиваться убедительности в движениях пальцев, «берущих пушинку». Играющая с пушинкой рука должна выполнять самые незначительные по размеру движения в лучезапястном суставе, как бы взвешивающие ее в воздухе. Пальцы должны открыться осторожно, по так, чтобы присутствующие могли увидеть, как пушинка снова полетела.

Для того, чтобы видеть, как действуют «берущие пальцы», остальные нужно поджать к ладони или широко их растопырить.

Количество повторений этого упражнения зависит от предварительной подготовки учеников. Иногда почти сразу создается конкретное действие, иногда приходится затрачивать длительное время, чтобы добиться правильного исполнения. Если на первом курсе при обучении драматическому искусству студенты овладели основными навыками работы с ^существующими предметами, то и упражнения «Пушинка» будут выполнены удачно.

В одном уроке на выполнение этого упражнения не следует затрачивать более пятнадцати минут.

Первый вариант. Надо рассказать, что злой волшебник заморозил учеников, «ставив им живыми только глаза и одну руку. Следует выполнить упражнение по схеме: «Вижу, беру, играю, выпускаю» четыре раза подряд, а в конце пушинку надо смять. Преподаватель заранее указывает, какой рукой и какими пальцами -следует выполнять упражнение. У учеников могут двигаться только глаза, следящие за пушинкой, и рука, которая берет пушинку, играет с ней и выпускает ее.

Методические указания. Закрепощение тела — непривычное состояние. Во всех предметах движения постоянно напоминается о необходимости быть

свободным и действовать всем телом. Однако закрепощения могут быть выразительным средством в тех случаях, когда неподвижность всего тела или отдельных его частей необходима по логике предлагаемых обстоятельств.

Анализируя разритмовку отдельных дробных действий, нетрудно обнаружить, что если действие «беру» совпадает с первой долей первого такта, то действие «играю» длится в течение второй и третьей четвертей первого такта и весь второй такт. Если действие «выпускаю» совпадает с первой четвертью третьего такта, то наблюдение за вновь летящей пушинкой будет длиться в течение двух четвертей третьего такта и весь четвертый. Если преподавателю удастся добиться такой точной разритмопки, то исполнение приобретает нужный музыкальный характер.

Совпадения дробных действий с музыкой делают стройным выполнение упражнений. Это условие важно в групповом уроке. Аритмичность приведет к хаотическому исполнению, а это всегда мешает преподавателю наблюдать за его качеством и, следовательно, он не сможет исправлять ошибки учеников.

Второй вариант. Волшебник заморозил вес тело, кроме одной руки и шеи. Это означает, что голова может поворачиваться — так удобнее наблюдать за летящей пушинкой. Выполнять упражнение по очереди всеми пальцами рукн.

Третий вариант. Волшебник заморозил только ноги. Они должны быть неподвижны, но туловище, голова и руки свободны.

Четвертый вариант. Волшебник освободил ноги, но стопы прибиты к полу. При выполнении этого этюда пятки отделять от пола нельзя.

Методические указания. В этом упражнении, где у учеников постепенно включаются в движение разные части тела, внимание должно контролировать не только основные действия, по и мышечные закрепощения, в зависимости от условий. Эта специфичность делает упражнение очень полезным.

Пятый вариант. Надо рассказать, что в солнечный день подул небольшой ветерок, и он уносит пушинку, выпущенную из руки. Прежде чем взять ее, к ней надо подойти или подбежать, может быть, подпрыгнуть. Тело свободно, пушинку можно брать любой рукой и любыми пальцами. Этот вариант Б два раза длиннее предыдущего. Пианист исполняет вальс в 32 такта. Смять пушинку следует в первой четверти 33-го такта. Вальс должен быть несколько игривее и более громким.

Методические указания. Часто возникает такая ошибка: когда занимающиеся схватили летящую пушинку, они, вместо того чтобы остановиться, продолжают двигаться, как в погоне за пей. Это неверно, так как дующий ветерок способен относить в сторону пушинку, но не в состоянии передвигать человеческое тело. Обнаружив такую ошибку, педагог может сам проделать это упражнение, несколько утрируя ее. Наблюдающие за таким исполнением ученики сначала смеются и прп повторении сами уже не ошибаются. Иногда при передвижении на площадке они сталкиваются. Надо указать, что это проявление неловкости.

Правильное размещение на площадке, хорошее исполнение упражнения свидетельствуют об умении студентов, когда все они передвигаются одновременно и в самых разных и неожиданных направлениях, перемещаться в ограниченном и меняющемся пространстве, о скорости реакции, о способности мгновенно приспособляться к новым условиям.

Упр. № 210. ^Назойливая муха \*.

Надо вообразить, что все находятся в летнем помещении. Много мух. Вокруг каждого вьется назойливая муха. Хочется отделаться от этой мухи; ее надо поймать и уничтожить.

Этюд состоит из четырех дробных действий: следить за летящей мухой, увидеть, куда она села, схватить ее, послушать, как она жужжит в кулаке, и выпустить. Эти дробные действия можно повторять до тех пор, нока муха не будет убита. Исходное положение: свободная стойка. Левая рука, сжатая в кулак, поставлена тыльной частью вверх на уровне груди. Правая рука готова схватить муху, если она сядет на левую кисть.

/ этап

Техника исполнения: 1) следить за полетом мухи; 2) быстрым, коротким движением поймать севшую муху; 3) поднести сжатый кулак к правому уху и слушать, как она жужжит в кулаке; 4) убедившись, что муха не жужжит, открыть кулак и увидеть, что муха вылетела (рис. 147). Этот цикл повторяется четыре раза. На пятый раз ее следует уничтожить, схватив сильным движением, или убить ударом ладони о ладонь. Музыкальное сопровождение— приложение № 36. Каждое дробное действие выполняется за один такт. Последнее действие — «убить муху» должно совпадать с заключительным аккордом. После освоения этой техники следует повторить упражнение левой рукой.

Методические указания. Как и в упражнении «Пушинка», здесь тоже не должно быть нарочитости. Не следует играть в жестокость или свирепость, ненависть и прочие чувства. Ошибки подобного порядка чаще встречаются у юношей. Надо добиваться предельно быстрого и целенаправленного хватательного движения. Зритель должен поверить, что муха поймана, а потом — что она вылетела из кулака. Человек сомневается — поймал ли муху? — и это заставляет его открыть кулак; вылетевшая муха столь назойлива, что, полетав немного, она снова садится на поставленную левую руку. Ловить и выпускать муху нельзя, если перед этим не наблюдать за нею; только наблюдение позволяет верно схватить муху в точном месте и точным движением. В этом упражнении, как и в предыдущем, взаимосвязь зрения с действующей рукой — необходимейшее средство для создания выразительности.

// » т а п

Надо рассказать, что муха может сесть на любую часть тела. Это обстоятельство побудит учеников выполнять ряд вспомогательных движений туловищем и ногами (но без перемещения по сценической площадке). В остальном схема этого упражнения та же, что и на первом этапе.

Методические указания. Надо подталкивать фантазию учеников соответствующими указаниями: как летит и где может сесть муха. Чем они будут разнообразнее, тем полезнее упражнение. Это обстоятельство потребует различных движений, которые помогут руке выполнить задачу, а в целом сделают тело актера ещеболее убедительно действующим. Лишних движений ног, шеи и туловища, не выполняющих конкретной задачи, не должно быть. Можно подсказать: «Муха села на правое плечо», «Муха села под правое колено», «Муха села на нос» и т. п. При подобной методике никогда не бывает «мусора». Ученики тренируются быстро оценивать новую ситуацию и необходимость в ней мгновенно действовать. Второй этап наиболее удобен для поисков логики поведения и отработки точности «экономичности движений. Музыка диктует время на выполнение каждого дробного действия; указание о месте, куда села муха, определяет подбор нужных движений, для того чтобы рука могла вовремя схватить муху.

Определенный темп и необходимые размеры всех движений непроизвольно вызывают соответствующую окраску действий, а также и правильное мышечное напряжение — иначе муху не поймаешь. Все это, как уже известно, создает верный темпо-ритм физического поведения.

Переходить к третьему этапу можно только после того, как второй полностью выполнен. В третьем этапе у педагога уже не будет возможности работать над логикой действий и качеством техники.

Ill этап

Надо рассказать, что в комнате летает большая муха. Она садится на любой предмет, может сесть и на тело исполнителя, и на тело другого ученика. Ее надо поймать. Схема поведения та же, что в первом этапе, но новые условия требуют, чтобы исполнитель активно двигался в ограниченном и беспрерывно меняющемся пространстве, а для этого он должен очень быстро оценивать ситуацию. Задача явно трудная. При выполнении появляются почти сразу же две ошибки: ученики не могут уследить за летающей мухой и поэтому становятся неточными в перс-движениях и в хватательных движениях, довольно часто ученики сталкиваются, потому что недостаточно быстро оценивают меняющуюся пространственную ситуацию, заставляющую выполнять дополнительные передвижения: повороты, уклонения, отступления и даже прыжки, которые помогают избежать столкновения с соседом. На выполнение подобных движений затрачивается время, а это сбивает с ритма и отвлекает от основного действия — «ловить муху». Учащиеся должны быть предельно внимательны.

На примере всех этапов этого упражнения можно убедиться, как при единой задаче «ловить муху», благодаря изменению в предлагаемых обстоятельствах, изменяется логическое поведение учеников и в связи с этим изменяется подбор движений, осуществляющих дробные действия. Это приводит к изменению в педагогических задачах, а значит, и в результате тренировки. И действительно, в перт

вом этапе тренируется только целенаправленное поведение рук, во втором — основа тренажа — экономичность и точность в поведении, в третьем — верное-размещение в меняющемся пространстве. При всем том, во всех этапах целенаправленно воспитываются выразительно действующие руки актера.

Если, желая сэкономить время, педагог сразу приступит к третьему этапу, он никогда не добьется точности в действиях рук и превратит нужное актеру упражнение в набор ничего не выражающих телодвижений. Подобного рода упражнение полезно для здоровья, но попутно повредит воспитанию драматического актера, поскольку ученики будут заниматься выполнением каких-то приблизительных к действию телодвижений. Может также возникнуть желание показать ловкость в различных движениях, пластичность вообще, а иногда даже и полюбоваться самим собой. Все это порочно.

Упр. № 211. селшла».

Надо рассказать, что перед каждым учеником стоит бочка с какой-то тягучей, вяжущей и очень тяжелой массой, например со смолой. Предлагается, запустив руки в эту массу, вытянуть из бочки большой ком, медленно растянуть его (а смола трудно растягивается). В момент, когда растянутое вещество под действием собственной тяжести вот-вот упадет на пол, его надо подхватить, сдвинув руки, а затем швырнуть обратно в бочку. Это упражнение, как предыдущее, состоит из четырех дробных действий; вытащить ком «смолы», растянуть его, подхватить и бросить в «бочку». Музыкальное сопровождение — приложение № 37. Разрит-мовка и техника исполнения. В первом такте следует медленно и с силой погружать руки в массу. Во втором вытаскивать из бочки ком этой массы. В третьем растягивать ее. В четвертом на первой доле подхватить ее руками, а на третьей бросить в бочку (рис. 148). Далее цикл повторяется еще три раза.

Методические указания. Нетрудно заметить, что в этом упражнении затрачивается много силы: ведь нужно вообразить, что ком смолы вязок и тяжел. Если движения по форме будут правильны, но без нужных мышечных усилий, то в действиях не будет правды. Однако руки могут выполнять силовые движения только тогда, когда туловище и ноги создают нужную им опору; все тело напря-гается, чтобы можно было справиться с вязкой и тяжелой массой. Отмечено, что правильно исполнить этот этюд действительно тяжело.

Методические указания к упражнениям «Пушинка», «Муха», «Смола»

Предложенные упражнения, несмотря на общее сходство в схемах, очень различны по характеру воздействия на организм актера. «Пушинка» воспитывает легкие, плавные, округлые, непрерывные движения с очень незначительными мышечными напряжениями; «Муха» — быстрые, острые, отрывистые движения с небольшими напряжениями мускулатуры; «Смола» — медлительные, а иногда и быстрые движения, но обязательно сильные и широкие — это упражнение воспитывает мощность движений. Во всех упражнениях ученики должны активно фантазировать. Поскольку здесь нет текста, это по существу — пантомима, но в ней отсутствуют все «допуски», типичные для искусства условной пантомимы. В основе этих этюдов лежит реалистически естественное поведение, но с воображаемыми предметами, что создает основную полезность их в воспитании сценической пластичности актеров.

Упр. № 212. «Чаша \*.1

Надо рассказать, что действие происходит при дворе какого-то средневекового восточного деспота. Раб или рабыня, выполняющие своеобразные движения с чашей, наполненной вином, должны незаметно бросить в нее яд, а затем подать царю. Все движения, составляющие содержание этого действия, даются преподавателем. Построение — стайкой. Исходное положение — ноги сомкнуты, колени выпрямлены, руки скрещены на груди, голова опущена. Схема поведения. Поднять с пола небольшую чашу, наполненную вином, показать ее царю, незаметно бросить яд, выиграть время, чтобы яд растаял в вине, подать чашу царю и, когда тот откажется ее взять, поставить на пол. Техника исполнения. \. Сделать выпад правой ногой вперед, наклонить вперед туловище и голову, протянуть правую руку вперед возможно дальше от себя, подхватить воображаемую чашу снизу на ладонь так, чтобы ее ножка оказалась между вторым и третьим пальцами (рис. 149) руки. 2. Медленно выпрямляя туловище и поднимая голову, но сохраняя

1 Упражнение разработано старшим преподавателем кафедры движения ЛГИТМиК К. Н. Черноземовым.

положение выпада, поднять прямую правую руку с чашей до уровня груди, ладонью вверх (рис. 150). 3. Выпрямляя правое колено, сгибать левое; одновременна наклонить туловище и голову вперед, сгибая правую руку так, чтобы чаша оказалась около туловища (рис. 151). В этот момент быстрым, коротким движением левой руки бросить яд в чашу. 4. Выпрямляя левую ногу и туловище, поднять голову. Затем начать медленно выкручивать правую руку так, чтобы согнутый локоть начал движение вперед, а в это время кисть с чашей (помнить, что нельзя пролить отравленное вино) из положения перед туловищем последовательно передвигается сначала вправо (около правого бока), а затем назад. Во время выкручивания, чтобы помочь этому движению, колени обеих ног несколько подгибаются, туловище и голова откидываются назад (рис. 152). В момент, когда голова и туловище откинутся назад, правая рука, продолжающая движение выкручивания, поднимаясь выше головы, проносит чашу над головой и заканчивает движение., подняв ее вытянутой вверх рукой (рис. 153). К этому времени ноги сдвигаются и выпрямляются, туловище вертикально, голова откинута назад и глаза смотрят на поднятую чашу.

Левая рука сжата в кулак и опущена вниз. 5, Далее исполнитель, вытянувшись и приподнявшись на носках, скрещивает ноги (правая перед левой) — и с вытянутым туловищем и поднятой правой рукой делает поворот на 360 градусов. При окончании поворота в положении «креста» впереди должна оказаться левая нога. 6. Затем следует перенести вес тела на левую ногу и выдвинуть вперед правую в положение выпада. В то же время надо опустить правую руку до горизонтального положения ладонью вверх. 7. Сохраняя положение выпада, наклонить туловище вперед до предела и, опуская руку, поставить чашу на пол (рис. 154). После этого следует приставить правую ногу к левой и, сдвигая стопы и выпрямляя колени, встать, скрестив руки на груди и опустив голову (рис. 155). Музыкальное сопровождение — приложение № 25. Каждое движение выполняется в пределах двух четвертей.

Методические указания. Основное условие здесь — не пролить вино. Какие бы движения ни выполнялись, правая кисть должна сохранять строго горизонтальное

положение. В этом упражнении есть и незначительные по амплитудам движения, выполняющиеся медленно и слитно, погромные по размерам, выполняемые достаточно быстро и остро. Разнообразие движенческих задач требует от учащихся {юльшой темпо-ритмнческой приспособляемости, большой гибкости и подвижности тела — все это дает ученику возможность быть пластически выразительным.

Этот этюд делают два раза подряд. Первый раз его следует начать правой рукой и правой ногой, второй раз — левой ногой и рукой. Начало повторного исполнения совпадает с последней четвертью заключительного такта отрывка. Четвертая четверть является затактом к повторному исполнению.

Упражнение следует разучивать в построении стайкой, затем исполнять шеренгами, парами и даже индивидуально. В таком виде оно может быть показано в выступлении-концерте и обязательно в зачете, поскольку в нем отражаются все элементы пластичности актера.

Упр. № 213. ^Светильник \*?

Надо рассказать, что действие происходит в древнем храме. Перед каждым стоит светильник в виде большой чаши без ножки. В нем горит масло. Светильник источает большой жар и может опалить лицо. В ожидании выхода главной жрицы надо поставить светильники в два ряда так, чтобы между ними образовалась дорожка для прохода. Все подчинено определенному обряду. Схема поведения. Поднять светильник вверх, повернуться с ним на 180 градусов, опустить светильник на пол и по полу продвинуть его вперед, затем склониться головой к полу. Смотреть на жрицу нельзя — таков обычай в этом храме.

Техника исполнения. 1. Сделать огромный выпад правой ногой вперед, туловище наклонить так, чтобы грудь коснулась колена. Левая нога должна быть прямой, она опирается в пол только носком, обе руки вытянуты вперед-вниз возможно дальше от себя, с тем чтобы можно было безопасно взять пылающий светильник (рис. 156).

2. Подтягивая левую ногу к правой и выпрямляя туловище, надо поднять светильник на прямых руках до уровня груди (рис. 157). Перед тем как поднять его над головой, следует отвернуть лицо и, расставив ноги в стороны, сгибая локти, поднести светильник к груди, для того чтобы двумя руками напряженно поднять его над головой вверх на совершенно вытянутых руках (рис. 158). При движении вытягивания рук туловище откидывается назад. 3. Перенести вес тела на левую ногу и, отделив правую от пола, повернуться на 180 градусов на левой ноге, поставив правую на пол в конце этого поворота (рис. 159). 4. Далее следует, медленно сгибая локти, опустить светильник почти себе на голову, а затем вынести его вперед перед собой (рис. 160). Лицо в это время отвернуть. Затем, отставляя левую ногу назад, перейти в положение выпада на правой ноге и, наклоняя туловище вперед, поставить светильник на пол (рис.. 161). 5. Опираясь левой рукой в пол и сохраняя положение наклона туловища вперед, еще более сгибая колено и голеностопный сустав, поставить правое колено на пол (рис. 162). Это даст возможность, толкая светильник правой рукой, продвинуть его до предела вперед; потом следует наклонить туловище вперед и лбом коснуться пола. В этот

1 Разработано старшим преподавателем К — Н. Черноземов им.

момент левая рука разворачивается ладонью вверх, чтоб лоб можно было положить на ладонь (рис. 163), Музыкальное сопровождение — приложение № 38.

Методические указания. То же, что и к предыдущему упражнению. При создании группового этюда надо построить учащихся в две шеренги, спиной друг к другу на расстоянии пяти-шести метров. Надо рассказать, что после продвижения светильников вперед будет создан проход для жрицы. Одну из учениц следует поставить в той части зала, откуда она могла бы идти по образовавшемуся проходу. Ее поза при проходе по стилю должна соответствовать общей форме этого упражнения.

Глава двадцать девятая СЦЕНИЧЕСКИЕ ПРЫЖКИ

Прыжки на сцене находят применение в случаях, когда надо быстро преодолеть «забор», «канаву», «лужу», когда надо перепрыгнуть через стол, стул, кровать и через партнера.

Упр. № 214. Свободный прыжок с приземлением на одну негу.

Построение — шеренгой возле стены, лицом в зал. Надо объяснить, что свободный прыжок применяется в случаях, когда нет возможности опереться о препятствие рукой или ногой, Приземление на одну ногу дает возможность без задержки продолжать движение вперед. Техника исполнения. Сделать разбег в пять шагов, начиная правой ногой. На пятом шаге надо, оттолкнувшись по направлению вперед-вверх, перепрыгнуть через воображаемое препятствие с приземлением на левую ногу. Ногу ставить на пол с каблука и, чтобы смягчить приземление, согнуть в колене. Далее, не останавливаясь, продолжить движение вперед.

Методические указания. Группа выполняет упражнение по команде «вперед». Разучив технику прыжка с правой ноги, сделать то же, начиная с левой. Разучивание техники этого прыжка требует 3—5 минут. Тренировку прыжка с постепенным увеличением его размера надо проводить через реальные препятствия. Группу следует построить в колонну по одному. В середине зала следует мелом провести черту, обозначающую место отталкивания. Есть смысл тренировать учащихся, поделив их на две подгруппы — мужскую и женскую. На расстоянии в 80—90 см для девушек и 120—140 см для юношей от линии отталкивания положить гимнастические маты (продольно) по направлению прыжка.

Занимающиеся по очереди разбегаются, отталкиваются, перепрыгивают установленное пространство и, приземляясь на одну ногу, продолжают бежать вперед. В конце зала ученики поворачиваются по дуге и бегут к месту, откуда начали упражнение.

/ $ та и тренировки состоит в постепенном увеличении пространства, через которое прыгают, — для чего отодвигают мат от линии отталкивания. Предел допустимого расстояния — такое, когда часть занимающихся начинает Приземляться на обе ноги. Однако их можно постепенно исключать и для оставшихся еще более увеличивать величину прыжка.

// этап тренировки состоит в поточном исполнении этого прыжка. Надо дать задание, чтобы ученики бежали по залу один за другим, отталкиваясь

в нужном месте, выполняли прыжок и, приземлившись на одну ногу, продолжали бег. Учащиеся должны бежать на расстоянии полутора-двух метров один за другим, потоком, выполняя это упражнение 4—6 раз. Для объединения группы в едином темпо-ритме надо предложить пианисту играть какой-нибудь галоп в темпе, равном 130—140. Разучиваниетехники итрснировкасостоят в увеличении прыжка, совершенствовании внимания, координации и укреплении костно-связочного и мышечного аппарата занимающихся. Поточное исполнение возбуждает сердечнососудистый и дыхательный аппарат учеников. После поточного исполнения надо дать успокаивающие упражнения.

Упр. Хэ 215. Свободный прыжок с приземлением на обе ноги.

Этот прыжок исполняется в тех же условиях, что и предыдущий. Уверенное приземление на обе ноги дает возможность прыгнуть дальше. Это приземление легко останавливает движение тела вперед, на сцене такая техника диктуется обстоятельствами действия. Построение и техника исполнения те же, что и в предыдущем упражнении. После фазы полета надо приземляться на обе ноги, согнув их, чтобы смягчить толчок. Следует указать, что необходимо умение погасить инерцию в момент приземления, т.е. остаться на месте (не двигаться вперед).

Методические указания. При поточном исполнении расстояние между учениками должно быть не менее четырех метров. Остановка после приземления на обе ноги должна быть самая короткая. И если ученик это делает удачно, значит, он преодолел инерцию. В тренировке этого прыжка на предельную дальность можно при приземлении падать на бок и даже делать боковой кувырок. Такое исполнение допустимо в случаях, когда техника падения на бок отработана.

Упр. № 216. Прыжок с приземлением на обе ноги и падением на бок.

В полете следует сгруппироваться, то есть высоко подтянуть колени к туловищу. Приземление на обе йоги с приседанием дает возможность коснуться рукам» мата; при этом тело должно повернуться вправо или влево, и, используя сохранившуюся инерцию вперед, нужно упасть на бок. Если тело будет сгруппировано,' то инерция позволит легко выполнить кувырок боком.

Методические указания. Есть смысл постепенно перевести выполнение этого падения на пол. Гимнастический мат как место для приземления надо положить поперек зала, при этом падение на бок произойдет на полу. В одном уроке не следует давать более четырех—шести таких прыжков.

Упр. № 217. Прыжок, наступая ногой на препятствие с последующим движением вперед.

В тех случаях, когда препятствие не выше колен (для женщин) и не выше верхней части бедер (для мужчин) и представляет собой твердую опору (например, врытая в землю скамья, невысокий забор и пр.), имеет смысл пользоваться техникой прыжка «наступая», что гораздо безопаснее свободного перепрыгивания. Построение группы — колонна по одному, исполнение поочередное через поставленное на середине зала препятствие: куб (четвертинка), верх гимнастической плинты, низко опущенный бум и пр. Техника исполнения. После небольшого разбега надо оттолкнуться правой ногой с такой силой, чтобы можно было вскочить на препятствие левой ногой. Затем, не останавливаясь, соскочить правой

ногой на лежащий за препятствием мат и, используя инерцию, продолжать бег (рис. 164). После разучивания этой техники предложить отталкиваться левой ногой.

Методические указания. Техника прыжка быстро осваивается учениками. Если не дать предварительного указания о технике прыжка, то большинство будет стараться прыгать «свободно». Техника прыжка «наступая» очень проста и безопасна, но большинству неизвестна. Такая техника, видимо, не ассоциируется с представлением о прыжке вообще. В тренировке следует постепенно повышать препятствие; однако злоупотреблять этим не следует: это нецелесообразно, а кроме того, опасно.

Второй этап тренировки — поточное исполнение под музыку галопа. Количество прыжков в уроке не должно быть более восьми.

Упр. № 218. Прыжок, наступая ногой на препятствие с приземлением на обе ноги.

Этот прыжок выполняется в случае, когда необходимо, преодолев препятствие, соскочить на пол и остановиться. Построение и техника исполнения — те же, что и в предыдущем упражнении, с той только разницей, что приземляться здесь надо на обе ноги (рис. 165). Инерцию при приземлении нужно сразу же преодолеть и сделать шаг в сторону. Для этого при соскоке необходимо мягко согггуть колени, а тело слегка откинуть назад. Это затормаживающие движения.

Упражнение выполняется в двух вариантах; сначала отталкиваются правой ногой, а вскакивают на препятствие левой, потом — наоборот.

Методические указания. Когда упражнение проделано несколько раз, ученики правильно определяют, какой ногой им удобнее отталкиваться.

Упр. № 219. Опорный прыжок, наступая на препятствие рукой и ногой.

Эта техника применяется при преодолении высоких препятствий. Установка снаряда — для женщин снаряд может быть поставлен на высоту до 120 см, для мужчин — до 140 см. Этот прыжок представляет собой своеобразную комбинацию прыжка и перелезания. При высоких препятствиях ученик вначале должен вскочить на препятствие, а затем спрыгнуть с него. Снарядом могут быть: поставленная на боковую сторону и хорошо закрепленная половинка куба (его следует

придерживать руками), гимнастическая плинта, бум или бревно, поставленные на высоту 100—140 еж, канцелярский стол и т. п. Сзади за снарядом кладется гимнастический мат. Построение группы: в колонне по одному, исполнение поочередное. Техника исполнения. Сделать небольшой разбег. При последнем шаге правой ногой надо опереться правой рукой о препятствие и, оттолкнувшись этой же ногой, положить прямую левую ногу на препятствие слева от опорной руки (левая стопа при этом должна опираться о препятствие внутренней стороной). Прямая правая рука, левая нога и напряженное туловище образуют свод над препятствием. Это дает возможность пронести над препятствием согнутую правую ногу (после того, как ею оттолкнулись), для того чтобы поставить ее на лежащий за ним мат (рис. 166). Затем надо двигаться вперед, снимая левую ногу и правую руку. Когда эта техника изучена, следует выполнить прыжок, отталкиваясьлевой ногой и опираясь левой рукой и правой ногой.

Методические указания. Следует добиваться такого взаимодействия в движениях, чтобы разбег, переход через препятствие и соскок происходили в едином темпо-ритме. Свободную руку нужно поднять в сторону движения со скоростью, соответствующей общему темпу.

На I этапе тренировки постепенно увеличивают высоту препятствия, на II — убыстряют темп {с помощью аккомпанемента), на III — исполняют прыжок поточно. Количество повторений не должно превышать 6—8 в уроке; после этого надо дать успокаивающее упражнение.

Упр. № 220. Опорный прыжок, наступая на препятствие рукой и ногой {второй вариант)

Установка снаряда, построение группы, методика обучения и тренировки те же, что и в упражнении № 231. Техника исполнения. После небольшого разбега, поставив на снаряд правую руку и обязательно отталкиваясь от пола правой ногой, высоко забрасывая в сторону левую ногу, надо попасть на снаряд правым боком стопы правой ноги, одновременно продвигая левую ногу вперед над препятствием, а затем и вниз (рис. 167). Приземляясь на нее, следует продолжать движение вперед. Почти вытянутая правая нога должна отталкиваться от снаряда слева от правой руки.

Глава -тридцатая СЦЕНИЧЕСКИЕ ПАДЕНИЯ

Актеру на сцене часто приходится изображать, как падает человек, потерявший сознание, или мгновенно умерший, а также когда его сильно ударят, подставят подножку и т. п. Делать это нужно правдиво и безопасно.

Многообразие обстоятельств, побуждающих актера упасть, настолько велико, что предусмотреть их и заранее изучить точную технику на все случаи сценической жизни практически нельзя; можно, однако, изучить основные биомеханические принципы различных схем сценических падений. Овладев ими, актер в любом спектакле выполнит падение правдиво, то есть в соответствии с предлагаемыми обстоятельствами пьесы, и безопасно для себя. Есть два принципа падений. Первый заключается в том, что мускулатура тела постепенно расслабляется — так бывает при потере сознания. Второй — когда тело падает напряженно — в случае воздействия внешнего характера, например от толчка в спину: мускулатура будет напряжена, поскольку человек будет инстинктивно стараться удержаться на ногах. Вторая схема не представляет затруднений для исполнения, так как в ней можно пользоваться различными страхующими движениями, основа которых — страховки, применяемые акробатами в цирковом искусстве: повороты, увертки, страховки конечностями. В подобных падениях можно не скрывать мышечных напряжений и подсобных движений от зрителей, ибо в них заложено действие сопротивления.

Играть же для зрителя потерю сознания, когда тело падает «совершенно неорганизованно», значительно труднее, поскольку здесь нужно воспользоваться такими приспособлениями, которые помогут безопасно приземлиться, и зритель при этом не увидит техники подсобных движений. При этом необходимо так подбирать движения, чтобы актер не травмировал себя, особенно голову, крестец, колени и локти. Падать нужно только на мягкие части тела. С точки зрения биомеханики эти падения есть своеобразные системы укладывания тела на пол. При быстром исполнении они создают полное впечатление падающего расслабленного тела. Тщательная тренировка в этой технике на уроках не должна ограничивать самостоятельных поисков учеников на занятиях актерским мастерством.

Предлагаемые хемы — только эталон качества и прочная техническая база, на которую будут опираться эти поиски. Техника приемов, предлагаемых на уроках, позволяет ученику подбирать экономичные, точные и безопасные движения.

На уроках самостоятельное творчество учеников быстрее всего проявляется в импровизированных этюдах сценической борьбы без оружия.

Подготовительные упражнения к падению

Подготовительные упражнения имеют целью создать у учащихся представление о том, как можно, последовательно расслабляясь, осторожно ложиться на пол; как можно, применяя подсобные движения, быстро и безопасно ложиться, создавая впечатление падающего тела. Они дают возможность понять взаимодействие частей тела при падениях с расслабленной мускулатурой тела.

Упр. NO 221. Подготовительное упражнение к падению на бок.

Построение — стайкой, на расстоянии друг от друга не меньше, чем в полутора метрах. Исходное положение: присед с сомкнутыми коленями и стопами, ладони касаются пола. Техника исполнения. Расслабляя ноги, надо положить на пол наружную сторону правой голени. При этом движении левая стопа почти приподнимается, она перестает опираться о пол. Руки еще поддерживают туловище в почти вертикальном положении. Затем, расслабляя мускулатуру бедер и туловища, надо положить на пол правое бедро и правую сторону таза. Правая рука, согнутая в локте, поддерживает туловище в наклонном положении. Левая рука помогает поддерживать туловище. Далее, ослабляя опору правой рукой и постепенно сгибая левую в локте, надо положить на пол правый бок и прижатое к правому боку плечо правой руки. Мускулатура плеча правой руки должна быть предельно напряжена. Эта своеобразная подушка предохраняет плечевой сустав от ушиба/Предплечье правой руки должно находиться перед туловищем на уровне живота, локоть подвинут влево. Важно, чтобы голова была наклонена в сторону, противоположную падению: это предохранит ее от ушиба. В заключение следует осторожно положить голову на пол и расслабить все тело <рис. 168).

Методические указания. В этом упражнении падение происходит с незначительной высоты. Его можно дать сразу всей группе. Технику изучают последовательно, по этапам. Это важно, потому что позволяет ученикам анализировать взаимодействие частей тела и осваивать принцип последовательного расслабления мускулатуры. Рекомендуются следующие команды: «положить голень», «положить бедро», «положить туловище», «положить голову», «расслабиться». Приземление нужно делать слитно, но в медленном темпе.

Тренироваться в обе стороны. На одном уроке повторить упражнение не более 10—12 раз.

У if p. № 222. Подготовительное упражнение к падению «скручиваясь».

Установка снаряда — положить поперек зала все имеющиеся маты на расстоянии не менее 50 см один от другого. Построение группы: на правый передний угол каждого мата встает ученик. Исходное положение: присесть, носки врозь, пятки вместе, колени возможно шире разведены в стороны. Рукн положены ладонями на колени, пальцы правой руки направлены влево, левой — вправо. Локти согнуты и широко разведены в стороны, спина выгнута дугой, голова наклонена к груди. Все мышцы напряжены. Техника исполнения. По команде «упасть» следует, сохраняя напряжение мускулатуры, опрокинуться назад-влево, последовательно приземляясь левой стороной голени, бедром и боком. Голова должна быть прижата подбородком к груди и наклонена к правому плечу. При приземлении мускулатуру не расслаблять. Встать нужно на ту сторону мата, в какую исполняется упражнение. При повторении надо предложить поднять вверх левую руку, повернув ладонь назад. Сказать, что-при падении ладонь должна коснуться мата раньше, чем на него ляжет бок туловища. Возникающий при этом хлопок ладонью о мат в дальнейшем будет хорошим озвучиванием падения. Поднятая и вытянутая рука страхует бок головы при сценическом падении № 1 («Скручиваясь с выпада»). Перед тем, как командовать «упасть», надо заранее предложить поднять левую руку. В дальнейшем рука должна подниматься только в момент падения (рис. 169).

Методические указания. Если поднятая для страховки рука согнута, то можно травмировать локоть. При правильном исполнении голоса должна опуститься на левое плечо. Сильный удар ладонью в пол безопасен и почти безболезнен, тыльная же сторона кисти весьма чувствительна к ушибам. После разучивания техники падения влево-назад надо то же выполнить вправо-назад. Количество повторений в уроке не должно быть более четырех в каждую сторону.

Упр. № 223. Подготовительное для — «падения вперед».

Установка матов та же, что в предыдущем упражнении. Построение группы — каждый ученик стоит за своим матом. Исходное положение — встать на колени, на край мата, руки согнуть в локтях, ладони выставить вперед, туловище выгнуть назад. Техника исполнения. Напрягая мыщцы, упасть вперед, прогнув туловище, но страховаться руками. Повторить это упражнение следует несколько раз, тщательно сохраняя выгиб туловища. Затем надо убрать назад за спину руки и падать

вперед, нестрахуясь. Тело должно последовательно приземляться сначала бедрами, потом животом и грудью. В момент падения колени должны совершенно выпрямиться. Шею надо отклонить назад, иначе можно разбить лицо (рис. 170). Повторить упражнение 3—4 раза. Многие ученики от страха во время падения перестают выгибаться, непроизвольно выставляют вперед руки и приземляются на четвереньки. Упражнение теряет смысл. Если техника будет правильной, тело, сильно качнувшееся вперед во время приземления, качнется обратно в сторону вытянутых ног, и это предохранит лицо. Ноги служат противовесом в этом падении. Когда качание прекратится, следует расслабить мускулатуру и положить на мат правую или левую щеку. '

Методические указания. Упражнение безопасно при большом и напряженном выгибе тела. Но если непроизвольно расслабиться, то можно получить травму, поэтому необходимо применять страховку. Преподаватель должен, опустившись на колени рядом с учеником, положить ему на грудь около шеи ладонь и поддержать его. Убедившись в безопасности упражнения, ученики в дальнейшем сами отказываются от страховки. В уроке не следует давать более четырех падений.

Упр. № 224. Падение № 1. После выпада, скручиваясь на бок.

Подготовительное упражнение. Построение — стайкой, используя всю площадь помещения. Исходное положение — свободная стойка. Техника исполнения подготовительного упражнения. По команде раз сделать выпад правой ногой вперед, ударяя «врага» кулаком в лицо (тычком). На счете два (стоя на выпаде) ударить правой рукой самого себя в левую сторону груди (это «враг» ответил ударом кинжала в грудь). От этого ответного удара левая рука должна быстро подняться вверх ладонью влево. На счете три начать «закручивание», т.е. поворачиваться влево до тех пор, пока глаза не увидят пол с левой стороны туловища. Тело окажется повернутым левым боком к полу. Почувствовав, что из этого положения легко упасть на бок, падать не следует, а по счету четыре принять исходное положение. При исполнении «закручивания» ноги сохраняют положение выпада. Чем длиннее будет выпад, тем легче выполнить падение (рис. 171).

Основное упражнение (первый вариант). Установка снаряда — положить поперек зала 4—6 матов на расстоянии в 100—150 см один от другого. Построение группы — шеренгами перед матами; каждый ученик первой шеренги должен встать так, чтобы мат оказался от него справа. Техника исполнения. По команде «бей» сделать выпад с ударом кулаком; по команде «кинжалом бей» бьют себя правой рукой в левую сторону груди; по команде «упасть» закручиваются влево и, увидев мат слева от себя, падают, т.е. ложатся на него, последовательно приземляясь левой стороной голени, бедром и левым боком туловища. Когда начинает ложиться

туловище, то, обгоняя его, на мат ложится ладонь левой руки (предварительно поднятой вверх), затем вся рука и плечо. Когда тело ляжет на мат, правая нога переносится вперед и, немного сгибаясь в колене, упирается в пол носком. Стопа повертывается к полу так, чтобы подвернутые (а не вытянутые) пальцы могли предохранить колено и голень от ушибов. После того, как нога закончила движение, но еще упирается носком в пол и колено держится на весу (так же как и го-лова), следует, расслабляя мускулатуру, положить колено на мат, а голову на левое плечо. Это последнее дробное действие выполняется по команде: «расслабиться!».

Методические указания. Изучение техники падения по командам следует провести 2—4 раза. После того, как первая шеренга освоила эту технику, то же самое должна выполнить вторая, а затем третья. Командовать нужно с такой скоростью, чтобы все падение произошло за 2—3 секунды. После этого упражнение можно сопровождать аккомпанементом.

Падение № 1 наиболее безопасное, несмотря на кажущуюся сложность техники, нужно чтобы голова не ложилась на пол. После группового выполнения надо перейти к индивидуальному. Пианист исполняет ритм падения столько раз, сколько человек в группе. Первым падает стоящий слева, затем второй, потом третий и т. д. После того, как упадут все стоящие в первой шеренге, начинают падать в том же порядке ученики второй, а потом и третьей шеренги. Первый номер встает, когда падает третий, второй — когда падает четвертый и т. п. В одном уроке не следует давать более четырех падений. Указать, что этот тип падений наиболее удобен и логичен при ранениях и убийствах в фехтовальных сценах.

Все изложенные выше методические указания в равной степени относятся и к изучению всех остальных падений.

Второй вариант. Объяснить, что этот вариант применяется, когда надо сыграть обморок. Техника исполнения. Стоя правым боком около середины мата, отставить назад правую ногу, приподнять обе руки и начать закручивание влево так же, как в основной технике этого падения. Увидев мат слева от себя, последовательно приземлиться голенью, бедром, левым боком и, наконец, положить голову, В этом падении нет переброса правой ноги вперед — наоборот, надо следить, — чтобы стопы ног совершенно не отделялись от пола. Это особенно важно, когда исполнительница в длинной юбке: если поднять ноги при

падении, юбка взлетит вверх, а это некрасиво. Актриса должна помнить, что, несмотря на то, что в современной жизни люди видят ноги женщин до колен, па сцене, когда она в длинной юбке, если ноги откроются хотя бы до середины голенн, у зрителей возникает ненужное впечатление. Если ноги при падении остаются на месте, платье хорошо обвернется вокруг актрисы, создавая красивый силуэт. Это падение должно исполняться медленнее основного варианта, поскольку в нем нет ударов. Сознание человека не гаснет мгновенно, он слабеет относительно постепенно. В первую очередь подгибаются ноги, затем туловище и руки. Именно это правдоподобие следует передавать верным темпо-ритмическим исполнением.

Упр. № 225. Падение № 2. Вперед согнувшись.

Подготовительное упражнение. Построение — стайкой. Исходное положение— параллельные стопы на расстоянии 10—15 см одна от другой. Руки под-пяты вверх, пальцы сцеплены. Техника исполнения подготовительного упражнения. Надо быстро ударить самого себя в живот. В момент удара следует согнуться вперед, приподнимаясь на носки и слегка подогнув колени. В этом положении повернуть правую стопу пяткой наружу и, наклоняя голову и плечи вперед, почувствовать, что тело начинает падать. Но приземляться не надо. Следует выставить одну из ног вперед, выпрямляя туловище.

Методические указания. Технику этого упражнения повторить несколько раз, чтобы убедиться в умении подгибать ноги, поворачивая стопу влево. Благодаря этому положению туловища и ног можно правильно приземлиться.

Основное упражнение. Установка снаряда — положить поперек зала 4—6 матов. Построение группы — шеренгами перед матами. Шеренги будут падать по очереди. Техника исполнения. Сделать движение предварительного упражнения, затем продолжить падение, постепенно расслабляя тело так, чтобы на мат последовательно легли наружная сторона правой голени, правая сторона бедра, правый бок и, наконец, голова. Падение заканчивается полным расслаблением мускулатуры. В момент, когда тело начинает падать, передвинуть руки влево так, чтобы локоть правой руки оказался левее своего правого бока — это предохранит локоть от ушиба (рис. 172). После того, как упражнение выполнено, следует рассказать, что не надо играть процесс умирания, а наоборот, следует бороться за жизнь. Если человек падает не от удара в затылок (в этом случае тело будет падать без задержки), а от потери сознания, расслабление не наступит мгновенно. Оно, как уже говорилось, распространяется постепенно, снизу вверх. Человек сопротивляется потере сознания и потому не падает мгновенно. Для осуществления этого действия надо после двух первых движений выпрямить туловище и колени, подняться на носки и только тогда начать падать.

