

Сергей ЧЕРКАССКИЙ

СТАНИСЛАВСКИЙ И ЙОГА: ОПЫТ ПАРАЛЛЕЛЬНОГО ЧТЕНИЯ

В 1930 году Станиславский писал о почти готовой книге «Работа актера над собой» в письме Л.Я. Гуревич от 23 декабря: «По-моему, главная опасность книги в “создании жизни человеческого духа” (о духе говорить нельзя). Другая опасность: подсознание, излучение, влечение, слово душа. Не могут ли за это запретить книгу?»¹.

Станиславский был напуган незря. С конца 1920-х годов началось насильственное превращение МХАТа в театр образцово-показательный, в элемент официальной картины тотального расцвета; сталинские идеологи создают из Художественного театра «вышку соцреализма». Возникает Комиссия по прочтению книги Станиславского – из рукописи следовало убрать все, что не соответствовало требованиям материалистической философии, диамата.

Станиславского понуждают заниматься самоцензурой. Например, необходимо убрать «аффективную» память. «Теперь этот термин отвергнут и не заменен новым, – сообщает автор системы в “Работе актера над собой” и восклицает почти горестно, – Но нам нужно какое-нибудь слово для определения ее»². Так «аффективная» память становится «эмоциональной» памятью. В записных книжках Станиславский даже находит «перевод» для своего основного определения цели драматического искусства без употребления слова «дух», которому грозит цензурный

запрет: «Вместо “создания жизни человеческого духа” – “создание внутреннего мира действующих на сцене лиц и передача этого мира в художественной форме”»³. И таких компромиссов в попытке подцензурно провести свои важнейшие мысли можно найти у Станиславского множество.

В это же время ответственный работник аппарата ЦК ВКП(б) А.И. Ангаров вежливо, но настойчиво «наставляет» автора системы: «Чтение Ваших изданных работ и рукописей все более приводит меня к убеждению, что Вы под “интуицией” понимаете художественное чутье... Туманные термины: “интуиция”, “подсознательное” следует раскрыть, показать их реалистическое содержание, конкретно рассказать людям, что такое это художественное чутье, в чем оно выражается. Это – одна из задач, тех, кто теоретически работает над вопросами искусства»⁴, – разъясняет Ангаров создателю науки о природе актерского творчества. Станиславский покорно благодарит А.И. Ангарова за «дружеские» советы, которым он старается следовать (письмо от 11 февраля 1937 года): «В ожидании, что при свидании Вы мне подробно объясните об интуиции, я выкинул это слово из книг первого издания. <...> Согласен, что в творческом процессе нет ничего таинственного и мистического и что об этом надо говорить»⁵.

¹ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 8 т. М. 1961. Т.8. С.277–278.

² Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. М. 1989. Т.2. С.164.

³ Станиславский К.С. Из записных книжек: В 2 т. М. 1986. Т.2. С.323.

⁴ Цит. по: Дыбовский В.В. В плену предлагаемых обстоятельств // Минувшее: Исторический альманах. № 10. М.–СПб. 1992. С.312–313.

⁵ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 8 т. Т.8. С.432–433.

Истоки, традиции, рифмы

Именно с конца 1920-х годов из рукописей Станиславского и из его печатных трудов уходят все или почти все упоминания о философии и практике йоги. Ведь по представлениям сталинских идеологов классик театрального искусства соцреализма не мог черпать из мистического учения индийских отшельников. Так началось замалчивание важнейшего источника системы. Слова «йога» нет уже в «Моей жизни в искусстве» (1926). Нет его и в русском издании «Работы актера над собой в творческом процессе переживания» (1936).

Мелькнет оно впервые в 3-м томе 8-томного собрания сочинений Станиславского (1955), да и то только в комментарии, объясняющем, что произведена «замена термина “прана”, заимствованного из философии индусских йогов, более понятным и научным термином “мышечная энергия” или просто “энергия”»⁶.

Четвертый том собрания сочинений (1957) – «Работа актера над ролью» – вроде бы богаче на ускользнувшие от цензуры свидетельства о связи системы Станиславского с йогой. Упоминания йоги возникает трижды – при утверждении, что «единственный подход к бессознательному – через сознательное»⁷, и в двух йоговских образных примерах – о подспудной работе пучка мыслей, брошенных в «мешок подсознания», и о глупом ребенке, «который, бросив зерно в землю, через каждые полчаса вырывает его, чтоб посмотреть, не пустило ли оно корни»⁸.

Но такие отдельные упоминания звучат, скорее, как частные фрагменты из восточных сказок, нежели методически обоснованное

изложение заимствований из философии и практики йоги. В результате, значимость воздействия веками накопленного йогического знания о природе человека на систему Станиславского в советском театроведении стала постоянно принижаться или даже замалчиваться. В.Н. Галендеев справедливо замечает: «О Станиславском любители писать, особенно в пятидесятые – шестидесятые годы, что он, дескать, пережил на рубеже веков и в первое (“декадентское”) десятилетие века кратковременное и не такое уж глубокое увлечение философией индийских йогов с их учением о пране – таинственной внутренней душевной субстанции, которая служит для связи человеческой души с космосом (или, если перевести на язык более близкий раннемхатовскому мировоззрению, с Мировой душой). Считалось, что Станиславский быстро и успешно преодолел влияние философии далеких индусов и все претворил в материалистическом понятии действия, где уже нет места никакой “мистике”»⁹.

В настоящей публикации мы попытаемся доказать обратное.

В 1967 году С.В. Гиппиус публикует свой знаменитый сборник упражнений «Гимнастика чувств», основанный на практике Станиславского. И, хотя многие упражнения напрямую взяты из йоги, упоминания о ней нет. А, к примеру, феномен «лучеиспускания» и «лучевосприятя» Гиппиус ошибочно пытается свести к «микромимике»¹⁰. И лишь во втором издании, подготовленном к выпуску уже после смерти педагога в 1981 году, а увидевшем свет лишь в 2003 году, появляется маленькая главка «Йога. Т. Рибо. Традиции русского

⁶ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 8 т. Т. 3. С. 459.

⁷ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 8 т. Т. 4. С. 156.

⁸ Там же. С. 158–159.

⁹ Галендеев В. Н. Учение К. С. Станиславского о сценической речи. Л. 1990. С. 105.

¹⁰ Гиппиус С.В. Гимнастика чувств. Тренинг творческой психотехники. Л.–М. 1967. С. 281.

