

КОНСТАНТИН СТАНИСЛАВСКИЙ

Режиссер, актер и театральный педагог

РАБОТА АКТЕРА НАД СОБОЙ

**В ТВОРЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ
ПЕРЕЖИВАНИЯ**

**ЛЮБАЯ ТЕХНИКА МЕРТВА БЕЗ ЗАТРАТЫ
ЖИВОЙ ДУШИ АРТИСТА**



Москва

УДК 792.071(470)

ББК 85.334.3(2)6

С76

Станиславский, Константин Сергеевич.

С76 Работа актера над собой в творческом процессе переживания / Константин Станиславский. — Москва : Эксмо, 2026. — 576 с. — (Философия в кармане).

ISBN 978-5-04-244008-3

Как превратить актерскую игру в живое и правдивое воплощение образа? «Работа актера над собой в творческом процессе переживания» — первая ступень в освоении всемирно известной системы театрального искусства. В этой книге Константин Станиславский раскрывает основы внутренней работы актера — от «если бы» и создания предлагаемых обстоятельств до наблюдения, оправдания физических действий и этюдов на воображение. Теоретические положения здесь оживают в диалогах, упражнениях и сценических ситуациях, превращаясь в практический путь творческого поиска. Издание будет интересно актерам, режиссерам, студентам театральных школ и всем, кто хочет глубже понять психологию творчества и законы сценического искусства.

УДК 792.071(470)

ББК 85.334.3(2)6

ISBN 978-5-04-244008-3

**© Оформление. ООО «Издательство
«Эксмо», 2026**

СОДЕРЖАНИЕ



Предисловие	7
Вступление	12
I. Дилетантизм	13
II. Сценическое искусство и сценическое ремесло ...	29
III. Действие. «Если бы», «предлагаемые обстоятельства»	61
IV. Воображение	95
V. Сценическое внимание	133
VI. Освобождение мышц	182
VII. Куски и задачи	206
VIII. Чувство правды и вера	231
IX. Эмоциональная память	296
X. Общение	348
XI. Приспособление и другие элементы, свойства. Способности и дарования артиста	392
XII. Двигатели психической жизни	414
XIII. Линия стремления двигателей психической жизни	428
XIV. Внутреннее сценическое самочувствие	442
XV. Сверхзадача. Сквозное действие	463
XVI. Подсознание в сценическом самочувствии артиста	485

Приложения.....	525
О целях «Настольной книги драматического артиста».....	525
Из вариантов предисловия к книге «Работа актера над собой».....	528
Добавление к главе о действии	537
Дополнение к главе «Общение».....	549
О взаимодействии актера со зрителем в уборной, в антракте	561
Живой объект	563
Об актерской наивности	565

*Посвящаю свой труд моей лучшей ученице,
любимой артистке и неизменно преданной помощнице
во всех театральных моих исканиях
Марии Петровне Лилиной*

ПРЕДИСЛОВИЕ

1

Мной задуман большой, многотомный труд о мастерстве актера (так называемая «система Станиславского»). Изданная уже книга «Моя жизнь в искусстве» представляет собой первый том, являющийся вступлением к этому труду. Настоящая книга, о «работе над собой» в творческом процессе «переживания», является вторым томом.

В ближайшее время я приступаю к составлению третьего тома, в котором будет говориться о «работе над собой» в творческом процессе «воплощения».

Четвертый том я посвящу «работе над ролью».

Одновременно с этой книгой я должен был бы выпустить ей в помощь своего рода задачник с целым рядом рекомендуемых упражнений («Тренинг и муштра»). Я этого не делаю сейчас, чтоб не отвлекаться от основной линии моего большого труда, которую я считаю более существенной и спешной.

Лишь только главные основы «системы» будут переданы — я приступлю к составлению подсобного задачника.

2

Как эта книга, так и все последующие не имеют претензии на научность. Их цель исключительно практическая. Они пытаются передать то, чему меня научил долгий опыт актера, режиссера и педагога.