Методические указания. Разучивая технику падений, следует сразу поправлять ошибки учеников первой шеренги и только после этого начать работу со второй. Исполнение схемы несколько раз подряд позволяет быстро запомнить ее. В этом приземлении, как и в предыдущем, тело должно падать только на мягкие части. Если ученик касается мата коленями, а не наружной частью голени, то техника неверна: это опасно при нриземлении на пол. В начале исполнения скорость ДОЛЖНА быть замедленной; постепенно она убыстряется и, наконец, должна стать такой, чтобы зритель увидел падающего, а не ложащегося человека. Чтобы

падение было правдоподобным, ноги не должны подниматься в противовес падающему телу.

Надо научить студентов полностью расслаблять мускулатуру, когда падение закончено, иначе в действии возникнет фальшь. Ученики должны находить личные приспособления, но не копировать друг друга. При такой методике схема падения не превращается в штамп, она не мертва, потому что каждый приносит в эту технику свои детали.

В одном уроке не следует давать более 5—6 падений. Каждое падение — сотрясение для организма. Замечено, что при большом количестве падений в уроке у учащихся начинает болеть голова. Это вредно. Падение «вперед согнувшись» может быть выполнено при любом ударе в живот. Без психологической и действенной предпосылки падать трудно; заставить упасть может только какое-то внешнее воздействие. Тогда и рождаются конкретные приспособления, которые на основе разученной схемы создают верное сценическое действие.

Упр. № 22G. Падение № 3. Назад на спину.

Подготовительное упражнение. Установка снаряда. Положить поперек зала 4—6 матов. Построение: шеренгами, спиной к матам. Техника исполнения подготовительного упражнения. По команде «упасть» ученики в первой шеренге должны поставить левую стону на край мата носком влево. Затем, перенеся вес. тела на эту ногу и приподняв правую вперед-вверх, поднять вверх прямые, напряженные руки, а подбородок прижать к груди. По счету два опереться на наружный край левой стопы — важное подсобное движение. Такое положение очень неудобно для ноги, но оно создает верную предпосылку к тому, чтобы упасть назад, и, кроме того, обеспечивает технику безопасности (рис. 173). Эти движения следует повторить несколько раз. Чтобы облегчить переход в это положение, предварительно нужно слегка присесть на левой ноге, затем резко ее выпрямить — тогда можно безопасно подвернуть стопу. Далее, повторяя упражнение сначала, надо направить обе руки вперед. Ученики второй шеренги будут страховать первых. Они должны стать напротив первых и взять их за лучезапястные суставы. По команде раз падающие вновь ставят на край мата левую ногу, поднимая чуть вверх напряженную правую; по счету два падающие подворачивают левую стопу, наклоняют голову вперед и, постепенно сгибая колено и расслабляя мышцы левой ноги, приземляются на маты сначала наружным краем левой голени, затем левой стороной бедра и боком так, чтобы не удариться крестцом. Страхующий поддерживает падающего, помогая ему медленно и последовательно приземлиться. Эта страховка очень важна для женщин.

Основное упражнение. Оно начинается с освоения этой же техники без страховки. В момент, когда левая нога станет на мат, обе руки должны подняться вверх и остаться в этом положении до окончания приземления. Как только левое плечо коснется мата, правая нога ложится на пол и падающий мгновенно поворачивается на спину. Руки, расслабляясь, ложатся тыльной стороной кисти на пол, и одновременно с этим мягко опускается затылок на мат {рис. 174).

Методические указания. Это падение опасно при неверной технике: есть риск разбить затылок. Чтобы "этого не случилось, нужно уметь закрепостить мышцы рук и шеи при приземлении. Напряженные руки непроизвольно закрепощают мышцы шеи — и это предохраняет голову от сотрясения и не дает удариться затылком о пол. Обман зрителя достигается тем, что, как только левая сторона тела легла на пол, исполнитель мгновенно поворачивается на спину. Зритель ни успевает увидеть подсобные движения, но, увидев падающее выгнутое тело, верит, что человек действительно упал назад на спину. Важно, чтобы правая нога, создающая противовес падающему телу, опустилась, как только легли плечи. Задержка ее в приподнятом положении раскроет технику, которую надо скрыть. Больше 3—4 падений в одном уроке давать нельзя.

Упр. № 227. Падение № 4. Вперед через голову.

Первый вариант. Так может упасть быстро бегущий человек, который споткнулся и потерял равновесие, или человек, получивший очень сильный удар в затылок. Установка снаряда — надо положить 4—6 матов поперек зала. Построение группы — шеренгами в одном шаге от матов. Техника исполнения. Повторить упражнение «кувырок вперед через одну руку». В конце кувырка следует стать на левое колено, если кувырок был начат правой ногой и правой рукой. После первой шеренги то же делает вторая, затем — третья. Кувырок повторить не менее 3—4 раз. Заканчивая кувырок через одну руку, надо не вставать на колено, а остаться в положении лежа на спине. Затем по команде «упасть» уча-

Рвс. 173

шиеся должны, выставив на шаг вперед правую ногу носком влево, сгибать колени и, передавая вес тела на правую ногу, наклонить туловище вперед. Одновременно они кладут правую ладонь на мат, пальцами влево, опускают голову вниз (как для обычного кувырка) и, оттолкнувшись левой, а затем правой ногой, выполняют кувырок через голову. В кувырке следует последовательно раскрепощать тело: сначала мускулатуру правой руки, затем шеи, туловища и ног. Тело последовательно ляжет на пол в эффектной позе (рис. 175). Повторить падение надо не менее двух раз подряд; затем то же выполняют следующие шеренги

Методические указания. Это падение безопасно, если разучена верная техника кувырка через одну руку. В начале кувырка полусогнутая опорная рука не должна расслабляться, иначе можно приземлиться на темя. В момент, когда голова перешла за правую кисть, локоть следует чуть ослабить, с тем чтобы приземление было мягким — верхней частью спины. Если рука будет чрезмерно напряжена, тело не ляжет постепенно на пол, а ударится о мат серединой спины или, что еще хуже, ее нижней частью. На сцене приходится падать на жесткую поверхность, поэтому техника должна быть очень точной. Кроме того, здесь можно больно удариться пятками о пол: ноги описывают большую кривую, они быстро движутся и, если их не сдержать напряжением мышц, можно разбить пятки. Если же мускулатура излишне напряжена, падение может закончиться позой сидя, что тоже неверно. Необходимо точно координировать напряжение мускулатуры, чтобы и не получить травму, и не подняться по инерции после падения. Таким образом, это упражнение хорошо совершенствует координацию мышечных напряжений тела, учит управлению инерциями тела. После этого упражнения ученики должны полежать некоторое время, совершенно расслабив мускулатуру.

Второй вариант. Надо предложить выполнять падение с небольшого разбега: это создает темп и большую инерцию тела, и тем, и другим надо верно управлять. При разбеге надо рекомендовать перед падением слегка поднять правую ногу и одновременно подскочить на левой ноге — и только после этого падать по разученной схеме.

Упр. № 228. Падение № 5. Падение сверху вниз.

Это падение применимо в случае, если действие, вызывающее его (поражение пулей, стрелой, копьем, толчок в спину или плечо, удары), происходит в момент, когда актер находится на высоте (на станке, заборе, стене, крыше дома и т. п.). Перед изучением техники этого падения следует повторить технику соскока (прыжок в глубину — см. главу «Упражнения в равновесии на высоте»).

Первое подготовительное упражнение. Построение — стайкой. Расстояние между учениками должно быть не менее полутора метров. Исходное положение: присед на носках, колени сомкнуты, руки касаются пола перед ногами. Техника исполнения. По команде «упасть» занимающиеся медленно и последовательно приземляются вправо или влево (но все в одну сторону) голенью, бедром, тазом, туловищем, плечами, и только шея остается в напряжении. Голова откинута в сторону, противоположную направлению падения. По команде «снять напряжение!» учащиеся осторожно опускают голову на пол и расслабляют мускулатуру тела. Упражнение выполняется в очень медленном темпе и повторяется по четыре раза в каждую сторону.

Методические указания. Здесь важно отработать верную технику приземления. Падать сверху вниз даже с высоты в один метр уже до некоторой степени опасно. А в практике бывали случаи, когда актеру приходилось падать с высоты в три метра. Прыжок в глубину с такой высоты -~ очень сложное упражнение; падение же с такой высоты на слегка прикрытый пол — опасный трюк, требующий от актера смелости, решительности и хорошей специальной техники. Это падение, по существу,— прыжок, обманывающий зрителя. Зритель должен видеть безжизненно падающее тело. Приземление нужно отработать так, чтобы не была заметна его техника. Недопустимо спрыгивать на колени, на расставленные ноги (особенно девушкам). В первую очередь на пол должны ложиться голени (с наружной стороны икроножной мышцы). Наиболее опасный момент приземления — когда ложатся плечи: если мускулатура шеи будет расслаблена, можно удариться головой о пол.

Второе подготовительное упражнение. Это упражнение начинается с подпрыгивания. Техника исполнения. По команде педагога «присесть» все слегка приседают, а по команде «алле-хоп!» — прыгают вверх. Затем, используя знакомый навык приземления в прыжке сверху вниз, приседают и, последовательно расслабляясь, падают на бок.

Методические указания. Здесь могут быть такие ошибки: исполнители делают две паузы — первую в момент, когда стопы коснулись пола, вторую — в положении приседа. Необходимо, чтобы все элементы этого приема — взлет, приземление, переход сначала в положение приседа, затем в положение лежа — выполнялись абсолютно слитно.

Основное упражнение. Установка снаряда. Гимнастическая скамейка поставлена на высоту в 120—150 см в горизонтальном положении. На скамейке могут одновременно разместиться три ученика. Для приземления подкладываются три мата. После того, как техника освоена, упражнение можно выполнять с высоты кубов, реек гимнастической стенки и со столов и т. п. приспособлений.

При пользовании бытовыми предметами свободные от упражнений ученики придерживают их руками, чтобы они не опрокинулись. Техника исполнения. Стоя на конструкции, поднять руки вверх, а ноги поставить на самый край снаряда. Затем, выгибая тело назад (в положение «рыбкой»), постепенно наклонять туловище вперед (рис. 176). Благодаря этому движению у тела в какой-то момент почти не будет опоры. Ощутив этот момент, надо скользнуть стопами вперед так, чтобы тело начало падать. Вынести тело вперед нужно настолько, чтобы оно падало вертикально. При приземлении учащиеся выполняют уже знакомую им технику перехода в положение лежа.

Методические указания. Правильный тренаж этой сложной техники возможен только тогда, когда уже отработан навык спрыгивания, т.е. соскальзывание стопами вниз. Ученики должны заранее преодолеть страх перед высотой. До того, как приступить к изучению техники этого падения, следует тщательно отработать все упражнения на высоте — студенты свыкаются с ней, движения становятся увереннее.

Упр. № 229. Равновесие на высоте и падение по сигналу.

Установка снаряда. Конец гимнастической скамейки надо зацепить крючьями за рейку гимнастической стенки на высоте 100—120 см. Второй конец скамейки положить на стул. Один конец второй скамейки положить на этот же стул, второй ее конец — на пол. Построение группы — в колонне по одному справа или слева от скамейки, в двух метрах от них. Упражнение выполняется поочередно,

Первый вариант. Идти по скамейке снизу вверх под марш. Музыка в темпе, равном 60. Пространство примерно в восемь метров ученик должен преодолеть за 12 секунд и за 12 шагов. В конце музыкальной фразы из четырех тактов выполняется падение сверху вниз. В 13-й четверти марша должен звучать сильный и резкий сигнал, «толкающий» исполнителя на падение.

Второй вариант. Занимающимся следует рассказать: «Вообразите, что вы в землянке. Командир приказал подняться на горку вверх по тропинке (по скамейкам) и взмахом руки показать товарищам, находящимся за горкой, сигнал к атаке. В это время в сигнальщика попадает пуля вражеского снайпера. Сигнальщик падает». Снайпер может выстрелить в любой момент действия — и тогда, когда сигнальщик поднимается по скамейкам, и когда он подает сигнал, когда спрыгивает вниз, даже когда приближается к входу в землянку. Если снайпер не выстрелил вообще или выстрелил с опозданием, ученик должен действовать по сценической задаче, т. е., подав сигнал, спрыгнуть вниз и возвращаться назад. «Выстрел» воспроизводится преподавателем: он ударяет палкой по какому-нибудь звучному предмету.

Методические указания. Сигнал подается в любое время. Он может не совпадать с музыкальной фразой. Следует добиваться верного действия: как только сигнал услышан, сигнальщик сам решает, ранен он или убит наповал. Учащийся, воображая конкретные обстоятельства, или «постепенно теряет сознание», или «мгновенно падает». В этом трудном упражнении техника падения должна быть выражением логики жизни героя. Сигнал подается неожиданно, и учащиеся часто теряются, недоумевают; в результате — мышечный зажим, не позволяющий им верно выполнить падение: они либо теряют равновесие, либо затормаживают, либо искажают технику соскока.

Третий вариант. Это упражнение аналогично первому по общему заданию, но «выстрелов» будет два. Из них первый — промах или ранение (это решает ученик), второй же обязательно смертелен. В каком бы месте действия ни застал ученика первый сигнал, он должен, сыграв промах или ранение, продолжать действовать по схеме этюда. Второй выстрел может произойти также в любой момент.

Методические указания. Верхний конец скамейки следует постепенно поднимать. Для женщин безопасна высота не более 150—170 см, для мужчин — до 2,5—3 м. Чтоб не было травм при приземлении, с обеих сторон вдоль верхней скамейки на пол следует положить маты.

Упр. № 230. Парное упражнение с падением,1

Построение группы: парами — друг против друга. Техника исполнения; один из учеников в паре наклоняется вперед под прямым углом, его руки могут опираться в пол. Второй становится сбоку, упирается ему в спину ладонью (рис. 177), а затем чуть приседает и прыгает вверх, попадая голенями подогнутых ног на спину товарища (рис. 178). Затем встает в рост. Нижний, почувствовав вставшего на спине партнера, чуть приседает, а затем довольно резко выпрямляет ноги. Верхний спрыгивает вправо или влево, затем, быстро сгибая ноги, приседает и падает на пол уже известным способом (рис. 179).

Методические указания. В этом падении нет трудностей, если были отработаны предыдущие упражнения. Оно очень полезно, так как вызывает правильные ощущения у верхнего из партнеров, реагирующего на толчок нижнего. Упражнение хорошо тренирует темпо-ритм взаимодействия. Нижними могут быть только мужчины.

Упр. № 231. Падение №6. Вперед с прямым туловищем. Первое подготовительное упражнение. Установка снаряда — положить поперек зала 4—6 матов. Техника исполнения. После разучивания падения «рыбкой

1 Упражнение заимствовано из «Биомеханики» В. Э. Мейерхольда.

е колен» можно начать изучение техники первого подготовительного упражнения. Исходное положение. Студенты опускаются на колени на край мата. Затем вытягивают прямую левую руку вдоль туловища и выставляют вперед почти прямую правую руку, ладонью вперед. Затем следует прогнуться назад до предела. По команде «упасть» учащиеся разгибают колени и, сохраняя выгнутое туловище, падают вперед так, чтобы соприкоснуться с матом прежде всего ладонью левой руки. Это основной страхующий момент. Локоть при этом хоть и сгибается немного, но все же дает возможность приземлиться на левый бок и мгновенно опрокинуться на грудь. Чтобы выполнить это последнее движение, необходимо после страхующего движения быстро прижать к правому боку правую руку — тогда тело ляжет грудью, поскольку его лишили опоры (рис. 180). Чтобы не удариться лицом, надо по возможности откинуть голову назад и отвернуть лицо в сторону; лежать вниз лицом недопустимо, с гигиенической и эстетической точек зрения.

Методические указания. Нужно добиваться четкого перехода от положения, когда опираются страхующей правой рукой, к быстрому приземлению на левый бок с мгновенным опрокидыванием на грудь; сделать это надо очень [быстро, чтобы зритель не успевал увидеть подсобных движений.

Второе подготовительное упражнение. В этом упражнении правая рука выставляется вперед в момент, когда тело уже падает. При таком исполнении зритель, увлеченный большим движением тела, не успевает увидеть страхующее движение левой руки.

Основное упражнение. Исходное положение. Первой шеренге надо стать перед матами, расставить стопы на 10—la см, руки опустить. Техника исполнения. По команде «упасть» выгнуть тело назад и чуть повернуть правую стопу пяткой вперед, почти как в падении № 2. При приземлении надо быстро подставить полусогнутую правую руку так же, как во втором подготовительном упражнении, — это позволит повернуться левым боком в момент прикосновения к мату. Затем надо мгновенно убрать руку, расслабиться и перевернуться на грудь. Тело должно ложиться последовательно левой голенью, бедром, туловищем и только затем опуститься на грудь.

Методические указания. Только после обстоятельного тренажа можно перейти к выполнению этого падения без страховки рукой. И только после очень длительной подготовки можно рискнуть делать его на полу, причем переходить на пол рекомендуется постепенно: вначале следует падать на свернутый в четыре

раза ковер, затем — на свернутый пополам и только после этого на разложенный. Падать на разостланный ковер — это то же самое, что падать на пол. В одном уроке не следует падать более четырех раз.

Упр. № 232. Падение № 7. Назад через препятствие.

В спектакле может возникнуть ситуация, когда одному из персонажей придется опрокинуться назад через какое-либо препятствие, стоящее за актером, чтобы спрятаться, или упасть от удара в лицо, теряя сознание. Установка снаряда — сложить стопкой поперек зала 6—7 матов. Еще один мат надо положить за стопкой для приземления. Если нет матов, снарядом может служить поставленная поперек гимнастическая плинта, обычный канцелярский стол и т. п. На стол следует положить мягкую подстилку. Можно также воспользоваться двумя половинками сценических кубов, поставленных одна на другую, чтобы получить нужную высоту и площадь. Построение группы — колонна по одному, исполнение поочередное.

Первое подготовительное упражнение. Техника исполнения. Подойти к снаряду, положить на него ладони пальцами вперед, слегка присесть и, опираясь руками о поверхность, подпрыгнуть вверх. В воздухе надо повернуться спиной к мату, правое плечо назад, для того чтобы сесть на него. Стопы должны оказаться в правом углу мата. Затем падающий ложится на спину, подняв прямые ноги, примерно под прямым углом. Левое плечо должно оказаться вблизи левого дальнего угла. Это положение плеча позволит учащемуся опустить к полу левую руку, для того чтобы страховать тело при падении. Как только левая рука опущена вниз, ученик передвигает обе ноги влево, и вслед за ними влево поворачивается туловище. Ноги окажутся за дальним краем снаряда и смогут опуститься к полу. Вместе с ногами переваливается и туловище. Тело как бы сползает со снаряда на мат, лежащий за препятствием. Приземление — на стопы и ладони (рис. 181) — колени ни в коем случае не должны касаться мата.

Методические указания. Это упражнение помогает осваивать элементы техники. Важно, чтобы учащиеся попадали на середину мата и обязательно по его диагонали. Поднимать ноги нужно одновременно с опрокидыванием на спину. Левая рука должна опуститься вниз раньше, чем ноги и тело начнут приземляться.

Главнейшая ошибка — когда рука прижата к левому боку: если на нее ляжет тело, есть опасность упасть на голову. Недопустимо также приземление на колени: это опасно при исполнении на полу.

Второе подготовительное упражнение. В этом упражнении техника, кроме как в момент отталкивания, та же, что и в первом подготовительном упражнении. Отталкиваться надо только ногами, не опираясь руками. Стоя возле снаряда лицом к нему, следует прыгнуть вперед-вверх так, чтобы в воздухе повернуться правым плечом назад и сесть на середину снаряда по диагонали (к переднему левому углу). Далее упражнение выполняется по уже известной схеме.

Основное упражнение. После небольшого разбега надо оттолкнуться одновременно двумя ногами по направлению вперед-вверх, в воздухе повернуться, сесть на середину снаряда, опрокинуться назад на спину, поднимая ноги, опустить вниз левую руку, приземлиться на четвереньки и расслабиться, упав на правый бок (падение №5).

Методические указания. При этом падении можно сделать дополнительные боковые кувырки, поскольку в момент приземления очень велика инерция: при большой инерции возможны даже двойные перевороты тела. Если инерции нет, перевороты будут фальшью. Надо тренировать ощущение величины инерции, чтобы правильно выполеить боковой кувырок. Несвоевременное торможение движений или, наоборот, лишний кувырок будут свидетельствовать о том, что ученик не может верно контролировать себя. После достаточной тренировки надо предложить приземляться на пол. Это падение весьма убедительно, если оно выполняется после удара в лицо снизу. Стоящий спиной к столу актер, получив удар в челюсть, подскакивает вверх и падает через стол так, как это описано в упражнении.

Давать этюды подобного типа можно только после того, как разучена техника сценических ударов и защиты от них (см. главу «Приемы сценической борьбы без оружия»).

Глава тридцать первая СЦЕНИЧЕСКИЕ ПЕРЕНОСКИ

Иногда в пьесе возникает ситуация, когда необходимо поднять на руки человека, перенести и положить его на что-нибудь или опустить на землю.-Этот трюк может быть выполнен группой актеров, а иногда — и одним. Бывают ситуации, когда герой тащит врага, иногда он несет друга или любимую. Различные обстоятельства в постановочной практике породили технику различных способов переносок. Эти упражнения, помимо того, что они являются сценическими навыками, прекрасно тренируют чувство темпо-ритма партнера, силу и скульптурность. Упражнений на восприятие темпо-ритма партнера через мышечные ощущения не столь уж много, и потому переноски приобрели особую ценность. Если совместные действия неправильны, несогласованны, удачно выполнить такой трюк нельзя. В переносках по одному мужчины могут носить женщин

и мужчин. В групповых переносках одного могут нести семь, пять, четыре, три человека. В переносках по одному имеется три способа: несу друга, несу врага на плече, несу врага на обоих плечах. Изучение групповых переносок следует начинать во втором семестре курса, когда ученики физически и ритмически достаточно подготовлены. Переноски по одному надо начинать сразу же после того, как усвоена техника групповых, т.е. примерно с середины ноября, если группа имеет по учебному плану 170 часов.

Упр. № 233. Семь человек несут одного.

Один из учеников изображает тело мертвого героя, его будут переносить семь воинов.

Построение группы — один ложится спиной на пол, вытягивается, руки скрещивает на груди, сильно напрягает мускулатуру. Семеро несущих становятся в четырех шагах от него: трое — с правой стороны, трое — с левой и один — за головой. Музыкальное сопровождение для всех упражнений этого раздела — медленный торжественный марш минорного звучания. Техника исполнения. Все несущие делают под музыку четыре шага по направлению к лежащему (ходьба в четвертях). Во втором такте они медленно (за %) опускаются на правое колено и подставляют свои ладони иод лежащего: один — под голову, двое — под лопатки, двое — одной рукой -под поясницу, другой — под бедра и двое — под стопы (рис. 182). В третьем такте несущие одновременно встают, поднимают лежащего (поворачиваясь по направлению к его стопам) и подставляют под тело свои плечи. Первый поддерживает голову под затылок (рис. 183). В четвертом такте несущие медленно поднимают тело вверх на вытянутые руки (рис. 184). Затем воины медленно и ритмично идут вперед 8 или 16 шагов; движение начинается с правой ноги; потом они останавливаются и, сгибая руки, кладут тело себе на плечи (это выполняется за один такт); далее несущие, поворачиваясь к телу, опускаются на правое колено, разгибают руки и кладут тело на пол (за один такт), затем медленно поднимаются, отходят назад и стоят, опустив голову, до конца музыкального отрывка.

Методические указания. Несущий голову должен быть самым высоким в группе, несущие тело за плечи — несколько ниже его, спину поддерживают люди еще меньшего роста, а ноги — низкорослые. Ноги могут нести и девушки. Необходимо, чтобы при подъеме, переноске и опускании голова была выше туловища и ног: обратное положение тела вызывает у зрителей смех. Необходима точная согласованность действий несущими. Синхронность диктуется не только тем, что нужно добиться определенного сценического эффекта, но и техникой безопасности. При несинхронности действий воинов актеру, изображающему труп, неловко, а иногда и страшно лежать, и у него непроизвольно возникают движения, а это, как правило, приводит к полному нарушению упражнения. Техника этого вида переносок не требует от несущих больших усилий, на каждую руку приходится не более 5—6 килограммов.

Упр. № 234. Пять человек несут одного,

Переноска впятером труднее, чем предыдущая, не только потому, что возрастает нагрузка на каждого, но и потому, что несущие будут стоять в колонне

по одному, а не парами, как в предыдущем упражнении, — это уменьшает боковую устойчивость. В переноске при таком и еще меньшем количестве несущих требование к силе актеров, их ритмичности и точности все больше возрастает. Построение группы: желательно, чтобы несомый был высокого роста, но худощавый юноша. Он ложится на пол, скрестив руки на груди, вытягивается и напрягает мускулатуру. Несущие становятся в четырех шагах от него: первый — со стороны головы, второй — справа от него по линии плеч, третий — слева по линии поясницы, четвертый — справа против бедер, пятый — слева по линии стоп. Техника исполнения и разритмовка в этом упражнении те же, что и в предыдущем {рис. 185). Методические указания. Когда несущие поднимают тело на вытянутые руки, они должны оказаться в колонне по одному. Сделать это надо минимальным количеством движений и так, чтобы лежащий не ощущал перестроения. Важно также точно синхронное начало движений вперед, ритмичность при ходьбе и остановке. Начинать движение надо правой ногой.

Упр. № 235. Четверо несут одного,

Для этого вида переноски ученик, изображающий мертвого, должен быть еще более легким, а несущие — еще сильнее. Голову и плечи несут самые сильные. Построение группы — несущие в четырех шагах от лежащего: первый — слева от головы, второй — справа от плеч, третий — слева от поясницы, четвертый — справа от стоп. Техника исполнения — та же, что и в предыдущем упражнении (рис. 186).

Методические указания. Этот способ значительно эффектнее уже описанных. Желательно, чтобы вес тела несомого не превышал 60—65 килограммов. Лежащий должен быть смел, должен уметь сильно напрягаться: если он расслабится, товарищи могут уронить его. В одном уроке одни и те же ученики не должны нести более двух раз.

Упр. № 236. Трое несут одного.

Построение группы — несущие размещаются в четырех шагах от лежащего: первый — справа против плеч, второй — слева против поясницы, третий — справа против стоп. Техника исполнения та же, что и в предыдущем упражнении. При подеме и в самой переноске голова лежащего свешивается вниз, так как ее не поддерживают, его глаза должны быть закрыты (рис. № 187).

Методические указания. Для этого упражнения надо выбрать самого легкого ученика или ученицу. Следует учитывать, что наибольшая нагрузка при подъеме тела будет у стоящего слева — он один; при переноске же наибольшая нагрузка у того, кто поддерживает плечи — ведь на его руки приходится и вес головы.

Этот трюк, как правило, удается с первой попытки, потому что ко времени изучения переносок втроем студенты уже получили достаточную физическую и техническую подготовку. Желательно, чтобы в этих упражнениях постепенно все ученики были как в ролях несущих, так и в роли несомых.

Упр. № 237. Переноски по одному на плече.

Надо объяснить, что этот способ применим в тех случаях, когда надо нести тело «врага». Построение группы — в двух шеренгах, встать лицом друг к другу, паря от пары на расстоянии 125—150 см, не меньше. Техника исполнения — изучение элемента кподъем на плечо». Несомый поднимает обе руки вверх. Несущий подходит к нему, слегка приседает и наклоняет туловище вперед, подставляя свое правое плечо под правую сторону тела несомого на уровне его таза так, чтобы, сгибаясь вперед в тазобедренном суставе и опуская руки вниз, он мог оказаться на плече и спине несущего. Несущий обнимает руками ноги лежащего на нем партнера, затем, медленно разгибаясь, поднимает его на своем правом плече (рис. 188). Тело лежащего должно быть расслаблено, руки и голова свободно опущены вниз. Затем несущий сгибает колени к, наклоняясь, бережно опускает ноги лежащего на пол. При повторении ученики меняются ролями. Сильные девушки легко выполняют это упражнение. Повторять его без музыки 3—4 раза.

Изучение элемента «взять на плечо с полая. Несомые ложатся па пол, вытянув ноги к центру зала. Несущие подходят к ним со стороны ног, наклоняются, берут за правую ногу, сгибают ее в колене, ставят стопой на пол и подставляют под нее в виде упора свою правую стопу (носком наружу), затем делают небольшой выпад вперед и двумя руками берут лежащих за руки (рис. 189). Благодаря этому

положению можно резким движением вверх на себя поднять тело лежащего в вертикальное положение. Естественно, что лежащий незаметно правой ногой помогает выполнению этого действия. Руки лежащего при подъеме тоже поднимутся вверх, но, как только несущий их отпустит, упадут вниз; затем начинает клониться вперед-вниз тело поднятого. Несущий должен в этот момент так подставить свое туловище, чтобы «падающее» тело попало на его правое плечо. Теперь нужно поднять тело на плече — этот элемент уже разучен. Упражнение повторить 2—4 раза. Затем ученики меняются ролями.

Изучение элементов внести на плече \* и ^сбросить с плеча». Несущие, подняв указанным способом своих партнеров, несут их к противоположной стене. Идти плавно, не покачиваясь и не подпрыгивая: это может быть болезненно для тех, кого несут. Партнеры, по мере усвоения техники, сами определят наиболее удобные и безболезненные места, которыми должны соприкасаться их тела. Если ученики, которых несут, пытаются выпрямиться, напрягают мускулатуру, дрыгают ногами и т. п., от этого им будет еще неудобнее лежать на плече несущего. Дойдя до противоположной стены, несущие опускают ноги несомых на пол, а затем меняются с ними ролями.

Изучение элемента «сбросить врагах. В метре от противоположной стены положить маты. Количество пар должно соответствовать числу матов. Техника сбрасывания состоит в том, что при переноске на правом плече несущий поворачивается правым боком к мату, затем приседает, наклоняя туловище вперед, и достаточно резко выпрямляется. Это и создает движение сбрасывания. Сброшенный должен попасть ногами на край мата, а затем выполнить падение Ns 5 (сверху вниз).

Полная схема упражнения такова: подойти к телу врага, поднять его на себя, перенести и сбросить.

Методические указания. Каждый из этих элементов можно исполнять на сцене как самостоятельный трюк, но возможны и варианты: «Вынес тело врага и сбросил его». «Поднял тело врага и унес его», «Перенес тело врага с одного места на другое» и т. п. Эти переноски и сбрасывания доступны девушкам. При разучивании техники необходимо подбирать в пары учеников примерно одинакового веса и роста. Этот навык тренирует силу, ритмичность, ловкость, смелость и легко переходит в форму этюда — в этом его ценность.

Упр. № 238. Переноска одного на обоих плечах.1

Методика разучивания и построение группы такие же, как в предыдущем упражнении.

Техника исполнения элемента «поднять стоящего на оба мечт. Тот, кого будут нести, становится левым боком к середине зала на расстоянии одного метра от стены, и поднимает правую руку вверх. Его партнер подходит к нему и становится рядом с ним справа. Техника исполнения. Несущий берет правой рукой за лучезапястный сустав поднятую вверх правую руку несомого, наклоняется к нему так, чтобы можно было левой рукой обхватить его правую ногу. Несомый должен оказаться правым боком к плечам несущего, тело его должно быть достаточно закрепощено. После этих подготовительных действий несущий медленно

.поднимает тело партнера на плечах, поддерживая его руками (рис. 190), через несколько секунд бережно ставит его на пол. Затем партнеры меняются ролями.

Методические указания. Этот способ требует обычной силы, если вес партнеров примерно одинаков. Мужчины могут поднимать женщин и мужчин, женщины — только тех, кто весит значительно меньше их. Опасно наклоняться вперед. Большой вес на плечах может в результате перегрузки у несущего вызвать расслабление мускулатуры, и тогда падают оба партнера. Несущий должен так наклониться, чтобы несомый опирался на его шею и затылок и не сползал вниз по спине. Это помешает уронить партнера. Сбрасывать тело нужно способом, описанным в предыдущем упражнении, следует помнить, однако, что теперь тело лежит значительно выше, чем в первом способе, и потому сбрасывать его следует осторожнее. Нельзя нести так любимую, но раненого или ослабевшего человека — можно. В этом случае его следует бережно опустить на ноги, а не сбрасывать. Этот способ переноски можно давать только после тщательной подготовки падения № 5.

Упр. № 239. Переноски по одному на руках.

Объяснить, что этот способ применяется в случаях, когда надо бережно нести тело дорогого человека. Это наиболее трудный способ переноски. Здесь очень большое значение имеет, насколько правильно действуют те, кого несут. Трюк состоит из трех элементов. Вначале разучивается второй элемент, затем третий и в конце — первый, как наиболее трудный.

Подготовительное упражнение. Построение — парами в круге, лицом к центру один за другим. Девушки стоят в переднем круге. Если есть пара, состоящая только из мужчин, то передний исполняет роль девушки. Если в группе нечетное количество учеников, то лишний также стоит в круге. И вначале действует с воображаемым партнером. Техника исполнения. Стоящие сзади расставляют ноги на ширину плеч, руки кладут на талию своего партнера так, чтобы большие пальцы были сзади. На счете роз стоящие впереди поднимаются на носки, на два приседают (стоящие сзади приседают вместе с ними), на счете три передние прыгают вверх, задние им помогают, приподнимая их, на счете четыре передние опускаются, задние стараются, поддерживая их, смягчить приземление. Такой прыжок исполнить три раза подряд, после чего передние переходят к следующему

Упражнение заимствовано из «Биомеханики» В. Э. Мейерхольда.

партнеру, стоящему справа. Музыкальное сопровождение — импровизация в размере 4/4 с акцентом на третьей четверти, т.е. в момент прыжка. Повторить упражнение не менее 4—6 раз.

Методические указания. В этом упражнении должно выработаться ощущение синхронности прыжка и поддержки. Смена партнеров обостряет внимание и тренирует темпо-ритм через ощущение движений тела партнера. В парах, где действуют двое мужчин, один учится помогать прыжку, другой прыгает. При смене партнеров переходит передний, но становится назад у своего нового партнера. Это полезно для освоения техники прыжка с поддержкой. Важно, tiTodbi ученики прыгали точно вверх, не сгибая спину и не поднимая вперед ноги. Приземление должно быть мягким и бесшумным.

Основное упражнение.

/ этап. Взять партнера на руки.

Несущие стоят в положении ноги врозьлицом к центру. Несомые поворачиваются к ним правым боком. Надо рассказать, что зритель должен видеть «безжизненность» человека, который будет находиться на руках. Несомый должен уметь помочь взять себя на руки и уметь держаться на теле несущего. Если трюк исполняется правильно, оба партнера могут выглядеть скульптурно и в позах и в динамике, а несущий сможет говорить и даже петь. Сказать, что несущий впредь будет называться первым номером, а несомый — вторым. Техника исполнения. Первый берет правой рукой за запястье правую руку второго и кладет ее себе на шею. Для этого ему приходится наклониться вперед — подсесть, подставляя второму под мышку свое левое плечо. Второй передвигает кисть своей правой руки под мышку правой руки первого: благодаря этому он сможет крепко держаться на теле первого. Когда первый подставляет свое плечо под второго, он одновременно обнимает второго за талию левой рукой. Затем он ставит свою согнутую правую руку перед туловищем так, что получается нечто вроде подставки для ног второго. Второй сам кладет на эту подставку согнутую правую ногу, затем оба партнера приседают, и второй, отталкиваясь от пола левой ногой, прыгает вверх. Первый помогает ему в этом прыжке, поддерживая за поясницу. Второй, оттолкнувшись от пола, сам кладет левую ногу рядом с правой на руку

первого. Левая нога тоже согнута (рис. 191). Если усилия обоих партнеров синхронны, то такой подъем на руки затруднения не представит. Оказавшись на руках, второй расслабляет шею, опустив голову к щеке первого, а левую руку вниз — изображает «безжизненность». Важно, чтобы опущенные вниз голени второго также были расслаблены. По команде «опустить ноги на пол!» первые, наклоняясь, опускают на пол ноги вторых, те сами снимают правую руку с шеи первых и за четыре шага переходят вправо к следующему партнеру. Музыкальное сопровождение — в размере \*/4, громкое, торжественное, минорное. Темп 40—60.

Методические указания. Вторые должны прыгать вверх так, чтобы первые только помогли им оказаться на руках. Первые не должны поднимать партнеров. Часто возникает такая ошибка: первый подхватывает второго под обе ноги и сам тянет его вверх. Тело второго должно быть в таком положении на руках, чтобы его таз был на уровне нижней части груди первого; надо, чтобы первый стоял несколько выгнувшись назад. При такой технике второй лежит на груди первого, а не висит на его руках — это помогает первому затрачивать немного силы. Правильное положение тела дает возможность произносить текст и даже петь. Чтобы проверить, правильно ли положение тела второго, педагог подает команду: «Первые опустите руки». Если при этом второй не будет сползать по телу первого— значит, положение верно. Проверка длится не более 8—10 секунд. Когда прием освоен, первый должен пройти со вторым на руках вправо по кругу 4—6 шагов. После этого второй встает на пол и переходит к следующему партнеру. В этой технике для первого главное — поднять партнера на руки, а для второго — суметь удержаться на теле первого. Тренировать этот навык следует, меняя партнеров.

// этап. Положить партнера на пол.

Техника исполнения. Первый делает четыре шага по кругу вправо и останавливается. Вес его тела перенесен на левую ногу. Затем он поворачивается так, чтобы голова второго была направлена к центру круга, медленно опускается на правое колено, кладет предплечье левой руки себе на левое бедро и опирается на него — благодаря этому он легко поддерживает тело второго. Голень левой ноги должна стоять вертикально, бедро — в горизонтальном положении. Когда первый опускается на колено, второй переносит кисть своей правой руки на правое плечо первого (это подсобное движение зритель не должен видеть). Как только стопы второго коснутся пола, он сам вытягивает ноги вперед, опираясь пятками о пол. В это же время он опускает вниз назад голову, а туловище выгибает вверх. Его левая рука и голова «безжизненны». Затем первый берет правую руку второго (лежащую у него на правом плече) и, перенеся ее через свою голову, опускает на грудь второго. Далее первый берет своей правой рукой голову второго, приподнимает ее и наклоняет вперед. Это сигнал для второго, обозначающий, что ему следует, расслабляясь, медленно опуститься на пол, т.е. сесть. Затем первый, поддерживая спину второго, помогает ему лечь на пол (рис. 192). Первый, отодвигая левую голень в сторону, освобождает место для второго. Второй, медленно разгибаясь, ложится на пол и расслабляет мускулатуру. Первый поддерживает второго только для создания верного впечатления — это сценическая игра. «Уложив» второго на пол, первый встает и отходит. Тело второго, потерявшее

опору о голень первого, качнется и ляжет всей спиной на пол. От этого движения правая рука лежащего по инерции откинется в сторону.

Методические указания. Этот элемент сложнее, чем первый. Тренаж проводится в виде смены партнеров. К новому партнеру в этом элементе переходят стоящие. После разучивания техники в этом же уроке можно давать не более четырех переносок, а в тренировке — не более 6—8 переносок. В тренировке следует связать второй элемент с третьим. Первый берет второго на руки, несет и укладывает на пол. Упражнение хорошо тренирует силу, умение партнеров приспосабливаться друг к другу и к общему темпо-ритму, создаваемому музыкой.

/// этап. Поднять тело, лежащее на полу.

Необходимо точно выполнять эти действия, для того чтобы удачно обмануть зрителя. Дробные действия партнера, которого поднимают, наиболее ответственны. На сцене лежит человек, «потерявший сознание» или «мертвый». Его надо поднять, на руки, перенести и положить на пол или унести за кулисы. Если бы подобная ситуация возникла в жизни, то подъем на руки безжизненного тела — очень трудное действие, требующее большой силы. Если же, подхватив лежащего под мышки, подтянуть его к ложу и пытаться положить на него, то придется выполнить ряд некрасивых действий: "поддерживать туловище или ноги коленом, когда надо будет класть плечи и голову. Это вызывает смех у зрителей. А наш герой должен действовать в героико-романтическом стиле: он силен, ловок, дружелюбен, он любит того, кого несет на руках.

Построение группы — вторые ложатся (по кругу) ногами наружу, первые подходят к лежащим со стороны их левого бока, подставляют левую стопу под левую стопу лежащего так, чтобы она была для того упором. Техника исполнения. Первый делает выпад правой ногой рядом с телом второго, наклоняется к нему и берет за запястья. Правой рукой надо взять левую руку партнера, а левой — правую. Затем первый выпрямляется, сгибает руки, чтобы посадить второго. Голова второго должна наклониться вперед (рис. 193). Когда освоен переход в положение сидя, надо, несколько выпрямляя руки, чуть откинуть тело сидящего назад.

Это движение подготовительное—оно нужно для последующего рывка вперед-вверх. Первый с силой выполняет это действие. В момент рывка второй, опираясь

пяткой левой ноги, подвигается туловищем вперед по полу (рис. 194). Затем, поскольку рывком было создано движение не только вперед, но и вверх, второй, выпрямляя левую ногу, встает рядом с первым, и в это время первый отпускает его поднятые вверх руки. Когда второй поднимался, его левая нога перешла через подставленную левую стопу первого, и теперь вес тела второго переходит на выдвинувшуюся вперед его правую ногу (рис. 195). Тело второго, как бы взлетевшее вверх от рывка, должно начать падать: «падают» руки вперед-вниз и в то же время начинают «подгибаться» ноги; туловище сгибается вперед. Первый сразу же после рывка, оставив руки второго, подставляет свою полусогнутую левую ногу под его падающее тело. Правая рука второго должна попасть на плечи и шею первого (рис. 196).

Получается уже знакомое ученикам положение второго элемента. Правая кисть второго сразу переносится за подмышку первого, стопы его ног упираются в пол, туловище садится на подставленное колено. Из этого положения тело поднимают на руки. Для этого второй резко отталкивается стопами от пола, а первый в это время подхватывает обе ноги второго, помогая себе еще и левой рукой, которая поддерживает его за талию.

Методические указания. Технику первого элемента надо учить обстоятельнее всего. Соединять упражнение в комплекс можно только после того, как все элементы техники освоены, выполняются легко и почти непроизвольно. Тогда есть смысл, соединив эти дробные действия, превратить упражнение в этюд. В этюде, где партнеры меняются, можно проверить, насколько студенты ловки, ритмичны, как они приспособляются к разным партнерам — т.е. важнейшие признаки пластической тренированности.

В заключение, чтобы создать ощущение верной позы, следует дать вспомогательное упражнение: посадить всех на пол, предложить откинуть тело назад до угла в 120 градусов, упереться руками в пол за туловищем; руки в локтях не сгибать, ноги согнуть в коленях так, чтобы угол между бедрами и туловищем был больше прямого; стопы отделить от пола и голову откинуть назад. Сказать, что в таком виде тело должно быть на руках у партнера. Состояние «потери сознания» или «смерти» играют: левая рука, откинутая голова и свешивающиеся голени второго.