Pro memoria

реализма». Она начинается с признания, что «толчком к созданию некоторых упражнений послужила йога, древнеиндийская философская система»¹¹, а дальнейший текст содержит ряд йоговских положений и упражнений с указанием их источников. Однако и тут читателям сообщается, что, судя «по последним заметкам Станиславского, касающимся тренинга, его упражнения 1930-х годов были уже свободны... от мистицизма йоги»¹².

Таким образом, даже эта книга, во многом опирающаяся на йоговский тренинг, не содержала серьезного анализа связей системы Станиславского и учения йоги. Нет его, на наш взгляд, в российском театроведении и сегодня. Хотя каждый второй сайт о йоге, гордясь знаменитыми людьми, практиковавшими хатху-йогу, упоминает и Станиславского, «система которого, как известно, основана на йоге (курсив мой. – С.Ч.)»¹³. Кому известно? Как основано? Безусловно, это утверждение, скорее, рекламный ход, нежели отражение реального знания, накопленного современной наукой о театре.

Отсутствие понимания взаимосвязи системы Станиславского с учением йоги приводит и к ряду серьезных проблем в театральной педагогике. Профессор Л.В. Грачева, признанный специалист по актерскому тренингу, справедливо указывает, что без знания глубокой йоговской подоплеку возникновения отдельных упражнений их задачи упрощаются, а содержание выхолащивается. Она приводит такой пример: «Упражнение “слушать звуки” делается в первом семестре почти всегда. Но исполнение его зачастую понято неправильно: “бедному” студенту

предлагается услышать все звуки в аудитории или за ее пределами, и кто больше этих звуков сможет перечислить после выполнения, тот якобы был более внимательным. Упражнение имеет древние дзенские корни, родилось из медитации на звуках и заключалось оно не в запоминании большего количества звуков, а в предельной концентрации – изменении сознания, где звуки заполняли сознание, слушались не только звуки, но и расстояния между ними. Очень трудное упражнение, требующее известной тренированности, а мы предлагаем его новичкам, прошедшим на I-ый курс. Естественно, оно быстро превращается в скучноватую игру, не воспринимается, а главное не дает результата»¹⁴.

Этот и многие другие примеры убеждают, что сегодня, через столет после того, как Станиславский стал оплодотворять систему идеями, почерпнутыми из йоги, необходимо разобраться, чем действительно система обязана древнеиндийской философии и практике.

К сожалению, хотя отдельные утверждения о принципиальном и долгосрочном влиянии йоги на Станиславского и стали проникать в нашу литературу о театре уже достаточно давно¹⁵, пальма первенства в исследовании этой темы принадлежит зарубежным авторам. Среди содержательных работ назовем статьи Уильяма Вегнера¹⁶, Эндрю Уайта¹⁷ и главы в книгах Мэла Гордона¹⁸, Шарон Карнике¹⁹ и Роз Уайман²⁰. Многие из положений работ Карнике, Уайта и Уаймен использованы при работе над этой статьей. Но главным источником, конечно же, являются литературное наследие и практика самого К.С. Станиславского.

¹¹ Гиппиус С.В. Актерский тренинг. Гимнастика чувств. СПб. 2007. С. 290.

¹² Там же. С. 292.

¹³ На сайте <<http://yogaclassic.ru/post/2128>> читаем: «Хатха–йогой занимались не только Махатма Ганди и Джавахарлал Неру, но также бывший президент США Джон Кеннеди, в Советском Союзе – К.С. Станиславский и другие. Положительно относился к системе Хатха–йога лауреат Нобелевской премии, академик И.П. Павлов».

¹⁴ Грачева Л.В. Психотехника актера в процессе обучения: теория и практика. Диссертация на соискание ученой степени доктора искусствоведения. СПб. 2005. С. 34–35.

¹⁵ См.: Полякова Е.И. Станиславский. М. 1977; Черная Е.И. Курс тренинга фонационного дыхания и фонации на основе упражнений Востока. СПб. 1997; Силантьева И. Клименко Ю. Актер и его Alter Ego. М.: «Грааль». 2000. Автор выражает признательность Л.Д. Алферовой за привлечение внимания к последней работе и за чтение и обсуждение первого варианта данной статьи.

¹⁶ Wegner William H. The Creative Circle: Stanislavski and Yoga // Educational Theater Journal, 28:1. 1976. P. 85–89.

¹⁷ White Andrew. Stanislavsky and Ramacharaka: The Influence of Yoga and Turn-of-the-Century Occultism on the System // Theater Survey 47:1, 2006. May. P.73–88. Автор настоящего исследования считает своим приятным долгом поблагодарить Эндрю Уайта за предоставление копии его статьи.

ЙОГА В ПРАКТИКЕ СТАНИСЛАВСКОГО

Станиславский познакомился с учением йогов в 1911 году. Этот момент достаточно подробно зафиксирован в летописи его жизни. Обратимся к воспоминаниям актрисы Н.А. Смирновой о совместном отдыхе с семьей Станиславского в Сен-Люнере летом 1911 года. Она пишет, что на ежедневных беседах «у самого синего моря», в которых Станиславский проверял на слушателях свои мысли о системе, часто присутствовал и Н.В. Демидов, гувернер сына Станиславского. Не удивительно, что студент-медик Московского университета, изучавший тибетскую медицину в петербургской русско-бурятской школе врача царской семьи П.А. Бадмаева²¹, слушая Константина Сергеевича, «однажды сказал ему: “Зачем придумывать вам самому упражнения и искать названия тому, что уже давным-давно названо. Я вам дам книги. Прочитайте “Хатха-Йогу” и “Ражда-Йогу”. Это вас заинтересует, потому что множество ваших мыслей совпадает с тем, что там написано”. Константин Сергеевич заинтересовался, и, кажется, ему эти книги многое из его собственных открытий в области психологии сценического творчества разъяснили и подтвердили»²².

Н.А. Смирнова права в своих выводах. Возвратившись в Москву, Станиславский действительно приобрел книгу Рамачараки «Хатха-Йога. Йогийская философия физического благосостояния человека» в переводе под редакцией В. Синга (СПб, 1909) и тщательно изучил ее, о чем свидетельствуют экземпляры, хранящийся в музее МХТ.

Хотя, по некоторым сведениям, Станиславский мог быть знаком с идеями индийских философов и раньше. Если верить А.Л. Фовицкому, йоговские приемы привлекли внимание Станиславского еще в 1906 году, когда он использовал некоторые из них для повышения концентрации внимания, играя Астрова в «Дяде Ване» во время гастролей в Гамбурге. Именно в это время Станиславский «нашел подсказку в практике буддистских мудрецов – и с тех пор он требовал от своих актеров практиковать продолжительные психофизические упражнения как средство воспитания концентрации внимания... Следуя учениям восточной метафизики, его последователи старались визуализировать ускользающее “я” – чтобы жить на сцене жизнью духа, и чтобы познакомиться с неизведанными сторонами духовной жизни»²³.

