

## ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ. Связующее звено к тексту и игре на сцене.

связующее звено  
к тексту и игре  
на сцене



### СЛОВА

В искусстве слова я различаю "форму", необходимую для осуществления речи, и "содержание", в котором проявляются интеллект и эмоциональность. Баланс между тем "что" говорится и "как" говорится — редок. Сегодня, казалось бы, мы можем поведать о себе все, что думаем, но не всегда способны выразить это в голосе. Наши желания, фантазии, ненависть, любовь, безрассудная страсть, вспышки духовного прозрения — доступное содержание для театра. Но наши слова, как правило, не адекватны нашим чувствам.

По всей видимости, проблема здесь в том, что слова сегодня слишком отдалены от своей изначальной сути, они попросту превратились в наименования.

В истории культуры можно назвать два периода, когда слово проявлялось в своем наивысшем значении и полноте. Это театр Древней Греции и театр эпохи Елизаветы. Тогда слово было наполнено той нравственной силой, которая соответствовала высокому духу общества. К сожалению, впоследствии слово стало эксплуатироваться вне какого-либо морального контекста. Результатом явилось снижение его ценности, его качества. Сегодня за риторикой часто скрывается искусственное, показное, ложное. Во времена греков и королевы Елизаветы искусство слова было свободно от каких бы то ни было уничижительных характеристик.

Два аспекта истории этих культур имеют для меня особый смысл. Первый — без связи "морали" с риторикой речевой тренинг бессмыслен. И второй — греческий и Елизаветинский театры были не только вершинами в культуре запада, но и сущностью жизни, как народа, так и аристократии.

### Язык

#### *Гласные и согласные*

Эволюция языка predetermined эволюцией процесса мышления. Гласные и согласные в той или иной форме существовали, может быть, сотни тысяч лет и относительно недавно перешли из устной культуры в письменную. Постепенно влияние печати усиливалось, и язык был "отлучен" от органов чувств. Можно сказать, что язык, отрекшийся от эмоций и чувственного питания, стал анемичным. И это поставило актера в тупик перед трудностями, особенно при исполнении классики. Для того чтобы на сцене, например, передать Шекспира во всей полноте его эмоционального, интеллектуального и философского содержания, слова должны быть результатом взаимосвязи интеллекта, эмоций, тела и голоса актера.

Никто не знает, как язык начинался. Может быть, он начинался в ответ на инстинктивную потребность в еде, или это было связано с воспроизведением потомства, что так или иначе привело к работе органов речи, необходимой для произнесения звуков. Эти органы речи и сформировали рычащий звук с помощью разных поверхностей рта, которые до сих пор использовались для удовлетворения инстинктивных потребностей.

Думаю, ближе к истине в вопросе о происхождении языка Льюис Томас — художник, одаренный богатым воображением и пронизательностью. В книге "И так далее" есть такой эпизод, где Томас размышляет, глядя на двухсотлетнее старое каштановое дерево, растущее у него во дворе: "Если бы я был первобытным человеком и не владел еще языком, чтобы найти название моему дереву, я пошел бы искать ребенка и спросил его, что это. Ребенок бы сказал мне слово, которое я прежде никогда не слышал. В пылу энтузиазма от моего внимания он произнес бы его, показывая пальцем на дерево. В этом слове был бы звук "аи", но нежное дыхание, сопровождающее этот звук, превращало его в "аю", и этот звук более подходил для моего дерева. Потом это слово я передал бы моим друзьям, и тысячи поколений в будущем использовали бы его, чтобы описать чувство, которое было содержанием этого удивительного дерева. Санскрит внес бы его в слово, означающее жизнь ("ауя"). Варвары использовали бы его для слова "вечность" ("аюэс"). Латиняне включили бы его в слова "эвэм", "этас", объединяющие идеи возраста и вечности. Греки выразили бы его в "аион", что значит "жизненная энергия", а к нам бы оно пришло в слове "зон" — "эра". Немцы бы назвали это чувство "эвиг", и оно прозвучало бы у Малера в "Песне о земле". А в иных языках, для выражения надежды, добавился бы звук "ю" в начале слова, и новый звук создал бы слова "юность", "юношеский", "юноша". К этому времени исчезли бы все следы от старого каштана". Л. Томас — ученый и художник — напоминает нам, что слова связывают нас с природным миром так же тесно, как и друг с другом.

Мне кажется, что язык должен отвечать одной необходимости: чувство в слове должно укорениться, как ген.