Глава тридцать вторая ПРИЕМЫ СЦЕНИЧЕСКОЙ БОРЬБЫ БЕЗ ОРУЖИЯ

Как уже указывалось, актер должен освоить такую технику приемов нападения и защиты без оружия, чтобы у зрителя создавалось впечатление рукопашной схватки, в то время как исполнители лишь легко касаются друг друга. Приемы этих боев безопасны, они должны отображать схватки бытового типа (драки) и только в редких случаях — сцены бокса или самбо (тогда надо обращаться к сценической технике этих видов спорта, но обязательно приспособленных для сценического действия).

Упр. Х° 240. Сценическая пощечина.

Рассказать, что если у актера нет сценической техники этого трюка, то на сцене он может ударить по-настоящему. Получивший такую пощечину актер в следующем спектакле боится повторения этой неприятности и правильно действовать в роли уже не может. Чтобы избежать этого, надо знать технику сценической пощечины.

Первое подготовительное упражнение. Построение — в одну или две шеренги, в одном направлении. Техника исполнения. По команде «замах» все поднимают примерно на уровне лица воображаемого партнера согнутую в локте правую руку ладонью вперед и отводят ее назад. По команде «бей» они бьют по щеке воображаемого партнера с таким расчетом, чтобы локоть остановился прямо перед туловищем, предплечье было вертикально, а ладонь остановилась там, где могла быть левая щека партнера (рис. 197). Повторить несколько раз.

Второе подготовительное упражнение. Поставить правую руку в положение замаха и выполнять предплечьем частые колебательные движения так, чтобы кисть свободно и быстро качалась в передне-заднем направлении. Теперь следует рассказать, что при ударе кисть правой руки должна свободно качнуться вперед, а затем назад. По команде «замах» и «бей» выполнить сочетание первого и второго подготовительных упражнений. Умение остановить руку в том месте, где предполагается лицо партнера, — основа в технике безопасности этого трюка.

Третье подготовительное упражнение. Это упражнение обучает, как воспринимать пощечину. Исходное положение: свободная стойка, ноги на ширине плеч. Левую руку надо поставить около левого бока на уровне живота, ладонью вверх, а правая — должна быть готова выполнить хлопок. По команде «бей» все ударяют правой рукой по ладони левой и сразу же хватаются правой рукой за левую щеку,

т.е. за то место, куда был нанесен сценический удар (рис. 198). Звук хлопка должен совпадать с моментом, когда партнер «бьет» по щеке. Когда этот прием освоен, надо предложить в момент хлопка откидывать голову назад вправо, как это бывает при настоящей пощечине по левой щеке; затем одновременно с этим движением кричать «ай!»; и в заключение следует добавить небольшое движение вперед с репликой «За что?» При этом вопросе правая рука еще продолжает держаться за левую щеку.

Основное упражнение. Построение группы — в две шеренги друг против друга, на расстоянии в 3—4 м. Преподаватель объясняет, что группа, стоящая к нему спиной, в этом и в последующих упражнениях приемов борьбы будет называться «Моя», а стоящие напротив — «Противник». По команде «Моя — замах!» ученики в этой шеренге замахиваются правой рукой, а во второй — приготовляются отыграть пощечину. Они внимательно наблюдают за партнером, который собирается ударить. По внезапной команде «бей» ученики одной шеренги дают «пощечину», а другой — изображают тех, кто получил ее, закапчивая вопросом: «За что?» В таком виде упражнение повторяется несколько раз. Затем учащиеся меняются ролями. После освоения этой техника расстояние между шеренгами, сокращается до 70—100 см. Это дистанция боевая. Надо предупредить, что если бьющий не остановит руку чуть ближе лица партнера, а тот не отклонит голову вовремя назад, то может быть подлинный удар. Надо командовать «Моя — замах», а затем внезапно — «бей». Противник должен отыграть полученную им воображаемую пощечину точно так же, как это происходило в подготовительных упражнениях. После того, как упражнение выполнено несколько раз подряд, партнеры меняются ролями.

Методические указания. Часто ученики шеренги, отыгрывающей пощечину, плохо воспроизводят звук удара, не отклоняют голову в нужном направлении или отклоняют с опозданием, забывают, что нужно вскрикнуть «ай» и в конце спросить «За что?» Эти недостатки — результат того, что техника еще не освоена.

Тренаж следует вести, сменяя партнеров: правофланговый одной шеренги уходит на левый фланг, а вся его шеренга передвигается к следующему партнеру вправо — и так до тех пор, пока не произойдет полный обмен партнерами.

Заключительное упражнение (этюд). В этом варианте должны быть следующие реплики. Один партнер спрашивает другого: «Ты украл?» Тот угрожающе говорит: «Что?» — и, возмущенный, дает пощечину; получивший пощечину, спрашивая «За что бьешь?», отнимает свою правую руку от левой щеки, прикрывается левой рукой, а правой дает ответную пощечину. Противники, держась за щеку, смотрят друг на друга.

Методические указания. Это упражнение не может выполняться по команде преподавателя. Указав, какая шеренга должна начать этюд, преподаватель говорит: «Приготовились — начали». Далее каждая пара исполняет этюд в темпо-ритме, который ей свойствен. После нескольких повторений занимающиеся меняются ролями. В конце ученики играют этот этюд только парами — остальные превращаются в зрителей. Приведенные реплики не обязательны, могут быть и другие. Если среди учеников есть левша, то он бьет левой рукой, а его партнер отыгрывает пощечину по правой щеке. Очень важно обязательно замахнуться, потому что только замах вводит зрителя в содержание действия; кроме того, благодаря этому и получающий пощечину актер легко входит в темпо-ритм трюка —а противном случае он непременно опоздает. Упражнения всей этой темы выполняются без музыки.

Упр. № 241. Изучение техники боевой стойки.

Человек, собирающийся драться, почти всегда принимает такое положение, чтобы удобно было бить и защищаться от ударов. Наиболее типична боевая стойка боксера. Ее надо освоить. Построение — стайкой. Техника исполнения. По команде «к бою» занимающиеся должны выставить вперед на один шаг левую ногу носком внутрь вправо и чуть согнуть колено. Правая нога при этом поднимается на носок, колено тоже несколько сгибается. Туловище и голова чуть наклонены вперед. Важно, чтобы вес тела был на левой ноге. Левая рука несколько вытянута вперед, кисть сжата в кулак, кулак на уровне лица в положении, промежуточном между вертикальным и горизонтальным. Правая рука, тоже сжатая в кулак, согнута в локте, ее предплечье прикрывает низ груди, она почти прижата к туловищу (рис. 199). Несмотря на то, что кулаки сжаты, обе руки должны быть в состоянии мгновенно защититься. Быть готовым к действию — характерно для дерущегося человека, особенно если он обучался боксу. По команде «вольно» ученики принимают положение свободной стойки.

Упр. № 242. Передвижения в боевой стойке.

В боевой стойке выполняются различные шаги. По команде «шаг вперед» ученики делают небольшой шаг вперед левой ногой, а правую подставляют к ней так, чтобы оказаться в положении «к бок». Эти движения должны быть короткими и быстрыми. По команде «шаг назад» надо быстро передвинуть правую ногу немного назад, а затем подставить к ней левую в положение «к бою». По команде

«шаг вправо» надо сделать правой ногой небольшой шаг вправо, левую подставить в положение «к бою». По команде «шаг влево» сделать то же влево.

Методические указания. Когда разучена техника шагов, надо командовать передвижения по разным направлениям — это хорошо тренирует координацию, ориентацию в пространстве.

Упр. № 243. Прямой удар левой рукой.

Это наиболее безопасный на сцене удар. От него легко защититься, уклониться, его легко «получить».

Техника исполнения. Стоя в положении «к бою», по команде «левой прямым бей!» занимающиеся должны резким движением разогнуть до отказа свою левую руку, так, чтобы кулак был направлен в лицо воображаемого партнера (рис. 200). По команде «закройсь» надо поставить левую руку в положение «к бою». Проделать несколько раз. На сцене одновременно с этим ударом надо шагнуть вперед, а закрываясь — шагнуть назад. Это движение выразительнее, чем действие одной рукой.

Методические указания. Учащиеся по команде должны выполнять удары, переходить в стойку. Важно, чтобы левая рука действовала только по направлению вперед — но не сверху вниз. От того, насколько четко нанесен удар, будет зависеть безопасность последующего действия.

Упр. № 244. Прямой удар правой рукой.

Этот удар применяется как заключительный после удара левой. У него большой замах, физически он мощнее и потому производит большее впечатление. Техника исполнения. В момент, когда левая рука наносит прямой удар, правая отодвигается назад в положение замаха. По команде «правой бей» надо нанести прямой удар правой рукой точно в лицо партнера, при этом левая оттягивается назад в положение замаха (рис. 201). Одновременно с ударом правой рукой правая нога должна несколько передвинуться вперед. Это большое по амплитуде движение выразительно передает смысл случившегося. По команде «вперед за-кройсь» или «назад закройсь» занимающиеся принимают положение боевой стойки с соответствующим движением левой ноги вперед или назад.

Методические указания. Сочетая прямые удары с шагами вперед, назад и в стороны, можно совершенствовать координацию и скорость реакции на технике нужных актеру сценических навыков. Когда освоена техника прямых ударов, на этом же уроке следует изучить технику защиты от них.

Упр, № 245. Защита блоком от прямого удара.

Техника исполнения. Из положения боевой стойки по команде «блок» занимающиеся, приподнимая кисти, ставят раскрытые ладони перед лицом, накладывая одну руку на другую. Обе руки должны быть очень напряжены, т. к. должны сдержать прямой удар (рис. 202), если актер по неопытности нанесет его по-настоящему. Когда складывают руки, тыльная часть одной бьет по ладони другой, и это озвучивает действие прямого удара. Сила прямого сценического удара должна быть ничтожна, однако по точности направления и интенсивности движения он должен создавать нужное впечатление. Одновременно с движением блока делают шаги назад. Для того, чтобы партнер мог ударить во второй раз, защищающийся

должен создать для этого логически верные условия — после первого блока чуть опустить руки. В момент второго удара блок ставится вторично.

Методические указания. Тренировать защиту следует не меньше ударов: ведь безопасность сценического боя зависит от того, и от другого.

Упр. № 246, Парное упражнение в прямых ударах и защитах.

Построение — в две шеренги, друг против друга. Желательно подбирать учеников в парах по полу и росту. Расстояние между шеренгами — 3—4 ж. Подача команд и методика изучения — те же, что в упражнении «Пощечина». По команде «Моя — левой бей!» ученик одной из шеренг наносит левой рукой прямой удар по направлению к лицу партнера; а те, в свою очередь, сами (без команды педагога) ставят руками блок и делают шаг назад. Повторить упражнение несколько раз. Затем партнеры меняются ролями. Когда ученики овладеют техникой, надо подвести шеренги на боевое расстояние и повторить упражнение с реальным партнером.

Методические указания. Надо требовать, чтобы направление ударов было точно в середину лица — удары, неверные по направлению, неожиданны для партнера и грозят травмированием.

Упр. № 247. Парное упражнение в двух прямых ударах и защитах.

После команды «Левой прямо — бей!» должна последовать команда «Правой прямо — бей!». Обороняющиеся ставят первый блок, затем, отходя назад, приоткрывают лицо, и, когда преподаватель подает вторую команду (ударить правой), они также блокируют удар, отходя назад.

Методические указания. Когда ученики начнут выполнять упражнение правильно и смело, его можно делать как этюд. Перед началом подаются команды: «внимание — бой». Атакующие начинают прямым ударом левой руки, затем наносят удар правой. В каждой паре возникает свой темпо-ритм действий. Если первый удар был принят на блок так, что зритель его видел и был убежден, что человек действительно защитился, то при втором ударе блок должен быть выполнен и снят так быстро, чтобы зритель не заметил его и поверил, что второй удар достиг цели. В этом этюде сзади за каждым обороняющимся должен лежать гимнастический мат — на него нужно упасть, «получив» в лицо второй удар. В этом случае логично выполнить падение № 3, т. е. «назад наспину».

Упp. JSf» 248. Удары сбоку.

В сценических драках применяются и удары сбоку. Чаще всего они являются логическим продолжением после прямого удара, но могут применяться и отдельно, например когда надо первым ударом «уложить» противника.

Первое подготовительное упражнение. Исходное положение — руки на пояс, стопы параллельны и на ширине плеч. Техника исполнения. По команде «вперед правой» учащиеся делают небольшой шаг вперед вправо. По аналогичной команде делают такой же шаг левой — и так несколько раз подряд. То же самое надо делать в движениях назад.

Методические указания. Необходимо, чтобы ноги сохраняли положение боевой стойки, чтобы вместе с ногами поворачивалось и туловище.

Второе подготовительное упражнение. Исходное положение — ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях, так, чтобы правая была около правого бока,

левая — около левого. Предплечья не следует прижимать к бокам. Кулаки находятся на уровне живота. Техника исполнения. По команде «для удара правой — замах!» учащиеся поворачивают туловище вправо. По команде «бей» учащиеся быстрым движением поворачиваются влево, ноги остаются на месте. Правая рука при повороте влево двигается наклонно снизу вверх, нанося удар по левой стороне челюсти воображаемого партнера (рис. 203); теперь тело приняло исходное положение, чтобы можно было нанести такой же удар левой рукой по правой стороне челюсти партнера (рис. 204).

Методические указания. Надо добиваться, чтобы удар наносился всем туловищем. Необходимо научиться останавливать кулак непосредственно перед челюстью противника — гасить инерцию. Только тогда эти удары будут безопасны.

Основное упражнение. Построение — стайкой. Исходное положение — боевая стойка. Техника исполнения. По команде «замах для удараправой» ученики, поворачивая туловище вправо, отводят руку для замаха; по команде «бей» исполняют удар, поворачиваясь туловищем влево и одновременно продвигая правую ногу вперед (первое подготовительное упражнение). Затем по команде «левой — бей» то же выполняется левой рукой. Сделать подряд 4—6 ударов.

Упр. № 249. Защита рукой от ударов сбоку.

Построение — стайкой. Исходное положение — боевая стойка. Техника исполнения. По команде «с боку левой—закройсь» надо поставить предплечье левой руки в вертикальное положение левее головы. Защита состоит в том, что предплечье становится преградой на пути бьющей руки (рис. 205). То же самое следует выполнить правой рукой. При этих защитах необходимо слегка отступить назад: при левой — правой ногой, при правой — левой.

Упр. № 250. Защита телом.

Построение — стайкой. Исходное положение — боевая стойка. Надо наклониться головой и туловищем так, чтобы удар не попадал в цель. Техника исполнения. Преподаватель, стоя против группы, изображает удар правой рукой по левой челюсти своих учеников. В момент, когда наносится такой удар, ученики должны, сгибая колени, наклонить вперед туловище и голову. В это время бьющая рука проходит над наклонившимся телом. В тот момент, когда рука будет

двигаться над телом, защищающиеся должны передвинуть туловище и голову влево и затем выпрямиться (рис. 206). При ударе левой рукой по правой челюсти такое же движение следует выполнить в правую сторону.

Методические указания. Учащиеся выполняют уклонение в соответствующую сторону по команде педагога «удар справа» или «удар слева». Сделать несколько раз подряд. При уклонении вправо назад должна отходить правая нога, влево —. левая. Часто возникает ошибка, когда при ударе правой ученик, наклонившись, вместо того чтобы передвинуться влево, двигается вправо. Когда он поднимается, то или получает удар в челюсть, или снизу ударяется головой о предплечье партнера.

Упр. JVa 251. Парные упражнения в боковых ударах и защитах от них.

Построение — в две шеренги, друг против друга на расстоянии в три метра. Техника исполнения. По команде «Моя правой — замах» соответствующая шеренга делает движения замаха; «Противник» в это время только наблюдает. По команде «Моя бей \* «Противник» сам ставит левое предплечье вертикально, одновременно передвигая назад правую ногу. По команде «Моя левой сбоку — бей» «Противник» защищается правой рукой, одновременно отходя назад левой ногой. Выполнить подряд 2—4 раза. Затем учащиеся меняются ролями. Потом следует поставить шеренги на боевую дистанцию в 120—150 см. Педагог предварительно объясняет комбинацию: «Моя» исполняет прямой удар левой рукой и боковой — правой; «Противник» защищается блоком с отходом назад от прямого и предплечьем от бокового, затем подается команда «к бою»: «Моя прямой левой бей, боковой правой — бей». «Противник» должен защищаться соответствующим образом. После разучивания и тренировки ученики меняются ролями.

В следующем упражнении будут те же приемы нападения, но надо уклоняться от бокового удара.

Первая тренировочная комбинация. «Моя — прямой левой» — защита блоком, «Моя — прямой правой»—защита блоком; «Моя—боковой левой» — защита предплечьем; «Моя — боковой правой» — защита уклонением.

Методические указания. После разучивания комбинации упражнение выполняется по команде «Начали», и каждая пара действует в своем темпо-ритме.

Вторая тренировочная комбинация. «Моя — прямой левой» — защита блоком; «боковой правой» — защита предплечьем; «боковой левой» (защита предплечьем); «прямой правой» — защита блоком.

Методические указания. Надо создавать различные тренировочные комбинации, выполнять их в замедленном темпе, но технически правильно. В этих комбинациях обороняющийся может и упасть, получив последний удар; от прямого надо падать «назад на спину» (падение № 3); от бокового — «скручиваясь на бок» (падение № 2). Оно выполняется в сторону, противоположную удару. Падать нужно на мат. После того, как техника ударов, защит и падений отработана, надо перевести тренаж на непокрытый пол.

Упр. № 252. Удары снизу \*

Исходное положение — ноги поставить на ширине плеч или в положение боевой стойки.

В комбинации этот удар является заключительным, но может применяться и как единичное, внезапное действие. Техника исполнения. По команде «левой прямым — бей» и далее «правой снизу бей», при выполнении прямого удара левой рукой надо согнуть в локте правую руку, оттягивая локоть назад вниз, и повернуть кулак ладонью вверх. В этом положении рука напоминает крюк. По соответствующей команде надо ударить крюком снизу по челюсти противника (рис. 207). Чтобы нанести подобный удар, нужно научиться мгновенно тормозить, чтобы кулак останавливался примерно в 10 см от подбородка партнера. При ударе надо делать небольшой шаг вперед правой ногой, при ударе левой — шаг левой ногой, при этом стопой стукнуть в пол — озвучить удар.

Упр. № 253. Защита блоком от удара снизу.

Блок от.ударов снизу аналогичен блоку от прямых ударов, но ставится на расстоянии 10 см под челюстью. Кисти рук сложены так, чтобы ладони были направлены вниз, а локти чуть разведены в стороны. Обе руки должны быть предельно напряжены, так как в противном случае можно ударить своими же руками снизу по челюсти. Защищаться от ударов снизу можно и отходами назад; тогда зритель увидит, что удар не попал а цель.

Упр. № 254. Парные упражнения в ударах снизу и защитах от них.

Построение — в две шеренги на боевой дистанции. Схема комбинации. «Моя — прямой удар левой» — защита блоком; «прямой удар правой» — защита блоком; «боковой удар левой» — защита предплечьем; «удар снизу правой» — защита блоком. После разучивания комбинации и тренировки учащиеся меняются ролями.

Первая тренировочная комбинация. «Моя — прямой удар левой» — «Про тивник» блок с шагом назад; «Прямой удар правой» — блок с шагом назад; «боковой левой» — уклонение влево и «Противник» дает ответный удар снизу («Моя — падение № 3»).

Вторая тренировочная комбинация. «Моя — прямой левой» — блок, «боковой правой» — защита предплечьем, и «Противник» дает ответный боковой правой. «Моя — уклонение влево» и «Моя — бьет снизу» — защита с шагом назад.

Третья тренировочная комбинация. «Моя — прямой левой» — защита шагом назад; «прямой удар правой» — блок, и «Противник» дает ответный боковой правой — «Моя» — уклонение вправо и в момент выпрямления получает удар снизу— «Моя» — блок и падение № 3.

Методические указания. По примеру этих комбинаций легко составляются и другие с любым количеством боевых темпов. Темпом называется соединение действий обоих партнеров, в котором один нападает, а другой защищается. Как показала практика, комбинации не должны иметь более шести-восьми темпов. Но в сценической драке может быть несколько комбинаций, логически соединенных друг с другом разнообразными подготовительными действиями: наблюдениями, погонями, приготовлениями, разведкой.

Упр. № 255. Захват за горло, освобождение и бросок ударом под колено.1

Построение в две шеренги, друг против друга. Техника исполнения.

I элемент: «Захват за горло». Объяснить, что на сцене нельзя реально хватать партнера за горло, нельзя нажимать на кадык. Надо положить обе кисти вплотную к основанию шеи. Четыре пальца обеих рук сзади, большие впереди (рис. 208). По команде «Моя — захват» учащиеся, выпадая вперед-правой ногой, накладывают руки на шею партнера (рис. 209). Выпад можно делать и левой ногой, но тогда вся дальнейшая техника изменится по направлению.

Руки нападающего должны быть прямыми.

II элемент: «Освобождение от захвата». По команде «Противник» поднимает правую руку правее рук партнера, потом по команде же поворачивается налево; по команде «сбей руки» — наклоняется туловищем вперед вниз. Это движение обязательно скинет руки нападающего с горла (рис. 210).

Методические указания. Учить технику надо медленно и обязательно раздельно, добиваясь точности, так как только тогда действия будут безопасными. Сбивать руки с шеи следует только наклоном вперед вниз и ни в коем случае не руками обороняющегося — это опасно.

1 Техника заимствована из школы самбо.

III элемент: «Подготовка к броску». По команде «Противник на колено» ученики, повернувшись и освободившись от захвата, отводят назад левую ногу и опускаются на левое колено (рис. 211). Это движение освобождает место для того, чтобы нападавший упал.

IV элемент: «Бросок партнера через голову». После того, как защищающийся опустился на колено, он должен по команде «положить руки» положить кисть правой руки под правое колено партнера, а левую на его затылок сверху (рис. 212). По команде «Бросок» он должен потянуть нападавшего вперед, нажимая левой рукой на его шею сверху. Благодаря этим движениям нападавший легко исполняет падение «вперед через голову» (№ 4).

Методические указания. Как только бросающий сделал последние движения вперед вниз, он должен мгновенно оттянуть назад свои руки, чтобы не препятствовать падающему вперед телу партнера. Если этого не сделать, можно сломать предплечье правой руки. Движения «броска» должны быть легкими. Однако зритель должен увидеть усилие, его надо сыграть: захват, и толчок под колено и за голову якобы были настолько сильны, что актер действительно перевернулся через голову. Зритель обязательно должен видеть захват за горло, действие освобождения и бросок, причем в таком темпе, чтобы была полная иллюзия подлинности действий. Этот прием изучается в течение двух-трех уроков. В одном уроке следует изучить I, II и III элементы, в следующем IV, затем тренироваться. В тренировках надо менять партнеров.

Тренировочный комплекс Ученики «моей» шеренги спрашивают партнера: «Ты украл?» «Противник» отвечает: «Что?» — и дает оскорбителю пощечину. «Моя», отвечая «Ах, так!», хватает партнера за горло. «Противник» освобождается от захвата и бросает партнера на землю через голову (падение № 4). «Моя» — вскакивает на ноги, поворачивается к «Противнику» и дает ему прямой удар левой — тот ставит блок; затем прямой удар правой и боковой левой — тот защищается блоком и уклонением (вправо) и дает в ответ прямой удар правой. «Моя», получив прямой удар в лицо, падает назад (падение № 3).

Методические указания. Для зрителя только последний удар должен достичь цели. Актер должен подставить блок, но так, чтобы зритель его не видел; для этого надо мгновенно, после того как удар был отражен, поднять обе руки вверх, что усиливает впечатление от «полученного» удара, который и опрокинул актера назад. Сначала падают на мат и, только освоив технику, — на пол. Схватка с новым партнером всегда опаснее, потому что к нему нужно приспособиться, оценить его силу, рост, вес и темпо-ритм движений. Все это тренирует подлинную ловкость актера.

Упр. J№ 256. Удар кулаком (ножом) сверху, защита и бросок.

Один из партнеров по ходу драки выхватывает нож из-за пояса слева.

Первое подготовительное упражнение. Построение — стайкой. Преподаватель последовательно называет цепь дробных действий, из которых складывается удар ножом. Учащиеся должны выполнять эти действия по соответствующим командам, но так, как умеют: «схватиться за рукоять ножа», «вынуть нож». Зритель должен видеть готового к бою человека, но не должен понимать, будет он наладать или защищаться. «Замахнуться ножом для удара сверху», подсказать, что предполагается удар в грудь воображаемого партнера. Подается последняя команда: «В грудь бей!» Ученики должны исполнить удар сверху вниз.

Методические указания. После первого выполнения этих дробных действий надо подсказать, что имеет смысл выполнять первый элемент, одновременно двигая левую ногу назад и слегка поворачиваясь влево, а второй элемент, двигая левую ногу вперед и слегка поворачиваясь вправо. Третий надо сделать так, чтобы в замахе принимало участие туловище. При ударе сверху вниз надо сделать выпад правой ногой вперед. Указать, что при увеличении амплитуд действие выглядит более широким и энергичным. Когда схема разучена, надо рассказать, что нападающий может промахнуться, если противник отскочил, и тогда нож прорежет воздух или может попасть в тело, или может попасть на защиту. Таким образом, заключительное действие удар сверху вниз может в конце иметь три варианта.

Первый вариант. Схватился за нож, вынул его, замахнулся, ударил и промахнулся. (Ничто не задержало руку.)

Второй вариант. Те же первые три действия, но в последнем надо попасть в грудь противника. Как это сделать, если нож не уходит лезвием в рукоять? — таких ножей сейчас в театрах нет. Следует подсказать, что этот удар надо играть двумя дробными действиями: удар быстрым движением руки вниз (в грудь) и мгновенным обратным движением (выдернуть нож из тела). Надо уметь в одно мгновение сыграть удар и выдергивание ножа. Это трудно.

Третий вариант. Исполняются те же первые три дробные действия, но в четвертом рука с ножом должна остановиться в положении наклонно вверх — так, как если бы она встретилась с преградой.

Четвертый вариант требует разучивания специальной техники защитных действий. Надо сложить руки в положение, которое называется «Малой вилкой» (рис. 213). По команде «Вилка» следует принять это положение и отодвинуть правую ногу назад (рис. 214). По команде «Подножка» надо выйти вперед

правой ногой носком влево (рис. 215); одновременно с этим сжать пальцы рук. По команде «бросок» надо повернуться туловищем и руками влево вниз. Это движение должно «броситьэ нападающего через подножку (рис. 216).

Методические указания. Сначала надо разучить всей группой нападающие движения, а затем — движения защиты, подножки и броска. После этого упражнение можно исполнять парами. Построение парами, между противниками 3—4 метра. Когда «моя» шеренга будет выполнять движения нападения, «Противник» должен только наблюдать за ними, даже не поднимая рук. Последовательно подаются команды: «Моя —за ножи», «Вынуть нож», «Замахнуться», «Бить». Шеренга заканчивает действие в положении выпада с поднятой наклонно вверх правой рукой. Далее действует «Противник». Последовательно по командам ученики выполняют защиту в вилку, сжимают пальцы, ставят подножку и бросают. После двукратного исполнения этого же упражнения надо перейти на боевую дистанцию и выполнять то же с партнером. Подаются те же команды.

Методические указания. Предварительная дистанция в 150—170 см. Надо рассказать, что если в момент удара ножом сверху вниз будет подставлена «вилка», то нож может попасть актеру в ладони или в пальцы. Техника безопасности требует, чтобы «вилка» выполнялась тогда, когда партнер ужеокончил свои движения. Пауза между движением нападения и защиты должна быть обязательно, но она столь ничтожна по времени, что зритель ее не видит. Такое выполнение приема вполне безопасно. После того, как «Противник» правильно защитился, он должен, сжав пальцы, поставить правой ногой подножку так, чтобы его нога оказалась за ногой партнера, но не перед нею (это опасно). В правильной подножке у бойцов должны совпадать коленные впадины. Подставленная нога — это подножка-препятствие, через которое должен выполняться бросок. Бросая партнера, надо потянуть его вниз налево. Он не должен сопротивляться, наоборот, опираясь на подставленную ногу, он сам должен выполнить технику падения № 1, т. е. «с выпада, скручиваясь». После этого падения он не оглушен и может мгновенно вскочить на ноги.

Когда техника освоена, занимающиеся должны поменяться ролями.

Учебная комбинация. Ученики «моей» шеренги спрашивают: «Ты украл?» «Противник» в ответ говорит: «Что?» — и дает пощечину. «Моя» — «Ах, так!» — и наносит удар ножом. «Противник» ставит защиту в «вилку», затем подножку

и бросают партнеров. «Моя» — падение № I, вскакивает и хватает противника за горло; «Противник» освобождается от захватов и бросает партнера вперед захватом за затылок и ударом под колено; «Моя» — падение № 4, вскакивает и идет к партнеру в положении боевой стойки, затем наносит ему удар прямой левой, боковой правой; «Противник» в боевой стойке — защищается блоком, затем предплечьем и отвечает ударом по челюсти снизу. «Моя» — блок, но так, чтобы было впечатление, что удар получен; в результате — падение «назад на спину» (№ 3). Методические указания. Все три падения выполняются в одном направлении. Для каждой пары надо положить мат, она должна передвигаться так, чтобы ученик падал только на мат. Это затруднение тренирует ориентацию в пространстве. Партия «противника» доступна девушкам, поскольку они, активно обороняясь, сами бросают партнера. В тренировке с меняющимися партнерами надо сложить маты так, чтобы образовалась площадка, на которой будет выполняться схватка только одной пары.

Упр. № 257. Удар сверху, защита и бросок через себя.

Построение в две шеренги друг против друга. Если разучивание техники исполняется всей группой, то падение не выполняется. Техника исполнения. Подается команда — «Моя — замах». Соответствующая шеренга поднимает «камень» и замахивается им для удара сверху. По команде «бей» — удар сверху вниз с полувыпадом правой ногой вперед. Руку надо остановить на уровне головы «Противника» (рис. 217). В это время «Противник» только наблюдает за действиями партнера, и при ударе он предплечьем правой руки отводит руку нападающего вправо, делая выпад левой —влево (рис. 217). По команде «захват» «Противник» быстро поворачивается на правой ноге спиной к партнеру, одновременно захватывая руками его лучезапястный сустав. Он кладет эту руку партнера себе на левое плечо в положение, исходное перед броском (рис. 218). Бросок начинается с опускания на колено отставляемой назад левой ноги. Когда бросающий опускается на колено, нападавший должен нагнуться вперед (рис. 219). После трехкратного повторения этой техники надо приступить к выполнению всего трюка.

Размещение матов. Положить поперек зала маты — столько, сколько будет борющихся пар. «Моя» шеренга стоит лицом к матам, «Противник» — спиной к ним. Техника исполнения. По команде «удар» «Моя» шеренга наносит удар «камнем» по голове, но останавливает руку, «Противник» исполняет разученную технику защиты. По команде «поворот» «Противник» поворачивается, захватив руку партнера. По команде «бросок» «Противник» опукается на левое колено и, наклоняясь, тянет партнера к себе на спину. Нападавший наклоняется вперед, ставит ладонь правой руки на, мат, выходят вперед правой ногой (чуть правее стоящего на колене партнера), а затем падает «вперед через голову» (№ 4), (рис. 220).

Методические указания. Этот трюк безопасен, если хорошо знать технику четвертого падения. Тренировать надо, меняя партнеров. Счедует составить небольшую комбинацию, в которой этот прием будет заключительным.

Упр. № 258. Захват, за горло, бросок через себя и падение каскадом.

Перед изучением приема надо повторить технику каскада с места. Он исполняется отталкиванием правой ногой. Из матов надо сделать дорожку в 3—4 м. Разучивают прием парами. Предложить первой паре подойти к матам. Это упражнение легко выполняется девушкой и юношей. Она выполняет функции обороняющейся и становится спиной к мату, а он лицом к ней. По команде «захват» он хватает ее «за горло», выпадая правой ногой вперед; эту ногу он ставит справа от ее ног. Как только он положит руки ей на горло, она хватает его снизу за руки около подмышек (рис. 221). Этот первый элемент надо тщательно выучить. Далее она без партнера учит свои последующие движения. Она должна так. поднять согнутую правую ногу, чтобы иметь возможность поставить ее на живот партнера, одновременно с этим она, сгибая левую ногу, садится на мат. Затем из положения сидя ложится на спину, оставляя правую ногу поднятой вверх в полусогнутом 1 положении. После разучивания этой техники можно приступить к парному исполнению. После того, как он схватил ее за горло, а она его руки снизу, она быстро садится, упираясь правой стопой в его живот, и затем опрокидывается на спину, как бы бросая его через себя. В момент, когда она садится, он подтягивает левую ногу вперед (рис. 222). Это создает ему возможность сделать еще один небольшой шаг вперед правой ногой. Когда она опрокидывается на спину, он, снимая руки с ее горла, ставит ладони на мат за ее головой и выполняет акробатический каскад (рис. 223). После броска она, быстро вскакивая, поворачивается к нему, а он лежит в положении после падения № 4.

Методические указания. Этот прием разучивается последним в серии захватов и бросков, поскольку он наиболее сложен. Необходимо, чтобы во время каскада ноги его были достаточно высоко подняты и не задели ее лица. Она должна

Рис. 22.0

только подставлять правую ногу под живот, но не толкать его. Ногу надо ставить точно на середину живота, не ниже. Он должен выполнять каскад смело и в достаточно быстром темпе, иначе можно упасть на нее или приземлиться на шею, а это опасно. Для первого исполнения следует выбрать наиболее точных в движениях и смелых учеников. Трудность заключается в том, что от страха часто замедляют темп или невольно делают неверные движения — все это опасно. В комбинации драки этот прием, как наиболее трудный, следует ставить первым.

Упр. № 259. Удар кулаком в лицо из положения лежа.

Прием изучается каждой парой отдельно под руководством педагога. Маты разместить в виде квадрата. Исходное положение. Один исполнитель ложится на спину, второй подходит к нему со стороны головы и наклоняется для того, чтобы обыскать карманы на его груди. Правую ногу, обыскивающий ставит возле правого уха лежащего, левую — за его головой так, чтобы стопа была под прямым углом к правой. Это даст возможность оказаться в верном положении перед падением «назад на спину». Техника исполнения. Когда обыскивающий встал на колено и наклонился к лежащему, тот «бьет» его кулаком снизу. От этого удара «обыскивающий» поднимается вверх, разгибая правую ногу, затем подворачивает левую стопу и падает назад. При «ударе кулаком в лицо» предварительно сгибают руку в локте — это замах. Затем резким движением лежащий «бьет» в лицо обыскивающего, но не прикасается к нему. «Обыскивающий» должен начать подниматься вверх и отклонять голову назад чуть раньше того мгновения, когда рука бьющего может его тронуть. Но этот обгон в скорости не должен быть заметен зрителю: нужно создать впечатление, что был удар в лицо. От удара человек поднялся почти в рост, а затем упал, потеряв сознание. Этот трюк могут исполнять и девушки в роли обыскивающих.

Методические указания. Такие приемы являются связующими звеньями в композициях драк. Описанный прием тогда выполняется, когда один из участников упал на спину в почти бессознательней состоянии. Прием требует самой тщательной тренировки, потому что, если удар недостаточно активно выполнен, он не создает верного внечатления, как и удар, направленный мимо (кстати, самые частые ошибки). Необходимо научиться останавливать руку в нужном месте после резкого и сильного удара — это возможно при отличной координации и внимательности. Так же точно нужно отклонять голову и падать назад.

Упр. № 260. Удар ногой из положения лежа.

Этот прием аналогичен предыдущему. Схема исполнения. Один из учеников ложится на спину; его левая нога должна быть подогнута, как после падения Ли 4. Подходить к лежащему со стороны его левой ногн. Обыскивающий ставит левую ногу около голени левой ноги лежащего и делает правой йогой выпад вперед около его левого бока. Затем нападающий наклоняется, чтобы обыскать, и в этот момент получает удар ногой в живот. Этот удар настолько силен, что обыскивающий падает назад — падение № 3. Сила этого удара столь велика, что упавший при падений по инерции переворачивается назад через голову или плечо в ложится на грудь. Техника исполнения. Удар ногой в живот состоит в том, что, как только обыскивающий наклонится, лежащий, согнув правую ногу и поставив стопу ему на живот, резко разгибает ногу — этот толчок «опрокидывает» обыскивающего.

Методические указания. Этот прием, как и предыдущий, является звеном, соединяющим удары бокса, захваты и броски. Роль лежащего может исполнять и девушка. Техника безопасности такова: удара кет, а есть только толчок, и если мышцы живота напряжены, то такой толчок будет безопасным и безболезненным. Недопустимо ставить ногу ниже живота. Из положения лежа на груди упавший может легко вскочить и продолжить бой.

Упр. № 261. Композиция драки.

В драке участвуют девушка и юноша. Надо рассказать, что она окончила школу разведчиков и владеет приемами рукопашной борьбы. Поводом к драке послужило оскорбление, которое он нанес ей, чтобы вызвать конфликт. Установка снаряда. На середине зала должна быть площадка, составленная не менее чем из четырех матов. Учить композицию и тренироваться на ней можно только по одной паре. Схема композиции. Она стоит спиной к мату, он напротив. Он говорит: «Ты воровка?» Она: «Что?» и дает ему пощечину. Он: «Ах, так?» и хватает ее за горло. Она подхватывает его подмышки и бросает через себя, вскакивает, поворачиваясь к нему, готовая драться дальше. Он на секунду задерживается и, вскакивая, достает из-за пояса нож, приближается к ней и бьет ножом сверху в грудь. Она ловит его руку в «вилку», ставит подножку и бросает его на мат (падение № 1). При падении он теряет нож; медленно поднимается, а затем довольно быстро вновь хватает ее за горло. Она сбивает его руки с горла, опускается на левое колено и бросает его вперед через голову (падение № 4). Она подходит к нему со стороны головы, с тем, чтобы обыскать карманы на его гимнастерке. В этот момент он бьет ее снизу кулаком в лицо. Она падает назад на спину (№ 3). Он медленно встает, приближается к ней со стороны ног, наклоняется, чтобы обыскать ее. Она наносит ему удар ногой в живот. Он падает с такой инерцией, что переворачивается через голову и лежит лицом вниз 2—4 секунды, затем еще медленнее поднимается и приближается к ней. Она идет ему навстречу. Он бьет ее прямым ударом левой в лицо, она ставит блок; он наносит ей удар сбоку правой рукой, она уклоняется вправо и, поднимаясь, дает ему правой рукой удар по челюсти снизу. Он падает. на спину. На этом приеме композиция кончается.

Методические указания. Необходимо оправдать ситуацию. Смысл в том, что она должна «замотать» его бросками настолько, чтобы его удары стали неточными. Это дает ей возможность в последний раз удачно ударить его по челюсти, Композицию можно вынести на зачет. Последовательность приемов может быть и иной, но обязательно логичной.

Упр. № 262. Композиция драки (второй вариант).

В этом варианте участвуют только мужчины. Для удобства описания стоящий спиной к мату будет называться первым номером, стоящий напротив — вторым. Второй спрашивает: «Ты украл?» Первый: «Что?» и дает пощечину. Второй хватает с земли бутылку и бьет ею первого по голове. Первый хватает левой рукой правую руку второго за лучезапястный сустав и ударом левой ладони по бутылке выбивает ее из рук второго. Второй мгновенно хватает первого за горло, и тот бросает его через себя (первый выполняет каскад и падение № 4). Затем первый вскакивает, вынимает из-за пояса нож и идет ко второму, замахивается и бьет ножом в грудь. Второй защищается «вилкой», делает подножку и бросает первого (падение № 1). В падении первый теряет нож, но мгновенно вскакивает и снова хватает второго за горло. Второй сбивает правой рукой его руки, опускается на колено левой ноги и, подбивая первого под колено правой ноги, тянет его другой рукой вниз за шею. Первый падает вперед через голову (падение № 4), лежит на спине, второй идет к нему для того, чтобы обыскать, наклоняется и в это время получает снизу удар в лицо. Второй падает назад на спину (падение № 3); тогда встает первый и подходит к нему со стороны ног. Он наклоняется, чтобы осмотреть карманы второго и в это время получает сильный удар ногой в живот, падает на спину, и переворачивается через голову в положение лежа на груди. Далее бой продолжается с помощью ударов, Первый поднимается и приближается ко второму в положении боевой стойки. Он наносит второму прямой удар в лицо левой. Второй ставит блок. Первый наносит боковой удар правой. Второй стазит защиту предплечьем и делает шаг назад, далее он отвечает боковым ударом правой рукой (первый уклоняется); затем, поднимаясь, он отвечает прямым правой, второй ставит блок, но падает на спину (№ 3). Затем второй, поднимаясь, берет камень и наносит первому удар по голове — сверху вниз. Первый защищается предплечьем правой руки, поворачивается спиной ко второму с захватом его руки и бросает его через себя. На этом композиция кончается.

Методические указания. Создание таких композиций возможно только после того, как разучена техника отдельных приемов нападения и защиты: тогда на создание любой новой композиции не затрачивается более двух-трех уроков. При изучении композиции нельзя выходить за пределы площадки. Приближаясь к партнеру или отходя от него, надо ориентироваться на площадке и заботиться не только о себе, но и о падающем партнере. После достаточной подготовки можно постепенно выходить за пределы площадки, с тем чтобы к зачету быть в состоянии «драться» на полу. Наиболее сложной после разучивания техники будет работа над оправданием действия.

Указанные приемы не исчерпывают ассортимента. На основе разученной уже техники безопасности можно создавать и новые. В связи с тем, что при выполнении композиции в боевом темпе затрачивается много энергии, одни и те же ученики не должны повторять ее в уроке более двух раз.

МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РСФСР ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ И КАДРОВ

ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ТЕАТРА, МУЗЫКИ И КИНЕМАТОГРАФИИ

КАФЕДРА СЦЕНИЧЕСКОГО ДВИЖЕНИЯ

ОТ АВТОРА

Сценическое движение — одна из важнейших дисциплин, воспитывающих внешнюю технику актера. Настоятельная потребность в учебнике по сценическому движению назрела давно — о нем мечтал еще К. С. Станиславский. Книга И. Э. Коха является первой попыткой создания такого учебника.

Основы сценического движения автор рассматривает в тесной связи со сценическим действием, т.е. мастерством актера. Теоретическую и практическую стороны своей работы, методику преподавания он основывает на учении Станиславского и трудах современных психологов и физиологов. Большую ценность представляет та часть учебника, которая знакомит с этикетом и правилами поведения в быту XVI —XIX веков на Западе и в России. Отсутствие серьезных работ по истории быта прошедших эпох сделает эту часть книги особенно нужной и интересной.

Книга, представляет собой в полном смысле слова энциклопедию по сценическому движению, начиная с общих теоретических вопросов и кончая мельчайшими практическими деталями. Учебник снабжен большим количеством рисунков в тексте, нотными примерами.