Вероятно, в деле приобщения Станиславского к философии индуизма сыграл роль и Л.А. Сулержицкий, сведущий в восточном спиритуализме, в том числе и через знакомство с практикой духоборов. Ведь именно после прочтения его записок о двухлетней эпопее перевоза членов этой религиозной секты в Канаду Станиславский и пригласил «Сулера» в помощники. А медитативная практика духоборов, которая перекликалась с восточной, безусловно, воздействовала на толстовца Сулержицкого.

Есть мнение, что Сулержицкий познакомил Станиславского с утренней медитацией о грядущих дневных делах, которая была в практике духоборов: они сидели в расслабленной позе и мысленно, шаг за шагом представляли,

¹⁸ Gordon Mel. *The Stanislavsky Technique: Russia* New York, 1987. P. 30–37.

¹⁹ Carnicke Sharon. *Stanislavsky in Focus: An Acting Master for the Twenty-First Century, 2nd Edition* Routledge, 2008. P. 167–184. Автору настоящей работы так же пришлось слышать выступление Шэрон Карнике на симпозиуме «Станиславский в Финляндии» в апреле 2009 года, где мы оба были докладчиками. Мне приятно выразить ей признательность за интереснейшие научные дискуссии, последовавшие после симпозиума.

²⁰ Whyman Rose. *The Stanislavsky system of acting: legacy and influence in modern performance.* Cambridge University Press, 2008. P. 78–88.

²¹ Грекова Т. *Тибетская медицина в России*// Наука и религия. 1988. № 8. С. 11.

²² Цит. по: Виноградская И.Н. *Жизнь и творчество К.С. Станиславского. Летопись в четырех томах.* М. 2003. Т. 2. С. 291–292.

²³ Fovitzky A. *The Moscow Art Theatre and Its Distinguishing Characteristics.* New York. 1923. P. 42.

Pro memoria

визуализировали, как они будут выполнять каждую из предстоящих сегодня рабочих задач²⁴. Конечно, такая медитация не обязательно связана именно с йоговской практикой. Тем не менее, стоит отметить схожие описания Станиславским мысленного путешествия актера в процессе «познания роли». В «Работе над ролью. "Горе от ума"» актер мысленно представляет обстоятельства и задачи своей роли и, «мечтая о роли», входит в дом Фамусова, встречает там людей, вступает даже с ними в контакт²⁵.

Так или иначе, но если свидетельства о раннем интересе Станиславского к йоге отрывочны и отчасти являются догадками, то в использовании им йоги после 1911 года – года знакомства с «Хатха-йогой» Рамачараки – сомневаться не приходится. Территорией для внедрения древнеиндийской практики в воспитание актера стала Первая студия, где, как пишет Е.И. Полякова, «импровизации перемежаются чтением "Хатха-йоги"»²⁶.

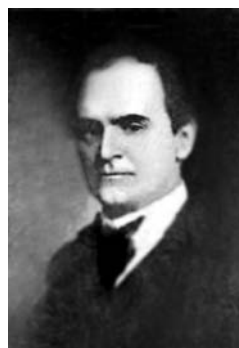
Там эта книга ходит по рукам, становится обязательным чтением. Сохранилось любопытное письмо Е.Б. Вахтангова, который писал студийцам в мае 1915 года: «И еще просьба. Возьмите в кассе 1 рубль. Запишите его за мной. Купите «Хатху-йога» Рамачарака. И от меня подарите Экземплярской (Вера Экземплярская была ученицей Первой Студии. – С.Ч.). Пусть внимательно прочтет и летом обязательно делает упражнения отдела по дыханию и о "пране"»²⁷. И от самой Экземплярской Вахтангов требует отчета: «Когда прочтете "Хатха-йогу", напишите мне. Пожалуйста»²⁸.

А воспоминания студийца Бориса Сушкевича об одной из

репетиций 1912 года (в данном случае речь идет о чеховском рассказе «Ведьма») дают представление о том, как идеи, вычитанные из книги, претворялись в практике: «В помещении Студии на Тверской, в очень маленьком зале построены шесть-семь, в полном смысле слова, кабинок, как на пляже. В каждой кабинке сидит пара – дьячок и ведьма. Одновременно все репетируют и друг другу не мешают. Громко говорить нельзя. Как только вырывается звук – неверно. Только смотрят друг на друга и что-то шепчут... даже нельзя звучать было»²⁹. Сушкевич не может произнести это вслух (год публикации воспоминаний – 1933-й), но описанное – не что иное, как йоговское упражнение на излучение праны.

Свободнее в своих высказываниях другая актриса Первой студии, Вера Соловьева (1892–1986). Уже находясь в Америке, она вспоминала: «Мы много работали над концентрацией внимания. Это называлось "войти в круг". Мы воображали круг вокруг нас, и посылали лучи "праны" в пространство и для общения друг с другом. Станиславский говорил: пошлите прану сюда – я хочу передать ее кончиками пальцев. Пошлите Богу, небесам, или, впоследствии, – партнеру. Я верю в мою внутреннюю энергию, и я испускаю ее – я распространяю ее»³⁰.

И Михаил Чехов, позднее ставший последователем теософии Рудольфа Штейнера, утверждал, что «философия йогов была воспринята мной вполне объективно, <...> без малейшего внутреннего сопротивления»³¹. К примеру, Чехов рассматривал излучение как один из важнейших приемов актерской психотехники. Приведем здесь



К.С. Станиславский
(К.С. Алексеев)
(1863–1938)

Рамачарака
(У.У. Аткинсон)
(1862–1932)

²⁴ Gordon Mel. Ibid. P. 31–32.

²⁵ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. Т. 4. С. 72–85

²⁶ Полякова Е.И. Театр Сулержицкого. Этика. Эстетика. Режиссура. М. 2006. С. 184.

²⁷ Вахтангов Е.Б. Сборник. М. 1984. С. 211.

²⁸ Там же. С. 212.

²⁹ Сушкевич Б.М. Семь моментов работы над ролью. Л. 1933. С. 11.

³⁰ Gray Paul. The Reality of Doing: Interviews with Vera Soloviova, Stella Adler, and Sanford Meisner // Munk Erica, ed. Stanislavski and America. New York. 1964. P. 211.

³¹ Чехов М.А. Литературное наследие: В 2–х т. М. 1986. Т. 1. С. 107.