Некоторые ученые доказывают, что все органы тела излучают частоту и что форма тела утверждается звуком. Это и нам помогает понять, что "слово образуется плотью". Это не метафора, а реальность. Голос — посредник мысли и тела — может привести к возврату древнего союза языческого и духовного.

Красота гласного заключается во внутренней музыкальности, в чувственности, выразительности. Гласные образуются вибрациями человеческого голоса, которые формируют голосовой канал. В зависимости от сужения и расширения голосового канала меняется форма и высота звука, создавая мелодику речи.

В конструкции слова гласные — эмоциональный компонент, а согласные — интеллектуальный. Это подход несколько упрощенный, но имеющий определенный смысл. Гласные формируются при открытом канале на пути от источника дыхания через рот. Согласные же образуются смыканием некоторых поверхностей рта, создавая взрывные, шипящие, свистящие звуки.

Благодаря прямой и непрерывной связи с дыхательным центром, гласные могут быть напрямую связаны с эмоциями в случае, если источник дыхания находится так же глубоко, как и диафрагма. В цепи нервной системы солнечное сплетение первым получает эмоциональные импульсы и посылает их дальше.

Многие люди, дышащие верхней частью грудной клетки, не могут познать гласные, несущие в себе эмоциональное содержание. Равно и многие актеры. Но тот, кто может позволить дыханию опуститься в глубину тела, осознает, что гласный звук является эмоциональным компонентом слова.

Согласные сопровождают чувственный опыт, который формирует настроение. Они помогают определить точное значение эмоций. Эффективная речь — это баланс между эмоциональностью и интеллектом. Если в речи доминирует интеллект, она становится сухой

и скучной, если берут верх эмоции, речь теряет свое смысловое содержание. К индивидуальным привычкам речи относится "сглатывание согласных". Обычно речь такого рода отражает недостаток ясного мышления. Часто речь, где преобладают гласные, обладает излишней сентиментальностью.

Произнесение классических текстов требует интеллектуального и эмоционального баланса. Достигается такое равновесие постепенно. Сначала необходимо уравновесить интеллектуальное и эмоциональное в структуре слова, а затем уже в сочетаниях слов.

Дальнейшее упражнение позволит Вам физически ощутить эмоциональное содержание гласных и согласных. Задача упражнения состоит в том, чтобы найти пути, позволяющие звуку воздействовать на Вас даже физически. Поэтому подготовьте себя к этому. Вы можете работать лежа, стоя или сидя. Положение на полу может способствовать большей восприимчивости к звуку, так как оно приводит к большей релаксации. Стоя, Вы можете достигнуть более энергичного результата. Делать упражнения сидя очень приятно.

**Подготовка**

Возьмите глубокий вздох облегчения, который откроет дыханию весь путь вниз к тазовому поясу, а затем позвольте вздоху облегчения на свободном дыхании без звука "выпасть" из Вас. Возьмите следующий глубоко прочувствованный вздох облегчения, на этот раз позвольте ему освободиться с помощью голоса и тела на звуковых вибрациях.

Представьте внутри себя пространство, проходящее через все тело — от головы через грудную полость и тазовый пояс к пальцам на ногах.

Почувствуйте дыхание, которое в своем собственном ритме входит внутрь и выходит наружу.

Представьте себе солнечное сплетение в виде теплого солнца, чьи лучи несут энергию Вашего дыхания и Вашей мысли вниз — сквозь ноги и ступни наружу. А также вверх — сквозь руки, ладони и голову.

### **Упражнение:**

Сначала только представьте себе звук "уууууу" и дайте возможность образу этого звука начать автономно передвигаться внутри Вашего тела. Посмотрите, не предпочел ли он какую-нибудь определенную часть Вашего тела остальному пространству.

Позвольте образу звука "ууууу" обрести голосовые вибрации.

Позвольте самому звуку "ууууу" обрести эмоции, которые ему соответствуют, настроение, которое ему хочется выразить, цвет — ему подходящий.

Позвольте звуку "ууууу" воздействовать на движение Вашего тела.

А теперь изгоните из Вашего тела и сознания всякую мысль о звуке "ууууу", умышленно выдувая его сильными порывами дыхания.

А теперь представьте звук "иииии". Позвольте образу этого звука самому обрести место в Вашем теле, где бы этот звук чувствовал себя, как дома.

Позвольте образу звука "иииии" обрести голос.