Люди, избравшие профессиональной деятельностью искусство сцены, должны обладать высокой общей культурой, правильным и стойким мировоззрением, должны знать законы творческого процесса, владеть этими законами, обладать всеми технологическими навыками своего искусства.

Верно направить работу каждого исполнителя, установить его взаимодействие с другими, найти верные выразительные средства, добиться подлинно высокого творческого звучания пьесы на каждом спектакле — вот те задачи, которые стоят перед работниками театрального искусства. Практическое решение этих задач во многом зависит от степени подготовленности сценической речи и сценического движения. Именно поэтому столь важно научно обосновать и четко направить учебный процесс при выработке этих необходимых актеру средств внешней выразительности. Одной из учебных дисциплин, занимающихся совершенствованием пластической культуры актера в театральных учебных заведениях и консерваториях, являются «Основы сценического движения».

В Ленинградском государственном институте театра, музыки и кинематографии кафедра сценического движения объединяет четыре специальные дисциплины: ритмику, танец, сценическое фехтование и сравнительно новую учебную дисциплину — основы сценического движения. Этот последний предмет вошел в учебные планы актерского и режиссерского отделений факультета драматического искусства с начала 1945/46 учебного года.

Наблюдения показали, что верное пластическое поведение в роли требует не только общей физической подготовки, но и специальных движенческих навыков. Овладение этими навыками, в свою очередь, было невозможно без специальной подготовки психофизических качеств. Так постепенно начала выясняться сущность требований, предъявляемых профессией актера к процессу его обучения в области движения. Естественно, что движенческая подготовка будущего актера может быть верно направлена только в том случае, если педагогу понятна природа самого сценического движения, т.е. движения, которое делает обоснованным физическое поведение актера в роли.

Необходимость совершенствовать двигательную подготовку актеров настоятельно требовала максимального приближения к запросам профессии.

Одной из главных задач в этой области является проблема переноса навыков я умений из тренировочных предметов в драматическое искусство. Учащиеся, обученные танкам, фехтованию, манерам, жонглированию, акробатике, умеющие сценически драться, падать в носить друг друга, словом, владеющие большим и нужным актеру комплексом навыков, не использовали, за очень редким исключением, эти умения и навыки на уроках по актерскому мастерству. Весь огромный запас навыков, полученных в движенческих предметах, оставался пассивным до тех пор, пока учащиеся или актеры практически не использовали то или иное умение или навык в пластической характеристике образа.

Поскольку перенос навыков и умений, приобретенных в тренировочных предметах, в жизненную и, главным образом, сценическую практику всегда и везде представлял для учеников трудность, у театральных деятелей, в частности у К — С. Станиславского и В. Э. Мейерхольда, возникла идея создать такой предмет, который, в первую очередь, разрешал бы именно эту задачу движенческого воспитания. Этим и объясняется возникновение предметов, которые по своему замыслу должны были стать промежуточным звеном между чисто тренировочными дисциплинами (акробатикой, жонглированием, гимнастикой, различными видами спорта) и драматическим искусством.

Профессор Б. Е. Захава высказывает справедливую мысль о том, что «задача вспомогательных тренировочных дисциплин — воспитать у учащихся ряд навыков и умений». \* Он говорит, что сами по себе эти навыки и умения не являются выразительными средствами до тех пор, пока они не соединяются с внутренней психотехникой актера. Далее он указывает, что это может быть достигнуто только на уроках по драматическому искусству. Однако курс «Основы сценического движения», верно разработанный и верно преподаваемый педагогом — профессиональным актером или режиссером, получившим, кроме того, специальную подготовку, может в начале занятий использовать упражнения чисто моторного типа; затем, постепенно создавая ситуации, близкие к сценической задаче, он приближает эти упражнения к простейшим физическим действиям; и, наконец, поставив перед учащимися конкретную сценическую задачу, превращает эти упражнения в сценические этюды, тот или иной действенный эпизод. Благодаря этому учащиеся уже в тренировочном предмете способны пользоваться приобретенными навыками для решения задач драматического искусства. Так уничтожается разрыв между тренировочным предметом и драматическим искусством, между техническими умениями и воплощением «жизни человеческого Духа роли». Упражнения моторного типа нужны актеру так же, как пианисту — гаммы л арпеджио — средства создания объективной техники пианизма, без которой не может быть исполнителя. Они так же необходимы актеру, как вокализы певцу.

Движенческое воспитание и образование в предмете «Основы сценического движения» начинается с выполнения своеобразных гамм и технических этюдов, а затем постепенно с их помощью решаются простые сценические задачи. Смысл подобной методики — в создании своеобразного «мостика» от техники движений к умению самостоятельно пользоваться этой техникой при исполнении роли.

1 Б. Е.

2964, стр. 74.

3 а х а в а Мастерство актера и режиссера. М., «Советская Россия»,

Как показала педагогическая практика, подобные занятия могут проводить педагоги не только по движению или фехтованию, но и по танцу, если методика преподавания этой важной дисциплины правильна.

В тридцатые годы поиски программы и методики нового предмета носили случайный характер. Большие возможности создавала работа в театрах. Спектакль требует определенных форм движения, а часто актеры не владели этими фермами, потому что не получили соответствующей подготовки. В подобных случаях создавались специальные упражнения, тренирующие организм в нужном направлении, а затем искалась техника, необходимая для выполнения сценической задачи. Так создавались комплексы упражнений. Оказалось, что для выполнения сложной движенческой задачи актеру нужна не только общая физическая подготовка, но что эта подготовка должна иметь специальную направленность. Постепенно выяснялся объем педагогической работы, и на этой основе стало вырисовываться не только содержание нового предмета, но и теория движения на сцене. Упражнения, возникавшие в опыте театрально-постановочной работы, в театральной школе сначала были включены в уроки по физическому воспитанию. Затем количество этих упражнений так возросло, что потребовалось специальное время для их изучения.

В 1938 году на первом и втором курсах факультета драматического искусства Ленинградского театрального института был введен предмет, получивший название «Основы сценического движения». Термин «основы» точно определяет назначение предмета. Он в первую очередь готовит базу, т.е. психофизическую основу сценических действий.

За 1945—1955 годы предмет прочно утвердился в театральных учебных заведениях Ленинграда. Он был признан важным средством повышения квалификации актеров в области движения. Постепенно он проник в учебные планы студий, организаций художественной самодеятельности и, наконец, получил признание за пределами Ленинграда. В настоящее время в Киевском, Харьковском, Минском, Тбилисском и Дальневосточном театральных институтах, на режиссерском факультете в Институтах культуры Москвы и Ленинграда, в Тбилисской и Ленинградской консерваториях, а также в ряде студий и театральных училищ Союза преподавание этого предмета ведется по утвержденной УУЗом Министерства культуры СССР в 1957 году программе Ленинградского института и в соответствии с принятой в этом институте методикой.

Программно-методические указания К. С. Сганиславского стали доступны педагогам по движению только с выходом в свет третьего тома собрания его сочинений, т.е. с 1955 года. Программа, предложенная Станиславским, подтвердила верность основного направления в развитии нового предмета в Ленинградском театральном институте и позволила наметить пути его совершенствования. Главным в этой программе было стремление К. С. Станиславского «создать особый курс

-сценического движения», которыи включал бы в себя элементы гимнастики, акробатики, фехтования, жонглирования, ритмики и 1. п., «приспособленные специально для профессии актера». 1

1 Г. В. Кристи. Вступит, ст. к третьему тому Собрания сочинений К. С. Станиславского М., «Искусство», 1955, стр. 10. (Курсив мой. — Я. /С).

для того, чтобы направить систему воспитания по верному пути, следует определить объем требований, предъявляемых сценой к движению актера, а для этого надо понять природу сценического движения. Чтобы этого достигнуть, нужно проанализировать содержание понятия «Двигательная культура актера».

Предлагаемый вниманию читателя учебник ставит задачей на основании педагогического и творческого опыта раскрыть возможности предмета «Основы сценического движения» как средства совершенствования двигательной культуры актера. Автор ставит своей целью:

1. Дать анализ понятия «Двигательная культура актера».

2. Определить педагогические задачи в совершенствовании «двигательной культуры актера» по тем разделам программы, которых нет в занятиях ритмикой, танцем, сценическим фехтованием и физической подготовкой.

3. Изложить содержание предмета «Основы сценического движения», то есть:

а) определить общую цель и педагогические задачи;

б) описать технику упражнений и их частные методики;

в) описать общую методику предмета, методику типового урока, планирование учебного материала, принципы учета результатов подготовки учащихся;

г) дать типовые музыкальные примеры к упражнениям.

Учебник предназначен как для учащихся высших и средних театральных учебных заведений и консерваторий, институтов культуры, так и для педагогов, ведущих предмет в учебных заведениях Министерства культуры СССР; он может быть использован как справочник для актеров и режиссеров. Автор приносит благодарность за оказанную помощь в создании этой работы: профессорам ЛГИТМиК Л. Ф. Макарьеву, Г. А. Товстоногову, Т. Г. Сойниковой, преподавателю Т, В. Паршиной, заведующему сектором театра НИО института С. В. Владимирову,

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

ТЕОРИЯ

I. АНАЛИЗ ПСИХИЧЕСКИХ И ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

ВВЕДЕНИЕ

Знание жизни тела великолепная плодотворная почва.

/(. С. Станиславский

Актер должен не только иметь полноценный аппарат воплощения, но и постоянно его совершенствовать. Однако для того, чтобы совершенствовать аппарат воплощения, нужно знать его возможности, законы управления этим аппаратом, законы движения на сцене.

Анализ «двигательной культуры актера» дает возможность ответить на эти вопросы; такой анализ необходим для успешного творческого процесса в театре, а также для воспитания актера в учебном заведении.

Как известно, в основе осуществления любого спектакля лежит принцип единства формы и содержания. Форма служит конкретизацией содержания, содержание вызывает к существованию форму. Все то, большое и настоящее, что было создано в практике нашего театра, овладело сознанием людей именно потому, что содержание и форма находились тут в подлинном единстве. Все это общеизвестно и не вызывает никаких возражений, однако мы иногда сталкиваемся <; тем, что хороших экспозиций значительно больше, чем хороших спектаклей. Казалось бы, и замысел интересен, и актеры всё прочувствовали, а между тем зритель не откликается на спектакль, остается равнодушным к нему. В чем же дело?

Причин, по которым спектакль не обладает яркой выразительной формой, конечно, много. Одна из них та, что актеры не хотят ели не умеют работать над созданием формы в спектакле и рассчитывают на то, что форма возникнет сама собой как результат верного переживания. При этом огромная ставка делается на роль интуиции. Предполагается, что интуиция — и только она, а не овладение техникой сценического движения и умение верно использовать Эту технику на сцене — вызовет к жизни точную и ясную пластическую форму. При этом ссылаются на авторитет К. С. Станиславского. Станиславский действительно придавал интуиции исключительно большое значение. Но Станиславский никогда не отрицал и не мог отрицать необходимость познания законов, лежащих в основе техники сценического движения. Ведь сама интуиция, как показывают научные исследования, основывается на опыте и практике, ранее запечатленных в сознании человека, хотя механизмы «интуитивных озарений» еще не раскрыты до конца психофизиологической наукой. И все же, как показывает педагогическая практика, если мы хотим, чтобы форма в актерском творчестве рождалась интуитивно, необходима предварительная верная настроенность аппарата воплощения артиста. Актер должен владеть техникой разнообразных сценических двигательных навыков и умений. Все это в сочетании со знанием конкретных форм поведения людей различных национальностей и в различные периоды истории представляет собой тот опыт и практику, на основе которых актер может правильно действовать в роли.

Если в театре из спектакля в спектакль не ведется работа над правильным, ярким воплощением жизни героя в его физическом поведении, то подобное явление постепенно приводит к потере двигательной квалификации, а в дальнейшем актер теряет и вкус к исполнению сложного движения, требующего высокой подготовленности. Если степень подготовленности к сценическому движению отстает от запросов профессии, это, в первую очередь, результат низкого уровня психофизических качеств, отсутствие необходимых для движения на сцене навыков и, наконец, недостаток знаний о некоторых проявлениях внешней культуры людей. В случаях недостаточной подготовленности актеров, даже при верной репетиционной работе, в спектакле трудно добиться верной и выразительной формы поведения.

Для создания пластически-выразительного образа необходимо, чтобы организм был специально подготовлен. Эта подготовленность должна дать актеру такую внешнюю технику, с помощью которой он может легко и правильно выполнять любые движения.

Внешняя техника при наличии творческой одаренности всегда способна создать высокий сценический результат. Но для того, чтобы понять возможности актера в процессе физического воплощения, необходимо познать «законы тела на сцене».

Наблюдения показывают, что молодые актеры, как правило, движенчески играют слабее актеров с опытом, хотя общеизвестно, что молодому организму двигаться легче. Оказывается, мнение это верно только с точки зрения бытового движения людей. Молодой возраст сам по себе не создает качества в сценическом движении. Опытные мастера значительно выразительнее в физическом поведении на сцене, чем молодежь. Эта закономерность сохраняется даже в таком возрасте, когда.общее снижение тонуса, казалось бы, должно отрицательно отразиться на качестве сценического движения. Известно что внешняя техника, как и все виды мастерства, приходит с годами, в процессе работы в театре. Естественно, возник вопрос: нельзя ли в процессе воспитания и обучения в театральной школе или даже при работе в театрах заранее подготовлять организм для выразительного исполнения физического действия в роли? Практика показала, что на этот вопрос нужно ответить по ложительно.

Такая подготовка сводится к следующим этапам;

1. Только в профессии актера человек сталкивается с необходимостью обстоятельно познать свою телесную форму, которой он обладает к моменту, когда начинает сценическую работу. Он должен познать возможности полноценного использования своего тела для выразительного сценического действия.

2. Поскольку природные данные могут быть улучшены только соответствующей тренировкой, актер должен заниматься совершенствованием этих данных в нужном направлении.

3. Актер должен довести эти умения до степени полуавтоматизированных навыков, а некоторые — до привычных повседневных действий. Привычные действия — автоматизмы, совершенные по форме, непроизвольно переносимые на сцену, создают в спектакле высокий пластический результат. Это особенно важно для молодых актеров, так как они, как правило, играют роли молодых, а молодость должна быть прекрасна.

Правильно подготовленный аппарат актера даст ему возможность безупречно выполнять на сцене физические действия. Эти действия о внешней стороны проявляются в движениях; и от того, на каком уровне будет находиться культура движения, зависит, поймет или не поймет зритель, что происходит на сцене. Следовательно, вопрос о культуре движения актера относится к числу важнейших проблем, связанных с постановкой театрального образования.

Для того чтобы исследовать закономерности, управляющие движениями актера в роли, необходимо начать с разбора движений, совершаемых человеком в жизни, поскольку искусство сцены творчески отображает реальную жизнь.

Глава первая

ВОЛЕВЫЕ ДЕЙСТВИЯ

(деятельность, действие, дробное действие; движения: локомоторные, рабочие, семантические, иллюстративные и пантомимические)

«Чем более... люди отличаются от животных, тем более их воздействие на природу принимает характер преднамеренных, планомерных действии, направленных на достижение определенных, заранее намеченных целей».1

1 Ф. Э и г. с л с. Диалектика природы. М., ГосПолитиздат, 1955, стр. 139

Преднамеренные, планомерные действия могут возникать только при условии, если человек понимает ту среду, в которой он в данное время находится. И намерение выполнить такое действие, и последующее его осуществление неразрывно связано с процессом мышления. Без мышления планомерные действия невозможны.

Деятельность

Если в процессе жизненной практики регулярно повторяется одинаковый комплекс преднамеренных действий, направленных на достижение одной и той же цели, то такое явление называется деятельностью.

Деятельность всегда совершенно сознательна, и в ее основе лежит план — определенная система действия, приводящая к конкретному результату. Деятельность всегда длительна по времени. Это означает, что отдельные движения и даже отдельные действия не могут называться деятельностью.

Наиболее характерным видом деятельности является труд. Кроме трудовой деятельности, наука выделяет в самостоятельные виды: деятельность в искусстве, в учении и в игре.

Трудовая деятельность. Труд — это, в первую очередь, процесс, в котором человек изменяет и совершенствует окружающий его мир.

Основным мотивом трудовой деятельности является удовлетворение насущных потребностей общества, развитие этих потребностей и совершенствование способов их удовлетворения. Трудовая деятельность очень разнообразна. Общая трудовая деятельность складывается из более частных видов: производственной, бытовой и общественной.

В продолжение одного спектакля актер не может сыграть деятельность своего героя; однако при решении образа актер должен учитывать всю совокупность явлений, влияющих на его поведение в роли. Особенности этого поведения доносят до зрителя содержание деятельности персонажа. Принять во внимание деятельность персонажа совершенно необходимо для того, чтобы актер стал подобием изображаемого им героя. Надо знать, чему была посвящена деятельность Платона Кречета, и только тогда можно верно показать психологию передового советского врача; надо знать, кем была Васса Железнова, для того чтобы понять психологию этой женщины, ее дела и поступки, отношение к внуку, Рашели и Же-лезнову.

Актеру и певцу приходится отражать тот или иной вид трудовой деятельности, присущей его сценическому герою; но сам создатель сценического образа — актер занимается деятельностью в искусстве.'

Деятельность в искусстве. Особенностью этого вида деятельности является творческий характер. Человек, занимающийся

искусством, воплощает существующую или вымышленную действительность в художественных образах. Произведения реалистического искусства не копируют жизнь, но представляют собой результат творческого вымысла художника. Они отображают не конкретное явление, случай или факт из жизни общества, но обобщают эти явления, показывая типичное в художественных образах. Однако, несмотря на обобщенный характер, произведения искусства должны быть выражением полноценного живого явления. Так, в частности, сценический герой должен быть наделен всеми чертами, свойственными тому или иному человеку, а это возможно только тогда, когда создаваемый образ мыслится артистом не в абстрактных, оторванных от жизни условиях, а в конкретной связи с действительностью, во всей полноте конкретной деятельности данного героя. Именно поэтому для актера и режиссера очень важна работа над созданием не только логики и последовательности жизни героя на сцене, но предыстория этой жизни в ее производственной, бытовой и общественной деятельности; при этом необходимо учитывать особенности его личной жизни, индивидуальные свойства организма, национальность, социальное положение, эпоху, в которую он жил. Только совокупность всех этих знаний позволяет создать совершенно конкретный и в то же время обобщенный образ.

Чтобы создать подлинное произведение искусства, актер должен не только верно мыслить, наблюдая жизнь, он должен овладеть знаниями и техникой своего искусства. Без навыков даже самый талантливый художник ничего создать не может. В процессе длительного, упорного труда и обучения актер должен овладеть знаниями, навыками и привычками, которые дадут ему возможность претворить замыслы в художественно сценические образы применительно к физическому поведению в роли. Систематические занятия позволяют овладеть техникой искусства и в сценическом движении.

Действие

«В своей законченной форме произвольные действия являются сознательными поступками, совершаемыми человеком по определенным мотивам, в соответствии с обдуманным намерением и по намеченному плану. Мотивом называется всякое переживание, стимулирующее человека к действию или задерживающее это действие, благоприятствующее его совершению».1

Таким образом, возникновению произвольного действия предшествует процесс осмысления ситуации, в которую попал человек. Однако, после того, как человек осмыслит ситуацию и захочет произвести те или иные действия, может оказаться, что актер —

1 П. А. Р у а и к. Психология. М.д Из -Иэльд-во «Физкультура и спорт!, 1953, Стр. 239.

исполнитель данной роли — не в состоянии их выполнить, потому что он не знает, как это делается. Исходя из этого положения, понятно, что актер может играть только то, что им осмыслено, и с помощью техники, которая ему известна.

Учитывая специфику профессии, мы будем в дальнейшем рассматривать действия волевого типа. Они лежат в основе создания жизни героя, поскольку эта жизнь отражает отношение образа к предлагаемым обстоятельствам и выражает тем самым какую-то часть его деятельности.

Предпосылкой к действию является конкретная задача — цель. Возникновение этой задачи в сознании всегда исходит из определенной причины, которая и становится главным побудителем к действию. Бывает, что причины, вызвавшие одно и то же действие, совершенно различны. Иногда это общественный долг, а иногда честолюбие, стремление к обогащению и т. п., но, с другой стороны, бывает, когда одно и то же событие, в зависимости от мотива, может вызвать у разных людей противоположную реакцию, а значит, и различные действия. Это обстоятельство важно учитывать при разборе поведения персонажа в тех или иных обстоятельствах сценической жизни.

Значение верной линии поведения в роли в том, что она, создавая верную логику и последовательность, вызывает соответствующие эмоции и чувства, поскольку чувства обязательно связаны с действием.

Обстоятельства, в которых действуют персонажи, и мотивы, побуждающие их к действию, порождают у актера соответствующее пластическое решение, ставят перед ним совершенно конкретные движенческие задачи. Правдиво действовать актер может только тогда, когда он в состоянии ответить на вопросы: кто? где? с- кем? почему? зачем? и как?

Сложность понятия «действие» состоит в его многообразии, даже если его рассматривать только применительно к движению на сцене. Физические действия — это комплексы движений — большие, с точки зрения их количества, — и часто длительные по времени отрезки сценической жизни. В этих комплексах для выполнения какой-то конкретной, но большой сценической задачи, актеру приходится выполнять большое количество задач частного характера. Даже такое простое бытовое действие, как вымыть руки, на самом деле сложный комплекс, состоящий из серии более мелких действий: взять мыло, намылить руки, положить мыло, размылить пену, взять щетку, потереть руки и т. д. К. С. Станиславский назвал эти мелкие части большого действия — «дробными действиями».

Дробные действия. Отличительная черта дробных действий заключается в том, что их нельзя поделить на еще более мелкие. Они всегда имеют смысловое содержание, но осуществляющие их элементы — движения — смыслового содержания уже не имеют. Дробное действие «намылить руки» осуществляется выполнением

довольно большого количества движений. Если одному и тому же человеку предложить два раза подряд намылить руки и попросить его выполнить это действие абсолютно одними и теми же движениями, он этого сделать не сможет. Каждый раз это будет несколько измененный подбор движений.

На сцене должно происходить то же самое. В изменчивости и приспособляемости дробного действия к каждому данному моменту сценической жизни кроется подлинная органичность физического действия.

Движения

Природа движений человека крайне сложна и многогранна. И. М. Сеченов писал, исследуя психическую деятельность человека: «Все бесконечное разнообразие внешних проявлений мозговой деятельности человека сводится к одному лишь явлению, — мышечному движению. Смеется ли ребенок при виде игрушки, улыбается ли Гарибальди, когда его гонят за излишнюю любовь к Родине, дрожит ли девушка при мысли о первой любви, создает ли Ньютон мировые законы и пишет их на бумаге, — везде окончательным фактом является мышечное движение».1

Движения, выражающие состояние психики человека в каждый момент жизни, являются продуктом сознания человека; но их конкретные формы зависят от разнообразных и многочисленных факторов, физиологических свойств организма, его подготовленности, темперамента, характера, конкретных ощущений и восприятий, степени активности в данный момент и прочих признаков и обстоятельств.

Вся сложнейшая совокупность указанных обстоятельств порождает конкретные формы движений, но только в том случае, если у человека появляются побудительные причины действовать. Побудительные причины вызывают у человека ту степень активности организма, когда непроизвольно, а иногда и произвольно рождаются движения. Это означает, что физические действия нельзя отделять от психики, что все виды движений, а в том числе и сценические, следует рассматривать только в единстве психического и физического начал.

Для удобства рассмотрения и систематизации все движения, выполняемые человеком в жизни (и актером на сцене) в зависимости от их назначения, можно поделить на пять групп: локомоторные, рабочие, семантические, иллюстративные и пантомимические. Следует отметить, что такое деление условно, поскольку одни и те же движения, в зависимости от конкретной формы, могут

1 И. М. С с ч с и о в. Рефлексы головного мозга, т. I, М., Изд-во АН СССР, 1952, стр. 9.

быть отнесены сразу к двум, даже трем группам; могут переходить из группы в группу, потому что они выполняют самые разнообразные функции в поведении человека; могут возникать произвольно и непроизвольно, выполняться сознательно, полуавтоматически и механически.

Для анализа и объяснения движений, выполняемых на сцене, ость смысл систематизировать их по указанным выше группам.

Локомоторные движения. К этой группе относятся движения, связанные, в первую очередь, с простыми бытовыми действиями. Выполняются они полуавтоматически, а иногда и совершенно механически. Этими движениями человек овладевает незаметно для самого себя в процессе роста и развития. К ним относятся обычные перемещения: ходьба, бег, прыжки и т. п.; движения, создающие основные положения тела: сидение, стояние, лежание и т. п.; простые бытовые действия: еда, питье, бросание, ловля, хватание, отдавание и т. п. Эти движения находят применение в передвижениях по сцене и выражаются в осанке, походке, позах сидя и в простейших бытовых действиях, присущих герою, как человеку определенной национальности, пола, возраста, темперамента, характера, класса. В зависимости от национальных признаков и социально-экономических условий жизни в перечисленных бытовых физических действиях людей возникли различные особенности.

К обстоятельствам, влияющим на пластическое поведение людей, относятся: народные обычаи, светский этикет, костюмы и моды, конструкция жилищ и их убранство, форма мебели и бытовых вещей. \*

Разнообразие подобных действий — это тот материал, из которого актеру приходится создавать основу пластической характеристики своего героя. Такой отбор возможен, когда у актера создастся представление о форме необходимого физического действия. Применительно к локомоторным движениям, это получается после того, как актер ознакомится с этнографией изображаемой им национальности, историческими и иконографическим материалами, соответствующими произведению.

Локомоторные движения сами по себе — еще не действие, но его обязательная составная часть. Они могут быть сознательно подобраны и в процессе повторений полуавтоматизируются. Когда актер перестанет замечать их, то есть когда они превратятся для него в необходимость, присущую данному моменту действия, то есть логически необходимыми, и только тогда эти движения станут органичными, жизненно правдивыми.

Рабочие движения. Это основная группа движений в жизни людей. Огромное количество этих движений и еще большее разнообразие в деталях совершенно исключают возможность их перечисления, тем более что эти жизненно необходимые движения повседневно повторяются, видоизменяются, создавая основу в физическом поведении человека.

Рабочие движения вне зависимости от того, какой род деятельности они осуществляют, приходится делить на «главные» и «вспомогательные» (термин автора. — И. К.), т.е. фоновые.

Выполнением главных рабочих движений актер практически осуществляет логику и последовательность физического поведения своего героя, поэтому важно, чтобы зритель их хорошо видел и понимал.

Вспомогательные движения служат только для того, чтобы можно было удобно выполнять главные. Понятно, например, что рабочие движения рук токаря, обтачивающего на станке деталь, есть главные, а различные положения туловища и движения ног — вспомогательные, поскольку ноги не выполняют работу, а только помогают удобно работать руками.

Нормальное физическое поведение человека не может быть осуществлено без вспомогательных движений. Они органично переплетаются (координируются) с главными. Люди в жизни никогда не замечают их, но в логической связанности «главных» и «вспомогательных» движений заложено проявление высокой координации, свойственной человеческому организму.

Любое, самое незначительное физическое действие, такое, как взять чашку чая, выполняемое как будто только рукой, на самом деле требует вспомогательных движений туловища, шеи и даже ног. Все тело участвует в действии «взять чай». В таком простом локо-

1 моторном действии, как ходьба, руки движутся в ритме шагов, а туловище изгибается и поворачивается в соответствующие стороны. Вся мускулатура человека, берущего чашку чая млн идущего, занята выполнением этих действий. Но можно взять чашку чая и идти, не помогая выполнению этих действий вспомогательными движениями, а выполняя только главные. И для наблюдателя такой человекбудет выглядеть или крайне неуклюжим, или больным. В нормальных условиях и при здоровом организме вспомогательные движения никогда не исчезают, но они иногда исчезают у актера на сцене. Происходит это от волнения или страха: мускулатура зажимается, не делает вспомогательных движений, и в результате происходит весьма неловкое выполнение физических действий.

Когда в театральном быту говорят: «он не может пройти по сцене», — этим хотят сказать: «он не может нормально пройти по сцене». Такого страха, чтобы актер совсем не мог пройти по сцене или выйти на эстраду, практически не встречается, но бывает, что у плохого актера, идущего по сцене, пропадают почти все вспомогательные движения, и зритель видит на сцене вместо живого человека либо механически передвигающуюся куклу, либо больного. Психологический зажим всегда вызывает у актера физический зажим, и в результате пропадает естественность движений. Актер пытается сознательно восстановить вспомогательные движения (что практически невозможно, ибо они всегда возникают непроизвольно). Как правило, в этих случаях он делает нелепости, становится еще более неловким и, чувствуя это, совершенно теряется.

Именно эту значительность вспомогательных движений в жизни людей и у актеров на сцене понял В. Э. Мейерхольд. В основе мейерхольдовской биомеханики лежит принцип создания таких упражнений-этюдов, которые заставляли бы актера двигаться всем телом, приучали бы его к необходимости подсознательно пользоваться «вспомогательными» движениями в любом, самом незначительном по результату действии. Этот принцип можно определить как принцип необходимости выполнять любое, самое незначительное физическое действие движениями всего тела. В этом принципе заложена подлинно научная основа, поскольку нормальный организм живет и действует как органичное целое.

Бывают случаи, когда вспомогательные движения особенно важны, — это относится к действиям, требующим специальной техники, иногда даже опасной для исполнителя. Верные вспомогательные движения в этих случаях дают возможность актеру безопасно проделать сценический трюк. При этом зритель совершенно не должен замечать вспомогательных движений.

Семантические движения. Движения этого типа заменяют людям слова: «остановись», «уйди», «да», «нет», «прошу вас», «тише» и т. п. Этих движений не так уж много, однако люди часто пользуются ^ ими в жизни. ","»

Движения этого типа довольно часто встречаются в сценической практике. Полная замена слов семантическими движениями практически оправдана только тогда, когда на сцене возникает «зона вы- 7-нужденного молчания», а это происходит, когда обстоятельства сценической жизни мешают произнесению слов.

Семантические движения могут возникнуть у актера и в результате большого эмоционального возбуждения. В этих случаях семантические движения активно усиливают создаваемое речью актера впечатление; они обязательно имеют яркую эмоциональную окраску. Например: настойчивое словесное требование «подойди ко мне» может быть значительно усилено соответствующим жестом рук и выразительными движениями всего тела. В то же время семантические движения могут выражать и подтексты в роли; например, когда говорят «уйдите», но в интонации звучит «не уходите», то «та интонация может быть усилена соответствующими жестами.

В пластической характеристике образа актер может использовать движения семантического типа и тогда, когда герой находится в состоянии эмоционального покоя; но такая техника применима только в тех случаях, когда нужно специально подчеркнуть возраст, национальность, социальную принадлежность. Подобные движения типичны для людей романского происхождения, африканцев, евреев, кавказцев. Активная жестикуляция у этих народов — типичный пластический признак в физическом поведении, даже когда они в относительно спокойном состоянии; и наоборот, подобной жестикуляции нет у славян, англо-саксов, скандинавов и финнов. Сочетание семантических движений со словами усиливает впечатление от сказанного только при правильной технике их исполнения. Эта техника изложена в описании иллюстративных движений (см. ниже), но она не применима к семантическим движениям, возникающим непроизвольно, под влиянием сильных эмоций и чувств. В этом случае они не контролируются актером.

Иллюстративные движения. Движения этого типа показывают (иллюстрируют) качество объекта: его размер, вес, объем, качество поверхности, местонахождение и т. д. Например: «У нас выход там!»—и рука показывает направление, где дверь. Или «хозяйка вынесла большой пирог» — и руки показывают размер пирога.

Иллюстративные движения (так же, как и семантические) в сценических обстоятельствах должны выполняться до соответствующей реплики или после нее, т.е. не так, как в жизни, когда люди совершенно не думают о подобной последовательности. Выразительность в поведении актера требует освоения этой своеобразной техники, присущей только профессии актера.

Выполнение иллюстративного движения в момент произнесения слов отвлекает зрителя от реплики. Зритель с удовольствием следит за всем тем, что делают актеры на сцене, и со значительно меньшим вниманием следит за репликами партнеров. Причина кроется в том, что для большинства людей зрительное восприятие значительно сильнее, чем слуховое. Содержание пьесы — это ее текст, и актер всегда заинтересован в том, чтобы текст роли был правильно понят зрителем. Это означает, что актер должен играть так, чтобы его движения и речь, когда это касается очень значимых реплик, не совпадали по времени. Главным образом это относится к передвижениям в сценическом пространстве. Активно наблюдая за передвигающимся актером, большинство зрителей пропускает смысл произносимого им текста. Особенно обидно, когда внимание зрителя переключается на семантические или иллюстративные движения, которые сами по себе не могут раскрыть жизненного содержания, а выполняют только функции усиления впечатления того, что было или будет сказано. Так, например, в комедии «Собака на сене» есть слова Тристана, обращенные к Теодоро: «А вы взлетели горделиво и возомнили, что вы граф!» Режиссер просил актера усилить издевательскую интонацию иллюстративными жестами. Актер исполнил так: во время произнесения первой строчки он взмахнул правой рукой вверх, как бы указывая, куда взлетел в мечтах Теодоро, а произнося слова второй строки, выполнил поклон XVII столетия, затем взмахнул плащом и встал в вызывающую позу. Зритель активно наблюдал за интересными движениями и текста не слушал. Режиссер предложил сказать: «А вы», затем исполнить жест взлета и на позе сказать «взлетели горделиво и возомнили», затем выполнить поклон и на поклоне докончить текст «что вы граф», а в заключение запахнуться в плащ, принимая нужную позу. При такой системе игры зритель не пропустит ни единого слова и реплики. Если речь и движения при этой системе игры идут в одном ритме, то нет впечатления, что текст прерывается, т. к. речь и движения воспринимаются как единое целое.

Пантомимические (эмоциональные) движения. Эмоциональные или так называемые пантомимические движения возникают у людей в жизни и у актеров на сцене совершенно непроизвольно, как результат эмоций. В этих движениях наиболее ярко отражается внутренняя жизнь актера в роли. Эти движения активно воспринимаются зрителем, потому что они жизненно правдивы. Для режиссера и педагога появление этих движений в сценическом поведении актера является свидетельством органики исполнения.

Пантомимические движения, так же как и эмоции, их порождающие, никогда не закрепляются — они появляются и исчезают при каждом новом повторении роли, и в этом их сценическая ценность. В любом жанре театрального искусства эти движения не могут заменить слова или рабочие движения. Они никогда не выражают логики сценической жизни, но, своеобразно окрашивая эту жизнь, придают физическим действиям эмоциональный характер, эмоциональную насыщенность. В этом их подлинная жизненность.

Даже в театре пантомимы этот тип движений выполняет ту же функцию, так как жизнь образа в ее логике и последовательности передается и там через рабочие и, главным образом, семантические движения.

Но, кроме того, наблюдая жизнь людей и поведение актеров на сцене, нетрудно обнаружить, что локомоторные, рабочие, семантические и иллюстративные движения несут в себе определенную эмоциональную окраску, которая в полной мере отвечает тем чувствам, которые свойственны в данный конкретный момент действующему человеку и актеру.

Каждое «произвольно-выразительное» движение всегда является сознательно организованным актом телесного: мышечного и нервного аппарата. Речь идет о таком произвольно-выразительном движении, которое способно, в силу естественных связей, породить множество невольных движений, дающих всему мышечно-нервному комплексу единый выразительно-ритмический тон. Если сознательно организованные произвольно-выразительные движения должны определять логически стройную сценическую перспективу жизни человеческого тела, то порождаемые логикой физического действия невольные движения образуют непрерывную и как бы музыкально-зримую «скульптуру» сценического действования, в которой воплощается с наибольшей точностью внутренняя «жизнь человеческого духа» в той или иной роли». х

1 Л. Ф. М а к а р с в. Стенограмма выступления на конференции по сценическому движению в ЛГИТМиК (1962 г.).

В подсознательном рождении «невольных движений», возникающих у актера, когда он подлинно увлечен сценическим действием, кроется заразительность, активно действующая на эмоции и чувства-зрителей. Она делает зрителей как бы участниками спектакля. Заставить их зажить и заволноваться судьбами и чувствами сценических героев — основная задача актеров, играющих в спектакле. В этом главное значение пантомимических движений. В театральной практике и педагогике эти категории движений принято называть жестами. 1

Глава втор ая

ВОЛЯ И АКТИВНОСТЬ

(стремление, желание, хотение, самостоятельность, инициативность, решительность, настойчивость, смелость, самообладание)

Воля — самое существенное качество сознания. Выдающиеся достижения в науке и искусстве есть проявление не только знаний и таланта, но и воли ученых, изобретателей, художников, писателей, актеров. Подлинное творчество полно стремлений, исканий и связано с большим трудом.

Воля есть совокупность взаимодействующих и дополняющих друг друга качеств, присущих сознанию человека.

Воля (активность) формируется в процессе деятельности. Возникновение воли теснейшим образом связано с выполнением обязательств, принимаемых на себя людьми в трудовой и общественной деятельности.

Качества, составляющие волю, помогают актеру как в процессе создания роли, так и в процессе ее исполнения. Наличие воли — активности — один из важнейших признаков профессионально» одаренности актера. «Активность в творчестве, — как указывал К. С. Станиславский, — что пар в машине. Активность, подлинное, продуктивное, целенаправленное действие, — самое главное в творчестве...» а

Известно, что одаренные, но безвольные актеры не создают художественного образа в тех случаях, когда воплощение требует большой работы. Они обычно становятся беспомощными там, где талант сам по себе почти не помогает, а это бывает во всех технически трудных ролях. Безволие мешает им трудиться, для того чтобы овладеть внутренней и внешней техникой, создающей высокий, художественный результат. И были случаи, когда явно одаренный артист был снят с роли или отказывался сам, т. к. не удовлетворял режиссера нужным результатом.

1 См. главу «Простые двигательные навыки».

'К. С. Станиславский. Собр. соч., I. 3, стр. 2.

«Только гении могут полагаться на «наитие свыше» и пренебрегать техникой, которую они считают уделом бездарных». 'Овладение техникой требует напряженного труда.

В процессе создания сценического образа актер тщательно отбирает все детали, раскрывающие основную идею произведения. Актер, обладающий волей, может последовательно, кусок за куском, искать и создавать линию поведения героя, не отдаваясь в начале работы во власть эмоций, опасных тем, что они могут направить последующие действия по неверному пути.

«Волевая задача, объект и обстановка, которая все ярче вырисовывается перед актером благодаря деятельности его творческой фантазии, начинает захватывать, волновать его, выманивая из тайников его эффективной памяти необходимые по роли комбинации чувств, имеющих характер действенный и выливающийся в сценическое действие». 2

Как только прочитан текст пьесы и она понравилась, деятельность актера начинается с возникновения у него «побуждения», выражающего стремление «делать» роль. Это стремление должно, в первую очередь, создать впечатление о задаче роли, ее сквозном действии. Так перед актером постепенно возникает почти конкретная цель. По мере того как эта цель все более осознается, стремление перерастает в желание. Желание выражается в увлечении как самой ролью, так и процессом работы над ней. При отсутствии желания трудно рассчитывать на хороший результат в этой работе. Однако желанием работать не заканчивается проявление воли, поскольку оно еще не создает конкретного действия. Необходимо, чтобы активно развивающееся желание вызвало появление того самого «хотения», на которое указывал Станиславский. Хотение — это внутреннее стремление достичь цели, т.е. внутреннее действие, которое становится побудителем к внешнему действию. Однако и позыв к действию еще не есть физическое действие. Принять решение еще не значит выполнить его. И только с того момента, когда за решением последует выполнение, начинается практическое осуществление сценической задачи. Таким образом, воля необходима и для внешнего воплощения действия.

Первым качеством воли в процессе воплощения является инициативность. Очень важно для органики действия, чтобы актер, не дожидаясь предложений режиссера или, тем более, его показа, сам проявил бы инициативу и начал физически действовать. Он сам должен находить в этом действии не только его логику, но и верный темпо-ритм. 3

Личная инициатива выражается в проявлении самостоятельности и независимости — существенных особенностей воли. Оба

1 К. <3. Станиславский. Статьи, речи, беседы, письма. М., «Искусство», 1953, стр. 411.

2 Там же, стр. 495.

 \* См. главу «темпо-ритм физического действия».

эти качества предполагают сознательную мотивированность актерского исполнения; они должны приниматься во внимание в творчески/ спорах, возникающих между актером и режиссером при обсуждении образа. В обязанность режиссера входит обдуманное и обоснованное объяснение любого своего предложения.

Приказание и требование без мотивировки подавляет волю актера и уничтожает проявление главного и самого ценного в творчестве — артистической индивидуальности. Немотивированное предложение, как правило, не вызывает у актера желания действовать, а это ведет к тому, что актер не находит логического пути, который мог бы привести его к созданию нужного сценического результата.

С другой стороны, актер, предлагающий решение, с которым не согласны режиссер и партнеры, должен, в свою очередь, соответствующим образом его обосновать. Если актер знает, почему, для чего и что он будет делать, он всегда об этом может рассказать.

Проявление эмоций в действии — главный фактор в творчестве актера; но чувства должны появляться в результате действия, а не сами по себе. Сценическое действие есть проявление воли, но «поскольку волевой акт выходит из побуждений, из потребностей, он носит более или менее ярко выраженный эмоциональный характер». 1 Так как нет двух людей с одинаковой эмоциональностью, часто эмоциональность актера и режиссера различны, — различны будут и их решения данной сценической задачи. Именно это обстоятельство порождает споры о логическом решении сцены. Такие споры закономерны. Если предложение актера соответствует замыслу режиссера, он должен соглашаться с актером в конкретном решении данного сценического куска. В таком решении выражается творческая природа артиста. Действие, созданное самим актером, всегда выполняется им органично, потому что оно — продукт его сознания, а не навязано со стороны.

Важным качеством актера является решительность. Это качество находит выражение в уверенности, с которой принимается то или иное решение, и твердости, с которой оно отстаивается. По мотивам и уверенности, с какой актер предлагает свое решение, режиссер может понять, насколько ярки в сознании актера видения предложенного им действия. Решительность всегда свидетельствует об определенной фантазии, о создавшихся внутренних предпосылках действовать именно так, а не иначе.

Однако принять решение еще не значит — действовать. Очень часто, активно фантазируя действие и убедительно его защищая, актер вдруг сталкивается с тем, что задуманное, внутренне прочувствованное и так ярко увиденное им не получается при исполнении. Причина такой неудачи, как правило, — плохая подготовленность физического аппарата. В этом случае на помощь опять должна.; Прийти воля; она будет теперь проявляться в той энергии, с которой

1С. Л. Рубинштейн. Основы общей психологии. М., Учпедгиз, 1940..