Истоки, традиции, рифмы

лишь одну выдержку из его упражнений. Она взята из «Техники актера» и почти дословно совпадает с воспоминаниями В. Соловьевой о тренингах Станиславского в Первой Студии: «Начните излучать вашу активность из груди, затем из вытянутых рук и, наконец, из всего вашего существа. Посылайте излучения в различных направлениях...»³². Такой работе с излучением праны М. Чехов уделял немало внимания, и Беатрис Страйт, его ученица американского периода, описывала чеховские упражнения на радиацию как «излучение ауры почти в мистическом смысле»³³.

Исследуя триединство «сознание – тело – душа» в творческом самочувствии актера, тренинги Первой студии во многом отдавали первенство духовным аспектам. Примат духовного водительства над чисто техническим обучением связан был, в первую очередь, с личностью Л.А. Сулержицкого. Недаром студиец Алексей Дикий замечал, что тот «не был постановщиком в принятом смысле слова» и что «его влияние на спектакль осуществлялось путем духовного «подказа»»³⁴. А Станиславский вспоминал, что его помощник мечтал вместе с ним «создать нечто вроде духовного ордена артистов»³⁵.

И, когда настанет черед самим заняться педагогикой, бывшие студийцы вспомнят уроки «Сулера». К примеру, Ричард Болеславский (1889–1937), который совместно с другой участницей Первой студии, Марией Успенской (1876–1949), основал Американский Лабораторный театр (The Lab), в своей педагогике также «выделял духовную подготовку актера как наиболее важную часть работы, и развил серию, как он называл

их «упражнений души»»³⁶. А сама Успенская продолжала заниматься йогой всю жизнь и стала участницей Братства Самореализации (Self-Realization Fellowship), основанного в 1920 году автором книги «Автобиография його» Йоганандой (1893–1952), чьими усилиями были приобщены к йоге многие и многие жители западного мира³⁷.

Через всю свою творческую жизнь пронес интерес к восточной эзотерике и другой студии – Валентин Смышляев (1891–1936), товарищ М. Чехова, режиссер «Гамлета» в МХТ Втором и рыцарь тамплиерского Ордена Света. Автору настоящей статьи уже приходилось писать о его необычной судьбе в книге «В.С. Смышляев. Учитель моего Учителя» – ведь в режиссерской мастерской Смышляева в ГИТИСе учился мой учитель, профессор режиссуры ЛГИТМиКа Мар Владимирович Сулимов³⁸. Словом, опыт приобщения к йоге в Первой студии остался со многими студийцами на всю жизнь и, наверное, был неизбежно передан ученикам...

Войдя в педагогику Станиславского и Сулержицкого в Первой студии, йога успешно применялась Станиславским и в дальнейшем – в практике воспитания студийцев Второй студии (создана в 1916 году) и Оперной (создана в 1918 году), а также актеров самого МХТ. Записные книжки Станиславского сезона 1919–1920 годов содержат значительное количество заметок о применении в занятиях хатха-йоги, которая практиковалась наравне со шведской гимнастикой, упражнениями на ритм, дункановской гимнастикой, речевым тренингом, освобождением мышц. Разнообразие внешних тренингов



Книга У.У. Аткинсона «Хатха-йога: Учение йогов о физическом здоровье с многочисленными упражнениями. Йог Рамачарак», 1913

³² Там же. С. 260.

³³ Cited in Hirsch Foster. *A Method to their Madness: The History of the Actors Studio*. Cambridge. 2002. P. 347.

³⁴ Дикий А.Д. *Повесть о театральной юности*. М. 1957. С. 214.

³⁵ Станиславский К.С. *Собр. соч.: В 9 т. Т. 1. С. 437.*

³⁶ Hirsch Foster. *Ibid.* P. 63–64.

³⁷ White Andrew. *Ibid.* P.76.

³⁸ См.: Черкасский С.Д. Валентин Смышляев – актер, режиссер, педагог. СПб. 2004.

Pro memoria

уравновешивалось строгим требованием Станиславского: «Nota bene однажды и навсегда. Всякое физическое упражнение должно предварительно быть мотивировано или оправдано внутренним психологическим действием или задачей»³⁹.

В «Плане дальнейших оперных упражнений» (1920, октябрь) находим такие указания по ослаблению мышц: «Создавать (в себе) бессознательного наблюдателя свободы. Сначала сидя, лежа (хатха-йога), потом стоя»⁴⁰. И далее, через несколько страниц: «При освобождении мышц существуют два момента: а) освобождение (отозвание) праны и б) посылка ее. Прана (по-индуски – “сердце”) освобождает(ся) для того, чтобы действовать, пользоваться этой энергией. Как и для чего ею пользоваться? Во-первых, для того, чтобы поддержать центр тяжести тела во всяких позах; во-вторых, чтобы действовать не только телом, мышцами, глазами, ушами, всеми пятью чувствами, но и душой»⁴¹.

Но подробнее всего связь с йогой прослеживается в записях к занятиям с артистами МХТ. Анализируя план урока Станиславского с артистами МХТ от 13 октября 1919 года, Роз Уайман обратила внимание на то, что он содержит скрытый синопсис «Хатха-йоги»⁴². Приводя пространную цитату, мы вслед за английским исследователем отметим курсивом в квадратных скобках параллели текста Станиславского с главами книги Рамачараки, основного источника познаний автора системы о теории и практике йоги⁴³.

Итак, Станиславский пишет: «Мы будем заниматься искусством переживания. <...> Элементы этого

творческого состояния: а) свобода тела (мышц), б) сосредоточенность, в) действенность.

Начинаю с освобождения мышц. Учение о пране. а) Прана – жизненная энергия, берется из воздуха [глава XX. “Праническая энергия”], пищи [глава X. “Поглощение праны из пищи”], солнца [глава XXVII. “Солнечная энергия”], воды [глава XII. “Орошение организма”], человеческих излучений. б) Когда человек умирает, прана уходит в землю с червями, в микроорганизмы [глава XVIII. “Маленькие жизни тела”], в) Я, я есмь – не прана. Это то, что соединяет все праны в одно. г) Как прана проходит в кровь и нервы через зубы, жевание пищи. Как дышать, как воспринимать сырую воду, солнечные лучи. Как жевать и дышать, чтоб больше получить праны (разжевывать пищу так, чтоб пить ее, а не глотать) [глава X. “Поглощение праны из пищи”]. Дышать; шесть биений сердца – вдыхать; три биения сердца – держать воздух; и шесть биений сердца – выдыхать. Доходить до пятнадцати биений сердца <...> [глава XXI. “Пранические упражнения”].