Дайте возможность вибрациям возбудить любые ассоциации и эмоции, которые им захочется.

Позвольте звуку "иииии" воздействовать на Ваши движения.

Проделайте ту же процедуру для звука "ааааа".

Обратите внимание на то, что звук "ааааа" для своего полного воплощения нуждается в широко открытом горле. Если горло открывается недостаточно, зевните шире.

Вновь вернитесь к звуку "ууууу". Представьте себе его фиолетовым, обитающим в нижней части Вашего тела. Изучите этот звук чувственно. Вообразите, что он имеет фактуру вельвета. Позвольте звуку воздействовать на движения Вашего тела.

Позвольте звуку "иииии" вселиться в Ваше тело. Вообразите, что он имеет цвет серебра. Позвольте ему, сверкая и искрясь, стремительно вознестись к голове на самых высоких голосовых вибрациях. Представьте себя катающимся на коньках и высоким голосом возбужденно выкрикивающим "иииии".

Подготовьте себя для звука "ааааа". Позвольте любым чувствам, которые в Вас возникнут, беспрепятственно пройти через широкий звуковой канал. Широко разведите руки. Почувствуйте, как расширяется Ваша грудь. Вообразите, что вибрации через сердце уходят за горизонт. Представьте, что звук "ааааа" — сочного, красного цвета.

После исследования каждого нового звука дайте дыханию опуститься в живот, а потом освободиться.

Импульс мысли-эмоции воодушевляет дыхание. Дыхание создает звук. Звук движет телом.

А теперь дайте простор своему воображению, играя со звуками "е", "я", "ё", "ю". Этим звукам присуща краткость. Найдите в их природе различие. Излучают ли они разные энергии? Найдите для них разные цвета. Если образ звука не предстает перед Вами сразу в определенном цвете, возьмите бледно-желтый для "е", цвет травы — для "я", цвет небес — для "ё" и розовый — для "ю".

Пусть эти звуки сами найдут место обитания в разных частях Вашего тела: "е" — любит звенеть в середине щек, "я" — вибрировать почти у кончика языка, "ё" — возникает у основания грудной клетки, в области солнечного сплетения, "ю" — в пространстве тазового пояса.

Заметьте тончайшую разницу чувств, выражающих себя в каждом из этих звуков. Может быть, они вызывают удивление, презрение, агрессивность, азарт, восхищение, наслаждение. Возможно, эти короткие и энергичные звуки вызовут отрывистые, угловатые и быстрые движения.

Теперь перейдите к исследованию звука "о". Сначала представьте, а потом произнесите его, чувствуя в своем теле. Дайте ему вызвать любые эмоции. Имеет ли он цвет? Если нет, придайте ему темно-синюю окраску.

А теперь исследуйте звук, беззаботно "вылетающий" сквозь скулы в воздух. Какие эмоции он вызывает в Вас? Не подходит для него оранжевый цвет? Выше звука "ё", но несколько ниже "ааааа" обитает короткий и сильный звук "ы". Возможно, его цвет — ярко-алый.

И, наконец, выдохните звуковые вибрации через рот, на этот раз не придавая им никакой формы. Эти вибрации легко выльются наружу в достаточно неопределенном потоке звука. Возможно, этот звуковой поток будет нести в себе облегчение, или просьбу, или удовлетворение. С помощью мягких плавающих движений он будет волнообразно воздействовать на движения Вашего тела.

Перед Вами представлена незамысловатая схема гласных звуков. Каждый из них имеет свою высоту. Рот и горло выполняют роль духового инструмента, изменяющего высоту музыкального тона с помощью увеличения и уменьшения отверстий, через которые выпускается дыхание. Каждый гласный имеет установленную частоту и свою внутреннюю музыкальную высоту. В случаях, когда мышцы горла и рта свободны от привычных зажимов, искажающих органическое формирование гласных, музыка является естественным компонентом речи, покрывающим по меньшей мере две октавы. Когда же корень языка и горло напряжены, музыка становится вялой и монотонной. Диапазон сужается до двух-трех нот. Важно помнить, что эта музыка возникает в процессе освобождения. Вы не должны ни заставлять, ни побуждать ее к возникновению.