3

Терминология, которой я пользуюсь в этой книге, не выдумана мною, а взята из практики, от самих учеников и начинающих артистов. Они на самой работе определили свои творческие ощущения в словесных наименованиях. Их терминология ценна тем, что она близка и понятна начинающим.

Не пытайтесь искать в ней научных корней. У нас свой театральный лексикон, свой актерский жаргон, который вырабатывала сама жизнь.

Правда, мы пользуемся также и научными словами, например, «подсознание», «интуиция», но они употребляются нами не в философском, а в самом простом, общежитейском смысле. Не наша вина, что область сценического творчества в пренебрежении у науки, что она осталась неисследованной и что нам не дали необходимых слов для практического дела. Пришлось выходить из положения своими, так сказать домашними, средствами.

4

Одна из главных задач, преследуемых «системой», заключается в естественном возбуждении творчества органической природы с ее подсознанием. Об этом говорится в последнем, XVI отделе книги. К этой ее части следует отнестись с исключительным вниманием, так как в ней — суть творчества и всей «системы».

5

Об искусстве надо говорить и писать просто, понятно. Мудреные слова пугают ученика. Они возбуждают мозг, а не сердце. От этого в момент творчества человеческий интеллект давит артистическую эмоцию

с ее подсознанием, которым отведена значительная роль в нашем направлении искусства.

Но говорить и писать «просто» о сложном творческом процессе трудно. Слова слишком конкретны и грубы для передачи неуловимых, подсознательных ощущений.

Эти условия вынудили меня искать для этой книги особой формы, помогающей читателю чувствовать то, о чем говорится в печатных словах. Я пытаюсь достигнуть этого с помощью образных примеров, описаний школьной работы учеников над упражнениями и этюдами. Если мой прием удастся, то печатные слова книги оживут от чувствований самих читателей.

Тогда мне будет возможно объяснить им сущность творческой работы и основы психотехники.

6

Драматическое училище, о котором я говорю в книге, люди, которые в ней действуют, не существуют в действительности.

Работа над так называемой «системой Станиславского» начата давно. В первое время я записывал свои заметки не для печати, а для себя самого, в помощь поискам, которые производились в области нашего искусства и его психотехники. Нужные мне для иллюстрации люди, выражения, примеры, естественно, брались из тогдашней, далекой, довоенной эпохи (1907–1914 гг.).

Так незаметно, из года в год, накапливался большой материал по «системе». Теперь из этого материала создана книга. Было бы долго и трудно менять ее действующих лиц. Еще труднее сочетать примеры, отдельные выражения, взятые из прошлого, с бытом и характерами новых, советских людей.

Пришлось бы менять примеры и искать другие выражения. Это еще дольше и затруднительнее.

Но то, о чем я пишу в своей книге, относится не к отдельной эпохе и ее людям, а к органической природе всех людей артистического склада, всех национальностей и всех эпох.

Частое повторение одних и тех же мыслей, которые считаю важными, допускается умышленно.

Да простят мне читатели эту назойливость.

7

В заключение считаю своим приятным долгом поблагодарить тех лиц, которые в той или другой мере помогли мне в работе над этой книгой своими советами, указаниями, материалами и пр.

В книге «Моя жизнь в искусстве» я говорил о той роли, какую сыграли в моей артистической жизни мои первые учителя: Г. Н. и А. Ф. Федотовы, Н. М. Медведева, Ф. П. Комиссаржевский, впервые научившие меня подходить к искусству, а также и мои товарищи по МХТ, во главе с Вл. Ив. Немировичем-Данченко, в общей работе научившие меня очень многому и чрезвычайно важному. Я всегда, и особенно теперь, при выпуске этой книги, думал и думаю о них с сердечной признательностью.

Переходя к тем лицам, которые помогали мне в проведении в жизнь так называемой «системы», в создании и выпуске этой книги, я прежде всего обращаюсь к моим неизменным спутникам и верным помощникам в моей сценической деятельности. С ними я начинал свою артистическую работу в ранней молодости, с ними я продолжаю служить своему делу и теперь, в старости. Я говорю о заслуженной артистке Республики З. С. Соколовой и заслуженном артисте Республики В. С. Алексееве, которые помогали мне проводить в жизнь так называемую «систему».