Упражнения сидя. а) Сидеть и называть то место, которое напряжено. б) Освобождать до конца так, чтоб свободно ворочать шеей и проч. в) Не коченеть в неподвижности. К движению праны прислушиваться. д) Прана двигается, переливается, как ртуть, как змея, от основания руки до пальцев ее, от бедра до пальцев ног. е) Значение пальцев ног в походке. Выкидывание бедер; значение спинного хребта. Упражнение: качание свободной, как плеть ноги от бедра и одновременное поднятие и опускание на пальцах ног.

³⁹ Станиславский К.С. Из записных книжек: В 2 т. М. 1986. Т. 2. С. 209.

⁴⁰ Там же. С. 209–210.

⁴¹ Там же. С. 213–214.

⁴² Whyman Rose. Ibid. P. 83.

⁴³ Доступное нам издание – «Рамачарака. Хатха-йога: йогийская философия физического благосостояния человека» Рамачарака. 2-е изд. М. 2007 – порою содержит достаточно неуклюжий перевод (переводчик не указан), поэтому в отдельных случаях мы даем ссылки на сетевой ресурс: Рамачарака. Хатха-йога [Электронный ресурс] – <<http://readr.ru/yog-ramacharaka-hatha-yoga.html#page=1>>.

Истоки, традиции, рифмы

То же с руками, то же и со спинным хребтом. ж) Движение праны создается, по-моему, внутренним ритмом [глава XXI. "Пранические упражнения"]»⁴⁴.

Совпадения текста безупречны, а в некоторых местах – стопроцентны, включая даже количество счетов (шесть – три – шесть – пятнадцать), на которое предлагается вдыхать-выдыхать и задерживать дыхание.

Таким образом, хотя Станиславский впрямую и не говорит о пранаяме, разделе йоги, которое учит навыкам управления праной, и не употребляет этого слова, его записи выявляют серьезное изучение концепций йогической практики. И он смело использует упражнения *пранаямы* для налаживания творческого самочувствия актера и подлинного общения.

Более того, увлечение Станиславского йогой только возрастает в первые послереволюционные годы, в период поворота его исследовательских интересов к *внешней* технике актера и к изучению глубинных связей *психики* и *физики* творящего артиста. И особенно пристально Станиславский изучает йогу в процессе работы с актерами-вокалистами в Оперной студии Большого театра.

Как известно, поворот творческих интересов создателя системы к опере был далеко не случаен. Станиславский испытывал влечение к опере с ранних лет. Этот интерес подогревался уроками пения, которые он брал и в молодости, и в зрелые годы. Известен также его исследовательский интерес к принципам работы Шаляпина, которого он почитал за возможный образец и для драматического актера. Но реализация намерения

Станиславского – учить оперных артистов по-новому – совпадает с его изучением йогических принципов ритмического дыхания, которое для йогов – ключ к управлению праной. И не случайно, что именно в 1920 году, на гребне вызванного работой с певцами интереса к связям ритма дыхания и процессов внимания, взаимодействия и общения (а шире – творческого самочувствия на сцене), Станиславский конспектирует книгу Ольги Лобановой, построенную на принципах йоги и названную «Дышите правильно»⁴⁵.

А беседы самого Станиславского в Оперной студии 1918–1922 года раскрывают новые параллели системы с йогическими принципами. Они записаны начинающей певицей Конкордией Антаровой (1886–1959), которой впоследствии – может быть, и неслучайно – самой предстоит всерьез заняться эзотерической практикой и стать автором романа «Две жизни», по-своему несущего йогическую мудрость⁴⁶. В конспектах внимательной студийки мы находим то рассказ, приписанный «одному индусскому мудрецу» (сравнение недисциплинированного ума с движениями нетрезвой обезьяны)⁴⁷, то «индусскую поговорку» (урок, преподанный ученику в ответ на вопрос о решении творческой задачи и призывающий доверять своему подсознанию; здесь возникает часто используемый Станиславским образ «кармана подсознания») ⁴⁸. Записи Антаровой напечатаны в 1952 году, и вполне обоснованно будет предположить, что на реальных уроках Станиславского рубежа 1920-х годов само слово «йога» звучало чаще, чем в книге. Но даже без употребления слова «прана»

⁴⁴ Станиславский К.С. Из записных книжек. Т. 2. С. 220–221.

⁴⁵ Виноградская И.Н. Указ. соч. Т. 3. С. 135.

⁴⁶ М. Стриженова писала об эзотерическом романе К.Е. Антаровой «Две жизни» (М., 1993–1994): «Меня как индолога поражает тонкое, глубокое знание автором своеобразной жизни этой великой восточной страны, ее древней мудрости, йоги и мест пребывания тайных эзотерических Общин Гималайской Шамбалы». См: Стриженова М. Конкордия Антарова // Энциклопедия современной эзотерики (Электронный ресурс). <<http://ariom.ru/wiki/KonkordijaAntarova>>.

⁴⁷ Антарова К.Е. Беседы К.С.Станиславского в Студии Большого театра в 1918–1922 гг. М., 1952. С. 73.

⁴⁸ Там же. С. 100.

Pro memoria

понятно, что описываемое начальное упражнение медленного, «продышанного» до самых кончиков пальцев сжимания и распускания пальцев руки, устанавливающее связь ритма дыхания и сосредоточенности, связано именно с переливанием «праны»⁴⁹. Про это же и требование Станиславского, обращенное к студийцам, – учиться «делать из вашей мысли как бы огненный шар»⁵⁰.

Именно в Оперной студии положение йогов о дыхании как основе жизни встретилось с убеждением Станиславского, что ритм – основа театрального творчества. Обращаясь к оперным певцам, Станиславский подчеркивает: «Музыка, совпадая с ритмом вашего дыхания, т.е. с основой всей вашей жизни на земле, должна поднимать вашу сосредоточенность, вводя все ваше существо в гармонию. Музыка должна сливаться в своем ритме вашу мысль и ваше чувство и вводить вас в то, что мы зовем истинным вдохновением, т.е. в пробуждение вашей интуиции, или подсознания»⁵¹.

Перед оперным певцом Станиславский ставит задачу «ввести свои физические и психические начала в готовый ритм композитора», а перед драматическим актером – «нести в себе и композитора», «создать себе ритм», без которого «ваша роль – пустое место»⁵².