**Согласные.** Того же рода исследования могут быть предприняты с согласными звуками. Наш эксперимент будет состоять в том, чтобы обнаружить отличительную особенность в произнесении согласных в случае, когда звуки выражают свое содержание через тело, создавая разные настроения. Вибрации, образующие согласные, перемещаются сквозь кожу, мышцы и кости, в то время, как гласные нацеливаются на солнечное сплетение, незамедлительно окрашивающее их эмоциональным содержанием.

Характеры согласных многообразны. В целях сознательного наслаждения языком поэзии я предлагаю Вам определенную серию экспериментов с согласными. Опыт обращен к Вашему сознанию и воображению.

"Гимнастический зал" рта предлагает для упражнения согласных две губы, легко поворачивающийся язык, зубы, купол рта и заднюю часть твердого нёба. Разнообразие взаимоотношений между ними приводит к тому, что эти несколько поверхностей обеспечивают создание удивительного спектра звуков.

Характер согласных определяют две большие категории звуков — "взрывные" и "фрикативные". Краткие и длинные. Например: "б" — взрывной звук, "м" — фрикативный, он длится дольше. Подкатегории характеризуют звук, как носовой или сонорный, глухой или звонкий, шипящий или свистящий. Для нас эти категории не важны. Мы же доверимся произвольным процессам, которые свойственны этим звукам органически.

Последующие упражнения во многом те же, что и для гласных. Задача их в том, чтобы восстановить циркулирующее движение произвольного процесса, в результате которого образуются слова.

Эти упражнения лучше всего делать стоя. Попробуйте не быть в них сторонним наблюдателем. Заставьте себя, свое тело физически формироваться с помощью звука.

Подготовка

Потрясите телом, чтобы освободиться от напряжения. Вообразите, что Ваше тело состоит из звуковых вибраций и "вытряхните" их сквозь каждую часть своего тела, воссоздавая при этом дыхание — импульс.

Каждой части Вашего тела свойственна собственная частота вибраций, и если Вы дадите своему телу свободу, каждая его часть будет выражать себя по-своему. Постарайтесь не изобретать и не демонстрировать звуки. Лучше дайте возможность звуку быть возбудителем движения. Упражнение

Пусть образ согласного звука "м" войдет в Ваше сознание. Пусть этот образ формируется в Вас до тех пор, пока Вы не почувствуете изменение Ваших губ при появлении этого звука.

Помедлите с осуществлением звука "м" до тех пор, пока Вы не почувствуете, что не можете больше противостоять желанию этого появления.

Возьмите долгий звук "мммм", наслаждаясь распространяющимися вибрациями во время того, как они "перетекают" от губ к другим частям тела.

Дайте звуку такую силу, чтобы он смог воздействовать на движение Вашего тела. Позвольте активизировать себя с помощью звука. Почувствуйте его характер. Он — теплый, спокойный, приятный, противный? Позвольте звуку, словно горячему в моторе, "двигать" Вами по комнате.

Изучите звук согласного "н", так же как и звук "м", приме чая, какие поверхности рта выбирает этот согласный при его произнесении. (Переднюю часть языка и альвеолы.) Изучите настроение и характер этого согласного.

Постарайтесь не навязывать свои идеи звукам. Дайте им возможность самим "рассказать" о себе.

Пройдите тот же путь с согласным "б". Позвольте образу согласного звука "б" предстать перед Вашим внутренним взором. Пусть Ваше воображение растет до тех пор, пока Вы не почувствуете, что Ваши губы не в состоянии более противостоять осуществлению этого звука, и тогда уступите своему желанию. Постарайтесь не побуждать звук к возникновению.

Этот звук "взорвет" поверхность губ. Он обладает силой.

Позвольте взрывной энергии усиливаться, воздействуя на другие части тела, до тех пор, пока энергия звука "б" не заставит Вас подпрыгнуть.

Пусть характер этого звука повлияет на Вас. Он — агрессивный, смешной, неожиданный, гордый? Ваши мышцы с помощью этого звука могут приобрести дополнительную силу.

Изучите звучание согласных "д" и "г" тем же путем, что и "б". В чем Вы видите сходство и различие в характере этих звуков и способе воздействия их на Ваше тело?

Эти взрывные согласные нуждаются в сильной мускулатуре губ и языка, способных на соответствующую реакцию в ответ на требование речевого центра коры головного мозга. Если вы будете этому процессу навязывать свое желание или заниматься изобретательством, может появиться опасность давления на звук с последующим переутомлением горла. Формирование каждого звука осознаваемо деятельностью коры головного мозга.

