



# С О Д Е Р Ж А Н И Е

Предисловие к русскому изданию .....	19
Предисловие от переводчика .....	21
Предисловие ко второму изданию .....	25
Благодарность .....	27
Введение. ЧТО ТАКОЕ АКТЕРСКОЕ МАСТЕРСТВО И КАК ИМ ЗАНИМАТЬСЯ? .....	28
<b>Часть I. АКТЕРСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ</b>	
1. ЗАМЕТКИ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ, ОБУЧАЮЩЕГО АКТЕРСКИМ УПРАЖНЕНИЯМ .....	41
2. ЗАДАТЬ ХОРОШИЙ СТАРТ .....	43
Свободное рисование* .....	43
Да, и... .....	49
Досчитать до 10 .....	53
Показывать, пытаться и просто сделать .....	55
Два стула .....	58

## С О Д Е Р Ж А Н И Е

3. ТРИ ОСНОВЫ .....	60
Салки коснись спины .....	61
Где двое пара, там третий лишний .....	63
Третий лишний, импровизация .....	66
Простак Саймон .....	67
Круг мелом .....	70
4. «МАГИЧЕСКОЕ ЕСЛИ» .....	76
Как завязывать шнурки .....	76
Вор и ключи .....	79
Бассейн веры .....	81
5. УПРАЖНЕНИЯ НА СПОНТАННОСТЬ ОТВЕТА .....	83
Бэтти Плам .....	83
Кого выберут? .....	87
Рассказ по кругу .....	88
Он стоял там .....	89
Одновременные отражения .....	92
Фильм про гончара .....	95
6. АКТЕРСКИЕ НАВЫКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ НА РЕПЕТИЦИИ И НА ВЫСТУПЛЕНИИ .....	97
Связь с предметами .....	97
Скрытые намерения: делать, говорить и подразумевать .....	100
Упражнение «привидение» с источниками из реальной жизни .....	103
Работа с фотографиями и картинами .....	109
Упражнение Дарио Фо .....	113

## СОДЕРЖАНИЕ

### ЧАСТЬ II. АКТЕРСКАЯ ИГРА КАК ПОВЕДЕНИЕ

7. СТАТУС .....	119
Угадай статус .....	125
Остаться на уровне 6 .....	128
Повышение и понижение статуса .....	129
Качели статуса .....	131
Повелитель пространства .....	136
Иерархия .....	139
Круги мелом со статусом .....	142
Когда статус не соответствует ожиданиям .....	144
Построиться по статусу .....	146
8. ВЗГЛЯДЫ .....	150
Встреча взглядов .....	151
Опущенный взгляд .....	152
Трепетный взгляд .....	154
Скольжение .....	155
9. УВЕРЕННОСТЬ, САМООБЛАДАНИЕ И РАВНОВЕСИЕ ..	160
Доска-качалка .....	163
Уильям Джеймс .....	167
Фальшивая улыбка .....	168

### ЧАСТЬ III. РЕПЕТИЦИОННЫЙ ПРОЦЕСС

10. ВСТРЕЧА С ПЬЕСОЙ .....	175
Пять основных открытых вопросов .....	175
Секрет пьесы .....	179

## СОДЕРЖАНИЕ

Французские сцены, события и фрагменты .....	180
Простое и уверенное начало работы над сценой .....	190
Внутри фрагмента .....	193
<b>11. ВОПЛОЩЕНИЕ ТЕКСТА В ЖИЗНЬ .....</b>	<b>196</b>
Первые читки .....	196
Упражнение покажи пальцем .....	197
Невидимые персонажи .....	206
Круг персонажей: упражнение три утверждения .....	208
Упражнение привидение со сценой .....	213
Визуализация .....	214
Эмоциональная память .....	217
Импровизация сцен, оставшихся за сценой .....	218
<b>12. ДЫХАНИЕ, РЕЧЬ И ЗАУЧИВАНИЕ РОЛИ .....</b>	<b>220</b>
Дыхание .....	220
Фразы .....	221
Темп против скорости .....	222
Вовремя вступать .....	222
Дыхание на смене фрагментов .....	223
Заучивание роли .....	224
Снежный ком фрагментов .....	228
Упражнение прием-прием .....	231
Ответы вслух .....	233
<b>13. РАБОТА АКТЕРА НАД РОЛЬЮ .....</b>	<b>236</b>
Непрерывное письмо .....	236
Подарок на Рождество .....	242
Три аспекта персонажа .....	243
Идеи актерам для домашней работы над ролью .....	247