В обоих случаях ритм жизни актера и, в особенности, ритм его дыхания на сцене приобретают первостепенную важность. И Станиславский уделяет базовому разъяснению принципов дыхания немало времени, объясняет связь между правильным дыханием и вниманием, правильным дыханием и физической культурой

актера: «Нужно самими простыми примерами на физических действиях привлечь его (*студийца*. – С.Ч.) внимание к неизменной аналогии: спокойное дыхание – здоровые мысли, здоровое тело, здоровые чувства, легко собираемое внимание; нарушен ритм дыхания – всегда нарушена и психика, всегда болезненное ощущение в себе и полная разбросанность внимания»⁵³. Эти мысли, конечно же, перекликаются с утверждением йога Рамачараки, что сознание, тело и эмоции связаны воедино нитью дыхания и что, вдобавок к физической пользе, приносимой привычкой правильно дышать, «духовная мощь чело- века, его счастье, самообладание, ясность ума, нравственность и даже духовное развитие могут быть сильно увеличены разумным практическим применением «Науки Дыхания»⁵⁴.

Так осознание влияния практики йоги на систему Станиславского проливает новый свет на поиски Станиславского в оперном искусстве, приоткрывает еще одну причину его убежденности в необходимости исследования общих законов существования актера в опере и драме и плодотворности совместного обучения актеров драмы и оперы. Эта идея получит развитие в работе Оперно-драматической студии середины 1930-х годов.

Ведь хотя Станиславский наиболее полно изучал и применял йогу в первый период развития системы, он не бросал этих упражнений всю свою жизнь. А поскольку термин «прана» становился все менее идеологически приемлемым, в 1930-е годы Станиславский стал часто заменять его словом

⁴⁹ Там же. С. 73–74.

⁵⁰ Там же. С. 74.

⁵¹ Там же.

⁵² Там же.

⁵³ Там же. С. 58.

⁵⁴ Рамачарака. Хатха-йога. 2-е изд. М. 2007. С. 77.

Истоки, традиции, рифмы

«энергия». Однако он по-прежнему использовал в практической работе и термин «прана», и, что важнее, сами йоговские принципы. Например, в постановке «Бориса Годунова» в Оперной студии. Как свидетельствует П.И. Румянцев, работая над уже идущей оперой (репетиции сцены Марины Мнишек и Рангони в ноябре 1934 года), Станиславский много говорит о связи пластичности актера и умения «переливать прану». Вот его замечания исполнительнице: «Чтобы вам выглядеть царицей, я подскажу одно средство. Полужестов быть не может. От корня руки (от плеча) вы пропускаете движение праны (мышечной энергии) по всей руке. Разверните руку до конца и постепенно убирайте напряжения от самых кончиков пальцев. Помните: главное в пальцах. Если “ртуть”-прана будет “переливаться” по руке, по ногам, вы всегда будете пластичны. Танцы и гимнастика не дадут пластики, пока не будет внутреннего ощущения движения. Надо, чтобы при походке энергия прокатывалась по всем позвонкам и уходила бы в ноги. Это надо искать упорно. Тогда вы будете гибки... Развивайте руку, пальцы. Пальцы – это глаза тела... Попробуйте двигаться, сидеть, чтобы все время по телу переливалась прана. Когда будете ходить, доходяживайте до конца большого пальца. Остальное тело совершенно свободно. Помните, что спина имеет огромное значение в пластике. “Переливание праны” надо делать и в спинном хребте...»⁵⁵.

Приводя эти высказывания, П.И. Румянцев подчеркивает неизменность йоговской компоненты в репетиционной и педагогической практике Станиславского на

протяжении многих лет: «Эти наставления повторяют, в сущности, те первоначальные упражнения по выработке пластики, которые Станиславский продельвал почти пятнадцать лет назад с молодыми студийцами. Повторение этих требований было у него постоянным и относилось ко всем актерам-певцам, какие бы образы они не воплощали... (курсив мой. – С.Ч.)»⁵⁶.

А на репетиции 4 мая 1935 года булгаковской «Кабалы святош», когда Станиславский детально и ярко разъясняет и показывает типичный поклон эпохи Мольера, он подчеркивает: «Имейте в виду, что у вас никогда не получится поклона, если после каждого движения не будет выпущена прана. Пластики движения без праны не может быть. Вы обязательно должны выпустить всю прану. <...> Эту прану вы набираете из сердца и будете этой праной обливаться кругом»⁵⁷.

Э. Уайт, сравнивая два текста Станиславского середины 1930-х годов, дает важнейшее доказательство того, что и в этот период идеи йоги остаются составной частью системы. Один текст – это знакомое нам русское издание «Работы актера над собой в творческом процессе переживания», подписанное к печати в 1937 году, а другой – рукопись той же книги, посланная переводчице Э. Хэпгуд с пометкой «окончательно для Америки», которая хранится ныне в Публичной библиотеке исполнительских искусств в Нью-Йорке.

В русском издании в главе «Общение» читаем: «Как называть этот невидимый путь и средство взаимного общения? Лучеиспусканием и лучевосприятием? Излучением и влечением? За неимением другой

⁵⁵ Румянцев П. И. Станиславский и опера. М. 1969. С. 407.

⁵⁶ Там же. С. 407.

⁵⁷ Станиславский репетирует: Записи и стенограммы репетиций. Сост. и ред. И. Н. Виноградская. М. 1987. С. 427.

Pro memoria

терминологии остановимся на этих словах, благо они образно иллюстрируют тот процесс общения, о котором мне предстоит вам говорить.

Близко время, когда невидимые токи, которые нас теперь интересуют, будут изучены наукой, и тогда для них создадут более подходящую терминологию. Пока же оставим им название, выработанное нашим актерским жаргоном»⁵⁸.

А в соответствующей главе «американской» машинописи 1935 года Станиславский пишет определеннее: «Я читал, что индусы говорят по этому поводу. Они верят в существование так называемой праны – жизненной энергии, силы, которая дает жизнь всему нашему телу. По их мнению, основной запас праны находится в солнечном сплетении, откуда она посылается по всему организму»⁵⁹. Заметим на будущее, что приведенные слова Станиславского – вольная цитата из Рамачараки.

И хотя примечания к 3-му и 4-му томам первого собрания сочинений Станиславского говорят, что в конце жизни автор системы отказался от использования концепции праны, «некритически заимствованной из буржуазной философии» (тут заодно досталось и французскому психологу Рибо), и, отказавшись от йоги, перешел на научную терминологию и мировоззрение, выводы о том, что после увлечения йогой в практике раннего периода системы Станиславский впоследствии отказался от нее, преждевременны.