Следующие звуки, с которыми Вам придется работать, создают трение между поверхностями рта в месте их образования, в результате чего вибрации легко передвигаются из рта сквозь все тело.

Следуйте рекомендациям для предыдущих звуков, представляя себе звучание согласного "в". Пусть образ этого звука ширится и крепнет до тех пор, пока не возникнет непреодолимое желание осуществить этот звук между нижней губой и верхними зубами.

Пусть длинный, гудящий звук "вввв" начнет воздействовать на движение Вашего тела. Дайте ему всколыхнуть чувство, разбудить ассоциации.

"Вытряхните" звук "вввв" из своего тела и перейдите к звуку "зззз". Дайте ему поиграть Вами.

"Вытряхните" звук "зззз" из своего тела, перейдя к согласному "жжжж".

Все звуки, описанные выше, для того, чтобы состояться, нуждаются в вибрациях.

Они — звонкие.

Другая группа звуков — глухие. Те же самые поверхности рта, что участвовали в образовании звонких согласных, формируют и глухие, но на этот раз в процессе больше участвует дыхание, а не вибрации.

Представьте себе звучание согласного "п". Позвольте ему осуществиться.

Вы обнаружите, что он активизирует губы так же, как и "б", но без звуковых вибраций. Небольшой порыв дыхания будет перехвачен губами, а потом освободится, став причиной небольшого взрывного звука. Это глухой, как бы шепотом произнесенный звук "п".

Дайте возможность этому звуку проявить свой характер. Пусть его энергия воздействует на те части тела, на которые он реагирует.

Займитесь изучением "т" и "к".

Каждый из них имеет точную характеристику и вызывает разные реакции.

"Б" — "п", "д" — "т", "г" — "к" — парные звонкие и глухие согласные.

Глухие эквиваленты звуков "в", "з", "ж" — звуки "ф", "с", "ш". Позвольте звуку "фффф", затем звуку "сссс" и звуку "шшшш" так же свободно воздействовать на Вас физически, чувственно, эмоционально. Тот же процесс лежит в основе изучения согласных "л", "р", "ч", "ц", "щ".

Перед Вами быстрая и энергичная разминка гласных и согласных. Далее Вы пройдете через всю шкалу гласных с присоединенными к ним согласными, начиная с самого низкого звука Вашего голосового диапазона и заканчивая самым высоким. Каждый звук будет связан с определенной частью тела. В Ваших интересах позволить каждому звуку вызвать в Вас любую энергию, настроение, чувства, которые только этот звук захочет, проходя сквозь Ваше тело и активизируя его движение.

Используйте руки, чтобы сформировать, поддержать звук, словно Ваши руки тоже говорят.

Позвольте звучащему сочетанию "ззуу" передвинуться в ноги и привести их в движение. "Ю" способен вращать область таза. А теперь представьте себе свой живот в виде огромного рта, звучащего на "вооо" и движущего серединой Вашего тела. Представьте себе место соединения солнечного сплетения, диафрагмы и основания грудной клетки и выпустите звук "ё". Положите один кулак поверх грудной кости на середину грудной клетки, а другой — сзади, между лопатками. Ощущая звук, "прорывающийся" сквозь грудную клетку, выпустите наружу сильный "гы".

Приложите обе руки к верхней части груди. Начните звучание с долгого "мммм", постепенно разводя руки на широком, теплом звуке "аааа". Ваше сердце как бы освобождает вибрации через широкое горло, раскрытые руки и ладони.

Приложите пальцы к губам и, как бы послав легкий и быстрый воздушный поцелуй, "сдуньте" быстрый звук "я".

А сейчас освободите определенный, ясный, достаточно уверенный звук "е", несущий в себе или отрицание или пренебрежение.

Передвиньте пальцы к твердой резонирующей кости скул по обеим сторонам переносицы и резко "смахните" с языка сочетание "дэ", которое весело и беззаботно "отлетит" от скул вверх, пружиня в воздухе.

И последнее звуко сочетание на самой вершине диапазона, винтообразно вылетающее из макушки головы, полное энтузиазма и энергии, — "ррррииии". Оно может прозвучать глупо, испуганно, трепетно. Прыжок в воздухе и улыбка на лице помогут Вам "выпустить" этот самый высокий звук.

Еще раз пройдите путь гласных по всему диапазону вверх и вниз. Пусть каждый звук разбудит в Вас разные энергии, вызовет разные настроения.