актер в последующей работе станет добиваться осуществления решения.

Настойчивость является решающим качеством в любом подлинно творческом процессе, она отличает подлинно профессиональную одаренность актера. Предполагая большую активность, т.е. сильную волю, в первую очередь предполагают наличие двух указанных признаков: решительность и настойчивость. От них зависит твердое убеждение в верности принятого решения и настойчивое стремление это решение выполнять.

Не меньшее значение имеет воля при участии в таком спектакле, когда действие и движения еще более связаны с переживаниями актера. «Актеры должны ощущать свои движения, волю, эмоции и мысли, чтобы воля заставляла делать те или иные движения... Движения внешне должны быть связаны с внутренними движениями эмоций». '

Перед выходом на сцену огромную роль играет решительность. («Решимость» — по терминологии К. С. Станиславского). Она способствует правильной направленности сознания при выходе на сцену, а также сказывается на активности играемого куска. Решительность особенно нужна в эпизодах, требующих максимального проявления чувств, когда актер «подходит к самому сильному, кульминационному месту роли». г

Активная внутренняя жизнь актера б роли может быть понята зрителем только тогда, когда эта активность будет выражена в физическом действии, а значит, и в выполнении каждого движения. Для активного движения в роли, при подходе к трудной сцене она необходима, и в момент исполнения такой сцены нужна решительность. Физическое поведение в роли иногда представляет собой сложное и даже опасное по подбору движений действие. Это батальные сцены, падения и пр., например бой Ромео и Тибальда. Если зритель не увидит и не поймет всей свирепости этой сцены, то он не поймет главного: как Ромео смог убить брата любимой им Джульетты. Возникающий у актера страх, боязнь за себя и за партнера в момент исполнения такой сцены порождает неверный характер движений, а это искажает смысл действия. Движения актера становятся менее активными и внутренне значительно менее оправданными.

Смелость — качество, обеспечивающее внешнюю активность актера в момент исполнения роли.

Решительность до начала сцены создает верную предварительную настройку всего организма на исполнение; смелость в момент самого действия способствует осуществлению этого исполнения. Оба эти качества создают ту степень творческой активности актера, которая так нужна для подлинной сценической органичности.

1 К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 394. \* Там же, стр. 34.

Смелость и решительность особенно необходимы при трюковых съемках в кинематографе. Всякого рода прыжки, падения, батальные сцены и драки требуют от актера, кроме соответствующей техники, решительности и смелости. Неверна точка зрения, что в этом искусстве трюковые съемки выполняются только при помощи специальной кинематографической техники. Актерам приходится выполнять сложнейшие движенческие сцены, иногда явно рискованного характера. Практика съемок показала, что подмена актера куклой всегда неудачна, так как экран сразу же обнаруживает фальсификацию. Возможна подмена основного исполнителя дублером, который должен продолжать линию роли основного исполнителя, но найти такого дублера крайне трудно. Если дублер — актер цирка или спортсмен, то его можно снимать только в общих планах, а это малоинтересно. Иная фактура дублера и отсутствие действия приводят к фальши.

Два примера, приводимые ниже, покажут, как воля актера помогла великолепному исполнению труднейших эпизодов.

При съемках одного фильма актрисе нужно было сыграть эпизод, сидя на лошади. До этого она никогда не сидела в седле, и ей предложили предварительно позаниматься верховой ездой. Актриса, должна была сыграть знатную испанку, которая в совершенстве-владеет верховой ездой, причем на лошади было дамское седло,. а в нем удержаться значительно труднее, чем в мужском. В эпизоде-надо было на полном скаку перепрыгнуть через каменную стену и стоящую за ней живую козу. Актриса стала настойчиво изучать-технику верховой езды, не сходила с седла по нескольку часов в день, не раз падала, но в конце концов добилась хорошей посадки, овладела искусством управления конем и прекрасно сыграла все конные эпизоды в картине.

Актеру, игравшему главную роль в той же картине, по ходу действия пришлось вести сцену со львом. Сначала при съемках это \* сцены применяли специальную технику, чтобы актер не подвергался опасности, однако эти попытки не дали на пленке нужного результата. Тогда актеру предложили играть эпизод в непосредственной близости ко льву. Актер должен был играть длительный «диалог» с опасным животным, сидя к нему боком, время от времени поворачивая к нему только голову, даже в тот момент, когда лев поднимался на задние лапы. На съемке получилось так, что в этот момент лее '.почти вышел из клетки. Только подлинное мужество и воля помогли зактеру прекрасно сыграть этот эпизод.

Трюк, играемый в спектакле, всегда менее опасен, чем на съемке, но всегда более ответствен. В кинематографе можно снимать до» Итех пор, пока не будет получен нужный результат. Этот результат /идет в картину. В театре же, как бы ни был отрепетирован трюк,: он всегда требует смелости, потому что всякое замешательство [создает ошибку в технике, а значит, и опасность. Кроме того,.; ошибку в технике исполнения зритель, как правило, замечает.

Решительность, спокойствие и смелость при исполнении трюка помогают так его выполнить, что зритель принимает обман за правду. Выполняя движенческий трюк в театре, актер должен сохранять верное сценическое отношение к партнеру, иначе трюк окажется лишь вставным номером. Исполняя трюк, надо действовать, а не использовать трюк. (Отметим, что у актеров часто не хватает настойчивости для того, чтобы довести эту часть работы до уровня действия.)

И, наконец, следует помнить, что на сцене возникают иногда неожиданности. Эти неожиданности могут исказить смысл идущей сцены. Актер должен мгновенно выйти из создавшегося положения, не нарушая логики сценического действия. Такого рода неожиданности появляются во многих случаях: когда опаздывает на выход очередной исполнитель (что недопустимо, но все же встречается); когда случается непорядок в костюме исполнителя; когда нет нужного звука (который не раздался вообще или раздался раньше или позже). Нужно быть готовым не реагировать на лопнувшую осветительную лампу и на многие другие неожиданности.

Существенные качества — выдержка и самообладание. Воля актера, нашедшая выражение в выдержке и самообладании, помогает ему выйти из подобных, внезапно создавшихся, случайных обстоятельств.

Таким образом, воля во всем ее многообразии является необходимейшим качеством актера в его профессиональной деятельности.

Глава третья

ВНИМАНИЕ, ПАМЯТЬ И КОНТРОЛЬ ЗА ДВИЖЕНИЯМИ Внимание

Актер должен верно и глубоко понимать содержание произведения, его идею, сверхзадачу, сквозное действие и все предлагаемые обстоятельства пьесы и роли. Лишь в результате такого понимания у него возникает правильное представление о действии, а значит, и о физическом поведении героя. Естественно, что весь этот сложный комплекс, выражающийся в едином психологическом процессе, невозможен без полноценного внимания.

Именно поэтому внимание оказывается одним из существенных признаков творческой одаренности актера. При этом, по замечанию К. С. Станиславского, внимание актера по своему профессиональному признаку должно быть многоплоскостным, т.е. распределенным. А так как всякий человек в каждый данный момент времени может быть подлинно внимательным только по отношению к одному объекту (поскольку человек действует как «одноканальная система информации»), то актер должен обладать способностью мгновенного переключения внимания с одного объекта на другой.

Применительно к профессии актера от внимания требуется такая степень совершенства, которая позволит создать необходимую скорость, легкость и непринужденность самого процесса переключения внимания. Этот процесс должен быть незаметен для самого актера. При таком качестве многоплоскостного внимания актер получает возможность непроизвольно, а в нужных случаях и произвольно, сосредоточиваться на том объекте, который в данный момент действия ему всего важнее, оставляя под контролем также и другие объекты. Так, оперный певец, контролируя одновременно четыре объекта, последовательно сосредоточивается то на одном, то на другом, а именно: на пении (когда надо взять трудную ноту), на дирижере (когда впереди сложный ритмический кусок), на общении с партнером, на перемещении в сценическом пространстве.. Таким же многоплоскостным должно быть внимание актеров и всех других жанров.

Однако, будучи многоплоскостным, внимание актера должно быть в то же время и целенаправленным, для того чтобы исполнение сценической задачи — действия было увлеченным, ибо только через действие лежит путь к органике жизни на, сцене и к появлению самого главного в творчестве актера — переживания. Это трудно, потому что на сцене артиста отвлекает от выполнения физических действий огромное количество факторов.

Один из сильных посторонних раздражителей — зрители. Есть только одна возможность забыть о зрителях, о своих заботах — надо перестать замечать все, что отвлекает, — то есть сконцентрировать внимание на физических действиях. «Однако сами физические действия нуждаются в сосредоточении внимания». \*

Качество внимания должно быть таким, чтобы оно увлекало актера на исполнение даже самого обычного бытового действия. Способность увлекаться выполнением физических действий, умение ощущать и контролировать их, руководить ими всегда позволяет отвлечься от всего постороннего, мешающего творческому процессу. Если актер будет подлинно внимателен к сценической задаче, он обязательно потеряет ощущение всего того, что не имеет отношения к сценической действительности. Так возникает возможность действовать в «малом круге внимания» — основе органичного существования в обстоятельствах роли.

Действия, выполняемые в «малом круге внимания», заставляют актера очень сильно сосредоточиться, что важно для последующего расширения этого круга, для осуществления более широких задач сценической жизни: верного отношения к партнеру, общения с ним, словесного действия и т. п. Действуя в «малом круге», актер сосредоточенно подбирает нужные дробные действия. Такое исполнение дробных действий дает актеру возможность не только изменять их.

1 П. В. С и м о и о в. Метод К. б. Станиславского и физиология эмоций. М., Изл-во АН СССР, 1962, стр. 91.

но и активно руководить ими, для того чтобы физическое действие

было правильным. Через процесс сознательного построения дробных действий, осуществляющих физические действия в репетициях, актер идет к подсознательному исполнению их в спектакле. Естественно, что целенаправленное внимание в этом случае — фактор решающий, необходимый не только для выполнения дробных действий, но и движений, и умения эти движения корректировать. Однако обстоятельства действия требуют от актера еще и целенаправленного передвижения в сценическом пространстве. Так поневоле расширяется круг внимания. Действие в спектакле ограничено пространством сцены, актеру важно уметь оценивать особенности этого пространства применительно к поведению своего героя. Актер должен уметь находить свое место на сцене, уметь логически «ерно передвигаться в сценическом пространстве. Способность к быстрому и точному ориентированию, размещению и группированию в сценическом пространстве можно назвать «чувством мизансцены». Но чувство мизансцены — это не просто способность к размещению в сценическом пространстве, заполнению свободного места в нем, но (и это главное) свободное и непринужденное общение с партнером или коллективом. Это общение требует совершенно

определенного места в сценическом пространстве, а поскольку партнеры взаимодействуют, то и этот процесс также требует целенаправленного внимания.

Станиславский мечтал о верном логическом размещении на сцене группы актеров — импровизационно и самостоятельно, но в полном соответствии с логикой действия. Естественно, что достижение подобной импровизационности в игре невозможно без внимания к себе, х пространству и к партнеру.

Внимание к партнерам должно давать самое главное в процессе общения — оценку всего того, что актер услышал и увидел. Если

оценки (восприятия) нет, то не будет и органического действия, не будет верных движений, создающих физическое поведение в роли, а следовательно, не придут и переживания.

Такова значимость внимания в творчестве актера.

Память

 \*

В основе памяти актера лежит преднамеренное запоминание, а оно возможно при соответствующем волевом посыле, имеет целенаправленный характер. Актеру необходимо иметь хорошую и разностороннюю память. Все основные виды памяти — наглядно-образная, словесно-логическая, эмоциональная и двигательная необходимы актеру для заучивания, запоминания материала пьесы в зрительных, слуховых и осязательных представлениях. Актер должен обладать способностью запоминания мыслей, выраженных словами, т.е. смысловой памятью.

Память актера должна хранить ощущения тех эмоциональных состояний, которые были в прошлом. Наконец, память актера должна сохранять мышечно-двигательные образы заученных движений. Двигательная память, имеющая решающее значение при трудовых процессах, связанных с движением, является необходимой и при запоминании физических действий в роли. Этот вид памяти создает у человека мышечно-двигательные представления о форме движений, т.е. об их направлении, размере, скорости, последовательности, ритме, характере и пр. признаках. '

В искусстве театра представления эмоциональные окраски всех движений и эмоциональные жесты, возникшие в репетициях и закрепленные актером, позволяют ему безошибочно пользоваться этими окрасками и жестами при последующих исполнениях роли. В искусстве театра переживания функции памяти иные. Разносторонняя память актера этого театра создает только базу для рождения чувства на каждом спектакле. Эта база заключается в том, что актер должен возможно скорее превратить выполнение движений, осуществляющих физическое поведение в роли, в полуавтоматизм. Достигается это неоднократным повторением их в репетиционном процессе. Возникающая таким образом логическая схема физического поведения и представляет собою ту основу, на которой в соответствии с темпо-ритмом спектакля появляются те или иные чувства и эмоции. Чем быстрее актер запомнит схему поведения, тем быстрее он освободит свое внимание для органического действия в роли, а это, в свою очередь, будет способствовать быстрейшему появлению эмоций и чувств. Так, во время фехтовальной сцены невозможно играть отношение к партнеру и переживать бой, если в этот момент актер должен думать о технике приемов и их последовательности. Техника и последовательность приемов боя, т.е. схема физического действия, должны выполняться полумеханически.

Значение двигательной памяти в том, что она освобождает внимание актера в момент исполнения роли для основных и более значительных задач творчества. К. С. Станиславский так характеризовал высвобождающую роль двигательной памяти: «Теперь подумайте, какое количество забот взваливается на артиста в момент его сценического творчества и публичного выступления... все время думать обо всех душевных элементах самочувствия: о внимании, воображении, о чувстве правды и веры... одновременно с этим он должен следить за своим телом... А сколько внимания берет регулирование дыхания... А произнесение словесного текста, который требует дослоеной передачи, и т. д. Сложите вместе все эти заботы артиста, Г и вы поймете, что ему необходимо разгружать внимание, чтобы оно поглощалось не мелкими делами и могло быть целиком отдано главной мысли произведения, основной цели творчества и создания

1 См. главу «Целенаправленные физические действия».

спектакля. Что было бы, если бы им пришлось думать во время публичного выступления о каждом движении мускула и производить их сознательно?»1

Освободить актера для творческой деятельности на сцене может только отличная память всех видов, и в частности двигательная. Физическое поведение в роли следует превращать в полуавтоматизм, как только появится полная уверенность в том, что найденная схема поведения — правильна. Эту схему надо закрепить настолько, чтобы она стала как бы второй натурой актера, которая заставляет его верно действовать в роли.

Известно, что в репетиционном периоде и при исполнении роли схема действия обрастает различными многочисленными деталями и всегда новыми эмоциями и чувствами. С этого момента проявляется своеобразное взаимодействие внимания и памяти, а именно: поскольку невозможно все время думать о деталях физического поведения, К. С. Станиславский рекомендует: «Не лучше ли приучить самое внимание подсознательно автоматически постоянно производить проверку...»2 (правильного исполнения схемы поведения. — И. К.). Внимание и память актера должны самопроизвольни наблюдать и отмечать ошибки, как только тело выполнит неверные, с точки зрения логики, движения.

Превращение движений в органическую необходимость сценического действия возможно только с того момента, когда созданная цепь дробных действий стала полуавтоматизмом, сопутствующим исполнению данной роли, стала ее необходимостью. В этом значимость двигательной памяти в профессии актера.

Контроль

Автоматизированное исполнение движений, осуществляющих физическое поведение, требует постоянного контроля за их правильностью. Автоматическая привычка (подсознательное проявление внимания и памяти) должна не только беспрерывно контролировать, но и направлять выполняемые движения.

Контроль над тем, что совершается на сцене, позволяет актеру понимать происходящее и реагировать на него, верно направляя осознанные (произвольные) действия; он помогает рождению новых, живых, непроизвольных поступков, совершаемых оттренированным инструментом — организмом актера, и это позволяет творить сценическую жизнь каждый раз как бы заново.

Подготовленность внимания и памяти актера можно считать достаточной лишь тогда, когда деятельность подсознательного «кон-

1 К. С. Ста и и ел а в с к и Я. Собр. соч., т. 3, стр. 427—428. (Курсив мой. — И, К.)

 \* Там же. (Курсив мой. — И. К.)

тролера» сольется с процессом физических действий, когда «контролер» начнет предупреждать от ошибок при выполнении всех движений, составляющих физическое поведение актера в роли.

Глава четвертая СИЛА

Движения тела выполняются благодаря сокращению мышц. В бытовой деятельности людям сравнительно редко приходится выполнять физические действия, требующие очень большой физической силы. Актер в спектаклях делает в основном движения, типичные для бытовых действий, поэтому ему нужна обычная, нормальная сила, которой обладают люди с полноценным здоровьем. Для мужчин нормальной силой принято считать такую, которая позволяет им поднять и пронести вес, равный весу собственного тела, т.е. примерно в 60—70 килограммов. Для женщин это примерно половина такого веса.

В спектаклях нет действий, требующих приложения большой силы. На сцене тяжелые предметы заменяются бутафорскими, небольшого веса. Когда на сцене актер несет «тяжелую» вещь, то впечатление, что он применяет большую силу, достигается с помощью специальной техники, в основе которой лежит не столько сила, сколько ловкость.

Актер, не обладающий нормальной силой, на сцене часто не справляется с поставленными перед ним физическими задачами. Когда нет нормальной силы, невозможно быть на сцене достаточно физически активным — и не только в специальном трюковом куске, но и в роли вообще, несмотря на активное внутреннее действие. Волевому посылу не на что опереться, потому что слабый физический аппарат не позволяет совершить желаемое.

Как правило, подобный недостаток типичен для молодых актеров высокого роста со слабо развитой мускулатурой. Им явно не хватает нормальной силы, так как длинные конечности (большие рычаги) требуют больших усилий, особенно в скоростных действиях. Слабосильный актер на сцене часто выглядит несобранным и даже расхлябанным.

Нормальная сила должна позволить актеру выполнить самые разнообразные бытовые действия и сценические трюки. К ним относятся приемы борьбы без оружия и фехтование, танцы и переноски тела партнера, различные прыжки, необходимость быстро перемещаться из одного места в другое и пр.:' Такой трюк, как подъем тела с земли и переноска его, может быт \* | убедительно сыгран, если у актера хватит на это силы, а актриса — I выполнит соответствующие приемы, которые помогут несущему. |Эти приемы обязательно потребуют применения больших усилий.

; Однако при излишнем развитии мышц актер не может исполнять небольшие, точные и тонкие движения, необходимые для передачи различных нюансов человеческих чувств.

Известно, что чем толще мышца, тем больше ее естественное напряжение. Для исполнения небольших и тонких движений нужна мелкая мускулатура; большие мышцы в этом случае являются своеобразным балластом. Человек с чересчур развитой мускулатурой действует, главным образом, грузно и медлительно, а когда начинает торопиться, то выглядит неуклюже. Эти признаки непроизвольно создают на сцене отрицательные пластические характеристики.

. Группа движений легких, округлых, бесшумных и как результат этого изящных и грациозных мало доступна для людей с гипертрофированной мускулатурой, и исключение в этом плане — большая -редкость. Человеку с большой мускулатурой трудно выполнять движение одной кистью, пальцем, поворотом шеи. Эти недостатки ограничивают физические выразительные средства актера. Наконец, излишне развитая- мускулатура мешает не только эстетичности движений, но и портит внешний вид актера.

, Следует учитывать, вместе с тем, что сила, связанная с развитием нормальной и рельефной мускулатуры, способствует появлению у актера возможности быть «скульптурным» в поведении на сцене.1

Глава пятая СКОРОСТЬ

Скорость определяется тем отрезком времени, за который было выполнено движение или действие. Скорость движения людей разнообразна. Она зависит от различных обстоятельств и условий. Например, человек в рыцарских доспехах в бытовых обстоятельствах передвигался медленно, но в бою он действовал с предельной скоростью. Человек в костюме XVI столетия обычно передвигался относительно быстро, но, танцуя ритуальный, торжественный танец «Паванну», должен был делать танцевальные па очень медленно.

По логике жизни одни действия располагают большим диапазон ном скоростей, другие — меньшим. Например, бежать можно быстро и медленно, то есть «ложно регулировать скорость бега, но прыгать можно только в скорости, соответствующей длине и высоте

прыжка.

В быту люди действуют в относительно средних скоростях, но эти скорости все же неоднородны, они меняются в зависимости от обстоятельств. В скорости, т.е. в темпе жизни отражаются национальные признаки, историческая эпоха, социальная принадлежность

» См. главу «Скульптурность в сценическом дейсгвии».

и личные особенности, т.е. свойства организма человека, главным образом его нервной системы.

Попадая в страну, город, местность с более высоким или заниженным темпом жизни, люди постепенно к нему привыкают и подчиняются ему, причем под влиянием этой среды постепенно меняются свойства их организма. Так возникают новые стойкие особенности их нервной системы. Естественно, что различные события и другие причины, чем-либо важные для людей, изменяют темп их поведения.

Темп жизни общества в наше время значительно выше, чем в более ранние периоды истории.

Когда в быту говорят о скором движении, то подразумевают, что человек что-то быстро сделал. Такое понимание скорости в дальнейшем будет называться быстротой, а медлительное исполнение движений — медлительностью. (Термины автора — И. К.).

Актеру на сцене приходится, в зависимости от обстоятельств, действовать в самых различных скоростях физического поведения. Однако на сцене могут быть иногда предельно медлительные движения, но не бывает движений предельно быстрых. Актеру, нашему современнику, легче выполнять движения в скорости, присущей современной жизни. Темпы излишне ускоренные или замедленные для него необычны и потому неудобны.

Но дело не только в актере. Темпы сценического действия должны отразить: а) темпы сценической действительности, б) свойства образа, в) своеобразный замысел режиссера, лежащий в основе нового решения спектакля.

Быстрота

Актер должен обладать нормальной человеческой быстротой. На сцене не совершается движений на предельно доступных человеку скоростях, как это бывает в спорте. Наоборот, излишняя быстрота на сцене в исполнении движений, а значит, и действий, невыразительна и потому трудно воспринимаема зрителями. На сцене правильно выполненный «удар ножом» относительно не быстрое действие. Оно состоит из следующих дробных действий: взяться за рукоять ножа, вытащить нож, замахнуться, ударить. Это сложное действие в жизни должно совершаться предельно быстро, потому что при замедленной скорости будет меньше пробойная сила, и тот, кого бьют, успеет защититься. В жизни нападение с ножом совершается в состоянии, граничащем с аффектом, 1 и поэтому возникают повышенные скорости и сила движений. Если в жизни человек не успевает защититься от удара, главным образом потому, что не успевает его увидеть, то что же увидит зритель, если «бьющий» будет «действовать» в жизненной скорости? Зритель, не успевший заметить нож в руке, замах и удар, даже если и уви- серию каких-то движений, не поймет, что произошло, и потому

удивится, что один из актеров упал. Значит, на сцене надо действовать не с предельной скоростью, а в расчете на то, чтобы зритель успевал не только увидеть, но и понять содержание действия.

Таким образом, «быстрота» на сцене должна быть не предельной скоростью, а некоей своеобразно заниженной и точно рассчитанной, подчиненной законам видения зрителя. Возможность увидеть быстро выполненное зависит от своеобразной способности человеческого зрения.

Что же это за способность в переводе на язык цифр? В старом кинематографе скорость смены кадров равнялась 16 в секунду; каждый кадрик стоял на экране только 1/1в долю секунды и при этом зритель видел слитное движение. Из этого следует, что скорость каждого движения на сцене не должна превышать \*/1в доли секунды. Практика показала, что отдаленность актера от зрителя, свет, декорации и прочие компоненты спектакля очень понижают допустимую на сцене скорость движений, и она не должна быть выше 1/8—1/ц, доли секунды. Не предельные скорости нужны актеру, а правильное ощущение допустимой быстроты в исполнении того или иного действия, жеста. На сцене допустимы скорости, при которых зритель все увидит и поймет, но при этом ему должно казаться, что действие происходит так же быстро, как в жизни. Чем меньше движение по размеру, тем медленнее его нужно исполнять, т. к. маленькие по размеру движения (одной кистью, пальцем) вообще слабо привлекают внимание зрителя, а если их делать еще и быстро, то они останутся совершенно не замеченными.

Медлительность

Даже в современной пьесе медлительность движений встречается на сцене значительно чаще, чем быстрота. В замедленном физическом поведении проживаются на сцене значительно большие куски сценического времени, чем в скоростном поведении.

Театральная и кинематографическая практика показывает, что актер должен уметь разнообразно пользоваться медлительностью движений; он должен уметь:

а) передвигаться в пространстве очень медленно, непрерывно выполняя при этом различные бытовые действия;

б) постепенно сбавляя скорость, останавливаться; останавливаться мгновенно; стоять совершенно неподвижно;

в) начинать двигаться очень постепенно;

г) изменять медленные скорости передвижений.

Все эти разновидности в исполнении медленных движений и действий актер должен уметь выполнять с различной скоростью — от средней до граничащей с почти полной неподвижностью.

Актер должен уметь выполнять медленные движения не только в передвижениях по сценическому пространству, но и в движениях на месте, не только всем телом, но и его отдельными частями.

Медлительность — весьма выразительное средство, она может характеризовать в зависимости от конкретности исполнения такое состояние, как настороженность, боязнь, лень, бездеятельность, болезненность, важность, торжественность, раздумье и пр.

Поскольку темп поведения во многом определяется не только внешними условиями, но, главным образом, психическими состояниями человека, более детальный анализ значимости темпа в драматическом искусстве, применительно к движению, а значит и физическому действию, дается в главе «Темпо-ритм физического действия».

Глава шестая выносливость

Обычно под выносливостью подразумевается способность человека работать длительное время, непрерывно или с незначительными перерывами.

Естественно, что чем тяжелее работа, тем короче время, в течение которого ее можно выполнять без перерыва, и тем выносливее должен быть человек, занимающийся ею.

Выносливость, необходимая для исполнения роли в спектакле, носит совершенно иной характер. Даже такая роль, как роль Гамлета, заставляет актера быть на сцене всего в течение 90—100 минут. Это почти в четыре раза меньше, чем обычный рабочий день. Казалось бы, такая работа, разбитая на отдельные отрезки времени, к тому же короткие, не предъявляет больших требований к выносливости актера. Однако, приходилось видеть, как актер, хорошо игравший Гамлета на генеральной репетиции в первых трех актах, в четвертом и пятом только передвигался по сцене и проговаривал текст роли. Он так устал в первых трех актах, что в следующих у него не было сил для полноценного исполнения роли. Начиная с четвертого-пятого спектакля этот же актер играл все пять актов в полную силу, очень хорошо, особенно в финале спектакля, требующем, как известно, огромного душевного и физического напряжения.

Игра на сцене предъявляет повышенные требования к нервной системе актера, и в этом смысле у него должна быть огромная выносливость. Запас нервных сил ограничивает актера в возможности быть по-настоящему активным на протяжении всей роли.

Актер должен уметь распределить запас нервных сил на всю роль; их должно хватать на весь спектакль и особенно — на кульминационные куски роли. Есть пьесы, в которых имеется несколько Кульминаций, и на каждую из них следует затрачивать не меньшее Количество энергии, чем на предыдущую, чтобы спектакль не по — шел на снижение.

Физическая выносливость нужна актеру не только для выполнения движений, но и для речи, а в музыкальном театре — для пения.

Когда актер устал, то он не может достаточно активно действовать и голос его звучит хуже.

В искусстве кинематографа физическая выносливость иногда играет решающую роль на съемке, так как всегда снимаются несколько, подчас довольно много дублей, часто при плохой погоде, в течение семичасовой смены и в трудном костюме.

Выносливость появляется у актера вместе с опытом и не может быть вполне подготовлена в учебном заведении.

Только в длительной практике актер постепенно приобретает нужную выносливость как перспективу развития всей роли, т.е. разумное распределение сил по спектаклю (К. С. Станиславский), что дает телу возможность продуктивно действовать, сохраняя силы для ударных кусков своей роли.

Глава седьмая ловкость

Актеру в творческой жизни приходится выполнять разнообразные физические действия. Все их предугадать нельзя, а потому нельзя выучить, оттренировать заранее. Но аппарат воплощения должен быть так настроен, чтобы он был в состоянии выполнить любое физическое действие.

Репертуар театров крайне разнообразен: от античной трагедии до водевиля и сказки. Современный актер — актер синтетического искусства, в его творчестве физическое и словесное действия равноценны и тесно переплетаются. Современная пьеса, написанная лаконичным языком, свойственным нынешнему образу жизни, требует от актера тончайших речевых интонаций и точнейших, экономичных, т.е. лаконичных движений, позволяющих донести до зрителя весь подтекст пьесы, ее второй план. Современная манера игры тем и характерна, что актеру приходится донести до зрителя все то, что сказано между строк. А это может выполнить только высокоподготовленный в смысле культуры сценической речи и сценического движения актерский организм. Поэтому современный актер должен значительно лучше владеть техникой сценического движения, нежели актер, игравший в XIX веке и в более раннее время.

Все, начиная с осанки, походки, манер, казалось бы, простейших бытовых движений и действий, предъявляет к современному актеру огромные и самые различные требования, ибо только через эти действия может быть донесено до зрителя все разнообразие пластических характеристик.

Современный актер играет в необычайно разнообразном репертуаре, от античности до современной пьесы, в самых разных жанрах. Требования к разнообразию в физическом поведении огромны. Вообразите, что нужно играть хромого и не на протезе, а на старинной клюке, в этой неудобной походке придется действовать весь спектакль; или долгое время нужно сидеть по-японски, подогнув колени, или по-турецки — скрестив ноги и т. п.

Ношение исторических костюмов, правильное пользование принадлежностями к ним, манеры, связанные с этикетом и стилевым поведением, — все это трудности в движении на сцене. Следует отметить, что даже такие привычные действия, как ходьба, бег, прыжки, требуют специальной тренировки.

Поверхность сцены со станком, лестницами и т. п. на ней — всегда своеобразный звучный «барабан». А для зрителя это «каменная лестница», «мостовая» или «земля». Деревянный стук, возникающий от неловкого, «топающего» передвижения по такой поверхности, сразу же уничтожает эффект, который создает декорация спектакля. Бесшумное передвижение по сцене требует определенной техники, а она доступна только ловкому человеку. Исполнение сцен драк, в которых нет никаких драк, а есть только их видимость,— тоже доступно только ловкому актеру.

Что же такое ловкость? Человек от природы наделен свойством приспосабливать свое поведение к обстоятельствам жизни. Изменяются обстоятельства — изменяются и действия человека. Например: идут, разговаривая, двое, они не думают о ходьбе, но как только перед их глазами появляется лужа, т. е. «препятствие», они через нее перешагивают. Мозг отреагировал на «препятствие» и дал команду обойти его. На этом и основывается качество ловкость, которое обеспечивает человеку возможность правильно и вовремя делать нужные движения.

Необходимость совершать на сцене главным образом бытовые действия требует ловкости, с помощью которой люди действуют в быту, а не на производстве или в спорте. Ловкость людей на производстве, в военной деятельности и в спорте достигает огромного совершенства, но она, в каждом случае, дает возможность выполнить специальные действия, свойственные этим профессиям. Действия эти мало применимы в быту, и потому они почти не оказывают влияния на развитие ловкости актера.

Ловкость актера можно характеризовать как способность быстро и точно выполнить целесообразные движения, осуществляющие нужюе физическое действие на основе верной оценки сценической си-туации.

Ловкость позволяет актеру выражать в физическом поведении Йа сцене то, что найдено путем проникновения в мысли и, главным |бразом, в предполагаемые эмоции героя. Актер должен быть подготовлен так, чтобы иметь возможность не только хотеть, но и мочь выполнять задуманное и почувствованное. Внимание и воля

мобилизуют психику на выполнение нужных действий, но осуществление их в движениях тела требует от актера подготовленного в смысле ловкости физического аппарата. У ловкого человека должно быть гибкое и подвижное тело, высокоразвитая координация движений и большая быстрота реакции. Не требует доказательств, что быстрое, бесшумное передвижение на сцене зависит, в первую очередь, от гибкости и подвижности тела. С возрастом гибкость и подвижность понижаются, но у актеров в этом случае возникают, в результате сценического опыта, индивидуальные приспособления, позволяющие им скрывать те или иные недостатки; кроме того, актеры должны заботиться о своем здоровье и поддерживать движенческую форму, занимаясь физическими упражнениями в течение всей профессиональной деятельности.

Под гибкостью подразумевается способность к максимальному изменению положения одной части тела по отношению к другой.

Под подвижностью подразумевается способность актера к легкому, когда надо, быстрому и, что очень важно для него, бесшумному передвижению по сцене. Общая подвижность тела зависит от степени гибкости!

Если человек недостаточно гибок и подвижен, это мешает ему быть точным в движениях и затрудняет их координацию.

Координация есть способность логически и последовательно осуществлять движения, необходимые для выполнения физических действий. Эти движения должны выполняться не только в правильной последовательности, но и с необходимой скоростью и амплитудой, а значит, и с верным мышечным усилием. Например: для того, чтобы равномерно пройти 6 метров за 12 секунд, человек должен координировать размеры шагов с определенной скоростью их выполнения. При ином времени и расстоянии скорость движения изменяется, и в зависимости от нее изменяется амплитуда шагов. Это проявление координации в простом бытовом движении. Естественно, что в более сложных действиях координирование движений усложняется.

Привычные действия человек координирует подсознательно, автоматически. Если подсознание не выручает и верный подбор движений автоматически не совершается, человек исполняет то же самое, но уже сознательно.

Для того чтобы действие стало фактом физического поведения человека, он должен сделать целый комплекс движений, при помощи которых это действие может быть выполнено.

В жизни этот процесс только на протяжении суток совершается человеком тысячи раз и при этом в течение долгих лет. Каждый, совершенствуясь в конкретной деятельности, в конце концов накапливает такой опыт, что координация движений никакой трудности не представляет и выполняется по существу подсознательно. Лишь в тех случаях, когда человек попадает в совершенно непривычную для себя обстановку, координация движений становится для него

трудной и совершать ее он может лишь под постоянным контролем сознания. Однако в связи с тем, что в абсолютно непривычную обстановку в повседневной жизни человек попадает исключительно редко, воспитание повышенной координации движений для бытовой практики, как правило, не нужно.

В работе актера мы сталкиваемся с тем, что, создавая новый образ, актер каждый раз должен как бы подбирать движения, приспосабливаясь к совершенно новым обстоятельствам. Сегодня — это феодальная Испания, завтра — Россия XIX века, а послезавтра — строительство современной гидроэлектростанции. Высокая координация нужна для того, чтобы актер мог создавать новые действия, выполняя новые комбинации движений; этот процесс у актера совершается благодаря сознательному управлению телом. К. С. Станиславский указывал, что «только через внутреннее ощущение движения можно научиться понимать и чувствовать его». 1

Однако координация движений — еще не действие и не проявление ловкости. Она только — его составная часть. Физическое действие будет по-настоящему продуктивным лишь в том случае, если движения будут выполнены своевременно, а это зависит от быстроты реакции.

Быстрота реакции проявляется тогда, когда человеку приходится действовать в меняющихся обстоятельствах жизни. Бытовой пример таких обстоятельств — передвижение по тротуарам, когда на них много народу. Умение идти так, чтобы не задевать, не толкать прохожих, есть проявление ловкости человека.

Быстрота реакции, есть, во-первых, мгновенная оценка изменений, происходящих в данный момент, во-вторых, незамедлительный выбор нужного решения и, в-третьих, немедленное осуществление этого решения в действии.

Понятно, что главным будет осуществление решения, но прежде нужно оценить ситуацию и сообразить, как поступать дальше. Порой бывает и в жизни: здоровый, сильный человек в обстоятельствах, когда необходимо немедленно действовать, теряется и остается совершенно пассивным. Сами по себе сила, подвижность, гибкость, скорость и даже высокая координация, но без быстроты реагирования, еще не создают нужного действия, и в этом случае человек по существу оказывается неловким, потому что опаздывает с нужными движениями. Однако быстрое реагирование при плохой координации также не создает верных действий.

Естественно, что актер должен своевременно реагировать на действия своих партнеров, а действия эти, как будет показано в главе «темпо-ритмл, не могут быть одинаковыми.

Если актер может осмыслить все то, что задано ему автором и режиссером, если он ловок, то на основе действенного анализа

1 К. С. Станиславский. Собр. соч., г. 3, стр. 42. (Курсив ной. — "- ^С.)

в предлагаемых обстоятельствах легко создает телом схему своего физического поведения в роли, которую постепенно уточняет — корректирует, превращая в схему физических действий, а затем, и что главное,— почти сразу свободно и верно в ней действует, каждый раз конкретно приспосабливая ее ко всем тончайшим изменениям в репетиции или спектакле.

Как особо важный фактор должны быть отмечены явления инерции тела, развивающиеся при любых движениях, особенно больших по размеру и быстрых по скорости исполнения. Именно благодаря ловкости одни инерции создаются, а другие, когда это необходимо, уничтожаются.

В театральной терминологии, когда хотят сказать о хорошем владении телом, образно говорят об умелом управлении центром тяжести тела, подразумевая при этом необходимость умело управлять инерциями своего тела. На самом деле, человеку и актеру важно уметь управлять именно инерциями, поскольку они легко ощутимы, их всегда можно контролировать, а значит, соответствующим образом изменять и управлять ими, в то время как центр тяжести тела у движущегося человека беспрерывно перемещается; человек сам никогда не ощущает местонахождения своего центра тяжести, а кроме того, в некоторых положениях и движениях центр тяжести тела может быть за его пределами. Центр тяжести тела — величина чисто математическая, и нет упражнений, которые вырабатывали бы умение им управлять. Есть упражнения в равновесиях, которые при выполнении на уменьшенной опоре действительно создают навыки уверенного равновесия тела, но они не обучают управлению центром тяжести тела, а совершенствуют деятельность вестибулярного аппарата.

В жизни люди не выполняют на ограниченном пространстве предельно быстрых движений. Скорость таких движений, как бы ни торопился человек, всегда подсознательно ограничивается размерами пространства. Однако в условиях сцены актеру иногда приходится передвигаться значительно быстрее, чем это могло бы быть в жизни. Для сценического героя коробка сцены не есть ограничение; в его представлении это пространство иногда продолжается и за кулисами. Умение выполнять на ограниченном пространстве скоростные движения так, как будто это пространство не ограничено, также является признаком ловкости актера.

Актер должен уметь управлять развивающимися инерциями своего тела; он должен уметь создавать и уничтожать их постепенно и сразу, в зависимости от физической задачи. Это качество особенно необходимо для работы в кино или на телевидении, где часто приходится играть один и тот же кусок действия на уменьшающемся пространстве. Так бывает при переходе с общих планов на крупные. Чем ближе камера к актеру, тем меньшее пространство в его распоряжении, т. к. большое движение может вывести его за пределы кадра. Иногда движение нужно выполнить с точностью до 5 сантиметров. И при всем том играть надо правдиво, так как объектив, приближенный к актеру, сразу обнаруживает малейшую неискренность в игре.

Инерции развиваются не только при передвижении тела, но и тогда, когда приходится действовать какой-нибудь частью тела и даже частью одной конечности.

Чувство пространства развивается как результат оценки сценических обстоятельств, а также оценки размеров и конструкции сцены. Этот процесс должен происходить непроизвольно; он создает органичное размещение, передвижение и действие в том случае, если выполняется в полном соответствии с логикой сценической жизни; но при этом нельзя забывать о станке, декорациях, свете, костюме и пр.

Справиться с этими трудными задачами актеру помогает высокий уровень ловкости — такого психофизического качества, которое в сочетании с верным внутренним решением сценического эпизода создает верный темпо-ритм физических действий в роли.

Глава восьмая ТЕМПО-РИТМ ФИЗИЧЕСКОГО ДЕЙСТВИЯ

Ритм внутренней жизни представляется как беспрерывное изменение энергии, обеспечивающей интенсивность деятельности сознания человека.

Эти изменения обуславливаются взаимосвязью и взаимодействием между мышлением и эмоциями, возникающими в психике человека под воздействием окружающих обстоятельств и деятельности самого организма.

Деятельность сознания (мысли и эмоции) может достигать различной степени интенсивности, от предельных напряжений до полного спада. Вне зависимости от степени напряжения эта деятельность: может быть либо никак не выражена внешне (когда она проходит Только в мозгу человека — так называемое внутреннее действие), яибо может быть выражена в речи человека (словесное действие), 'Либо в непроизвольной микромимике и в определенных осознанных;Я непроизвольных физических действиях.

Ритм внутренней жизни человека обуславливает интенсивность 4-йчэ внешних действий. Интенсивность психической и физической жизни в искусстве театра принято называть темпо-ритмом. Поня-ЯИе темпо-ритма введено К. С. Станиславским. Он выдвинул этот §ермин как понятие, в первую очередь, определяющее напряжениость (энергию) внутренней, психической, эмоциональной жизни |(Ктера в роли. «У каждой человеческой страсти, состояния, пере-ррвания свой темпо-ритм. Каждый характерный внутренний или ргешний образ... имеет свой темпо-ритм. Словом, каждую минуту

существования внутри нас и вне нас живет тот или иной темпо-ритм». \* Во всем многообразии проблем драматического искусства учение о темпо-ритме едва ли не самое сложное.

Поскольку основным назначением теоретических рассуждений по вопросам пластической культуры актера является выяснение закономерностей, определяющих органику физических действий актера на сцене, необходимо, в первую очередь, проанализировать понятия «ритм», «темп», «темпо-ритм», а затем нужно определить, при каких профессиональных данных актера возможно правильное взаимодействие между ритмом и темпом в сценическом движении. Этот анализ помогает раскрыть сущность и значимость явлений темпо-ритма применительно к движению на сцене, а также определит задачи педагогического процесса.

Как показал К. С. Станиславский, органика физического поведения актера в роли зависит от правильного темпо-ритма внутренней жизни актера, диктующего верный темпо-ритм внешнего поведения. Правильный темпо-ритм физического действия важен потому, что он создает правильное самочувствие у актера, и поэтому ему верит зритель.

Для облегчения анализа понятий «ритм физического действия», «темп физического действия», «темпо-ритм физического действия» автор предлагает разбор этих понятий на примере простого трудового процесса, сознательно отбросив его зависимость от внутреннего темпо-ритма. Это упрощение позволит легче понять внешние признаки темпо-ритма физического действия.

Если отвлечься от воздействия внутреннего темпо-ритма жизни на внешний, то этот последний будет определяться только физическими признаками выполняемых движений, а именно: размером, скоростью, характером и мышечным усилием. Это дает возможность яснее понять взаимосвязь и взаимодействие между перечисленными физическими признаками, а затем и их роль в определении темпо-ритма физического действия.

Если отбросить воздействие внутреннего темпо-ритма на внешний, то ритм движений человека представляется как организация движений во времени и пространстве. Зависимость движений от времени и пространства можно легко понять на следующем примере.