Тот факт, что он и в 1935 году, спустя двадцать лет после опытов Первой студии, пишет и говорит о пране, означает, что

Станиславский по-прежнему считал принципы йоги составной частью системы и элементов творческого самочувствия актера.

Воспоминания Б.В. Зона о репетициях Станиславского 1933 года сохранили для нас еще одно примечательное доказательство этого. Шла работа над «Псковитянкой» Римского-Корсакова в Оперном театре им. К.С. Станиславского, и Зон записывает: «Интереснейшее предложение сделал Константин Сергеевич исполнителю роли Михайлы: Протяните руку к Ольге. Полностью. Чтобы рука звала, излучала зов. (И в мою сторону.) Раньше мы наивно называли это “праной”»⁶⁰.

Что заставляет Станиславского бросить эту реплику «в сторону» впервые появившегося на его репетициях (но появившегося по рекомендации верных людей и серьезно интересующегося системой) молодого ленинградского режиссера? Может быть, острая потребность передать (наружу? для потомства?) из парадного заточения в Леонтьевском переулке важнейшую информацию о принципах своей работы?

Прав В.Н. Галендеев: «На пороге небытия человек, особенно крупная личность, вольно или невольно думает о главном, о том, чего требует еще не истаявший дух, возвращается к своим наиболее волнующим темам. Вдвойне – если эти идеи и темы не успели отлиться в нечто завершённое и стройное, в духовное завещание. Станиславский в последние годы жизни все чаще обращался к проблеме *духовности слова, движения, молчания артиста* (курсив мой. – С.Ч.)»⁶¹. В.Н. Галендеев связывает эти проблемы (к сожалению, не

⁵⁸ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. Т. 2. С. 338–339.

⁵⁹ Stanislavskii, typescript of *Rabota aktera nad soboi, Chast' I, Okonchatel'nyi dlia Ameriki [An Actor's Work on Himself, Part I, Final Draft for America]*, the Elizabeth Reynolds Hapgood Papers, T-Mss 1992–039, Billy Rose Theatre Collection, New York Public Library for the Performing Arts, Series II: Translations, 1930–1973, Box 7, Folder 6, chap. 10.9. Обратный перевод на русский с: *White Andrew. Ibid. P.80.*

⁶⁰ К. С. Станиславский. Материалы. Письма. Исследования. М. 1955. С. 445.

⁶¹ Галендеев В. Н. Указ. соч. С. 105.

называя впрямую) с йоговскими мыслями об излиянии частичек души (т.е. праны) через звуки речи. Но место в книге Станиславского, к которому он отсылает прозрачно: «Не чувствуете ли вы, – обращается к своим ученикам Торцов, – что через голосовые волны выходят наружу или опускаются внутрь частички нашей собственной души? Все это не пустые, а духовно-содержательные звуки гласных, которые дают мне право говорить, что внутри, в их сердцевине, есть кусочек человеческой души»⁶². По Станиславскому получается, что атомы речи заключают в себе атомы человеческой души!

Так размышляя о «душе звуков» и о способах ее излучать, о пластике движений, которая «не может быть без праны», Станиславский и на закате жизни продолжает свой диалог с древним и вечным знанием йоги о человеке, его теле и его душе...

Думается, данного обзора использования йоги в работе Станиславского достаточно, чтобы сделать обоснованный вывод о значимости теории и практики йоги в становлении и развитии его системы.

ЙОГА В ЛИТЕРАТУРНОМ НАСЛЕДИИ СТАНИСЛАВСКОГО

Понимание постоянного присутствия йоговской составляющей в практике создателя системы дает нам возможность по-новому перечитать основные книги Станиславского, заставляет найти йоговский «фон» в его литературном наследии. Да, многие его труды – как, например, «Работа актера над собой в творческом процессе переживания» – ни разу не содержат упоминания йоги, но мы увидим, как многие страницы

Станиславского буквально пронизаны йоговскими идеями.

И здесь нам неоценимую пользу оказывают Г. Кристи и Вл. Прокофьев, авторы подцензурных комментариев к 3-му и 4-му тому первого собрания сочинений Станиславского. Когда читаешь их сегодня, сначала эти комментарии вызывают досаду своей диаматовской ограниченностью. Но обратим внимание на эзопову тактику комментариев в той части, где они касаются учения йогов. Ведь, сделав положенные оговорки о том, что Станиславский не критично воспринял идеалистическое учение йогов и в поздние годы встал на позиции материализма, комментаторы дают нам ценнейшие сведения о происхождении отдельных мест рукописей по системе, даже там, где сам Станиславский боялся упоминать свой источник – книги йога Рамачараки.

Имеющий уши да услышит. И вслед за подсказкой комментаторов Станиславского можно размотать целую цепочку.

Но, прежде всего, подробнее о самих книгах йога Рамачарака. В личной библиотеке и архиве Станиславского хранятся две его книги – «Хатха-Йога. Йогийская философия физического благосостояния человека» и «Раджа-Йога. Учение йогов о психическом мире человека»⁶³.

Переведенные на русский и изданные в 1909 и 1914 годах соответственно, эти книги, на самом деле, были написаны не в уединенном буддийском монастыре или хижине йога-отшельника в Индии, а в шумном американском Чикаго в 1904 и 1906 годах, ставшем после Мирового Парламента религий 1893 года, центром приобщения

⁶² Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. Т. 3. С. 61.

⁶³ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 8 т. Т. 4. С. 496.

западного мира к йоге. Их автор – американец Уильям Аткинсон (William Atkinson) (1862–1932), чье имя и обстоятельства жизни, благодаря личной скрытности и частому использованию псевдонимов (не менее десятка!), в настоящее время в значительной степени забыто. А на рубеже XIX–XX веков Аткинсон – юрист, писатель, поверенный, торговец, издатель – принадлежал к числу наиболее влиятельных авторов Нового Мышления (New Thought) в ранние годы этого движения. Сам он вступил на путь эзотерического познания после своего чудесного исцеления в начале 1890-х. За тридцать лет он написал более сотни книг, многие из которых были изданы под псевдонимами, и йог Рамачарака – лишь один из них. В аннотации «Общества публикации йоги» утверждалось, что эта серия книг о йоге была написана совместными усилиями Аткинсона и Брамины Баба Барата, и в знак уважения была приписана гурӯ последнего – йогу Рамачараке. Указывались даже даты жизни Рамачараки (1799–1893), сообщались факты биографии индийского мудреца. Однако никаких свидетельств реального существования Баба Барата или Рамачараки не существует. От кого Аткинсон принял посвящение, и перешел ли он официально в индуистское вероисповедание – так же покрыто завесой тайны... Так или иначе, но за десять лет после 1903 года появилось более дюжины книг автора Йог Рамачарака, и они продолжают переиздаваться и на английском, и на русском и по сей день, возглавляя многие списки литературы о йоге. В этом качестве они и сегодня остаются для многих – как и для Станиславского сто лет назад – введением в систематическое познание йоги.