*Последовательность размещения звуков  
в разных частях тела при передвижении голоса  
по диапазону вверх и вниз.*



Перед каждым новым звуком дайте возможность новому дыхательному импульсу стимулировать Ваше дыхание. Познакомившись ближе со всей последовательностью размещения звуков в теле, Вы можете соединить звуки в группы, составляя из них фразы.

ззуу ю дыхание, вооо ё гы дыхание

мааа я е дыхание, дэ ррии дыхание  
ррии дэ дыхание, е я мааа дыхание  
гы ё воо дыхание ю ззуу.

Следующая группа может быть такой:

ззуу ю вооо ё гы дыхание  
мааа я е дэ ррии дыхание  
ррии дэ е я мааа дыхание гы ё вооо ю ззуу.

И, наконец, на одном дыхании:

ззуу ю вооо ё гы мааа я е дэ ррии  
дыхание  
ррии дэ е я мааа гы ё вооо ю ззуу.

Этот широкий спектр звуков и их разная высота должны Вас хорошо размять. Но голосовая разминка — это не главное. Звуки соединены с энергией и с настроением, что создает определенный нюанс в звучании. В диапазоне самобытности человеческой природы звуки разные. Предложенная Вам шкала звуков — это своеобразная аэробика для выражения Вашего внутреннего желания в общении. Этими простыми звукосочетаниями Вы можете оживить все части тела в соответствии с расположением гласных в масштабе голосового диапазона.

А теперь позвольте себе погрузиться в звуковую стихию поэзии А. С. Пушкина на примере стихотворения "Эхо". Пусть гласные продиктуют Вам чувства, заложенные в этом стихотворении. Звуки могут воздействовать на Ваши движения. Это полезно для того, чтобы упрочить связь разума - тела. В период этого эксперимента забудьте о логике. Когда вернется необходимость "нормального общения", логика может быть вновь легко восстановлена. Пример.

Если Вы берете за основу шкалу "ззуу ю вооо", как "путеводитель" по первым шести строкам, то процесс познания гласных в словах будет постоянно перемещать звуки в Вашем теле, сквозь него освобождая звуковую энергию. Шкала выглядит так: макушка головы скулы

середина щек рот сердце центр груди солнечное сплетение живот  
тазовый пояс ноги.

Первые шесть строчек стихотворения "Эхо" звучат так:

"Ревет ли зверь в лесу глухом,  
Трубит ли рог, гремит ли гром,  
Поет ли дева за холмом —  
На всякий звук  
Свой отклик в воздухе пустом  
Родишь ты вдруг".

Энергия гласных передвигает слова по шкале, возможно, следующим образом:

Ревет (солнечное сплетение) ли (макушка головы) зверь (середина щек) в лесу  
(ноги)

глухом (живот) Трубит (макушка головы) ли (макушка головы)

рог (живот)

гремит (макушка) ли (макушка)

гром (живот)

Поёт (солнечное сплетение) ли (макушка)

дева (середина щек) за (сердце)

холмом (живот) на (сердце)



всякий (губы)  
звук (ноги)  
Свой (живот) отклик (живот)  
в воздухе (живот) пустом (живот) Родишь (макушка) ты (центр груди) вдруг (ноги).

Вам необходимо найти точные основания для этого упражнения. Делайте его для того, чтобы "растянуть" диапазон своего голоса и освободить разные энергии. Не стремитесь к буквальному повторению высоты. Думайте о том, что Вы говорите.

Если Вы только будете следовать "непогрешимой схеме", столь тщательно расписанная схема может превратиться в догму. Высота наверху и внизу должна быстро сменяться, быстро освобождаться. Гласные должны оживить Вас, их энергия должна двигать Вашим телом. Согласные, которые "выносят" гласные из Вашего тела, должны стать своего рода сопровождающими этих гласных: рвт (ревет) зврз (зверь) влс (в лесу).

Интересно пронаблюдать за стихией чувств при скачущей высоте гласных. Высокие энергии, фокусирующиеся в лице и голове в гласных "е", "и", стремительно летят вниз — в ноги ("в лесу"), в живот ("глухом"). Совершая головокружительный прыжок, энергия вновь поднимается в запредельность ("трубит ли"), посылая свой вызов через времена и расстояния, и снова обретает себя в нижних мирах, в пространстве живота ("рог"). После еще одного стремительного прыжка и падения "гремит ли" "гром" энергия начинает себя проявлять, находя новые пространства в теле. Вопрошая, "штопором" вылетает из области солнечного сплетения ("поет"), устремляется через середину лица в воздух ("дева")— и, не найдя себе ответа, вновь кружит в нижних частях тела ("холмом").