Рабочему предложено засыпать яму песком. Расстояние от ямы до кучи песка полтора метра. Взмах и втыкание лопаты в песок, поднимание лопаты с песком, небольшой замах перед броском и, наконец, бросок песка в яму — вот логическая цепь дробных действий, или «рабочий цикл». Каждое звено этого цикла требует определенного по величине движения (это фактор пространственный), а кроме того, исполнение каждого звена требует определенного времени (это фактор временной). Отрезки времени, затрачиваемые на каждое дробное действие (звено), различны по величине; они

1 К. С. Станиславский. Собо. соч.. т. 3. стр. 152—153.

зависят от задачи, которую выполняет каждое из действий. Так, взмах и втыкание лопаты в песок требует небольшого времени, поднимание лопаты и замах значительно большего, а бросок — действие скоростное — на него времени тратится меньше всего. Взаимосвязь между размерами движений и количеством времени, уходящим на их исполнение, есть ритм этого рабочего цикла; его можно изобразить нотными знаками. Но этот цикл может быть выполнен за различное время. Например, его можно сделать и за 5 и за 10 секунд, а если торопиться, то и за 3. От времени, затрачиваемого на выполнение каждого цикла, будет зависеть общая скорость, т.е. темп этой работы.

Логическая цепь дробных действий (цикл), посредством которой выполняется указанная работа, может быть названа схемой трудового процесса или схемой физического действия.

В схеме никогда не меняется последовательность дробных действий, но в зависимости от обстоятельств жизни, влияющих на внутренний темпо-ритм работающего, могут (как уже показано) несколько меняться как размеры движений (амплитуды), так и время (темп), затрачиваемое на их исполнение.

Предположим, что рабочий легко выполняет задание в течение 30 минут, ну а при необходимости он сможет выполнить его за 25 и даже за 20 минут. В этом случае будет увеличена скорость (темп), с которой исполняются движения.

Таким образом, скорость, с которой исполняется каждое движение и каждое физическое действие, т.е. темп, также является постоянно действующим фактором движения. Так, в каждом физическом действии оказываются логически связанными его ритм и темп выполнения. Эту логическую взаимосвязь К. С. Станиславский и называл термином темпо-ритм.

Если в простом действии точно регламентировать пространство и время, то темп движений почти всегда будет им соответствовать. Например, человеку надо пройти, двигаясь равномерно, за 10 минут полкилометра. Скорость ходьбы будет явно небольшой. Но если надо будет пройти за то же время один километр, то средняя скорость возрастет в два раза. На изменение скорости в этом примере повлияла длина пути, т.е. установленное пространство.

Если человеку предложили равномерно пройти один километр за 20 минут, он пойдет явно медленно, а если за 10, то скорость возрастет в два раза. В этом случае на увеличение скорости ходьбы повлияло установленное время.

Увеличение скорости в выполнении действия обязательно потребует увеличения мышечных усилий. В приведенном выше примере увеличение скорости ходьбы зависит от увеличения частоты шагов и их амплитуды. Понятно, что оба эти обстоятельства потребуют увеличения мышечной силы. Так в понятие темпо-ритм действия входит еще один признак движения — мышечное усилие, с которым это действие выполняется. Возникает логическая связь

между установленным временем и ограниченным пространством, в котором исполняется действие, со скоростями, амплитудами и мышечными усилиями в тех движениях, которыми это действие осуществляется.

От темпа зависят размеры движений и степень мышечных усилий, кроме тех случаев, когда размеры движений или затрачиваемая сила являются главными условиями в логике поведения человека. (Например, надо вдеть нитку в иголку или вынуть соринку из глаза). В этих случаях движения человека всегда очень малы по размеру, и он выполняет их с минимальными мышечными усилиями. Усилие и скорость в этом примере подчинены только размерам движений. Во втором случае надо быть очень осторожным, и потому размер движений станет еще меньше. А если надо проткнуть толстую кожу шилом, то это движение будет сильным, но малым по размеру и не быстрым. Скорость при выполнении этого действия никакой роли не играет.

Характеризуя понятие темп применительно к движению человека, его нельзя рассматривать только как скорость. Темп несет в себе ешр и определенный характер движений. Он может быть плавным, скачкообразным, убыстряющимся и замедляющимся, прерывистым или непрерывным и т. п. Темпы движений человека крайне разнообразны и очень сложны. Это обстоятельство важнейшее.

Среди признаков движений темп является признаком ведущим, так как именно темп действия чаще всего характеризует состояние психики человека. Все наши действия и поступки осуществляются в определенном темпе. Скорость почти всегда передает и внутреннее состояние людей: на похоронах идут медленно, зато никто и никогда не видел медленной драки. Именно потому, что внешнее проявление темпа подчинено логике жизни и выражает эмоции человека, скорость на сцене является основным средством выразительности.

Кроме того, актеру необходимо находить ц передавать в темпах движений исторические, национальные и социальные признаки своего героя. Наконец, выполнение верного и соответствующего действию темпа возбуждает в актере ранее пережитое в этом сценическом куске эмоциональное состояние, т.е. помогает возникновению у него нужного самочувствия. Таково значение верного темпа в физическом действии.

Ритм любого физического действия не может существовать, как уже показано, без определенного темпа, но и темп тоже не может существовать сам по себе, вне действия или движения, т.е. вне ритма. Это понятия и признаки взаимосвязанные и взаимодействующие-

Темпо-ритм простейшего физического действия можно представить себе как исполнение определенных движений, осуществляющих заданное действие в ограниченном пространстве с установленной скоростью и в определенном времени. Однако в темпо-ритмах физического поведения людей не только возникают разные скорости,

разные амплитуды и мышечные напряжения, но темпо-ритм обязательно выражает степень активности психики человека.

Одна из специфических особенностей творчества актера состоит в том, что он должен не просто прожить жизнь своего героя, но прожить в ней самое главное и за очень ограниченный отрезок времени. Пульс этой жизни по сравнению с обычными условиями бьется быстрее, напряженнее, и потому актеру необходимо владеть очень высоким уровнем ритмичности. Каждая сценическая задача появляется в сознании актера как представление об определенном темпо-ритме действия и требует от него верного воспроизводства этого или противодействующего темпо-ритма в поведении на сцене.

Действие каждого из актеров в верном темпо-ритме сценической жизни — залог правильного общения и создания сценического ансамбля. Неверный темпо-ритм партнера выбивает актера из нужного сценического состояния, а это приводит к нарушению сценической правды, и зритель уже не верит во все то, что делают и о чем говорят актеры.

Способность улавливать темпо-ритм сценической жизни и правильно на него реагировать зависит от ритмичности актеров. Ритмичностью в этом плане называется способность воспринимать различные ритмы и воспроизводить их движениями своего тела. Ритмично исполнять движения актеру помогает ловкость; она обеспечивает возможность действовать в правильных темпо-ритмах физических действий. Процесс восприятия ритмов создает у актера определенные представления о них, а их воспроизведение зависит от гибкости и подвижности, совершенной координации и быстроты реакции.

Если актер не ритмичен, он не будет реагировать на изменения в темпо-ритмах действий своих партнеров на сцене.

Если актер ритмичен, у него будут легко возникать верные ощущения темпо-ритма идущей сцены, и он так же легко будет сам включаться в этот темпо-ритм своими действиями.

Естественной основой для создания верных темпо-ритмов действия после ловкости будет не только сама ритмичность, но и, как это будет показано дальше, музыкальная одаренность актера.

Движения ритмичного и музыкального актера отличаются (так же, как его речь) своеобразной выразительностью, значительно более высокой и тонкой, чем у немузыкального актера. Музыкальность движений проявляется и тогда, когда в спектакле нет музыки. Музыкальность в этом смысле есть способность быть в движении на сцене таким же разнообразным, как это бывает при подлинно: художественном исполнении музыкального произведения.

В драматическом спектакле речь актера должна быть своеобраз-

(! ной музыкой. Только такая речь может отразить все тонкости слож-

||иейшей внутренней жизни сценического героя, его чувства и эмоции;

движения тела, актера должны находиться в темпо-ритмическом единстве с речью и мыслями образа (с его словесным и мысленным действием). Для подтверждения этого положения попробуйте сказать с верным отношением к партнерам следующие слова: «Машенька, садитесь», приглашая любимую девушку сесть, и сразу же после этого, оборачиваясь к человеку, который вас только что толкнул: «Гражданин, не толкайтесь». Правильное произнесение этих двух реплик с верной оценкой ситуации вызовет у вас не только соответствующую речевую окраску, но и соответственно изменит ваше физическое поведение. Вначале оно будет ласково-нежным, и жест, его сопровождающий, будет мягким, спокойным, а затем все станет другим, резким.

В драматическом спектакле музыкальный характер движений появляется у актера еще и в результате воздействия общего темпо-ритма спектакля и вытекающего из этого общего темпо-ритма смыслового и эмоционального содержания речи и физических действий каждого исполнителя. Когда актеры обладают способностью верно чувствовать музыкальную темпо-ритмическую окраску действия, тогда они создают единый ансамбль, поскольку все исполнители действуют как бы в одном ключе, а потому они связаны между собой. Однако это совершенно не означает, что все исполнители действуют абсолютно в одном и том же темпо-ритме. Напротив, каждый исполнитель, действуя в общем темпо-ритме данного куска спектакля, в то же время выполняет свою задачу, действует еще и в собственном темпо-ритме, не впадая в темпо-ритм партнера и непроизвольно ему не подчиняясь.

Музыкальность в движении на сцене есть своеобразное выражение физической пластичности актера. Она должна проявляться в спектаклях всех жанров. Естественно, что музыкальному актеру неизмеримо легче найти верный темпо-ритм действия, чем актеру, не обладающему музыкальностью. Подлинная музыкальность в действии непроизвольно создает верный темпо-ритм действия, потому что начинает творить сама природа актера.

Если эта природа правильно воспитана и если сценическое действие идет в правильном русле, то верные переживания обязательно появятся.

Актер должен обладать подлинной ритмичностью, так как без нее не может быть музыкальности движений. Все приблизительное в искусстве есть дилетантизм. Тем не менее при работе в театре иногда приходится сталкиваться с весьма приблизительной ритмичностью актеров. Неверные ритмические ощущения порождают неверное воспроизведение ритмов в движениях. И, как следствие этого явления, возникают приблизительные темпо-ритмы физических действий. Такой приблизительный по отношению к данному куску действия, а по существу абстрактный темпо-ритм не может подготовить актера к возникновению у него верного сценического переживания — главного фактора в искусстве театра.

Понятно, сколь важны ритмически-музыкальные способности и у актеров оперы и музыкальной комедии. Способность музыкально верно действовать в этих жанрах выражается, в первую очередь, в возможности передавать смысловое содержание, эмоции и чувства, выражаемые в музыке произведения. Только подлинная ритмичность и музыкальность певца позволяют ему действовать на сцене в единстве с содержанием музыкального произведения. У певца музыкальное звучание должно само по себе вызывать образные видения и определенные эмоции. Музыка и правильное, с точки зрения темпо-ритма, сценическое действие в таком спектакле активно воздействует на зрителя, через зрительное и слуховое восприятия. В этом единстве заложена основная сила воздействия музыкального спектакля.

Применительно к театральному искусству всех жанров темпо-ритм физического поведения в роли следует понимать как верные подбор и выполнение движений, решающих конкретно поставленную сценическую задачу в ограниченном пространстве сцены и со скоростью, соответствующей логике и эмоциям внутренней жизни сценического героя.

Человек воспринимает ритмы окружающей среды органами чувств, а также вестибулярным аппаратом, мгновенно реагирующим на все изменения в положениях тела, убыстрения и замедления его движений.

Вестибулярный аппарат не только правильно подсказывает изменения в положениях и движениях тела, но является дирижером, который на основе полученных ощущений сигнализирует сознанию о необходимости в том или ином изменении темно-ритмического поведения организма.

Все органы чувств посылают сигналы нашему сознанию. Эти сигналы могут поступать в сознание одновременно, но в каждый отдельный момент жизни есть ведущий сигнал — им бывает сигнал наиболее яркий.

Людей, абсолютно лишенных зрительного, слухового и мышечно-осязательного восприятия ритмов, нет; но есть люди, лишенные восприятия музыкальных ритмов. Этот недостаток очень мешает творческой работе актера.

Слуховое восприятие ритма можно легко понять на таком простом примере, как ходьба под звуки военного и похоронного маршей. В первом случае бодро и четко звучащему военному маршу подчиняются не только в строю, но даже те, кто идет по панели. Люди незаметно для себя темпо-ритмически воспринимают и воспроизводят в движении активность того, что слышат. И обратное явление — похоронный марш своим медлительным и печальным темпо-ритмом так воздействует на траурную процессию, что люди никогда не шагают в темпе этого марша: они медленно и не в ритме музыки переставляют ноги, они всегда печальны — и потому пассивны.

Общеизвестно, что чем активнее темп вальса, тем быстрее кружатся пары, но общее эмоциональное состояние танцующих завис»' не столько от темпа, сколько от того внутреннего и очень активного ритма, в котором исполняется вальс.

Зрительное восприятие ритма можно легко понять на примере движения по улице. Для того чтобы перейти на другую сторону, сначала определяют темпо-ритм движения транспорта, затем соразмеряют его с темпо-ритмом своего движения и лишь тогда решают, переходить улицу или пропустить транспорт. У актеров зрительное восприятие ритма движений партнера находит наиболее яркое выражение в сценических боях. Все боевые действия партнера актер воспринимает только зрительно и старается действовать с ним в едином темпо-ритме. Если этого не будет, то на сцене либо не будет боя, либо один из участников получит травму.

В комедии А. Н. Островского «Шутники» есть сцена, построенная на зрительном восприятии темпо-ритмов партнеров. Молодой человек, обиженный отношением к нему любимой девушки, хочет уйти. Он протягивает руку, чтобы взять свою фуражку, а она, для того чтобы задержать его или пококетничать с ним, хватает фуражку раньше него со словами: «А я не дам!». Обегая вокруг стола, она поддразнивает его, протягивая фуражку. Он несколько раз пытается схватить фуражку, но девушка успевает отдернуть руку. Так повторяется несколько раз, пока молодой человек не совершает «неловкости»: он вместо фуражки случайно ловит ее руку, тянет к себе, девушка попадает к нему в объятия, и он целует ее. Так поставлена сцена. Оба партнера стараются показать зрителю, как молодой человек не может схватить фуражку и только по неловкости случайно схватил девушку за руку. Именно так действуют сценические герои. А что выполняют актеры? Какова их технологическая задача? Он старается не обогнать ее в скорости, чтобы не поймать фуражку раньше времени, потому что тогда не выйдет «неловкости» и не будет повода целовать девушку. А она старательно отдергивает руку и только в последнем движении несколько понижает скорость, для того чтобы он мог схватить ее за руку. Оба партнера играют этот кусок только на зрительном восприятии темпо-ритма партнера В драматическом спектакле зрительное восприятие темпо-ритма не менее важно, чем слуховое.

Мышечные восприятия ритма партнера на сцене встречаются гораздо реже, чем зрительное и слуховое, но в более ответственных случаях. По ходу сцены, пять человек несут одного — «тело Гамлета». Их руки вытянуты вверх, глаза смотрят на лежащего. Музыки нет. На каком ощущении может играться этот кусок, если нет и текста?

Ведущими в этом случае являются мышечные ощущения, поскольку зрение и слух не получают реальных сигналов. Естественно, что все движения воспринимаются вестибулярным аппаратом каждого действующего лица.

В первую очередь, ощущения в вестибулярном аппарате возникают в результате движений, логика которых зависит от правильного темпо-ритмического взаимодействия партнеров. Ощущение этого взаимодействия возникает в руках и теле несущих, потому что все они в равной мере чувствуют движение несомого тела. Выполнить этот трудный кусок невозможно, если хотя бы один из актеров лишен мышечных темпо-ритмических ощущений. В быту мышечные ритмы воспринимаются в тех случаях, когда люди соприкасаются друг с другом. Простейшим примером может служить ощущение движения партнера при ходьбе «под руку», когда люди взаимно соразмеряют шаги. Мышечные восприятия ритмов окружающей среды заложены в человеке природой, но они требуют большего совершенствования, чем слуховые и зрительные.

Мышечные ощущения ритма имеют отношение не только к скорости или размеру движений партнеров, но и к степени мышечной нагрузки, с которой выполняются движения. Отсутствие восприятия силовой нагрузки может привести не только к нарушению сцены, но и к физическому повреждению. В одном шекспировском спектакле исполнялся бой на двухметровых дубинках. На генеральной репетиции актеры слишком увлеклись. Контроль за выполняемыми движениями ослаб. В сцене был момент, когда один партнер толкал другого дубинкой. Защищающийся смягчил этот удар сопротивлением своей дубинки. Вследствие некоторой психической демобилизации после наиболее трудной части боя защищающийся актер в момент удара не ощутил силы толчка противника (не было достаточного внимания, а отсюда излишнее мышечное ослабление и замедленность реакции), его руки резко двинулись назад, и он, ударив себя по зубам, сломал зуб. Если бы актеры продолжали контролировать свои движения, верно реагировали на действие друг друга, то мышечные усилия были бы более точными, и этой травмы не было бы. Виноват, в первую очередь, бьющий актер; под влиянием повышенного волнения, вызванного присутствием зрителей, он не контролировал мышечное напряжение при толчке, — отсюда излишне сильный удар.

Увидеть или услышать силу действия партнера нельзя, ее можно только мышечно почувствовать.

Благодаря неразрывной связи внутреннего темпо-ритма с внешним темпо-ритмом сценической жизни у правильно живущего на сцене актера мобилизуется весь организм. В результате этой мобилизации верно подготовленные сила, скорость, выносливость и, главным образом, ловкость дают возможность создать правильное сценическое действие. Внимание, память и контроль обеспечивают выполнение только тех движений, которые осуществляют логику и последовательность сценического действия, а смелость и решительность делают исполнение активным.

Н. АНАЛИЗ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ И УМЕНИЙ

Глава девятая ПЛАСТИЧНОСТЬ

Обычно под пластичностью понимают согласованность в движениях тела.

Под пластичностью актера, в первую очередь, подразумевают подвижность его психики, способность мгновенно воспринимать и отражать воздействие сценической среды и внутреннего самочувствия в темпо-ритмах отдельных действенных эпизодов. Такая пластичность создает правду жизни и лежит в основе общей выразительности актера.

Сознательное отношение к сценической действительности и соответствующие ей продуктивные сценические действия создают возможность выразительного физического поведения актера в роли; оно зависит не только от таланта актера, но и от степени подготовленности его организма.

К. С. Станиславский отмечал, что хорошее движение на сцене не есть некая абстрактно существующая красивость, пластичность, изящество, ловкость вообще, а физическое действие, логическое, последовательное и целенаправленное по смыслу, экономичное и точное по качеству исполнения.

Под осмысленным поведением подразумевается совокупность конкретных движений, выполняющих физические действия в предлагаемых обстоятельствах роли и пьесы.

Но мало быть логичным и правдивым в действии, надо выполнить действие выразительно. Эта вторая сторона физического поведения на сцене по существу является именно тем, что реально может оценить зритель, потому что оценке доступно только то, что понятно.

«Актер должен не просто выполнить определенные действия целенаправленно и правдоподобно, но выполнить их так, чтобы смысл этих действий, их логика и правда были понятны сотням людей, сидящих в зрительном зале».1

1 П. В. Симонов. Метод К. С. Станиславского и физиология эмоций, стр. 83.

Под выразительностью подразумевается, таким образом, умение донести до зрителя содержание физического действия. Однако, даже если достигнуто полное единство движений, составляющих действие, они только тогда смогут увлечь зрителя, когда их исполнение будет эстетичным, эмоциональным и жизненно свободным. Только органично выливаясь из внутренней жизни героя, эти движения смогут выразить жизнь в физических действиях. Жизненно свободным действие может стать только тогда, когда исполнение движений, его осуществляющих, станет полуавтоматическим.

На репетициях актеру, особенно вначале, приходится действовать в предлагаемых обстоятельствах роли совершенно сознательно, т.е. с помощью осознанных причин, целей, манков, позывов строить логическую и последовательную цепочку действий, выражающих физическое поведение своего героя. Актер ищет, находит и последовательно создает верный темпо-ритм физического поведения в роли. В дальнейшем, после многократных повторений, это поведение должно постепенно превратиться в полумеханическую приученность, которая в темпо-ритме каждый раз заново приспосабливается к тончайшим изменениям в жизни сценического героя, к вновь найденным деталям действия.

В спектакле наиболее правдивыми и убедительными будут непроизвольные изменения в темпо-ритме действия, т.е. подсказанные интуицией.

Неожиданность и новизна приспособлений в каждом следующем спектакле — основа в творческом процессе перевоплощения. Однако актер не должен искусственно придумывать эти новые приспособления, они никогда не должны быть самоцелью его сценического поведения, так как, искусственно созданные, они не являются частью органического действия, а превращаются в трюк и оказываются ненужным для сценического действия дивертисментом.

Изменения внутреннего самочувствия в роли есть результат переживаний, а это означает, что физическое поведение изменяется в зависимости от эмоций и чувств, присущих актеру в каждый конкретный отрезок времени. Сценическое переживание необходимо для того, чтобы зритель воспринимал физическое поведение актера не только как зрелище, но как часть жизни, вызывающей у него (зрителя) верную эмоциональную реакцию. В этой реакции скрыта основная сила воздействия театра на зрителя.

В дальнейшем проблема выразительности будет рассматриваться только сточки зрения движенческих признаков физических действий. Будет рассмотрена зависимость этой выразительности от уровня техники двигательных навыков и умений, необходимых актеру для передачи жизни сценического героя.

С этой точки зрения, под физической пластичностью актера следует понимать выразительное исполнение движений, жестов и поз, составляющих физическое действие в роли.

«Внешняя техника, — говорит Б. Е. Захава, — должна сообщить актерской игре сценическую выразительность, яркость, доходчивость. Какими качествами должна обладать актерская игра, чтобы быть выразительной? Чистотой и четкостью внешнего рисунка в движениях и речи, простотой и ясностью форм выражения, точностью каждой сценической краски, каждого жеста и интонации, а также их художественной законченностью».1 Для того, чтобы было возможно такое исполнение физических действий, актер должен овладеть специальной двигательной техникой, т. е. «специальными сценическими двигательными навыками». (Термин автора. — И. К.).

Двигательные навыки

Произвольные действия, которые человек выполняет в повседневной жизни, называют навыками. Навык представляет собой умение произвести то или иное действие без контроля сознания.

Человек овладевает навыками в процессе роста и развития, в общественной, трудовой и бытовой деятельности. Создаваемые в новых видах деятельности новые навыки при повторении их в аналогичных условиях жизни постепенно заучиваются и в дальнейшем легко воспроизводятся. Если актер не овладел навыками и умениями, присущими его сценическому герою, он не сможет передать в своих действиях характерные физические черты этого героя, его общий двигательный облик, т.е. он не будет в состоянии создать пластическую характеристику действующего лица. Именно поэтому будущему актеру (а также режиссеру) столь важно овладеть огромным количеством самых разнообразных умений и навыков, т.е. овладеть огромным двигательным опытом.

Для удобства анализа навыки, применительно к физическому поведению в роли, следует разделить на простые (отдельные) и сложные (представляющие собой комбинации из простых навыков). а

Логическое и последовательное исполнение движений, из которых состоит «дробное действие», есть «простой навык», а сочетание «дробных действий» представляется как «сложный двигательный навык». Все то, что актер выполняет в физических действиях, есть проявление различных, но логически связанных между собою двигательных навыков.

Навыки выполняются различными сочетаниями локомоторных, рабочих, семантических, иллюстративных движений. Только эмоциональные движения и жесты, возникающие непроизвольно, не являются двигательными навыками: они существуют самостоятельно и параллельно с навыками.

1 Б. Е. 3 а х а в а. Мастерство актера и режиссера, стр. 75. 1 Термин автора. — И. К.

Эмоциональное состояние актера придает и простым и сложным навыкам экспрессивную окраску, находящую выражение в конкретных темпо-ритмах физического действия.

Появление нового навыка

Всякая новая жизненная ситуация требует от человека тех или иных действий. Изменения окружающей среды вызывают определенный отклик в мозгу человека; таким образом, потребность сознательно и продуктивно действовать неразрывно связана с процессом осмысления ситуации, а значит — с деятельностью сознания.

Формирование двигательных навыков у человека связано с деятельностью второй сигнальной системы. Но навык создается только в процессе упражнений и повторений. &го обстоятельство прямо указывает на возможность сознательной выработки их в процессе репетиций. Очень важно, чтобы актер научился создавать новые двигательные навыки, т.е. овладел умением нанизать непрерывную цепочку физических действий, затрачивая на это меньше репетиционного времени.

Простые навыки

Простыми навыками называются обычные, простейшие действия; ходить, вставать, садиться, ложиться, брать, отдавать и т. п. Все навыки этого типа функционируют, в основном, автоматически до тех пор, пока не возникает препятствие, мешающее их механическому исполнению. В этом случае человек, стараясь преодолеть препятствие, сосредоточивает на нем внимание, и тогда навык из автоматического становится сознательно выполняемым; изменяясь, он приспосабливается к новой ситуации, а когда препятствие исчезает, вновь становится автоматизмом. Любой двигательный акт, выполнявшийся автоматически, под воздействием изменений внешней среды или в самом организме человека начинает протекать сознательно, используя такие движения, подбор которых ранее был автоматическим.

Естественный процесс изменения двигательных навыков в жизни присущ и актеру. При изменении сценической ситуации, если соображение верно направляет деятельность сознания, актер, немедленно приспосабливается к новой ситуации.

В репетиционном процессе даже самые простые двигательные навыки исполняются вначале сознательно, т.е. в результате осмысления обстоятельств сценической жизни. Любое, самое примитивное физическое действие всегда служит разрешению какой-либо задачи, преследует определенную цель; поэтому актер должен осмыслить ситуацию, прежде чем совершить это действие. Когда актер в первый раз начинает работать над сценой, он сознательно подбирает

дробные действия. Перед актером по ходу действия возникла простая задача: «Надо сесть» — и тут же появляется вопрос: «а как сесть?» Ответ на такой вопрос может дать осмысление ряда условий — кто, где, почему, для чего садится. Например, на сцене жизнь в первой половине XIX столетия в России, в доме богатого помещика, в гостиной, где стоят низкие удобные кресла, а сам герой — знатен, богат и высокомерен. Его радушно принимают хозяева. Навык, осуществляющий глагол «сесть», в схеме будет обычен, но он может быть выполнен движениями медленными, быстрыми, легкими, тяжелыми или, наоборот, возбужденными и т. д. и т. п., т.е. движениями, которые будут соответствовать всей сложности внутренней и внешней характеристики образа, предлагаемым обстоятельствам и темпо-ритму идущей сцены. Именно поэтому при исполнении простого навыка «сесть» возникает вопрос о конкретной форме этого навыка. Следует отметить, что техника самого способа не представляет затруднений для актера, этот навык ему привычен; но детали, т.е. приспособления, могут быть верно выполнены только при всесторонней оценке всех обстоятельств пьесы. В подобных простых действиях уже раскрываются существенные черты характеристики образа, в какой-то степени они способствуют раскрытию содержания произведения. Жизнь образа (как и «живая жизнь») представляется сочетанием автоматизмов с осознанными движениями и действиями. В процессе репетиций и спектаклей воспроизведение этих сочетаний происходит с каждым разом все логичнее, точнее и выразительнее. В сценическом действии всегда сочетается сознательное с подсознательным.

Сложные двигательные навыки

Цепь простых навыков — дробных действий, выполняющих сложную физическую задачу (физическое действие), — является сложным двигательным навыком. Сложный навык представляет собой сочетание простых, в которых, в зависимости от обстоятельств, могут меняться отдельные движения. При повторении сложного двигательного акта человек может менять подбор его компонентов, а это свидетельствует о приспособляемости сложных навыков, дающей возможность продуктивно действовать в самых неожиданных ситуациях.

Способность действовать во внезапно изменяющихся обстоятельствах зависит от сложных процессов возбуждения и торможения нервных клеток коры головного мозга. Этот процесс, совершающийся чуть по-иному в каждом конкретном случае, И. П. Павлов назвал динамическим стереотипом. Отличительной чертой его является функциональная способность изменяться — как совершенствоваться, так и ухудшаться, полностью разрушаться, преобразовываться.

55

Поскольку сценическая жизнь требует от актера многообразия движенческих форм, он должен беспрерывно совершенствовать пластичность своей нервной системы, управляющей движениями. Природная пластичность нервной системы человека — способность изменять старые навыки и вырабатывать новые, создавать их сложнейшие чередования и сочетания — исключительно велика. Это особенно важно, поскольку абсолютно одинаковые ситуации в жизни никогда не повторяются.

Однако, в отличие от подлинной жизни, сценическая ситуация повторяется. Актеру приходится по многу раз, как на репетициях, так и в спектаклях, повторять один и тот же кусок сценической жизни. Так закрепляется схема физических действий, но очень важно, чтобы подбор движений в этой схеме не закреплялся навсегда, а каждый раз создавался заново, в зависимости от темпо-ритма идущей сцены. Динамический стереотип, лежащий в основе этих изменений, открывает возможность возникновения таких движений и их исполнения, но, как правило, процесс этот актером не осознается (действует творческая природа артиста — его интуиция). Понятно, сколь ценными для воплощения жизни на сцене бывают эти внезапно появляющиеся движения. Но, как показывают наблюдения, эти «вновь» и «неожиданно» появляющиеся движения — только внезапное воспроизведение того, что было когда-то изучено и исполнено в аналогичной жизненной или сценической ситуации, т. е., по существу,— только новая комбинация когда-то усвоенных движений. Это обстоятельство подсказывает крайнюю необходимость предварительного обучения самым различным навыкам и умениям, которые действительно могут возникнуть у актера в творче- ском процессе перевоплощения.

Во время обучения очень важен верный отбор учебных средств; при этом следует руководствоваться только одним правилом: изучать нужно лишь то, что действительно пригодится в профессии актера; это правило необходимо всегда помнить, поскольку современная наука о воспитании движения человека располагает огромным количеством навыков и умений, из которых многие никогда не станут необходимыми в профессии драматического актера и певца.

Понятно, что в процессе освоения техники нужных навыков актер должен узнать, для чего и примерно когда ему может понадобиться то или иное умение. При такой системе обучения навыки откладываются в двигательной и эмоциональной памяти актера как своеобразный фонд движений, которые могут внезапно проявиться, как только актер попадает в аналогичную сценическую ситуацию/

Становится понятным, почему актеру нужен обширный и разнообразный запас двигательных навыков, неизмеримо больший, чем человеку любой другой профессии. Этот запас нужен для создания НОВЫХ навыков, необхолимых и новой поли.

Привычки

Двигательные привычки, как и навыки, являются полуавтоматическими действиями — в этом их общность.

Привычка, создавшаяся у человека, есть настоятельная потребность произвести то или иное действие.

Привычки проявляются в поведении людей неизмеримо более активно, чем навыки, причем помимо желания человека; поэтому актер должен избавляться от дурных привычек, если они у него есть, так как они отрицательно влияют на пластику его поведения, и, наоборот, стараться приобретать правильные.

Правильные двигательные привычки должны создавать пластичность тела актера, что очень важно не только для сцены и эстрады, но и в повседневной жизни.

Актер должен обладать:

а) двигательными навыками, очень разнообразными п» содержанию;

б) умением создавать новые двигательные навыки;

в) высокой пластичностью нервной системы, необходимой для быстрого приспособления навыков в меняющихся темпо-ритмах сценической жизни;

г) правильными двигательными привычками.

Для полноценного представления о содержании понятия — «пластическая культура актера» необходим анализ специальных сценических двигательных навыков и умений.

Глава десятая

ПРОСТЫЕ ДВИГАТЕЛЬНЫЕ НАВЫКИ (осанка, походка, позы сидя и жесты)

Общее количество простых навыков, которыми люди пользуются в бытовой и общественной жизни, не столь уж велико, однако все они имеют множество оттенков — приспособлений, и практически число их разновидностей не поддается никакому учету.

Многие из этих разновидностей по ряду причин приобретают явно некрасивые формы. Они проявляются в различных положениях (позах) и в движениях тела. К. С. Станиславский указывал, что большие недостатки встречаются в самом внешнем аппарате воплощения, что много изъянов в теле, например: «ступни ног ввернуты во внутрь, плохой постав рук, сгорбленная спина, корпус чрезмерно наклонен вперед...»1

Под влиянием плохого вкуса у части молодежи складываются неверные представления об эстетике внешнего поведения людей,

1 К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 425.

о том, что прекрасно и что безобразно в выполняемых ими физических действиях.

Убежденность молодых актеров и учащихся в том, что все исполняемое ими верно, иногда настолько велика, что в ряде случаев в театре перед началом работы над осанкой и походкой приходится вести разъяснительную работу.

Как-то на одной из киносъемок я предложил молодой актрисе, одетой в бальное платье XIX столетия, выпрямиться, развернуть плечи, поднять грудь. Актриса ответила: «А мне так держаться стыдно!» Некрасивые движения и положения тела у многих неправильно воспитанных молодых людей со временем превращаются в дурные привычки. Механически переносимые на сцену, эти привычки придают сценическому движению ложную характерность, и иногда и вообще искажают физическое поведение героя. Максимальное количество ошибок такого рода падает на осанку, походку, позы сидя и жесты.

Правильная осанка '

Правильная осанка человека начинается с верного постава ног. При любом положении тела ступни должны быть развернуты носками наружу, причем образованный ими угол должен быть равен примерно 20—30° (рис. 1). Более развернутые ступни создают неестественную постановку ног.

Вторым признаком осанки является привычка стоять с выпрямленными до отказа коленями, когда тело равномерно опирается на обе ноги. Ноги при этом могут быть сомкнуты или несколько расставлены в стороны (рис. 2). Если же тело опирается только на одну ногу (так называемая «свободная стойка»), то опорная нога

1 Правильная осанка неразрывно связана с представлением о верных пропорциях тела. См. главу «Скульптурность в сценическом действии».

должна быть совершенно прямой в колене, а отставленная — несколько ослаблена во всех суставах (рис. 3). Если у человека, который равномерно опирается на обе ноги, несколько ослаблены колени, то такая манера стоять создает впечатление несобранности, нестройности тела (рис. 4). Эта ошибка, типичная и для женщин и для мужчин, — также результат неправильного пластического воспитания или простого незнания. У женщин такая стойка часто возникает оттого, что они носят туфли на слишком высоких каблуках.

У актрисы, одетой в длинное платье, невыпрямленные колени не видны, в коротком же подобная ошибка совершенно недопустима.

У мужчин эта ошибка особенно заметна, если актер носит узкие брюки, рейтузы или трико. Для создания специальной внешней характерности ноги сознательно могут быть несколько согнуты, например, как признак старости или болезни.

Для мужской осанки характерна отставленная в сторону или выставленная вперед нога. Она может быть при этом довольно сильно согнута в колене. Широко расставленные ноги допустимы для мужчин и совершенно безобразны у женщин (рис. 5) Для женской осанки типичны сомкнутые или чуть раздвинутые ноги, одна из них также может быть несколько ослаблена во всех суставах, причем ослабленная нога может быть или чуть сзади или сбоку. Выставлять ее вперед не следует, эта характерность — мужская.1

Актеры — бывшие военнослужащие от этих ошибок избавлены. В их первой профессии стойка «смирно» требовала вытянутых ног и правильно развернутых ступней, прямой спины и поднятого лица. Однако стойка «смирно», когда она не диктуется пластической характеристикой образа, мешает движенческой характеристике в роли («Палки в огороде» — по выражению К. С. Станиславского). От нее надо избавляться, т. к. трудно представить себе мушкетера, Кречинского, Чацкого, Онегина или Ромео, стоящих по стойке «смирно».

Третьим признаком хорошей осанки является правильное положение спины, зависящее от положения позвоночника и лопаток. К — С. Станиславский замечал: «...наш спинной хребет, который изгибается во все стороны, точно спираль, должен быть крепко посажен на таз. Надо, чтобы он был как бы привинчен к нему в том месте, где начинается первый, самый нижний позвонок. Если человек чувствует, что мнимый винт держит крепко,— верхняя часть туловища получает упор, центр тяжести, устойчивость и прямизну. Но если, наоборот, мнимый винт расшатан, спинной хребет, а с ним и тело теряет устойчивость, прямизну, правильный постав, строй-

1 О типичных стойках мужчин должны помнить и уметь ими пользоваться актрисы, играющие роли мужчин и мальчиков.

59

ность, а с ними вместе красоту движений и пластику».1 В этом высказывании Станиславского важны два положения:

1. Спина актера должна быть достаточно сильна для того, чтобы создать правильную осанку (прямизну).

2. Хребет должен быть достаточно гибок, чтобы туловище могло принимать самые разнообразные положения. Как показывает практика, основные зажимы у актера начинаются в спине, а оттуда растекаются по конечностям. Иметь сильную, но свободную спину значит создать основу для свободного исполнения всех движений. При правильной осанке хребет должен быть направлен вверх, в поясничной части должен иметь небольшой прогиб, а в грудной — должен быть чуть наклонен вперед. Для правильной осанки большое значение имеет положение лопаток. Их внутренние углы должны быть прижаты к ребрам (они не должны быть крыловидны). При правильном положении лопаток плечи развернуты и поднята грудь. Свободная спина с. легким прогибом — признак красивой осанки (рис. 2).

Четвертым признаком правильной осанки является верное положение шеи. Шея должна быть вертикальна. Наиболее частая ошибка выражается в том, что человек наклоняет шею вперед, а это постепенно сутулит спину. При такой осанке зритель видит не лицо актера, а лоб и темя (рис. 4). Правильное положение шеи создает верное положение головы и лица это важно хотя бы потому, что основные эмоции человека, в первую очередь, выражаются в мимике.

Пятым признаком правильной осанки является подтянутый живот. Отвисшая передняя стенка или излишний жировой слой на ней делают тело некрасивым и допустимы только в случаях специальной внешней характерности (рис. 6).

Всякого рода искривления туловища, неодинаковая высота плеч и прочие недостатки, если они просматриваются из зрительного

1 К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 37.

зала,—недопустимы и могут быть причиной профессиональной непригодности актера. (Исключения возможны только для актеров острохарактерного плана и только в кино).

Однако бывают случаи, когда по внутренним данным, по одаренности актер явно героического плана, а признаки тела в какой-то степени не соответствуют этому. Особенно обидно, когда подобное несоответствие постигает явно одаренного человека и все старания исправить недостатки физическими упражнениями не дают нужного результата. В этом случае актер должен овладеть специальными навыками, помогающими ему использовать такие положения тела, при которых его недостатки менее заметны зрителю. Нетрудная техника позволяет успешно бороться с этими недостатками. Для примера приведем случай, когда у актрисы красивые в профиль, но кривые в фас ноги. Как скрыть недостаток и показаться зрителю красивой?

Первый способ. Актриса должна играть, в основном располагая ноги в профиль по отношению к зрителю. Такое положение важно выдерживать в статические моменты. В динамике кривизна менее заметна. Подобное условное положение тела вначале будет сковывать исполнительницу, но это продлиться до тех пор, пока оно не превратится в привычку. Привычное никогда не мешает. Поставив ноги в профиль к зрителю, актриса может держать тело повернутым только в три четверти, а такое положение туловища позволяет держать лицо в фас и оставляет возможность свободных движений шеи.

Второй способ. Можно играть стоя в фас и в три четверти, при условии, если ноги исполнительницы стоят в неполной третьей позиции (сомкнуты и носки развернуты в стороны). При подобной постановке ног их кривизна вообще не видна. Надо стать перед зеркалом в эту позу, для того чтобы убедиться, насколько полезен совет, а затем для проверки поставить ноги в положение с параллельными ступнями. Кривизна, даже самая незначительная, сразу же выявится. Указанными способами должны пользоваться и мужчины в героических ролях классического репертуара: ведь зритель не хочет видеть некрасивого героя.

Сутулые актеры и актрисы, играющие роли молодых и привлекательных персонажей, должны либо уметь так выпрямлять спину, чтобы этот недостаток не был заметен, либо выучиться играть, не поворачиваясь к зрителю в профиль. Невозможно видеть сутулую Джульетту, Елену Прекрасную или Ларису. Как может быть кособоким или сутулым любой персонаж романтического и героического плана?

Подобная индивидуальная техника может быть найдена почти для всех недостатков, при условии, если эти недостатки не очень активно выражены. Однако актер только тогда сможет пользоваться свободно этой техникой, когда она станет привычкой.

В том же случае, когда недостатки осанки не могут быть исправлены соответствующими двигательными навыками, актер должен

61

помочь себе специальными приспособлениями, исправляющими недостатки тела. Применение этих приспособлений также надо превратить в потребность, привычку.

Есть артисты с явно недоразвитой мускулатурой, с узкой грудной клеткой, с широким тазом и прочими физическими недостатками. Изменить эти недостатки можно умелым применением приспособлений, уменьшающих или увеличивающих размеры тела.

Специальные приспособления могут исправить почти все недостатки, если они не патологичны. Актеры должны привыкнуть носить эти приспособления так же, как привыкают носить парики. Используя «подкладки», актер может расширить плечи, увеличить грудь. Корсет уменьшает ширину талии и подтягивает живот. Надев на ноги ватоны, можно скрыть худобу или кривизну ног в тех случаях, когда на них узкие брюки, рейтузы или трико. Ватоны представляют собой нашитую на нижнее трико или трикотажные кальсоны вату, покрытую марлей. Их назначение — имитировать мускулатуру ног. Ватоны, так же как корсеты, приспособление сугубо личное. Надевают ватоны под верхнюю одежду. Актрисам надо умело пользоваться корсетом. Он не только создает красивый стилевой силуэт, но и дает ощущение затянутое™ тела, свойственное светским женщинам, жившим до первой империалистической войны. После войны корсеты из моды вышли. Корсет подтягивает те части тела, на которых отложился лишний жир, приподнимает грудь и создает своеобразный изгиб спины.

Слишком худощавые актрисы должны пользоваться подкладками различного рода. Высокие каблуки и коски помогают казаться выше и стройнее; к этим приспособлениям могут прибегнуть и мужчины, и женщины. Высокий воротник костюма скрадывает излишне длинную шею, а открытый ворот с узким декольте и подобранная вверх прическа, наоборот, удлиняют короткую шею.

Естественно, что театральный художник, обращающий внимание на внешность актера, должен отображать в костюмах не только содержание пьесы и стиль спектакля, национальность и эпоху, но и, учитывая особенности телосложения актеров, помочь им во внешней характеристике образа.

Художник и костюмер должны помочь актеру в создании приспособлений, которые скрыли бы физические недостатки тела и создали верные пропорции. Костюмерная и реквизит должны давать актеру не только сам костюм, но и все принадлежности к нему, правильно выполненные, так как они способствуют верному самочувствию актера в роли.