С большой благодарностью и любовью я храню память о моем покойном друге Л. И. Сулержицком. Он

первый признал мои начальные опыты по «системе», он помогал мне разрабатывать ее на первых порах и проводить в жизнь, он ободрял меня в минуты сомнения и упадка энергии.

Большую помощь оказал мне при проведении в жизнь «системы» и при создании этой книги режиссер и преподаватель Оперного театра моего имени Н. В. Демидов. Он давал мне ценные указания, материалы, примеры: он высказывал мне свои суждения о книге и вскрывал допущенные мною ошибки. За эту помощь мне приятно теперь высказать ему свою искреннюю благодарность.

Сердечно благодарен за помощь по проведению «системы» в жизнь, за указания и критику при просмотре рукописи этой книги заслуженному артисту Республики, артисту МХТ М. Н. Кедрову.

Приношу также мою искреннюю признательности заслуженному артисту Республики, артисту МХТ Н. А. Подгорному, который давал мне указания при проверке рукописи книги.

Выражаю самую глубокую благодарность Е. Н. Семяновской, взявшей на себя большой труд по редактированию этой книги и выполнившей свою важную работу с превосходным знанием дела и талантом.

К. Станиславский

ВСТУПЛЕНИЕ



...февраля 19... г. в N-ском городе, где я служил, меня с товарищем, тоже стенографом, пригласили для записи публичной лекции знаменитого артиста, режиссера и преподавателя Аркадия Николаевича Торцова. Эта лекция определила мою дальнейшую судьбу: во мне зародилось непреодолимое влечение к сцене, и в настоящее время я уже принят в школу театра и скоро начну занятия с самим Аркадием Николаевичем Торцовым и его помощником Иваном Платоновичем Рахмановым.

Я бесконечно счастлив, что покончил со старой жизнью и выхожу на новый путь.

Однако кое-что от прошлого мне пригодится. Например, моя стенография.

Что если я буду систематически записывать все уроки и по возможности стенографировать?

Ведь таким образом составитcя целый учебник. Он поможет повторять пройденное! Впоследствии же, когда я сделаюсь артистом, эти записи будут служить мне компасом в трудные моменты работы.

Решено: буду вести записи в форме дневника.

I

ДИЛЕТАНТИЗМ



.....19...г.

С трепетом ждали мы сегодня первого урока Торцова. Но Аркадий Николаевич пришел в класс лишь для того, чтобы сделать невероятное заявление: он назначает спектакль, в котором мы будем играть отрывки из пьес по собственному выбору. Этот спектакль должен состояться на большой сцене, в присутствии зрителей, труппы и художественной администрации театра. Аркадий Николаевич хочет посмотреть нас в обстановке спектакля: на подмостках, среди декораций, в гриме, костюмах, перед освещенной рампой. Только такой показ, по его словам, даст ясное представление о степени нашей сценичности. Ученики замерли в недоумении. Выступать в стенах нашего театра? Это кощунство, профанация искусства! Мне хотелось обратиться к Аркадию Николаевичу с просьбой перенести спектакль в другое, менее обязывающее место, но, прежде чем я успел это сделать, он уже вышел из класса.

Урок отменили, а освободившееся время было предоставлено нам для выбора отрывков.

Затея Аркадия Николаевича вызвала оживленные обсуждения. Сначала ее одобрили очень немногие. Особенно горячо поддерживали ее стройный молодой человек, Говорков, уже игравший, как я слышал, в каком-то маленьком театре, красивая, высокая, полная блондинка Вельяминова и маленький, подвижной, шумливый Вьюнцов. Но постепенно и остальные стали привыкать к мысли о предстоящем выступлении.

В воображении замелькали веселые огоньки рамп. Скоро спектакль стал казаться нам интересным, полезным и даже необходимым. При мысли о нем сердце начинало биться сильнее.