Предполагается, что психические затраты повлекут за собой воображение, которое обычно приходит следом и утверждает себя в звуках и образах.

Идя по этому пути, исследуйте остальные шесть строк стихотворения "Эхо":

"Ты внемлешь грохоту громов  
И гласу бури и валов,  
И крику сельских пастухов —  
И шлешь ответ;  
Тебе ж нет отзыва... Таков  
И ты, поэт!"

Я заканчиваю главу предостережением. Осознавание гласных и согласных может стать слишком соблазнительным. Иногда это способствует такому "блестящему чтению" строк, что читающий перестает мыслить и впадает в образцы интонирования, модуляций. Начинается "пение" текста. Однако это упражнение дает благоприятную возможность расширить диапазон Вашего голоса.

## **ТЕКСТЫ**

В этой книге сознательно рассматриваются лишь вопросы работы над голосом, которая в идеале должна органически претвориться в актерской игре, в произнесении текста на сцене или в обычном общении. Если техника, направленная на освобождение голоса, полностью освоена, человек становится свободнее, человек и голос сливаются воедино. Во многих случаях это соединение происходит естественно.

Существуют способы, с помощью которых актер может сознательно перейти от чисто голосовых упражнений к игре благодаря особой работе с текстом. Остановлюсь лишь на основных принципах работы с голосом, рассмотренных в этой книге, применительно к тексту.

Так как всякий произносимый текст через каждого человека раскрывается по-разному, то педагогу нет смысла показывать, как данный текст должен быть произнесен. Однако очень важно, чтобы каждая деталь текста была абсолютно понятна говорящему. Быть может, я немного преувеличиваю, но из своего опыта знаю, что половина актеров, играющих, скажем, Шекспира, понимают из того, что произносят, менее 20%, а на 80% — лишь интонируют. Я против того, чтобы упражнять голос и дыхание на тексте пьес. В один прекрасный день Вы должны будете сыграть героя, на репликах которого тренировали ухо, губы и язык. И вот тогда-то Вам будет чрезвычайно тяжело заставить Вашего героя не быть "экспертом" по дикции.

Однажды я работала с очень хорошей актрисой, которая играла Виолу в "Двенадцатой ночи". В драматической школе она потратила год, изучая "кольцевую" речь Виолы как упражнение для голосовой подвижности, фонетической четкости и точной ритмики речи. И хотя часть роли была сыграна ею хорошо, как только она доходила до "кольцевой" речи, игра ее становилась абсолютно безжизненной. Актриса показала мне, по какой книге занималась. Это был чисто научный подход, освещающий проблему точных голосовых переходов при коммуникации. Авторские замечания теоретически были безукоризненны, но для творческой практики актера неприемлемы. И потому у актрисы, работавшей над ролью Виолы, звуки были настолько отработаны и правильны, что техническая сторона перекрывала творческую.

Анализируя поэтический текст или возвышенную прозу, актер должен знать о метрическом размере стиха, ритме, рифме, игре слов, гиперболизации, о коротких и длинных звуках, звонких и глухих согласных, о скорости, объеме, высоте голоса и т.д. Но все это должно быть лишь средством в достижении одной цели — углубить, расширить понимание текста, а не определить его произнесение.

Я не сторонница учебников, где используется высокая поэзия в виде упражнений для развития брюшных мускул, увеличения грудной клетки или тренировки артикуляционной "акробатики". Во-первых, для меня это святотатство. Во-вторых, если Вы будете заняты вдохами и выдохами в соответствии с пометками на стихотворении, сам текст останется у Вас без внимания. В-третьих, если Ваш интеллектуальный, эмоциональный, дыхательный аппарат объединен и сосредоточен на центре, Ваше дыхание будет согласовываться только с эмоциональной линией, а изменение мысли и дыхания будут происходить спонтанно.

Теперь рассмотрим несколько практических советов в работе над текстом.

Текст — это напечатанное слово, а напечатанное слово, в первую очередь, воздействует на органы зрения. Для актера необходимо сознательное толкование увиденного слова — умом и сердцем. Произносимое слово — подвижно, звонко и может свободно передвигаться на звуковых волнах, активно воздействуя на разные части тела. Печатное слово статично, "сковано" во времени и пространстве буквами алфавита.