Правильная походка

Представить себе правильную походку легче всего, проанализировав характерные ошибки, встречающиеся в походке людей. Если актер, наблюдая себя, придет к выводу, что пн ичйяятт™ ч пгч™",~,

от ошибок, он может считать, что его основное движение пластично. Люди умеют ходить с детства. Хороша или плоха по форме походка, но она давио стала автоматизмом, который, однако, иногда приходится исправлять. Есть примеры, когда актеры, у которых была плохая походка, упорными упражнениями ее переделали. Ошибки в походке особенно резко бросаются в глаза, когда человек идет по сцене. Поэтому К. С. Станиславский уделял так много внимания анализу техники правильной походки. Исправлять походку можно, только уничтожая недостатки, так как нельзя учить тому, что уже известно и привычно. Для того, чтобы исправлять недостатки, их надо знать.

Подпрыгивание. Человек, излишне разгибая голеностопный сустав, на каждом шаге толкает тело вверх. Голова при такой ошибке в походке движется вперед не по прямой линии, а скачкообразно. Эта ошибка свойственна молодым мужчинам и может быть объяснена желанием казаться в походке легким. Женщины, носящие обувь на высоком каблуке, от этой ошибки избавлены.

Раскачивание. Тело человека при каждом шаге раскачивается то вправо, то влево. Происходит это потому, что человек ставит ноги не по одной линии, а по двум, причем, чем шире расстояние между этими линиями, тем активнее качание. Ходьба с расставленными ногами свойственна морякам, в средневековье она была свойственна рыцарям и воинам; в наше время эта ошибка простительна только очень полным людям; располневшие бедра не позволяют им правильно ставить ноги. У нормальных людей подобная походка недопустима, она создает впечатление разболтанности и грузности. Эта ошибка более типична для коренастых мужчин небольшого роста. У женщин такая походка называется «утиной» и очень некрасива.

Кручение. При этой ошибке человек крутит плечами. При шаге правой ногой он выносит вперед левое плечо, при шаге левой — правое. Указанная ошибка типична для женщин, иногда она появляется как результат неумелого кокетства, а затем становится привычкой. Этот недостаток делает походку вульгарной и совершенно безобразен, если на актрисе — кринолин.

Шлепание. Нога ставится на землю с каблука, в то время как носок высоко поднят; при перешагивании стопа резко опускается. Движение это очень некрасиво и сопровождается характерным шлепающим звуком. Эта ошибка хорошо видна сидящим в партере, поскольку он расположен ниже планшета сцены. Шлепающая походка всегда тяжела. Она особенно портит женщин. При ходьбе на каблуках шлепание исчезает.

Ходьба боком. В этой ошибке человек поворачивает обе ноги в одну сторону: правую правильно, чуть носком вправо, но левую также вправо. При подобной постановке ног положение таза и плеч неправильно, и человек идет несколько боком, неуклюже.

Описанные выше ошибки при ходьбе иногда сочетаются в самых разнообразных вариантах; например, человек косолап и к тому же раскачивается и т. п.

Вихляние бедрами. В этой ошибке, типично женской, таз при каждом шаге правой ногой несколько отходит вправо, а при шаге левой — влево. Если это колебательное движение незначительно и потому почти незаметно, и присуще полной, высокой и стройной женщине, то эта походка приобретает некую специфическую женственную приятность. Если же это движение настолько активно, что явно бросается в глаза окружающим, то впечатление очень неприятное, поскольку эта манера движения вульгарна и вызывающа. Все, что привлекает внимание окружающих к поведению человека, — признак его дурного вкуса, а особенно недопустимо, если это поведение безобразно по форме. Такой походкой актриса может воспользоваться как чертой внешней специфической характерности.

К менее бросающимся в глаза ошибкам в походке, но тем не менее искажающим верное пластическое поведение следует отнести ошибки в размерах шагов. При одинаковом росте мужчины всегда делают шаги значительно более широкие, чем женщины. Эта особенность делает походку мужчин энергичной, причем при быстрой ходьбе мужчинам свойственно в ритме шагов махать руками, но эти взмахи должны быть естественны по размеру, удобны по форме исполнения и никогда не нарочиты. Для походки женщин характерны небольшие шаги, покойное и едва заметное покачивание туловища и самые незначительные движения руками. Мужская походка должна свидетельствовать о мужественности, женская должна создавать впечатление женственности.

Однако для создания внешних характеристик актеры могут пользоваться всеми отклонениями от норм в технике простых навыков.

Следует отметить, что походка во многом зависит и от конструкции одежды.1

Правильную походку К — С. Станиславский определял так: «Сценическая походка должна быть такой, какой сделала ее природа по всем ее законам».2 Однако естественным является параллельный постав ступней и даже небольшая их косолапость (рис. 7). Именно с таким определением столкнулся Станиславский и потому сказал: «Многие протестуют против выворачивания ног в бедрах и утверждают, что ноги с параллельными ступнями следует считать правильными. Мы... подходим к этому вопросу с другой стороны, а именно:... (трудно. — И. К..) выправить себе ноги и руки для роли графа или герцога XVIII века, или аристократа XIX века».3

1 О характерных особенностях походок в различных исторических костюмах см. главу «Стилевое поведение».

а К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 49.» Там же, стр. 427.

Указание о подходе «с другой стороны» есть указание на эстетическое требование к походке. А красивая и правильная с эстетической точки зрения походка есть продукт соответствующего воспитания. Поскольку параллельный постав ступней при ходьбе обычен для людей, он переделывается с большим трудом. Актеру следует начать самопроверку походки именно с этой, наиболее укоренившейся ошибки. У актеров и актрис, играющих молодые роли, должна быть правильная походка, и не только на сцене и эстраде, но и в быту. «Для актрисы красивая походка — одна из самых обаятельных ее прелестей».1

Техника правильной бытовой похадки состоит в том, чтобы, во-первых, ставить ноги (пятки) по одной линии, а носки чуть врозь, наружу. Такой постав уничтожает все основные ошибки (рис. 8). Вторым признаком, определяющим правильную походку, К. С. Станиславский считал ее плавность: походка не должна быть подпрыгивающей. Он указывал на смягчение тех колебаний, которые все же возникают, несмотря на правильное движение ног: «...верхняя часть туловища с грудной клеткой, плечами, шеей и головой должна оставаться без толчков, спокойными и совершенно свободными в своих движениях...»2 Ненужные колебания тела появляются в момент перехода с одной ноги на другую. Уничтожить их должны мышцы, поддерживающие позвоночник. Если при продвижении вперед опорная нога будет вытянута в колене, то все тело несколько приподнимается, по сравнению с той фазой, когда оно начнет переходить на выставленную вперед для следующего шага другую ногу. В этот момент будет наиболее низкое положение тела. «Горизонтальное движение вперед дает немного изогнутую волнообразную графическую линию...» 3

'К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 50. 2 Там же, стр. 51. 8 Там же, стр. 56.

Третьим признаком правильной походки Станиславский" считал ее непрерывность: «Чувствовалось скольжение, а не толчки сверху — вниз и обратно». 1

Походка осуществляется в результате действия соответствующей мышечной энергии. «Если это прохождение (мышечных напряжет ний — И. К.) происходит плавно и размеренно, то и походка получается плавная и размеренная, пластичная». г

Все перечисленные требования к походке должны выдерживаться вне зависимости от ее скорости и величины шагов.

К. С. Станиславский так описывал бытовую походку: «... пятка первая принимает на себя тяжесть тела и перекатывает движение по всей ступне до пальцев... По мере того, как тяжесть тела начинает давить и перекатывается по всем суставам пальцев, они выпрямляются и тем отталкиваются от земли, пока, наконец, движение не докатилось до самого конца первого пальца ноги» (большого пальца. — И. К.3 Станиславский, предостерегал от пассивного сгибания пальцев ног, при котором нет полного «дохаживания» каждого шага; он требовал, чтобы активность движения толкающей ноги была использована до последней возможности. Эта активность делает беспрерывным движение в походке, что особенно заметно при медленной ходьбе. В быстрой ходьбе она создает летучесть походки, т.е. легкость, воздушность движений. Благодаря тому, что большинство людей в момент перехода через опорную ногу несколько ослабляет колено и не «дохаживает» шаг до конца, получается впечатление «ползущего» движения. Такой вид походки оправдан для людей, переносящих большие тяжести, главным образом на голове: он характерен для грузчиков и официантов, женщин, несущих ведра на коромысле, и т. п. В летучей походке не должно быть подбрасывания тела вверх; если из желания сделать ее еще более легкой человек будет стремиться одновременно отделять от земли обе ноги, то вместо ходьбы получится бег.

Вторым видом походки является ходьба с поставом на землю сразу всей стопы, так называемая «военная походка». \*

Третьим видом походки является походка, получившая у К. С. Станиславского название «греческой». При исполнении шага этой походки в момент выноса ноги вперед нужно несколько ослабить голеностопный сустав, благодаря чему стопа свисает пальцами вниз, причем наружный край свисает больше, чем внутренний (у левой стопы — левая сторона, у правой — правая). Если при этом каблуки ставятся по прямой линии, а носки направлены несколько в стороны, то первое соприкосновение ступни с землей произойдет мизинцем, а затем ступня полностью станет на землю. Далее перешагивание исполняется так же, как и в бытовой походке.

1 К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 52.

2 Там же, стр. 57. 8 Там же, стр. 54. 1 См. главу «Стилевое поведение».

Не следует нарочито вытягивать колени и ступни, т. к. при этом получится, манера балетной походки, совершенно недопустимая в драматическом или оперном спектакле. Только ослабление мышц, поддерживающих голеностопный сустав, дает правильное движение. При этой манере сидящие в партере не видят подошв обуви актеров. Эта форма походки более эстетична, чем бытовая. Так могут ходить актеры, играющие молодые «светские» роли в пьесах конца XVII, XVIII и XIX веков. Вместо названия «греческая» ее следует называть «стилевой походкой XVIII столетия», тем более что древние греки ходили обычной бытовой походкой, какой ходят современные люди. Название «греческая» — условно; К. С. Станиславский, видимо, взял его из танцев Айседоры Дункан.

Актер на сцене всегда должен пользоваться бытовой походкой, а военную и стилевую применять только в специальной пластической характерности.

Ходьба по лестнице вверх. При подъемах, для того чтобы движение производило впечатление легкости, грациозности, необходимо на ступеньку ставить только пальцы и подушечку ступни. Такая манера создает впечатление сильных и ловких ног. При этом движении вес тела должен сразу передаваться на ногу, поставленную на верхнюю ступеньку. Как только вес тела окажется на этой ноге, колено ее должно быстро, но плавно выпрямиться, поднимая тело. В момент полного выпрямления колена другая нога уже ставится на следующую ступеньку. Актер должен уметь подниматься этим способом в разных темпах. Пластичность женского движения должна быть еще более мягкой.

Ходьба по лестнице вниз. При движении по лестнице вниз 1 ноги актеров хорошо видны зрителю. При исполнении этого дви жения необходимо ставить ногу опущенным вниз носком. Постав ноги сразу на весь след создает впечатление тяжелого, неловкого движения. Если актер опускается по лестнице прямо на зрителя, то, кроме того, видно, развернуты ли ступни. Поэтому при спуске ногу надо ставить не только с носка, но и носком наружу. Чтобы спуск был легким, необходимо в тот момент, когда нога, опускающаяся на нижнюю ступеньку, выносится вперед, оставлять вес тела на ноге, стоящей на верхней ступеньке. Колено верхней ноги сгибается до тех пор, пока спускающаяся нога не коснется носком нижней ступеньки; только тогда вес тела спокойно переходит на эту ногу. Стопа должна прикасаться к ступеньке мизинцем, как в стилевой походке. Спуск с лестницы надо уметь выполнять в разных темпах. Особенно опасны спуски актрисам в длинных юбках и в обуви на высоких каблуках.

Независимо от направления, скорости, амплитуды передвижения по сцене всегда должны быть бесшумными. Вообразите «мраморную» лестницу, которая под ногами актеров издает звуки, свойственные фанере или тонким доскам, то есть звуки, совершенно не соответствующие логике действия.

Положение тела в позах сидя

Позы сидя — основное положение актера на сцене; они отличаются большим разнообразием. Их можно разделить на две группы: позы пластически красивые и некрасивые; и те и другие являются средствами внешней характеристики образа. Позы сидя при хорошей осанке, строгие по линиям тела, подтянутые, при правильных положениях рук и ног всегда создают положительные внешние характеристики и, наоборот, при плохой осанке, неверных положениях рук и ног, расхлябанные, неряшливые, вульгарные — отрицательные характеристики. Описывать правильную осанку в позах сидя не надо, т. к. она полностью соответствует осанке в положении стоя; что же касается ног, то их положение требует пояснения. У мужчин ноги могут быть сомкнуты или несколько расставлены в стороны. Излишне широко расставленные колени позу портят. Несомкнутые ноги у женщин и девушек — поза явно отрицательная, а если ноги расставлены широко, то и вульгарная (рис. 9). Ступни ног могут быть поставлены рядом, одна возле другой; может быть положение, когда одна из ног несколько выставлена вперед (рис. 10). Можно класть ступню на ступню (такое положение называется «ноги бантиком»). При этих положениях колени могут быть настолько согнуты, что ступни будут находиться под стулом, Или возле стула (рис. 11), или даже будут несколько выставлены вперед. Расставленные в стороны ступни — поза плохая, а если они еще повернуты носками внутрь, то явно безобразная (рис. 12). Нельзя носками ног цепляться за ножки стула. Поза «нога на ногу» допустима в современном костюме, но пользоваться ею можно на отдыхе, в приятельской компании, в театре, на концерте, и нельзя применять в официальных случаях жизни (рис. 13). То же самое можно сказать и о позе «ноги бантиком» — если они совершенно вытянуты вперед (рис. 14).

О руках не следует беспокоиться, они сами непроизвольно примут то положение, которое наиболее удобно в данных обстоятельствах, однако нужно отметить, что класть руки под себя или

в карманы брюк нельзя. Сидя за столом во время еды не следует опираться о спинку стула или грудью касаться переднего края стола, но можно держать кисти рук на столе, опираясь предплечьями о его край.

Позы сидя весьма разнообразны, описать их все не представляется возможным. В основном их делят на две группы. Позы сидя неофициальные — во время отдыха, в приятельской компании — очень свободны, тело в них лишено напряжения, но они не могут быть развязными, вульгарными. Позы в официальных случаях жизни: на приеме, на экзамене, при знакомстве с пожилыми и старыми людьми, за столом во время еды более строги. В этих обстоятельствах не следует опираться на спинку кресла или стула, не надо вытягивать ноги вперед и класть ногу на ногу, спина должна быть по возможности прямой. Такая поза, естественно, не способствует отдыху, но она и не предназначена для отдыха. Определенные правила (советы, как надо держать себя в обществе) общественного поведения диктуют человеку положение тела в позах сидя. Эти правила актер должен знать и выполнять.

Жесты

Слово «жест» в русском языке обозначает телодвижение только семантического, иллюстративного и эмоционального типов. Мы никогда не говорим: «каким верным жестом он обтачивает гайки», «каким неверным жестом она ходит». Но мы скажем: «каким приятным жестом она показала нам на эти цветы» (пример иллюстративного жеста) или «когда он сердится, то противно машет руками» (пример эмоционального жеста).

Жестами человек досказывает то, чего в данном случае не может или не хочет объяснить словами. По своей природе жест всегда действен, всегда имеет конкретную цель и выражает эмоциональное состояние человека. Следует отметить также, что жесты делают не только руками, так как можно показать направление кивком или поворотом головы, выразить порицание или одобрение жестом

головы и туловища, можно многое сказать (если таковы обстоятельства) соответствующим движением ноги. Однако все же наиболее активно люди жестикулируют руками. Следует отметить, что значительная часть движений руками — семантических, иллюстративных и главным образом эмоциональных несет еще и национальную определенность. Так, народы южные — итальянцы, французы, испанцы, кавказцы, африканцы, евреи и др., беседуя и рассказывая, очень сильно жестикулируют. Северяне — скандинавы, финны, англосаксы, славяне, наоборот, в подобных же обстоятельствах крайне сдержанны в жестах. Более того, широкие жесты руками, быстро и резко выполненные, считаются у этих народов признаком плохого воспитания. Нужно отметить, что южане, выросшие среди северян, мало жестикулируют, и обратное — северяне, получившие воспитание среди южан, активно жестикулируют в беседе. Из этого следует, что жесты — продукт определенного воспитания и не являются чем-то прирожденным. Все эти особенности актеры и режиссеры должны изучать, работая над ролью (или заранее), и уметь ими пользоваться, создавая пластические характеристики своих героев.

Жест на сцене только тогда оправдан, когда он возникает изнутри, вызывается внутренней потребностью, когда он перестает быть жестом ради жеста и превращается в подлинное, продуктивное и целесообразное действие. К. С. Станиславский справедливо отвергал-всякую жестикуляцию, если она не оправдывается психологической потребностью. Иногда на сцене можно видеть ничего не выражающие движения; происходит это от дилетантского представления о том, что игра на сцене требует дополнительной жестикуляции. Когда спрашивают о причине, вызвавшей такие бессмысленные движения, актер, как правило, не может дать сколько-нибудь логичного ответа, — Ничем не оправданная жестикуляция является самой грубой ошибкой в движении на сцене. Особенно ею грешат начинающие актеры. У них она появляется от страха перед зрителем и естественного желания показать «свободу» и спрятаться хотя бы за формальное движение. Другой случай: актер с невыразительной речью, для того чтобы усилить впечатление, прибегает к жесту.

Наиболее активно выражают жизнь актера его руки. Они, главным образом, несут зрителю совокупность чувств и эмоций, обуревающих артиста во время высшего проявления сценических переживаний.

Ф. И. Шаляпин сказал, что «жест есть не движение тела, а движение души».

В период, когда в театрах наряду с искусством представления процветало и ремесленничество, были изобретены и рекомендовались определенные жесты, которые должны были помогать актеру выражать «чувства». Постепенно сложились штампованные тело-': движения, будто бы выражающие «гнев», «радость», — «недоумение»,

«изумление» и т. п. Казалось бы, что подобный набор действительно должен увеличить ассортимент «выразительных движений»: однако еще до появления «системы» Станиславского подобного рода схематизация в выражении человеческих чувств не могла не вызвать осуждения со стороны прогрессивных представителей театрального искусства.

С появлением «системы» различные попытки создать заранее отработанный набор выразительных жестов вступили в явное открытое противоречие с самой идеей «искусства переживания». «Система» показала, что только сценическое действие является выразителем логики поведения и эмоций актера. «Система» К. С. Станиславского опрокинула систему «выразительного движения», в свое время рекомендованную Ф. Дельсартом, предлагавшим передавать чувства установленными движениями, вне зависимости от внутреннего темпо-ритма, в котором находится актер.

Таким образом, богатство выразительного жеста следует искать не в готовых рецептах, а в верном по мысли действии и эмоциональном состоянии действующего в роли актера. Это не готовые изученные образцы движений, а всегда рождение новых.

Анализ наблюдений над лучшими образцами советского и зарубежного театрального искусства показывает, что красивая форма рук у актеров и актрис, их гибкость и подвижность (абстрактная пластичность) еще не создают выразительного движения и жеста. У целого ряда выдающихся актеров некрасивые руки, с толстыми ладонями, короткими пальцами, и, однако, эти руки прекрасно передают зрителю не только логику сценической жизни героя, но и всю совокупность его эмоций. Это действительно выразительные руки. Они разговаривают, работают, указывают, просят, определяют, угрожают и т. п., и, что особенно важно, они окрашены тончайшими оттенками в движениях, передающими всю гамму настроений и чувств исполнителя.

Первым недостатком выразительных возможностей рук актера (в понимании Станиславского) является плохое их развитие, применительно к тем функциям, которые они должны выполнять. Имеется в виду не только отсутствие свободы движений, недостаточная подвижность в суставах и излишне высокий естественный тонус мускулатуры, но и отставание в развитии одной руки от другой. Общеизвестно, что у большинства людей более развита правая рука, что многие движения неудобно и трудно выполнять левой. Заметим, что иногда актер — левша — вынужден выполнять сложнейшие движения правой рукой.

Вторым недостатком является неумение действовать руками экономично и точно. Большинство бытовых и профессиональных действий в жизни требует движений кистью и пальцами. Бывает, что человек неловко выполняет движение, так как включает в работу не ту мускулатуру, какую надо. Например: должны работать только кисти и пальцы, а человек двигает предплечьем и плечом;

там, где надо действовать одним или двумя пальцами, включает движения всеми пальцами и кистью.

В некоторых профессиях точность отбора необходимых движений крайне велика. Это работа машинисток, музыкантов, хирургов, фокусников и др. Люди этих профессий действуют, применяя только те движения, которые нужны, и полностью убирают ненужные. Движения этих людей в процессе труда точны и лаконичны, а потому выразительны и красивы.

Для того, чтобы руки актера на сцене двигались так же четко, он должен, во-первых, знать конкретную цель — что нужно сделать руками, а во-вторых, уметь выполнить это действие экономичными и точными движениями. Следует отметить, что из-за значительной отдаленности актера от зрителя иногда возникает необходимость выполнять малые движения несколько увеличенными амплитудами, для того чтобы они стали хорошо видны. В этом случае (против жизненной логики) необходимо сознательно увеличить размер движений и замедлить темп их исполнения.

Третьим недостатком является отражение в жесте только привычек и опыта самого артиста, но не образа. А если руки актера в жизни быстры по характеру движений и невелики по размеру? Тогда подобная однобокая техника движений рук вступает в противоречие с необходимой пластической характеристикой персонажа, например в историческом спектакле, где наряду с движениями, близкими этому актеру, необходимо делать широкие, замедленные, округлые и плавные жесты. Когда речь идет о стилевом — историческом и национальном жесте, становится понятным, каким разнообразием движений рук должен владеть актер.

Медленный, широкий, мягкий, плавный жест может понадобиться актеру для некоторых характеристик и в современном спектакле. Он позволит актеру освободиться от свойственных ему движений и привычек, найти иную пластическую характеристику образа в процессе внешнего перевоплощения.

Четвертым недостатком является отсутствие верных мышечных напряжений в руке, которая должна точно и экономично действовать. Этот существенный недостаток усугубляется еще тем, что во время спектакля под влиянием страха у неопытного актера возникают мышечные перенапряжения, при которых актер вместо того, чтобы сделать нужный жест, в состоянии двигать рукой только в плечевом и локтевом суставах, а кисть и пальцы остаются скрюченными. Жест, выполненный такой рукой, невыразителен и неприятен.

Как показали наблюдения, методика уничтожения мышечных зажимов, разработанная К. С. Станиславским, в ряде театральных школ была понята неверно. Стремление к «мышечной свободе» привело к созданию упражнений на так называемое расслабление мышц вообще, и целые поколения актеров, прошедшие через непра-' вильную методику, вместо того, чтобы создавать нужные мышечные

усилия для выполнения действия, сознательно расслабляли мускулатуру; в результате — у них бездеятельные и ничего не выражающие руки. Главным образом это сказалось в неумении конкретно действовать кистью и пальцами. Актеры, прошедшие такую школу, могут поднимать, опускать руки, размахивать ими в плечевых и локтевых суставах — и только. На вопрос, почему у него безжизненные руки, актер отвечает, что сцена требует мышечных освобождений. «Освобождение мыщц» (образное выражение Станиславского, означающее мышечную готовность к действию) такой актер выполняет не через активную психологическую и физическую готовность, т.е. верные напряжения, а через расслабление вообще. У такого актера нет и не может быть активного жеста, что особенно сказывается на всех действиях, где нужна энергичная мобилизация организма. Интересно, что в бытовой деятельности, в общественной жизни руки этого же актера работают, творят, говорят и разнообразно выражают чувства. Вспомните, что приласкать котенка можно рукой, действующей медленно, с небольшим усилием и в малых амплитудах; ведь только такое движение будет ласковым и нежным. Чтобы дать человеку пощечину, надо сделать небольшое по размеру, но довольно сильное движение. Чтобы вбить маленький гвоздик, надо делать небольшие и, в общем, несильные движения, а большой гвоздь следует вбивать широкими и сильными движениями. Для того, чтобы вежливо пригласить человека сесть, надо сделать мягкое приветливое движение, а для того, чтобы выгнать, надо показать на дверь резким, отрывистым жестом. Руки актера, в зависимости от обстоятельств, должны быть сильными и ослабленными, должны делать большие размахи и малые, двигаться быстро и медленно, но всегда в соответствии с пластической характеристикой персонажа, обязательно в темпо-ритме играемого куска и в полном соответствии с логикой действия.

Но тут же следует предостеречь, что нельзя обрывать пуговки на костюме партнера, набивать ему синяки, причинять боль, это всегда свидетельствует о «зажимах». Надо уметь регулировать мышечные усилия в любом действии.

И какая бы физическая задача ни стояла перед актером, его руки всегда должны быть активными, так как пассивность есть первый признак невыразительности.

Если у актера обе руки развиты приблизительно одинаково, если он умеет продуктивно действовать всей рукой и главным образом кистью и пальцами, наконец, если он владеет всей гаммой характеров в движениях — значит, он располагает чутким и отзывчивым аппаратом для выражения не только логики сценической жизни, но и ее тончайших эмоциональных оттенков.

Подчиняющиеся воле актера руки создают все возможности для физического выражения духа роли, и тогда отпадает необходимость создавать искусственный набор движенческих штампов, т.е. обусловленных жестов.

Глава одиннадцатая

ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ (конкретность, экономичность, точность и освобождение мышц)

К сложным двигательным навыкам относятся:

1. Целенаправленное физическое действие.

2. Непрерывность и прерывность в исполнении физических действий.

3. Выполнение физических действий движениями различного характера.

4. Умение соединять речь и движение, пение и движение.

5. Частные двигательные навыки (сценические трюки).

6. Стилевые действия, манеры поведения.

7. Скульптурность, как высшая форма физической выразительности в роли.

В учебнике каждому из этих сложных навыков посвящена специальная глава. В данной главе рассматривается сложный навык, стоящий в нашем перечне на первом месте, — целенаправленное физическое действие.

Целенаправленное физическое действие и движение есть главный фактор физической выразительности актера в роли, главный признак физической пластичности актера.

Ритмичное, ловкое, легкое, собранное, плавное, грациозное, изящное выполнение движений желательно в бытовых действиях всех людей. Но в первую очередь эти признаки характерны для так называемых «моторных движений». Под этим условным названием К. С. Станиславский подразумевал движения, разрешающие только тренировочные задачи. Такими движениями являются, например, гимнастические движения, балетный экзерсис, начальные упражнения ритмической гимнастики, некоторые упражнения предмета «основы сценического движения» и т, п. Все эти виды движений служат подготовке психофизических качеств человека. Двигательные навыки, создаваемые этими упражнениями, в бытовой, трудовой и общественной деятельности не применяются. Люди занимаются тренировочными движениями, чтобы укрепить здоровье, сделать пластичным тело, получить удовольствие. Нетрудно обнаружить, что эта пластичность, с точки зрения деятельности человека, ничего не выражает. К. С. Станиславский по поводу этой пластичности сказал: «Им нужны движения и пластика ради самих движений и пластики. Они изучают свой танец как «па», вне зависимости от внутреннего содержания, и создают форму, лишенную сути. Нужно ли драматическому артисту такое внешнее бессодержательное пластическое действие?» 1 Мы понимаем, что, определяя так танцевальное «па», Станиславский говорил не о современном

\ 'К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 41содержании хореографического искусства, полноценно выражающего жизнь (дух) роли, а о танцевальных экзерсисах и номерах, не имеющих сюжетного содержания. В сценической деятельности такая «пластичность вообще» превращается только в условную красивость, эффектность. Понятно, что актерам «пластичность ради пластичности» не нужна, она даже приносит вред, т. к. приучает их к условной изобразительности, а иногда, что еще хуже, к самолюбованию своими движениями.

Сценическое понимание «выразительности», как уже известно, требует от актера такого выполнения движений, чтобы зритель понимал содержание действия.

Конкретность. Сценическая выразительность, в первую очередь, зависит от «конкретности» физического действия. Под конкретностью подразумевается выполнение в каждый момент действия только одной задачи. Это может быть осуществлено, если цепь «дробных действий» также выполняет только одно физическое действие; нужно, чтобы каждое новое физическое действие не начиналось до тех пор, пока не закончено полностью предыдущее. При такой системе зритель всегда успевает все увидеть и все понять. Это означает, что в сценическом бою, например, нельзя одной рукой защищаться от нападения, а другой в то же время нападать. Если актер хочет быть понятным зрителю, он должен сначала отбить нападение противника, а затем нанести ему удар. Однако иногда возникает необходимость играть сразу две задачи; например, актер должен, умышленно отвлекая внимание партнера какими-то действиями, в то же время незаметно от него взять со стола нужный предмет. Главным в этой игре, с точки зрения выразительности, будет такое исполнение, когда зритель увидит, как актер незаметно для партнера взял нужный предмет. Выполнить это двойное дробное действие так, чтобы зритель все понял, довольно трудно.

Второй принцип выразительности физических действий — «экономичность» в исполнении каждого дробного действия.

Экономичность состоит в отборе таких движений, которые решают задачу наиболее коротким путем. Почти всегда ее можно выполнить несколькими способами; в одном будет только два движения, а в другом — четыре. Отдавать предпочтение нужно наиболее лаконичному из них. Лаконизм всегда предполагает конкретность. Вот, например, молодому и ловкому герою предложили сесть. Актер стоит за стулом и это действие выполняет так: шаг правой ногой вправо и немного вперед, затем шаг левой ногой влево, чтобы оказаться спиной к сиденью стула, затем сесть — всего три движения. А можно сделать и так: шаг левой ногой вправо, шаг правой ногой вперед, шаг левой влево, чтобы оказаться перед сиденьем и сесть. Всего четыре движения. Исполните это сами, для того чтобы убедиться, насколько первый способ лаконичнее второго. Главное его достоинство в отсутствии лишних движений. Ловкий человек не делает большего количества движений, чем нужно.

Для характеристики физического поведения старого и больного человека или неуклюжего, хоть и молодого, актер должен сознательно, в том же действии выполнить большую серию движений.

Актер, желающий играть выразительно, должен избегать движен-ческого «мусора» в физических действиях. Самый короткий и потому простой способ выполнения действия понятен зрителям, потому что он логичен, хотя в жизни этот принцип люди сами часто нарушают. «Мусор» отвлекает зрителя от основной линии поведения героя и тем самым делает актера физически невыразительным. Лаконично двигающийся актер делает мало движений, естественно, что зритель внимательно их просматривает.

Кроме соблюдения принципов конкретности в физических действиях и экономичности в дробных, актер должен точно выполнять каждое движение.

Точность. Зритель только тогда понимает содержание дробных действий, когда движения, их осуществляющие, выполняются точно. Точность определяется соответствием между темпом движения, его амплитудой, характером, направлением, количеством повторений (чувством эстетической меры) и мышечным напряжением, затрачиваемым на исполнение каждого движения. Все эти признаки отвечают логике сценической жизни и внешней характерности героя.

От этих признаков зависит правда сценической жизни, то есть верный темпо-ритм физического действия. Как тсмпо-ритм является основой выразительности в физическом действии, так соответствие между темпом, амплитудой, характером и мышечным напряжением является такой же основой в каждом движении. Именно поэтому так важно понять содержание этих признаков движения, их взаимосвязь и взаимозависимость, их влияние на выразительность каждого дробного действия. Так, например, в комедии Шекспира «Двенадцатая ночь» актриса, играющая роль юноши Цезарио, должна не только выполнять основную линию действия, но и убедить героев спектакля в том, что перед ними юноша. Она вынуждена делать основные физические действия в роли движениями, большими по амплитудам, более быстрыми по темпу, более резкими по характеру, чем это свойственно женщине.

Мужественность в ходьбе невозможно передать малыми шагами, однако есть актрисы и актеры, которые вообще не в состоянии делать широкие движения. Когда им нужно идти скорее, они начинают только чаще перебирать ногами, не увеличивая шага. Такая семенящая походка уничтожает верную внешнюю характерность. Предположим, что от актера требуется создать в мужском образе такую характеристику: «он был очень женоподобным». В этом случае движения актера в походке и жестах будут малыми по амплитудам. Неверные связи между признаками движений могут быть и выразительным средством: в том случае, когда они являются способами комедийных характеристик.

Как уже говорилось прежде, актеры, создавая в первый раз физическое поведение в новой роли, как бы подбирают необходимые для выполнения этого действия двигательные навыки. Они выполняют это безусловно сознательно, потому что природа артиста еще творить не может. Условность пространства и времени, не освоенная сценическая ситуация поначалу мешают актеру найти верные связи в признаках движения, и тогда на сцене возникает ложь. В этих случаях актеры сами или с помощью режиссера должны, сознательно обдумывая ситуацию, подбирать нужные дробные действия, т. к. от их правильности зависит правда физического действия. Ни актер, ни режиссер, за редким исключением, не занимаются анализом и подбором темпов, амплитуд и мышечных напряжений, т.е. признаков движений, осуществляющих дробные действия, хотя подбирают и меняют в дробных действиях отдельные движения, стараясь достичь лаконизма выражения. Специалисты-консультанты по сценическому движению, педагоги кафедры сценического движения по всем ее предметам должны уметь не только анализировать содержание дробного действия и движений, которыми оно осуществляется, но и указывать ученику на необходимое соответствие между темпом, амплитудой, характером и мышечным напряжением в каждом отдельном движении, когда в них появляются ошибки.

Понятия темпа, амплитуды и характера движений раскрыты, с точки зрения сценической выразительности, в главе «Темпо-ритм физического действия», но мышечное напряжение — «освобождение мышц» — требует дополнительного анализа, как фактор, обеспечивающий точность в выполнении движений.

Освобождение мышц. Каждое движение и действие человека производится благодаря соответствующей деятельности скелетной мускулатуры. Эта деятельность состоит в правильном чередовании сокращений и расслаблений мышц, в правильном их напряжении. Правильное мышечное напряжение в театральном искусстве принято называть освобождением мышц (термин К. С. Станиславского). Что же это за «освобождение»? «Сорвать воображаемый персик следует так, чтобы найти для этого необходимое напряжение в руке и убрать его в тот момент, когда персик сорван».1 В этом высказывании образно и четко выражается мысль о том, что каждому моменту физического действия должно соответствовать верное мышечное напряжение. Не больше, но и не меньше, чем необходимо.

Итак, не расслабление мускулатуры, а нужное ее напряжение, точно соответствующее каждому моменту сценического действия, необходимо актеру для выразительного физического поведения в роли; перед началом движения — это верный тонус мышц, обеспечивающий готовность к действию.

К. С. Станиславский в своих работах не затрагивает противоположного закрепощению мышц состояния, а именно — расслаб-

'К. 6. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 496.

ления (видимо, потому, что этот вид ошибок встречается у актеров значительно реже). Между тем расслабление мускулатуры делает актера физически несобранным, вялым. Непроизвольное расслабление мышц порочно, потому что приводит к безволию, к пассивности: оно, как и закрепощение, делает актера совершенно неорганичным в действии.

Сознательное применение мышечных закрепощений и расслаблений в нужных местах сценического действия является само по себе прекрасным выразительным средством. Примером сознательного закрепощения мышц может служить заключительная сцена в комедии Н. В. Гоголя «Ревизор». Крайнее изумление всех присутствующих, узнавших о неожиданном приезде настоящего ревизора, возможно выразить в позах персонажей только через мышечное закрепощение. Если актеры, сохранив позы, снимут напряжение мышц, активность действия мгновенно пропадет. Примером сознательного мышечного расслабления могут служить сцены обмороков и смерти.

Непроизвольно возникающие мышечные перенапряжения или расслабления нужно уничтожать, поскольку они мешают правильному творческому процессу. Но как это делать? В ответ на этот вопрос И. П. Павлов сказал, что природа наградила человека такой высокой организацией, которая при наличии полной увлеченности действием всегда так мобилизует системы организма, что они действуют помимо воли человека продуктивно и правильно. Применительно к движению на сцене это означает, что если возникло подлинное желание действовать, то сама природа актера отберет необходимые, целесообразные амплитуды и темпы для выполнения нужных движений. Увлеченность создает верное напряжение, а это — залог правдивого поведения в роли.

Итак, чтобы актер имел возможность действовать выразительно, он должен: владеть темпом, уметь двигаться непрерывно и прерывно, пользоваться различными по характеру движениями, уметь соединять речь и движение, пение и движение в одинаковых и разных темпо-ритмах, знать и пользоваться техникой движения прошедших исторических эпох (этикет и манеры поведения), владеть техникой специальных сценических приемов (сценических трюков).

Применение этой техники облегчит актеру решение сложных задач внешней выразительности в роли.

Глава двенадцатая НЕПРЕРЫВНОСТЬ И ПРЕРЫВНОСТЬ ДВИЖЕНИЯ

Непрерывность и прерывность движений есть один из обязательных признаков пластической выразительности. Это довольно сложный для молодых актеров элемент в движении на сцене.

Непрерывность. Под непрерывностью движения мы понимаем умение двигаться плавно, без задержек и скачков при любой скорости и амплитуде. Такое движение очень красиво по форме. Умение двигаться непрерывно находится в прямой зависимости от уровня координации движений и верного мышечного напряжения.

С одной стороны, слитное, непрерывное исполнение движений является основой пластического движения вообще; с другой стороны, оно служит средством внешней характеристики.

Непрерывность движений, как одно из явлений общей пластичности актера, должна находить выражение в таких бытовых действиях, как ходьба, умение плавно встать, сесть, опуститься на колени, поцеловать руку, поклониться и т. п.

Непрерывное исполнение движений трудно, оно необычно для современного человека, т. к. темпо-ритмы нашей жизни требуют движений относительно быстрых, небольших по размеру и, главным образом,— прерывистых. Жест стал быстрым, отрывистым и лаконичным. Такой характер движений прививается людям с детства и вместе с другими привычками остается у актера на сцене. Однако он часто непригоден для пластической характеристики героя, поскольку снижает возможности действий. Непрерывное движение, как своеобразный сценический двигательный навык, является обязательным средством внешней характеристики в исторических спектаклях. Оно было свойственно людям знатным и богатым, служителям религиозных культов, купечеству. На съемках жанровых сцен из жизни дореволюционного общества приходилось тратить много времени и усилий, чтобы движения актеров стали достаточно медлительными и верно передавали колорит изображаемой эпохи.

При средних и больших скоростях движений, поскольку они быстро сменяют друг друга, ошибки в нарушении непрерывности (как двигательном навыке) менее заметны. А при исполнении медленных движений непрерывность — обязательное условие. Естественно, что пожилые актеры владеют этим качеством лучше, чем молодежь. Наиболее частая ошибка заключается в том, что, начав двигаться темпо-ритмически медленно и непрерывно, актер незаметно для себя убыстряет темп, переходит на современный темпо-ритм и потому теряет плавность как в передвижении по сцене, так и в движениях отдельными частями своего тела. Это относится и к движениям рук, в которых, как уже говорилось, так ярко выражается пластическая характеристика образа.

Иногда актер старается действовать медленно, плавно, но по привычке выполняет каждое движение относительно быстрее, чем надо; тогда, желая понизить общую скорость, он между движениями делает паузы. При такой «технике» вместо непрерывности получается скачкообразность. Вообразите, что скачкообразная походка будет у актера, играющего роль Отелло. Здесь подобная ошибка совершенно недопустима, т. к. отсутствует та самая плавность, о которой говорил Станиславский. Нельзя создать внешний рисунок величавости или торжественности, не владея непрерывностью движений.

Прерывность. Под прерывностью подразумевается умение сознательно прерывать движение, останавливаться в позе. Поза — это фиксированное движение, его отдельный момент.

Поза должна быть полна скрытого, невидимого движения, ощущаемого не только актером, но и зрителем. Движение прервано, но в первый момент после его окончания мышечное напряжение должно сохраниться; затем это мышечное напряжение сменяется другим, соответствующим следующему движению. Поза, лишенная мышечного напряжения, бездейственна, она ничего не выражает. Изменение в напряжении мускулатуры может быть совершенно незначительным, и, однако, оно придает позе соответствующую окраску.

Изменения в напряжении мускулатуры могут происходить мгновенно и постепенно. Гибель Гамлета может быть правдиво передана в позе только постепенным уменьшением напряжения (принц слабеет на руках у Горацио), которое совершенно исчезает в момент самой «смерти». А Ленский, убитый выстрелом из пистолета, падает почти мгновенно.

Прерывность в движении на сцене, выполненная актером в нужный момент, не только характеризует жизнь героя в конкретный момент действия, но и раскрывает содержание самого физического действия. Герой пьесы быстро перебегает через комнату, но в это время видит в окне что-то, что его поразило. Мгновенно останавливается. Возникшая по логике действия мгновенная остановка в движении нужна актеру для того, чтобы показать зрителю: герой что-то увидел во дворе и хочет получше рассмотреть.

Остановки в движении — позы — являются сильным выразительным средством, если они возникают активно, вовремя и темпо-ритмически правильно. Поза должна быть внутренне оправдана логикой сценической жизни, иначе зритель ей не поверит. Паузы в движении делают игру актера пластически разнообразной.

Прерывность на сцене возможна только в том случае, если актер умеет управлять инерциями своего тела.

Глава тринадцатая

ХАРАКТЕР ДВИЖЕНИЯ

«Подлинные же художники,— говорил Станиславский,— сами составляют свои краски из основных тонов... Этим они добиваются на полотнах своих картин самой разнообразной красочной гаммы всех тонов и оттенков. Мы поступаем так же с темпо-ритмом, как

художники с красками, и соединяем между собой самые разнообразные скорости и размеренности».1

Однако движения отличаются друг от друга не только по амплитудам и темпам, но своеобразными и дополнительными признаками, которые могут быть названы характером движений.2

Характер — это такое исполнение движений, при котором у наблюдающих остается впечатление о легкости или грузности, округлости или угловатости, силе или расслабленности, свободе или скованности движений и т. п. Все эти оттенки создаются благодаря своеобразному подбору движений, осуществляющих действие.

С точки зрения эстетики физического поведения все движения можно отнести к двум взаимно-противоположным группам. Первая группа движений придает физическому поведению положительный характер, вторая — отрицательный. В повседневной, бытовой и общественной жизни люди должны пользоваться движениями положительного типа. Общество не может быть равнодушным к эстетически отрицательным, некрасивым движениям. Но, к сожалению, в быту на дурные привычки редко обращают внимание. Их обнаруживают только тогда, когда специально следят за ними.