Я, Шустов и Пущин были сначала очень скромны. Наши мечты не шли дальше водевилей или пустыньских комедий. Нам казалось, что только они нам по силам. А вокруг все чаще и увереннее произносились сначала имена русских писателей — Гоголя, Островского, Чехова, а потом и имена мировых гениев. Незаметно для себя и мы сошли с нашей скромной позиции, и нам захотелось романтического, костюмного, стихотворного... Меня манил образ Моцарта, Пущина — Сальери. Шустов подумывал о Дон Карлосе. Потом заговорили о Шекспире, и наконец мой выбор пал на роль Отелло. Я остановился на ней потому, что Пушкина у меня дома не было, а Шекспир был: мною же овладел такой запал к работе, такая потребность тотчас же приняться за дело, что я не мог тратить времени на поиски книги.

Шустов взялся исполнить роль Яго. В тот же день нам объявили, что первая репетиция назначена на завтра. Вернувшись домой, я заперся в своей комнате, достал «Отелло», уселся поудобнее на диван, с благоговением раскрыл книгу и принялся за чтение. Но со второй же страницы меня потянуло на игру. Против моего намерения руки, ноги, лицо сами собой задвигались. Я не мог удержаться от декламации. А тут под руку попался большой костяной нож для разрезания книг. Я сунул его за пояс брюк, наподобие кинжала. Мохнатое полотенце заменило головной платок, а пестрый перехват от оконных занавесок исполнил роль перевязи. Из простыни и одеяла я сделал нечто вроде рубахи и халата. Зонттик превратился в ятаган. Не хватало щита. Но я вспомнил, что в соседней комнате — столовой — за шкафом есть большой поднос, который может заменить мне щит. Пришлось решиться на вылазку.

Вооружившись, я почувствовал себя подлинным воином, величественным и красивым. Но мой общий вид был современен, культурен, а Отелло — африканец. В нем должно быть что-то от тигра. Чтобы найти характерные ухватки тигра, я предпринял целый ряд упражнений: ходил по комнате скользящей, крадущейся походкой, ловко лавируя в узких проходах между мебелью; прятался за шкафы, поджидая жертву; одним прыжком выскакивал из засады, нападал на воображаемого противника, которого заменяла мне большая подушка: душил и «по-тигриному» подминал ее под себя. Потом подушка становилась для меня Дездемоной. Я страстно обнимал ее, целовал ее руку, которую изображал вытянутый угол наволочки, потом с презрением отшвыривал прочь и снова обнимал, потом душил и плакал над воображаемым трупом. Многие моменты удавались превосходно.

Так, незаметно для себя, я проработал почти пять часов. Этого не сделаешь по принуждению! Только при артистическом подъеме часы кажутся минутами. Вот доказательство того, что пережитое мною состояние были подлинным вдохновением!

Прежде чем снять костюм, я воспользовался тем, что все в квартире уже спали, прокрался в пустую переднюю, где было большое зеркало, зажег электричество и взглянул на себя. Я увидел совсем не то, чего ожидал. Найденные мною во время работы позы и жесты оказались не теми, какими они мне представлялись. Больше того: зеркало обнаружило в моей фигуре такие угловатости, такие некрасивые линии, которые я не знал в себе раньше. От такого разочарования вся моя энергия сразу исчезла.

.....19.....г.

Я проснулся значительно позже обыкновенного, поскорее оделся и побежал в школу. При входе в репетиционную комнату, где меня уже ждали, я так

сконфузился, что вместо того, чтобы извиниться, сказал глупую, трафаретную фразу:

— Кажется, я опоздал немного.

Рахманов долго смотрел на меня с укором и наконец сказал:

— Все сидят, ждут, нервничают, злятся, а вам кажется, что вы только немного опоздали! Все пришли сюда возбужденные предстоящей работой, а вы поступили так, что у меня теперь пропала охота заниматься с вами. Возбудить желание творить трудно, а убить его — чрезвычайно легко. Какое вы имеете право останавливать работу целой группы? Я слишком уважаю наш труд, чтобы допускать такую дезорганизацию, и потому считаю себя обязанным быть по-военному строгим при коллективной работе. Актер, как солдат, требует железной дисциплины. На первый раз ограничиваюсь выговором, без занесения в дневник репетиций. Но вы должны сейчас же извиниться перед всеми, а на будущее время взять себе за правило являться на репетицию за четверть часа до, а не после ее начала.