## СОДЕРЖАНИЕ

### ЧАСТЬ IV. ПОСТАНОВКА ПЬЕСЫ

14. РЕШЕНИЕ САМЫХ РАСПРОСТРАНЕННЫХ АКТЕРСКИХ ПРОБЛЕМ .....	255
Эмоции и настроение .....	255
Доступ к правдивым эмоциям .....	257
Плохие привычки и сдавшие нервы .....	260
Как ощущается хорошая актерская игра .....	267
15. ИГРОВОЕ ПРОСТРАНСТВО .....	269
Использование сценического пространства .....	269
Движение .....	273
16. РЕЖИССЕРУ .....	275
До и во время репетиций .....	276
Последние прогоны .....	277
Кое-что, что следует учесть .....	280
Режиссерские замечания .....	283

### ЧАСТЬ V. ВВЕДЕНИЕ В ШЕКСПИРОВСКИЙ ТЕАТР

17. ЯЗЫК ШЕКСПИРА .....	289
Размер белого стиха .....	291
Пунктуация и логика фразы .....	296
18. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА С ТЕКСТОМ ПЬЕС ШЕКСПИРА .....	308
Упражнение «Покажи пальцем» с шекспировским текстом .....	308
Перефразирование .....	310
Классические отсылки .....	311
Телеграмма, письмо и образы .....	312
Указания от Шекспира актерам .....	316

Часть VI. Развитие физических навыков  
актеров: техника Лабана для актеров

19. ЧЕТЫРЕ ЭЛЕМЕНТА	323
Введение	323
Четыре элемента: терминология действия	326
20. ПОТОК	328
Свободный и связанный поток	328
Импровизация «падение и спасение»	330
21. ПРОСТРАНСТВО	338
Шесть основных направлений	339
Раскрывание и закрытие	342
Встречи с людьми: открытые и закрытые	343
Сознательный контроль энергии в пространстве	345
Одновременные и последовательные действия	347
Шесть упражнений	348
Шесть упражнений с пространством	349
Пространственная шкала	355
Упражнение на пространственные пути для группы мужчин и женщин	356
22. ВРЕМЯ	360
Шесть упражнений применительно к пространству и времени	362
Игра с ритмом: паузы и остановки	366
Бег с остановкой или паузой	370
Запись фраз действия	372
23. ЭНЕРГИЯ	379
Управление внутренней силой актера и потоком энергии	381

## СОДЕРЖАНИЕ

Поднимаем стул .....	383
Шесть упражнений применительно к энергии .....	386
Фразы действия с использованием трех элементов .....	388
<b>24. ПРИМЕНЕНИЕ ТЕРМИНОЛОГИИ ЛАБАНА</b>	
<b>К СЦЕНИЧЕСКОЙ РЕЧИ</b> .....	391
Введение .....	391
Поток в сценической речи .....	392
Пространство в сценической речи .....	395
Время в сценической речи .....	398
Энергия в голосе .....	401
<b>25. ВОСЕМЬ БАЗОВЫХ УСИЛИЙ ПО СИСТЕМЕ</b>	
<b>ЛАБАНА</b> .....	405
Введение .....	405
Внимание, решение, намерение, точность .....	409
Базовые усилия по Лабану: примеры в звуке и тексте .....	413
<b>Приложение I. В ПОМОЩЬ ПОСТУПАЮЩИМ В ТЕАТРАЛЬНЫЕ</b>	
<b>ШКОЛЫ</b> .....	424
Чего ищет приемная комиссия? .....	425
Что надеть? .....	426
Какие монологи выбрать? .....	427
<b>Приложение II. ССЫЛКИ НА ВИДЕОДЕМОНСТРАЦИИ</b>	
<b>УПРАЖНЕНИЙ</b> .....	433
Постскриптум .....	434
Примечания .....	435