Актеру в его сценической деятельности приходится сталкиваться с необходимостью пользоваться в качестве выразительных средств как положительными, так и отрицательными по эстетической характерности движениями. Достаточно вспомнить такие внешне отрицательные образы, как Квазимодо, Расплюев, Риголетто, Вожак, Сиплый. Эти персонажи в пластических характеристиках значительно отличаются друг от друга по характеру движений, однако не требуют доказательств, что их общая движенческая характеристика должна быть эстетически отрицательной. И напротив, Лариса, Джульетта, Катерина, Чацкий, Ромео, Арбенин, Отелло, Комиссар и т. д. в своем физическом поведении должны быть прекрасны.

Если актер пластически хорошо подготовлен, он может выполнять физические действия движениями любого характера, например светский поклон XIX столетия выполнить быстро или медленно, большими движениями или малыми, легко или грузно, плавно или резко, отрывисто, но всегда в соответствии с необходимой характеристикой своего героя. Актеру в сценической деятельности приходится одновременно пользоваться разнообразными и часто противоположными по характеру движениями. Вообразите, что у героя пьесы тяжелая и угловатая походка, как результат болезни ног, а его руки легки, точны и изящны в движениях. Здесь сочетаются некрасивая походка с красивыми жестами. Иногда приходится в зависимости от сценических обстоятельств одно и то же по смыслу действие выполнять различными по характеру движениями. Например, отглаживать утюгом тонкую шелковую ткань следует быстрыми,

1 К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр 158. а Термин автора. — И. К.

легкими и небольшими движениями, полотно — относительно широкими и в меру сильными, а отпаривать драповое пальто придется медленно, с остановками и обязательно сильно.

С точки зрения пластической выразительности важна степень активности выявления характера в движениях. Так же как в акварели возможны бесчисленные варианты насыщенности тонов одного и того же цвета, так и у актера, в зависимости от эмоций и обстоятельств сценической жизни, может возникать огромное количество вариантов насыщенности тонов в характере движений. Так, например, актер должен уметь толкнуть грубовато, грубо и очень грубо; приласкать грубовато, нежно и очень нежно и т. п. Благодаря различной экспрессивной насыщенности движений одного и того же характера актер может в нужный момент усилить или ослабить определенное впечатление в пластической характеристике роли. Владея разнообразными по характеру оттенками движений, умея их сгущать или ослаблять, актер легко создает общую пластическую характеристику образа и справляется с тончайшими и конкретными пластическими задачами в каждый момент действия.

Иногда возникает ситуация, резко меняющая пластическое поведение героев сцены. Так, в одной пьесе в общую элегантно-изящную пластическую характеристику героев пришлось по ходу действия ввести явно отрицательные движения. В обществе воспитанных людей (таково их поведение) внезапно возникла ситуация, когда один из персонажей должен грубо ударить другого по лицу; в результате началась драка. В такой сцене внезапный переход на движения отрицательного характера, резко контрастирующие с первоначальным поведением персонажей, создает у зрителя яркое впечатление, поскольку действие активно изменяется в темпо-ритме.

Таким образом, характер — обязательный признак каждого движения — является также обязательной составной частью темпо-ритма физического действия. Огромное количество комбинаций движений (особенно если принять во внимание их тона и оттенки) дает возможность выразить необычайное разнообразие пластических характеристик в поведении людей. Здесь уместно указать еще раз на естественную и органичную неповторимость их движений. Человек не может с математической точностью воспроизвести уже выполненные движения.

Физические действия в бытовой и общественной деятельности людей повторяются только в логической схеме, но неповторимы в деталях, иначе человек уподобился бы машине. И, однако, к такому уподоблению иногда все же стремятся актеры в репетиционном процессе. Между тем, крайне необходимое в цирковом трюке, точное движение порочно в драматическом искусстве, поскольку не соответствует действительности. В сценическом действии стандартно точное повторение движений, одинаковых по характеру, является движенческим штампом. В основе его лежит проявление только моторной памяти, когда сознание не оказывает влияния

на физическое поведение актера. Актер выполняет движения так, как они были им вызубрены на репетициях.

От чего же зависит возможность изменения характера движений? В первую очередь, от ловкости актера, от правильных мышечных напряжений и от размеров этих движений. Так, в грациозном движении мышечные напряжения должны точно соответствовать выполняемому действию. Излишне сильные, широкие, размашистые движения не будут грациозны. Как только напряжение становится преувеличенным, грациозность и изящество пропадают. Так же можно проанализировать все основные характеры движений.

На репетициях актер сознательно (и только иногда непроизвольно) подбирает характерные движения, осуществляющие физическое действие в роли. В спектаклях, являясь тончайшей пластической характеристикой образа, они обычно проявляются в общем темпо-ритме сценического действия непроизвольно, как результат правильной деятельности творческой природы артиста. В этом случае они всегда жизненно правдивы, как все то, что рождается на сцене интуитивно.

Режиссеры и педагоги знают, что деятельность подсознания выявляет на сцене только то, что было создано, пережито и закреплено на репетициях или в учебном процессе. И особенно ценно, когда проявление подсознательного в деталях поведения возникает как неожиданно новое.

Глава четырнадцатая

РЕЧЕ-ДВИГАТЕЛЬНЫЕ И ВОКАЛЬНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЕ КООРДИНАЦИИ »

(умение соединять речь и движения в одинаковых и меняющихся по ходу исполнения темпо-ритмах действия)

И. П. Павлов говорил, что у человека, кроме огромного разнообразия движений скелетной мускулатуры, «есть сложность движений речи».2 Под «движениями речи» подразумевается вся совокупность работы мышц речевого аппарата, т.е. дыхательных, гортани, резонаторов и артикуляционных. В процессе развития человек овладевает сложнейшей координацией мышц, обеспечивающих не только произнесение слов, но и взаимодействие речи с движениями скелетной мускулатуры, порознь, а чаще совместно осуществляющих различные действия.

Речь — важнейшее средство общения между людьми. Как фактор проявления уровня интеллекта, она может выразить то, чего нельзя выразить движениями тела. Никакими движениями не может

1 Термин автора. — И. К.

2 И. П. Павлов. Педагогические среды, т. 2. М. 1955, стр. 432.

— Л., Изд-во АН СССР,

быть передано содержание монолога Гамлета «Быть или не быть», размышления Лоренцо о круговороте материи, психологический поединок между Порфирием и Раскольниковым, идейный конфликт между Вожаком и Комиссаром. Но нельзя задушить Дездемону одними словами, как нельзя словесно передать кульминацию в прощании Катерины и Бориса, выговорить словами то, что выражено в их последнем объятии.

Признавая речь главнейшим фактором, выражающим жизнь сознания, следует отметить, что она не имеет абсолютной конкретности. И, наоборот, движения, осуществляющие единичное действие, лишены возможности к обобщениям, так как они совершенно конкретны и решают только одну задачу.

Таким образом, продуктивное и целенаправленное действие не может быть полноценно выражено иначе, как только совокупностью словесного и физического действий, взаимно дополняющих друг друга.

Стройная, естественная координация слова и движения прекрасно обслуживает человека в его повседневной деятельности, однако на сцене она часто разрушается. Происходит это потому, что природная способность должна проявляться в условных, искусственно созданных автором, режиссером и актером обстоятельствах. Кроме того, причина заключается еще и в огромном, необычном для жизни темпо-ритмическом разнообразии сценических действий.

Чтобы улучшить координацию речи и движений тела, К. С. Станиславский предложил: «Для организации разных темпо-ритмов и действий я поступил как прежде, то есть сначала соединил два действия и два темпо-ритма: одевание и хождение. Привыкнув и доведя их до механической приученности, ввел третье действие в новом темпо-ритме: произнесении стихов».1 Словом «организация» Станиславский назвал координацию физических действий со словесными, т.е. чтением стихов: ведь в его упражнении между текстом и движениями нет никакой логической связи. Для чего Станиславскому понадобились подобные упражнения?

В жизни людей параллельность речи и физических действий не представляет затруднений. Люди могут двигаться, делать что-либо руками и в то же время говорить, петь. Однако в жизненной практике при выполнении необычных или ответственных физических действий люди, как правило, умолкают, а во время важного сообщения или беседы они почти не двигаются. Это свидетельствует о том, что в некоторых обстоятельствах совмещение речи и движений не всегда удобно.

На сцене актеру приходится, действуя физически, действовать еще и словесно, и соединение речи и движений возникает в разнообразных и часто неудобных для их взаимодействия обстоятельствах. Чтобы облегчить этот процесс, Станиславский решил

'К. С. Станиславский, Собр. соч., г. 3, стр. 159.

тренировать учеников на разнообразных и не связанных по смыслу сочетаниях речи и движений тела, несмотря на то, что навык подобных сочетаний выполняется в жизни в течение дня сотни раз.

В жизни быстро идущий человек может совершенно свободно медленно и вразумительно что-то рассказывать спутнику; во время быстрого темпераментного рассказа или беседы человек медленно делает какую-то домашнюю работу. Оба логически не связанные действия выполняются, тем не менее, легко, свободно и, что главное, совершенно непроизвольно. При этом ритмически речь и движения также совершенно не связаны между собой. Иногда они взаимодействуют только по смыслу исполняемого и не совпадают ритмически.

Ритмические совпадения и несовпадения, непроизвольно возникая, так же и исчезают, но всегда зависят от обстоятельств. А обстоятельства иногда таковы, что речь и движения точно взаимно координируются, причем происходит это без затруднений, принуждений и ощутимого контроля. Подобные ситуации возникают, например, в детских подвижных играх или тогда, когда люди поют песню и в такт ей выполняют работу или шагают в строю.

Навык этого типа появляется у человека в процессе развития. Он функционирует в течение всей жизни и легко осуществляется, если нет препятствий и затруднений.

Затруднения возникают в начале репетиционной работы: мешает условный и непривычный темпо-ритм физических действий, во время которого надо говорить текст. Процесс соединения речи и движений неудобен актерам, поскольку они не могут действовать как хотят, а кроме того, вынуждены подчинять свое речевое (или вокальное) поведение условностям сценических обстоятельств. Принуждение уничтожает органику в этом сложном психофизическом процессе. Осообено затруднительны совмещения движений со стихотворным текстом пьесы и в опере. Здесь при условном ритме стиха (или пения) актеру, тем не менее, приходится физически действовать в реалистической манере. Это трудно, потому что непривычно.

Актер должен уметь соединять в едином сценическом действии речь (пение) и движения тела в одинаковых, разных и меняющихся по ходу исполнения темпо-ритмах.

Если нет свободы в этом навыке, снижается уровень пластических возможностей актера. Без словесного действия не может быть драматического спектакля (без пения — оперного), и если движения свободно не совмещаются с речью или затрудняют ее, то ради облегчения их сценического действия исключают движение. В результате актер теряет в выразительности, действие становится статуарным.

Профессиональный навык сочетания речи и движений тела, названный нами рече-двигательные и вокально-двигательные координации, представляет собой умение, без которого не может быть сыгран спектакль, и нет такого актера, который был бы вообще

лишен этого умения, но крайне важно, чтобы оно было всесторонне и разнообразно подготовлено и исполнитель легко применял его.

Необходимо, чтобы взаимодействие между речью и движениями тела осуществлялось в рамках естественной деятельности человеческого организма. В жизни мысль и порожденная ею речь — продукт целенаправленной деятельности сознания, в то время как движения человека (особенно локомоторного и производственного типов) выполняются почти всегда полуавтоматически. Именно таким должно быть взаимодействие между речью и движениями актера, потому что если в сценическом действии речь окажется в подчинении у движения, то актер будет формально произносить текст и станет фальшивым.

Актер на сцене не создает текста (как люди в жизни), он повторяет заученные слова. Поэтому иногда актер просто проговаривает текст, слова не рождаются у него как бы заново, благодаря осмыслению сценической ситуации. Умение произносить заученные слова каждый раз как в первый раз — главный принцип сценического искусства, и только он приносит правильную интонацию, без которой не могут быть переданы зрителю чувства и эмоции сценического героя. Ничто не должно мешать мысли и речи. Однако проговаривание слов все же случается в театре, когда нет прочных навыков непрерывного и полусознательного воспроизведения видений или вследствие неподготовленности рече-двигательных координации. Первая ошибка есть результат неверного обучения драматическому искусству, вторая — сценическому движению.

Чтобы убедиться в том, насколько условность заданий мешает соединению речи и движения, есть смысл выполнить следующие варианты разработанного Станиславским упражнения: быстро выполняя какое-то обусловленное по задаче физическое действие, сознательно медленно и вразумительно что-то рассказывать. Еще труднее произносить не свой, а заранее выученный чужой текст. Или надо что-то медленно и беспрерывно делать, а в это время быстро рассказывать чужой текст, убеждая собеседника. Еще труднее соединять два физических действия и в это время читать стихи.

Автору пришлось столкнуться с фактом, когда опытный актер (нар. арт. СССР В. И. Честноков), умевший отлично фехтовать и знавший технику сцены дуэли Сирано с Вальвером, не мог читать стихи во время боя. Лишь после длительной тренировки ему удалось совмещать стихи с движениями боя в совпадающих и несовпадающих ритмах. Потом выяснилось, что этот навык помог ему и в дальнейшем, во всех остальных сценах. После того, как В. И. Честноков много раз блестяще сыграл роль, и в частности сцену дуэли, он в совершенстве овладел навыками этой своеобразной координации и при исполнении других ролей никогда более не нуждался в аналогичной подготовке. Навык соединения речи и движений в разнообразных ритмах действия превратился у него в своеобразное профессиональное умение и остался на всю последующую творческую

жизнь. Успех в освоении этого навыка зависит от того, насколько свободно и разнообразно будут осуществляться нервные процессы, управляющие взаимодействием речи и движений тела.

Произнесение текста или пение во время или после активного движения требует от актера еще и специальной координации речи и движений с деятельностью сердечно-сосудистого и дыхательного аппаратов. Во время активного движения и особенно после него нарушение дыхания мешает произнесению текста. Надо уметь правильно дышать во время выполнения активных и быстрых движений, а этот навык медленно подготавливается. Надо уметь приводить дыхание к норме во время произнесения слов. Зритель не будет ждать, пока актер успокоит дыхание, хотя в жизни при одышке люди могут не говорить. В спектакле подобное, если оно не вызвано предлагаемыми обстоятельствами, привело бы к нарушению темпо-ритма сцены. Этот вид координации особенно необходим в оперетте и при исполнении водевиля драматическими актерами; он нужен во всех сценах, имеющих быстрое и главным образом отрывистое движение (бои, драки, быстрые перемещения в сценическом пространстве, танцы). В театре оперетты этот навык — едва ли не основной в технологии профессии, которая состоит в беспрерывном соединении большого сценического движения (в частности, танцев) с речью и, что еще труднее, с пением. Проблема дыхания в этом жанре — главная для преподавателей по движению, режиссеров и самих актеров. \*

Рече-двигательные и вокально-двигательные координации должны быть так подготовлены, чтобы актер владел ими свободно и главным образом непроизвольно, в разных темпо-ритмических вариантах сценического действия.

Глава пятнадцатая

ЧАСТНЫЕ ДВИГАТЕЛЬНЫЕ НАВЫКИ

Двигательные навыки, к технике которых почти не прибегают в повседневной жизни (и потому она требует особого изучения), называются сценическими трюками.2 К ним относятся: сценические прыжки, падения, переноски тела партнера, приемы борьбы без оружия, а также техника исполнения любовных поцелуев, обрядовых ритуалов разных религий и пр. При исполнении некоторых из них возможны физические повреждения (это относится к прыжкам, падениям и дракам). В спектаклях драмы и оперы подобные действия встречаются относительно редко и значительно чаще применяются при съемках кинофильмов.

1 В связи с особым значением правильного дыхания у актеров всех жанров, в предмете разработан комплекс упражнений специально для тренировки дыхания (см", главу «Развитие правильного дыхания»).

2 Термин автора. — И. К.

Исполнение сценических трюков требует от актера сильной воли и отличных психофизических качеств, особенно ловкости и ритмичности. Оно требует также особой сноровки. При исполнении трюка надо убедить зрителя в подлинности того, что он видит, хотя по существу такое действие всего лишь эффектный обман.

Приемы этого типа, найденные в различных спектаклях, стали ценным опытом, обогащающим арсенал выразительных средств актера в театрах всех жанров. Они не являют собой раз и навсегда установленную технику, т.е. сценический штамп, но должны дать актеру представление о принципиальных схемах исполнения того или иного трюка, пользуясь которыми, он в каждой новой подобной сценической ситуации может сам создать аналогичное по конструкции, но иное по деталям физическое действие. Готовые схемы трюков предлагают испытанные пути преодоления технических трудностей, возникающих при создании такого сценического эффекта. Количество подобных приемов постепенно увеличивается, техника их улучшается и никогда не будет исчерпана.

Сценические падения в 1930-х годах представляли собой, казалось бы, непреодолимую трудность в педагогическом процессе: на сцене они исполнялись только интуитивно, что иногда служило причиной травм. Чаще же всего исполнители старались вообще не падать. Сейчас техника падений достаточно точно разработана, так же как и методика обучения ей. Теперь обучение падениям не представляет трудностей для специалиста-педагога.

Необходимо, чтобы вновь осваиваемые трюки возможно скорее становились общим достоянием в педагогической и постановочной работе. Тем самым будет обогащаться запас выразительных средств в театрах и ценное время не уйдет на изобретение того, чем давно пользуются в педагогическом опыте.

При исполнении трюка актер придерживается испытанной на уроках схемы, гарантирующей ему необходимую безопасность. При исполнении подобных действий должны быть обязательно соблюдены два принципа: первый состоит в максимально близком подобии сценического трюка аналогичным жизненным действиям. Зритель поверит трюку, если он правдоподобен. Зритель должен верить, что актер поднимает с земли «безжизненное тело» друга, что он страстно целует действительно «любимую» и пр. Если подобные действия не исполнять в соответствии с жизненной правдой, нарушится правда художественная.

Второй принцип состоит в выполнении приемов, представляющих опасность для здоровья актеров, с помощью техники, которая делает их безопасными и безболезненными. Если актер при исполнении трюка ждет боли или боится, он психологически выпадает из сценического действия. Применяя безопасную технику трюков, следует выполнять их схемы в полном соответствии с жизненной правдой, но пользоваться вспомогательными движениями так, чтобы предохранить себя и партнера от травм. Следует понять,

что если в жизни у сражающихся имеется единство цели и средств, которыми достигается победа над противником, то на сцене аналогичное действие требует одновременного выполнения двух взаимно-противоположных задач. Первая задача состоит в том, чтобы создать видимую правдивость подобного действия, а вторая — в том, чтобы выполнить это действие движениями, не причиняющими боли партнеру. Вторая задача наиболее трудна: нужно, сохраняя видимость правды, выполнить удар в точном направлении и остановить его почти у лица, не коснувшись его; партнеру же точно вовремя несколько отстранить лицо, но сделать это так ловко, чтобы у зрителя было впечатление, что удар попал в лицо. Далее надо сыграть все последующие действия: схватиться за лицо, пошатнуться и, может быть, даже упасть. Зритель должен поверить в действие, которого на самом деле не было.

У актера, выполняющего сценический трюк с помощью специальной техники, могут непроизвольно измениться психологические мотивы действия. Это обстоятельство может, в свою очередь, сказаться на подборе движений таким образом, что технология безопасности станет ведущей в действии, заметной зрителю, — и сценический эффект нарушится. Это означает, что, несмотря на двойственность цели, у исполнителя не должен изменяться видимый характер действий и не должно меняться правдоподобие чувств. Эмоции актеров должны соответствовать первой задаче, а технику безопасности должен выполнять только внутренний контролер. Понятно, насколько сложна задача, стоящая перед актерами. Если в настоящей рукопашной схватке цель — причинить противнику боль, нанести увечье, то на сцене в подобной ситуации цель в том, чтобы только произвести соответствующее впечатление. Подлинная подножка в драке служит для того, чтобы бросить противника на землю; на сцене актер, «сбивая его с ног», делает «подножку» так, чтобы поддержать партнера. Схема аналогична настоящей драке, а детали иные, иные и отношения между партнерами, одинаково заинтересованными в том, чтобы возможно убедительнее для зрителя и безопаснее для себя исполнить такой трюк. Их объединяет единство сценической цели; это объединение заставляет действовать в верном, с точки зрения жизненной правды, темпо-ритме подлинной драки, так как только в этом случае зритель поверит в действие.

Сценические прыжки не опираются на легкоатлетическую или гимнастическую технику: она условна поформе и потому непригодна. Однако у актера должна быть развита хорошая «прыгучесть», то есть сочетание силы отталкивания с ловкостью. Умелая техника бытовых. прыжков, создаваемая каждый раз как бы заново, в своей основе является измененной техникой военно-прикладных прыжков; они наиболее близки к бытовым преодолениям различных невысоких препятствий. На сцене актеру наиболее часто приходится прыгать в глубину, то есть сверху вниз; при этом нужно безопасно приземлиться. Исполнение спрыгиваний и падений сверху вниз требует подготовленного вестибулярного аппарата. Если актер боится высоты и приземлений, ему не выполнить трюк «падение с высоты».

Сценические переноски также сводятся к соответствующему обману зрителя. Актер, которого несут, должен сам помочь взять себя на руки, крепко и уверенно держаться на руках или на спине несущего, помочь ему сбросить или уложить себя на землю. Только при взаимодействии партнерам удается выразительно играть такую сцену. Актер не должен бояться быть сброшенным на пол, он должен умело падать — убедительно и безболезненно, тем более что падать приходится довольно часто: при обмороках, умираниях, ранениях и ударах.

Любовный поцелуй на сцене — сложный двигательный акт, который требует своеобразной техники движений. Она состоит в том, чтобы позы артистов убеждали зрителя в происходящем и в то же время скрывали от него, что подлинного поцелуя нет. Партнеры должны активно идти на выполнение такого действия, так как только активность помогает выражению большой страсти двух любящих людей.

Если партнеры позволят себе на сцене подлинные объятия и подлинно любовные поцелуи, то действие из правдоподобного, то есть сценического, превратится в натуралистическое и художественный образ исчезнет. Это сразу нарушит эстетические нормы реалистического искусства.

Точно так же на сцене совершенно недопустима подлинная пощечина. Актеру никогда не приходит в голову возможность действительно ударить партнера на сцене кулаком в лицо или кинжалом в грудь (в этих случаях он ищет верную технику), точно так же он должен пользоваться сценической техникой, давая пощечину. Однако до сего времени в ряде театров натурально исполняют пощечину, иногда довольно сильную и даже женщине. Подобный натурализм и отсутствие техники иногда прикрывается высокими разговорами о сценической правде, а натуральная пощечина так же противна зрителю, как натуральный поцелуй, так как она физиологична.

Следует отметить, что перечисленные выше трюки в искусстве кинематографа требуют исполнения, очень близкого к жизненной практике. Особенно когда кадр снимается крупным планом. Объектив сразу обнаруживает неправдоподобие такого действия, если оно сыграно как в театре. Там аналогичные действия приходится играть сотни раз, и, кроме того, отдаленность от зрителя позволяет пользоваться для обмана соответствующей техникой движений. — Понятно, что выполнение трюкового действия в кинематографе требует от актера высокой тренированности и мужества, без которых хорошо сыграть трюковой кусок невозможно.

Если актер не овладел техникой сценических трюков в процессе обучения в театральной школе, ему нужно продолжить работу над

нею в репетициях, упорно добиваясь удачи. В тех случаях, когда у актера нет настойчивости, а режиссер не помогает ему, он обычно отказывается от трюкового куска, обедняет игру и становится менее интересным в физическом действии.

Сценические трюки своеобразно украшают спектакль. Главное в том, что они помогают возникновению новых и активных темпо-ритмов физических действий. Действие становится увлекательным не только по ситуации, по и по возникающим у актеров ярким эмоциям. Эти эмоции, активно воспринимаются зрителем и, в свою очередь, вызывают у него эмоциональное восприятие увиденного. Время, потраченное на создание верного сценического трюка, компенсируется успехом при его исполнении.

Следует помнить, что сценический трюк только тогда становится частью действия, когда он оправдан обстоятельствами пьесы, когда актеры не думают о технике исполнения.

Если трюк — самоцель в поведении на сцене, то он превращается во вставной цирковой номер и выпадает из стиля реалистического спектакля.

Глава шестнадцатая

СТИЛЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ1

В спектакле наиболее легко достигаются пластические перевоплощения, правдоподобно передающие уклад жизни, общественный и личный быт, обычаи и этикет, соблюдаемые героем, если у актера есть эти знания и навыки.

Для таких физических действий (названных «стилевым поведением») подбираются специальные движения, разработанные в театральной педагогической науке путем исследований и наблюдений над явлениями общественного и личного быта людей разных национальностей и в различные периоды истории.

Стилевые действии на сцене выражаются, во-первых, в том, что актеры выполняют обычаи и традиции, являющиеся составной частью бытового уклада изображаемой в спектакле национальности.

Следует отметить, что обычаи меняются по мере того, как меняются бытовые условия жизни народа. Однако этот процесс медлителен, ибо старые привычки живут долго и стойко. В основе народных обычаев почти всегда лежит здравый смысл, диктующий то или иное действие в конкретных обстоятельствах жизни. Эти действия отбирались постепенно, в процессе развития быта и культуры народов; они стали привычными и потому необходимыми, превратились в неписаные и никем не утвержденные, но принятые обществом правила поведения. Нарушение этих правил оскорбляет людей

1 Термин автора. — И. К.

и вызывает у них протест. (Подобные нарушения, в свою очередь, могут быть использованы актерами как средство экспрессии).

Стилевые действия выражаются, во-вторых, в исполнении персонажами правил этикета, если такой был в обществе, изображенном в пьесе.

Слово «этикет» истолковывается в Большой Советской Энциклопедии как «форма поведения, обхождения, правила учтивости, принятые в каком-либо обществе». Разделение на сословные группировки не могло не сказываться на отношениях между людьми. Это нашло отражение и в этикете.

Буржуазные исследователи, занимавшиеся историей этикета разных стран и эпох, рассматривали его только как свод правил и формальностей, касающихся, главным образом, внешности и образа действия человека из так называемого благовоспитанного общества, совершенно не вдаваясь в сущность морали этого общества. Действия, диктуемые этикетом, иногда носили совершенно условный характер, поскольку были искусственно придуманы, но правила этикета надо было неукоснительно соблюдать.

«Благовоспитанное» общество старалось подчеркнутым выполнением этикета отличаться от простого народа. Выполнение этикета требовало времени, что заполняло кажущейся деятельностью праздную жизнь этих людей. Человек вне деятельности жить не может — этикет давал возможность хотя бы внешне быть деятельным.

Историческая наука и этнография знает множество различных этикетных кодексов. Известно, что был сложный этикет и религиозный ритуал египетских фараонов и жрецов, этикет римских императоров, этикет и ритуал рыцарей средневековья, сложный этикет русских царей допетровской Руси, этикет французских королей, усложненный во времена Людовика XIV, этикет\_ испанского двора XVI—XVII столетий, этикет времени Наполеона I, этикет английского королевского двора, полный традиций, наконец — дворцовый этикет русского двора, впитавший в себя во времена Екатерины II — французский этикет, при Павле — прусский, а при Александре III в русский этикет вошли некоторые правила английского этикета. Принятый в России дворцовый этикет проникал через наместников царя и генерал-губернатороввдворянское провинциальное общество, через него в слои интеллигенции, купечество и мещанство. Естественно, этикет искажался, порождались уродливые подражательные формы. Следует также отметить, что в купеческом быту во многом придерживались обхождения, принятого в допетровской Руси.

Когда ставят произведение драматургии, действие которого происходит, например, в XIX веке, а действующими лицами являются люди высшего света, то в пластическом решении спектакля следует передавать не только то, что составляло оболочку внешних взаимоотношений между ними, но прежде всего то, что определяло внутреннюю сущность их отношений, сущность конфликтов между ними и людьми более низкого звания.

Сценический персонаж лишь тогда будет типичен и в то же время человечески конкретен, когда в его поведении будут отражаться не только признаки эпохи и национальности, но и принадлежность к определенной общественно-социальной группе. Каждая такая группа характеризуется классовыми признаками, свойственными только ей; без воспроизведения их невозможна конкретизация физического поведения сценического героя.

Таким образом, актер, работающий над новой ролью, должен овладевать знаниями и приобретать умения, которые помогут ему в отборе движений и действий, передающих многие черты внешней характерности: исторические, этнографические, национальные и, главным образом, социально-классовые. Все эти признаки должны отразиться в особенностях пластики изображаемой личности.

Поскольку репертуар советских театров, кроме пьес современных, включает пьесы народов СССР, русскую и западноевропейскую классическую драматургию, актер должен овладеть следующими навыками:

1. Стилевым поведением различных народов СССР в разные периоды их истории.

2. Стилевым поведением западноевропейского общества раннего средневековья, эпохи Ренессанса, XVI, XVIII, XIX столетий и современности.

3. Стилевым поведением античного мира.

Обычно в пьесах такие персонажи: крестьяне, мещане, рабочие и мастеровые; домашняя прислуга (горничные и камеристки, лакеи и официанты, камердинеры и дворецкие), чиновники всех рангов; военные разных чинов; интеллигенция различных профессий; купечество — от мелких торговцев и разносчиков до богатеев, фабрикантов и промышленников; духовенство — от простых монахов и дьячков до митрополитов и патриархов и даже католического папы; дворянство, начиная от обедневшего и мелкопоместного, до знати, высокопоставленных вельмож и придворных, представителей правящих кругов и царских фамилий. Все это в равной мере относится ко всем историческим эпохам и народам.

Выполнение стилевых действий, связанных с бытом героя, порождает определенную манеру поведения, создающую точную пластическую характеристику как основу внешней характерности образа. Вне такой характерности не может быть настоящего пластического решения. Исполнение ролей в пьесах, действие которых относится к античности и средним векам, требует овладения стилевой практикой, в какой-то мере чуждой советским актерам. Стилевые действия XIX и начала XX столетия мало отличались от русского светского обхождения. Следует отметить, кроме того, что люди одной и той же профессии, но разных национальностей, в зависимости от характера профессии, в одних случаях могут очень различаться в манере поведения, а в других — эти различия могут быть

почти незаметны. Для примера можно указать на католическое духовенство, очень отличающееся манерами и ритуальными действиями от православных священнослужителей (играть приходится и тех и других), в то время как пластическое поведение западноевропейского офицерства мало чем отличалось от поведения русского (имевшиеся различия в деталях настолько незначительны, что актер может ими пренебречь). Светское поведение русского общества почти не отличалось от поведения западноевропейского, хотя и имелась некоторая разница в правилах хорошего тона. Русские были высокомерны и даже спесивы, англичане — респектабельны и сдержанны, французы держали себя свободнее и проще, и т. п. \*

Работая над созданием пластической характеристики героя, актер вместе с режиссером сначала должен найти основную логическую линию его поведения с учетом национальных и исторических особенностей, а затем привнести черты, отражающие быт, обычаи и этикет. Соединив все эти пластические признаки, актер должен создать законченную характерность своего героя.

Естественно, что выполнить физические действия, связанные с обычаями и этикетом, возможно только при соответствующих знаниях и навыках. Стилевые навыки находят выражение в самых разнообразных действиях и движениях; это и различные осанки, походки, позы сидя, поведение во время еды и питья; и действия, диктуемые этикетом, принятым в изображаемом обществе, т.е. поклоны, приветствия, жесты, поцелуи; и действия при обращении с дамой, а также в различных обстоятельствах жизни: на улице, на приеме, на балу, в церкви, нанося визит и т. п.; наконец, действия, связанные с пользованием принадлежностями туалета: цилиндром, широкополой шляпой, тростью, жезлом, посохом, веером, зонтиком, перчатками, лорнетом, моноклем, вертюгардом, шлейфом юбки, кринолином, плащом, шпагой (как предметом быта и ритуала), четками, молитвенником и прочими типичными предметами быта и обихода.,

Все эти разнообразные навыки диктуются обстоятельствами пьесы. Для примера можно указать, как костюмные моды влияли на поведение людей и порождали в разные периоды истории некоторые специфические действия. Так, дама в кринолине, для того чтобы пройти в дверь, вынуждена была поворачиваться боком; светская дама и светский мужчина XIX века не могли сидя класть ногу на ногу. Она — потому, что при подобном положении ног кринолин спереди высоко поднимался, а он — потому, что такому положению ног очень мешали узкие брюки, натянутые штрипками и помочами. Аристократы античности, одетые в свободные одежды, сидели в этой позе так же часто, как наши современники. Офицер XIX столетия, затянутый в узкий неудобный мундир с высоким тугим воротником, кланялся, наклоняя только голову, так диктовал и военный этикет,

1 См. вторую часть учебника.

а штатский человек той же эпохи, наоборот, свободно и непринужденно кланялся, чуть наклоняя голову, но сгибал верхнюю часть спины. Слуга, в зависимости от распорядка, принятого в доме, иногда должен был кланяться в пояс, а иногда вообще не кланялся. Подневольный люд сгибался перед хозяином в «три погибели», крепостной бросался в ноги и бил лбом об пол, являя тем самым крайнюю степень своего унижения.

Актер, владеющий стилевыми действиями, легко справляется с соответствующими пластическими характеристиками. Роль становится пластически яркой и разнообразной. Актеру и режиссеру не надо выдумывать «интересные» действия, они детально разработаны в процессе жизненной практики народов. Их надо только познать и пользоваться ими, подлинная история гораздо интереснее выдумок.

Стилевые действия в роли — вершина пластической выразительности, поскольку они создают физическую характеристику в деталях поведения. Все навыки, описанные выше, должны преломляться сквозь призму стилевых действий, поскольку, как было отмечено, ни один персонаж в спектакле не может существовать оторванно от своей национальности, классовой принадлежности и исторической эпохи, в которую он живет.

Следует, однако, сказать, что эти навыки трудны, т. к. передаются только через детали поведения; они никогда не должны быть самоцелью сценического поведения. Если в момент исполнения роли актер будет думать о технике этих движений, он потеряет главное — органику сценической жизни, а следовательно, не придут и переживания. Поэтому нужно заранее освоить технику стилевых действий, и тогда она сама по себе, непроизвольно будет обслуживать актера в обстоятельствах роли. Это единственно верный путь в репетиционной работе над ролью, требующей выполнения непривычных стилевых действий. Кроме того, следует сказать, что далеко не все действия, принятые в старом обществе, допустимы к исполнению в современном спектакле, и мерилом в этом плане должно быть чувство современности, хороший вкус режиссера и актера. Все должно быть подчинено закону создания художественного образа — и только.

Глава семнадцатая

СКУЛЬПТУРНОСТЬ В СЦЕНИЧЕСКОМ ДЕЙСТВИИ

Под термином «скульптурность» К — С. Станиславский подразумевал и хорошее телосложение актера, и умение сценически правильно располагаться и двигаться в пространстве сцены. Сценически правильно, с точки зрения Станиславского, означает, что размещения и движения тела соответствуют логике сценического действия. Таким образом, К. С. Станиславский вкладывал в термин

«скульптурность» представление не только о форме тела актера и форме его действий, но и о содержании этих действий.

При анализе положений К. С. Станиславского оказывается, что скульптурность надо понимать как самое высокое проявление пластической культуры актера. С этой точки зрения, скульптурность действия на сцене должна отражать все стороны такого сложного процесса, каким является создание пластического образа героя.

Скульптурность в позе, пока физическое действие еще не проявилось в движении, не может существовать абстрагированно от внутреннего действия. Зритель, внимательно наблюдая за действенной позой актера, оценивает ее с точки зрения содержания действия. Одновременно, когда это касается молодых и средних по возрасту людей, зритель не может не оценивать, насколько красив герой. Этот процесс наиболее активно протекает тогда, когда поза неподвижно сидящего актера позволяет увидеть все прекрасное, что может создать одухотворенное действием и эмоциями тело. Но положительные эстетические оценки возникают у зрителя только в тех случаях, когда у актера есть соответствующие данные. Зритель бывает разочарован, если не получает нужных эстетических впечатлений, даже в том случае, если исполнитель хорошо играет роль.

Эстетически привлекательная, а еще лучше — эстетически совершенная внешность молодых исполнителей способствует успеху спектакля. Зритель хочет видеть, что внешние данные певца и певицы, поющих партии Ольги и Ленского, соответствуют его представлениям об этих образах. Татьяна должна быть прекрасна, так же как Катерина, Онегин, Елецкий и Чацкий. Не случайно во время спектакля можно услышать шепот зрителя: «Он хорошо поет, но толст и неуклюж, почему он Фигаро?» И разве не должна быть прекрасна Лариса?

Внешняя красота актеров, в первую очередь, зависит от правильного телосложения. В некоторых ролях качество телосложения имеет большое значение в сценической выразительности. Так, в пьесе Радзинского «104 страницы про любовь» на протяжении всего спектакля герой, оценивая внешность героини, говорит, что она «лучшая девушка в СССР». Если внешние данные актрисы не убеждают в этом зрителя, полноценного успеха даже при хорошем исполнении роли ждать трудно. Наташа — бортпроводница, она «стройна и длиннонога» (так говорят в пьесе). Актриса, играющая Наташу, должна быть в этой роли изящна. Она может надеть парик и загримировать глаза (о них, кстати, тоже говорят в пьесе), но она должна быть от природы правильно сложена и изящна в физическом поведении. Правильное телосложение складывается из верных пропорций тела, а у мужчин оно требует еще и рельефной мускулатуры. «Идеальных сложений нет. Их надо делать». 1

1 К. С. Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 33.

В повседневной жизни неправильное телосложение, если оно не перешло в патологическую форму, редко замечается. «Но, перенесенные на подмостки, многие из наших внешних недостатков становятся там нестерпимыми».г Сцена с поднятым планшетом, яркий свет, размещение на сценической площадке по замыслу режиссера, при котором актера хорошо видно, и, наконец, то, что внимание зрителя сосредоточено главным образом на актере, делает его физическое поведение активным объектом наблюдения, при котором все пластические недостатки и достоинства легко замечаются. «Это обязывает к тому, чтобы показываемое тело было здорово, красиво, а его движения пластичны и гармоничны». '

Особенно заметны недостатки телосложения и осанки в кинематографе, где кадр активно сосредоточивает внимание зрителя на актере. При съемке средним планом актер настолько приближается к зрителю, что его тело и действия просматриваются в деталях. Крупные планы в этом смысле несколько «безопаснее», т. к. их объектом бывает чаще всего только лицо актера, а не его тело, и поэтому недостатки пластики менее заметны. Верные пропорции и правильная осанка создают актеру основу для «статической скульптурности». Однако мало иметь хорошие пропорции тела и осанку. Надо еще, умело подражая лучшим образцам скульптуры и живописи, правильно располагать тело в пространстве сцены. Такое умение должно быть свойственно исполнителям всех ролей. Тело актера, выражая логику действия, должно нести даже в статике характеристику и характерные особенности создаваемого образа.

Главное в позах на сцене (если это не стойка «смирно») — умение избегать параллельных линий, т.е. сомкнутых ног, вытянутых вниз рук и т. п. положений, при которых пластические качества актера и позы ничего не выражают в жизни образа. Тело актера должно осмысленно «лепиться» в пространстве сцены.

Скульптурность проявляется, как уже упоминалось, в умении актера верно размещаться в пространстве сцены применительно к другим персонажам. В зависимости от сценической задачи актер должен уметь находить свое место на сцене. В зависимости от логики действия он может быть, например, «среди друзей» — что выражается, как правило, стремлением быть между ними, быть ближе к ним или, наоборот, быть «среди врагов», что может выражаться в стремлении отделить себя от них и т. п. К — С. Станиславский говорил, что нужно «умение поместиться (в группе) и оправдать (свой переход или перемену позы)». 3

Расположение артистов на сцене должно быть таким, чтобы каждое действующее лицо обязательно было видно зрителю. Это основной закон скульптурности в массовой сцене. Соблюдать эти

1 К. С: Станиславский. Собр. соч., т. 3, стр. 32.

1 Там же.

 \* Там же, стр. 490.

требования довольно затруднительно для участников массовых сцен. Исполнители должны так разместиться на сцене, чтобы каждый из них хорошо видел зрительный зал — при этом условии его обязательно будут видеть зрители. Особенно важны навыки правильного размещения в музыкальных театрах, где действуют большие группы артистов хора. Там размещение в сценическом пространстве относительно статично, но оно должно быть оправдано содержанием действия. Как правило, такое размещение привычно артистам хора, они легко находят свое место. Передвижения по сцене (а они имеют большое значение как в логике действия, так и в его выразительности) для больших групп артистов значительно более трудны, поскольку при этом теряется чувство партнера, поющего рядом, не виден дирижер, а ни в коей мере нельзя нарушать технологические и художественные требования к процессу хорового пения. Актеры хора (а частично и в драме), как правило, хорошо владеют искусством позы и значительно менее подготовлены к передвижению по сцене. Этот недостаток проявляется в массовых сценах, где скульптурность часто исчезает и требует специального внимания и работы режиссера.

Причина этого недостатка кроется в большом рассредоточении внимания, поскольку приходится петь и одновременно действовать в беспрерывно меняющемся пространстве сцены: при этом проявляется неподготовленность многоплоскостного внимания и плохая тренированность в навыках и координации.

Для актеров всех жанров и во всех ролях умение передвигаться вовремя темпо-ритмически верно, в соответствии с внутренним самочувствием и в то же время, соблюдая эстетические нормы в движениях тела, является выражением органичной скульптурности. Таким образом, скульптурность в высоком понимании этого термина есть своеобразное умение, необходимое всем актерам.

Как известно, в физическом поведении героя должны быть признаки, обусловленные его классовой принадлежностью, национальностью, исторической эпохой, в которую он жил. Образ этого героя должен быть наделен индивидуальными признаками личности. Актер должен действовать в полном соответствии с идейным замыслом автора, сверхзадачей произведения, экспозицией режиссера, своим собственным воображением, представлением о роли и пластическими возможностями. Все это должно быть выражено в статике и динамике физического действия.

Физические действия актера должны не только соответствовать всем этим задачам и признакам, но они обязательно должны быть увлекательны и понятны зрителю. С этой точки зрения, скульптурность как олицетворение жизни сценического героя в физическом поведении должна удовлетворять всем требованиям сценической выразительности, а она кроется, как уже известно, в совершенно конкретном темпо-ритме физического действия. Именно в нем, в его тончайшей конкретизации, как в фокусе, сначала постепенно

сосредоточиваются, а затем находят выражение все психические и физические признаки изображаемой личности.

Для осуществления этой основной задачи в творческом процессе перевоплощения аппарат актера должен быть соответствующим образом настроен. Это, во-первых, высокий уровень психофизических качеств и, во-вторых, огромный запас двигательных навыков, которыми должен владеть актер. Благодаря навыкам основные физические действия в роли рождаются интуитивно, без усилий, без искусственного волевого нажима и выполняются без наигрыша.

Вся работа по воспитанию пластической культуры актера, таким образом, сводится к созданию возможности творить физическое поведение в роли подсознательно, но целиком выполняя все требования, предъявляемые к профессиональному драматическому, оперному и опереточному искусству.