Я поспешил извиниться и обещал не опаздывать. Однако Рахманов не захотел приступать к работе: первая репетиция, по его словам, — событие в артистической жизни, о ней надо навсегда сохранить самое лучшее воспоминание. Сегодняшняя же испорчена по моей вине. Так пусть же знаменательной для нас репетицией, взамен неудавшейся первой, станет завтрашняя. И Рахманов вышел из класса.

Но этим инцидент не кончился, так как меня ждала другая «баня», которую задали мне мои товарищи под предводительством Говоркова. Эта «баня» была еще жарче первой. Теперь уж я не забуду сегодняшней несостоявшейся репетиции.

Я собирался рано лечь спать, так как после сегодняшней трепки и вчерашнего разочарования боялся браться за роль. Но мне попала на глаза плитка

шоколада. Я надумал растереть ее вместе со сливочным маслом. Получилась коричневая масса. Она недурно ложилась на лицо и превратила меня в мавра. От контраста со смуглой кожей зубы стали казаться белее. Сидя перед зеркалом, я долго любовался их блеском, учился скалить их и выворачивать белки глаз.

Чтобы лучше понять и оценить грим, потребовался костюм, а когда я надел его, то захотелось играть. Ничего нового я не нашел, а повторил то, что делал вчера, но оно уже потеряло свою остроту. Зато мне удалось увидеть, какой будет внешность моего Отелло. Это важно.

.....19.....г.

Сегодня первая репетиция, на которую я явился задолго до ее начала. Рахманов предложил нам самим устроить комнату и расставить мебель. К счастью, Шустов согласился на все мои предложения, так как внешняя сторона его не интересовала. Мне же было чрезвычайно важно расставить мебель так, чтобы я мог ориентироваться среди нее как в своей комнате. Без этого мне не вызвать вдохновения. Однако желаемого результата достигнуть не удалось. Я лишь силился поверить тому, что нахожусь в своей комнате, но это не убеждало меня, а лишь мешало игре. Шустов знал уже весь текст наизусть, а я принужден был то читать роль по тетрадке, то передавать своими словами приблизительный смысл того, что мне запомнилось. К удивлению, текст мешал мне, а не помогал, и я охотно обошелся бы без него или сократил его наполовину. Не только слова роли, но и чуждые мне мысли поэта и указанные им действия стесняли мою свободу, которой я наслаждался во время этюдов дома. Еще неприятнее было то, что я не узнавал своего голоса. Кроме того, оказалось, что ни мизансцена, ни образ, установившиеся у меня при домашней работе,

не сливались с пьесой Шекспира. Например, как втиснуть в сравнительно спокойную начальную сцену Яго и Отелло яростный оскал зубов, вращение глаз, «тигриные» ухватки, которые вводят меня в роль. Но отрешиться от этих приемов игры дикаря и от созданной мною мизансцены не удалось, потому что у меня не было взамен ничего другого. Я читал текст роли — особо, играл дикаря — особо, без связи одного с другим. Слова мешали игре, а игра словам: неприятное состояние общего разлада.

Опять я не нашел ничего нового при домашней работе и повторял старое, что меня уже не удовлетворяло. Что это за повторение одних и тех же ощущений и приемов? Кому они принадлежат — мне или дикому мавру? Почему вчерашняя игра похожа на сегодняшнюю, а сегодняшняя на завтрашнюю? Или мое воображение иссякло? Или в моей памяти нет материала для роли? Почему вначале работа шла так бойко, а потом остановилась на одном месте?