Еще раз заметим, что печатному слову в наше время отдается большее почтение, чем произносимому. Вот типичная фраза, свидетельствующая о том, что сила устного слова заметно убывает: "Я охотнее читаю Шекспира, чем слушаю его произведения". То есть мы потеряли способность воплощать слова Шекспира, давать им жизнь в звуке и движении.

Итак, наша практическая задача — трансформировать печатный текст в звуковой. Эта книга иллюстрирует взаимоотношение между эмоциями, инстинктивными импульсами, обдуманной реакцией, физическим и голосовым действием. Задача интеллекта — подключить импульсы, эмоции, чувства и звуки к мозговому центру, обеспечивая им равные права в процессе речи. На первой ступени работа с текстом должна быть медитативной.

Чтобы подойти к этой первой стадии в работе над текстом, повторите упражнения на релаксацию, описанные раньше. Затем, лежа на полу и держа текст перед собой, исследуйте в каждом предложении, фразе и слове все образы и идеи. Последовательность Ваших шагов может быть такова.

1. Посмотрите на страницу и найдите фразу (не обязательно первую).

2. Закройте глаза.
3. Не произнося фразу, постарайтесь увидеть ее перед глазами, а затем послать ее в Ваш дыхательный центр.
4. Пусть слова "обрастут" видениями, возникающими перед Вашим мысленным взором.
5. Позвольте этим видениям вызвать в Вас эмоции и разные ассоциации.
6. Выдохните, освободив себя от эмоций.
7. Произнесите шепотом слова выбранной фразы, дав свободу возникшему внутри Вас чувству.
8. Позвольте словам и чувствам обрести Ваш голос.

Таким образом, не стремясь произносить текст по порядку, исследуйте всю фразу, не вникая в ее значение.

Постепенно в тексте Вам откроется более глубокий смысл, чем если бы Вы пришли к нему путем умственных усилий. Искушение состоит в том, что Вам захочется еще раз услышать, как произнесенная Вами фраза звучала на первой ступени работы с текстом, и повторить ее, вместо того, чтобы вновь воссоздать весь процесс мышления. Вот почему частое повторение сцены легко может привести Вашу игру к механической. Единственный способ предотвратить это при частом повторе сцены — не "подключать" голос на репетиции, чтобы еще раз убедиться в реальности мыслительного процесса и переживаний.

*Опишу работу над "речью", что также относится и к работе с партнером на сцене.*

1. Произнесите свой текст полностью.
2. Стоя осуществите процесс релаксации.
3. Шепотом произнесите первые несколько строк или весь отрывок. Дыхание должно быть свободным и легким, исходящим из центра. Проследите, чтобы Ваш голос не стал помехой осознанию смысла того, что Вы говорите.
4. Остановитесь. Снова расслабьтесь. Вернитесь к началу и шепотом произнесите весь абзац еще раз. При повторном произнесении текста позвольте возникнуть новым мыслям и чувствам. Почувствуйте, что теперь Вы можете действовать с большей свободой. Забота о голосе больше не тревожит Вас.
5. Остановитесь. Расслабьтесь. Пройдитесь, встряхнитесь всем телом. Произнесите шепотом тот же самый отрывок в третий раз. Вы должны забыть, как звучал Ваш голос в прошлый раз, и полностью углубиться во внутренние процессы, движущие Вашей речью.
6. После того, как Вы в третий раз шепотом произнесли все тот же отрывок, вернитесь к началу текста и произнесите его вслух еще раз. Не слушайте свой голос. Все Ваше внимание должно быть обращено на мысли и чувства, которые Вы освобождаете своим голосом.
7. Проработайте весь текст по частям в том же порядке. Не произносите шепотом длинные абзацы. Это приведет Вас к пассивности. Ваша задача — перестроить процесс произнесения текста. Вы трансформируете энергию, а не изгоняете ее. Все это время Вы должны чувствовать себя актером, а не просто исполнителем упражнения. Умственная и эмоциональная энергии должны компенсировать недостаток голосовой энергии, которая продолжит генерироваться при восстановлении голоса.

"Работать над текстом" означает дать возможность словам явиться, возникнуть. Позвольте тексту эмоционально наполнить Ваше воображение. На этом этапе процесс физического самоосознавания, новые открытия, связанные с освобождением голоса, — тот фундамент, на котором строятся речь, сцена, характер и вся роль.