Пока я так рассуждал, в соседней комнате хозяева собрались к вечернему чаю. Чтобы не привлекать к себе их внимания, мне пришлось перенести свои занятия в другое место комнаты и говорить слова роли как можно тише. К моему удивлению, эти ничтожные перемены оживили меня, заставили как-то по-новому отнестись к моим этюдам и к самой роли.

Секрет открыт. Он в том, что нельзя долго застревать на одном, без конца повторять избитое.

Решено. Завтра на репетиции я ввожу экспромты во все: и в мизансцены, и в трактовку роли, и в подход к ней.

.....19.....г.

С первой же сцены на сегодняшней репетиции я ввел экспромт: вместо того чтобы ходить, я сел и решил играть без жестов, без движений, отбросив

обычные ужимки дикаря. И что же? С первых же слов я запутался, потерял текст, привычные интонации и остановился. Пришлось скорее возвращаться к первоначальной манере игры и мизансцене. По-видимому, мне уже невозможно обходиться без усвоенных приемов изображения дикаря. Не я ими, а они мною руководят. Что это? Рабство?

.....19.....г.

Общее состояние на репетиции было лучше: ярываюсь к помещению, в котором происходит работа, и к людям, которые присутствуют при ней. Кроме того, несовместимое начинает совмещаться. Прежде мои приемы изображения дикаря никак не сливались с Шекспиром. Во время первых репетиций я чувствовал фальшь и насилие, когда я втискивал в роль придуманные характерные манеры африканца, а теперь как будто кое-что удалось привить к репетируемой сцене. По крайней мере я менее остро чувствую разлад с автором.

.....19.....г.

Сегодня репетиция на большой сцене. Я рассчитывал на чудодейственную, возбуждающую атмосферу кулис. И что же? Вместо ярко освещенной рампы, суматохи, нагроможденных декораций, которых я ждал, были полумрак, тишина, безлюдье. Громадная сцена оказалась раскрытой и пустой. Лишь у самой рампы стояло несколько венских стульев, которые очерчивали контуры будущей декорации, да с правой стороны была поставлена стойка, в которой горели три электрические лампочки.

Как только я взшел на подмости, передо мной выросло огромное отверстие сценического портала, а за ним — казавшееся беспредельным глубокое, темное пространство. Я впервые видел зрительный зал со сцены при открытом занавесе, пустой, безлюдный.

Где-то там — как мне показалось, очень далеко — горела электрическая лампочка под абажуром. Она освещала лежащие на столе листы белой бумаги; чьи-то руки готовились записывать «каждое лыко в строку»... Я весь точно растворился в пространстве. Кто-то крикнул: «Начинайте». Мне предложили войти в воображаемую комнату Отелло, очерченную венскими стульями, и сесть на свое место. Я сел, но не на тот стул, на который полагалось сесть по моей же мизансцене. Сам автор не узнавал плана своей комнаты.

Пришлось другим объяснить мне, какой стул что изображает. Долго не удавалось втиснуть себя в небольшое пространство, окаймленное стульями; долго я не мог сосредоточить внимание на том, что происходит вокруг. Мне трудно было заставить себя смотреть на Шустова, который стоял рядом со мной. Внимание тянулось то в зрительный зал, то в соседние со сценой комнаты — мастерские, в которых, невзирая на нашу репетицию, шла своя жизнь — ходили люди, переносили какие-то вещи, пилили, стучали, спорили.

Несмотря на все это, я продолжал автоматически говорить и действовать. Если бы долгие домашние упражнения не вбили в меня приемы игры дикаря, словесный текст, интонации, я бы остановился с первых же слов. Впрочем, это в конце концов и произошло. Виной тому был суфлер. Я впервые узнал, что этот «господин» — отчаянный интриган, а не друг актера.

По-моему, тот суфлер хорош, который умеет весь вечер молчать, а в критический момент сказать только одно слово, которое вдруг выпало из памяти артиста. Но наш суфлер шипит все время без остановки и ужасно мешает. Не знаешь, куда деваться и как избавиться от этого не в меру усердного помощника, который точно влезает через ухо в самую душу. В конце концов, он победил меня. Я сбилсся, остановился и попросил его не мешать мне.