Патанджали
(II в. до н.э.)

Структура классической йоги восходит к «Йога-сутрам» ее основателя Патанджали, написанным (а, точнее, составленным по более ранним учениям и обоснованным философски) в Индии во II веке до н.э. В ней восемь ступеней:

Яма (нормы поведения и моральные самоограничения),

Нияма (серия практик по самоочищению, следование религиозным правилам и предписаниям),

Асана (позы, объединяющие ум и тело посредством физического упражнения),

Пранаяма (контроль праны – жизненной энергии через ритмическое дыхание, приостановление «беспокойной деятельности ума»),

Пратьяхара (дает внутреннюю духовную силу, позволяет достичь умственного сосредоточения, увеличивает силу воли; отвлечение чувств от объекта желанья),

Дхарана (концентрация внимания, целенаправленная сосредоточенность ума, переходящая в медитацию),

Дхьяна (медитация, внутренняя деятельность, которая постепенно приводит к самадхи),

Истоки, традиции, рифмы

Самадхи (медитация на слог «ом», умиротворенное сверхсознательное состояние блаженного осознания своей истинной природы, нирвана).

Иногда эти восемь ступеней делят на четыре низшие и четыре высшие ступени, из которых низшие сопоставляют с хатха-йогой, в то время как высшие ступени принадлежат к раджа-йоге, полагая, что цель практических занятий хатха-йогой – в обеспечении развитого тела для обеспечения медитативной практики раджи-йоги.

В каком-то смысле Станиславскому повезло, что его знакомство с идеями йоги произошло именно по книгам Аткинсона – Рамачараки. Безусловно, это изложение йоги было приспособлено для понимания западными читателями. Американский йог обращается именно к ним, он свободно цитирует европейских и американских ученых XIX–XX веков и сознательно не перегружает читателей спецификой отдельных направлений и школ индусской йоги. Он излагает своего рода обобщенную йогическую традицию, «не отдавая предпочтения какой-либо одной школе или направлению йоги над другой, как мог бы сделать подлинный йог»⁶⁴.

Заметим вслед за Ш. Карнике, что, когда, идя по стопам Станиславского, Ежи Гротовский попытался применить йогу в театральном творчестве на основе *подлинных* индуских текстов, он зашел в определенный тупик. Ведь, в конце концов, цель занятий йогой – в освобождении от колеса страданий, в уходе от реакций на окружающую земную жизнь в вечное абсолютное. Естественно, на каком-то этапе это стало противоречить задачам

театра и театральной выразительности, – ведь подлинная йогическая «концентрация разрушает всю выразительность: она есть душевный сон, ничего не выражающее спокойствие: великий отдых, который окончится смертью. Это должно бы быть очевидно, потому что цель йоги – остановить... все жизненные процессы <...> и найти завершенность и воплощение в сознательной смерти»⁶⁵.

Станиславскому осваивать йогу было легче – приобщая западных читателей к миру восточной мудрости, Рамачарака излагал принципы йоги как основы умения управлять собой, как искусство самосовершенствования, не подчеркивая истинную конечную цель достижения нирваны. И, хотя Рамачарака видел йогу как средство обратить сознание вовнутрь себя, что противоречило основной творческой задаче системы найти способы выразить внешним образом испытываемое внутри чувство, Станиславский смог адаптировать йогическую идею «абстрагирования от отвлекающих впечатлений» в плодотворное состояние сосредоточенности и внимания во время спектакля. Ведь он знал, что для актера главное «отвлекающее впечатление», с которым Станиславский так страстно боролся, – пугающая черная дыра зрительного зала. И в этом смысле существование за знаменитой «четвертой стеной» оказывается сродни йогической отрешенности от соблазнов мира.

При этом Станиславский вполне понимал отличие своих практических задач от конечных целей йоги. На лекциях ноября 1919 года для актеров МХТ Станиславский подчеркивал: «Оказывается, тысячу лет тому

⁶⁴ White Andrew. Ibid. P. 82.

⁶⁵ Schechner Richard and Wolford Lisa. *The Grotowski Sourcebook*. New York. 1997. P. 44.

назад они [йоги] искали то же самое, что мы ищем, только мы уходим в творчество, а они – в свой потусторонний мир»⁶⁶.

Обратимся вновь к записям занятий Станиславского в Оперной студии. В своих беседах Станиславский проводит студийцев через «общие для всех ступени (курсив мой. – С.Ч.) творчества, каковы бы ни были эпохи и индивидуальности людей»⁶⁷, и эти ступени, по которым должны восходить «все, кто посвятил свою жизнь искусству сцены», ближе к этапам эзотерического нравственного самосовершенствования, нежели к набору узкопрофессиональных требований.

Первая ступень – сосредоточенность, вторая – бдительность, третья – бесстрашие, мужество в творчестве, четвертая ступень – творческое спокойствие. И как после первых четырех ступеней хатха-йоги происходит переход к возвышенным материям раджа-йоги, так и после четырех ступеней «работы над собой», приводящих к внутреннему единению актера с самим собой, Станиславский намечает глубокие художественные цели. Движение ввысь продолжается через пятую ступень – «доведение всех сил своих чувств и мыслей, перелитых в физическое действие, до самого большого напряжения», четкость героического напряжения⁶⁸.

Шестая ступень связана с возвращением сценического обаяния артиста, того благородства, которым он очистил изображаемые им страсти.⁶⁹ Здесь Станиславский совершенно в духе буддизма говорит о «роковых моментах, где дух человека стремится освободиться от страсти»⁷⁰.

И, наконец, «последняя ступень, без которой в искусстве не живут. Это – радость»⁷¹. И в

этом стремлении к радости творчества как венцу процесса воспитания актера – важнейший урок будущим поколениям и суть этической позиции Станиславского. Его знаменитые слова, написанные в день 70-летия, подтверждают, что сам создатель системы, пройдя все упомянутые ступени мучительным сальерианским путем самоисследования, вкусил счастье седьмой ступени сполна: «Долго жил. Много видел. Был богат. Потом обеднел. Видел свет. Имел хорошую семью, детей. Жизнь раскидала всех по миру. Искал славы. Нашел. Видел почести, был молод. Состарился. Скоро надо умирать.

Теперь спросите меня: в чем счастье на земле?

В познании. В искусстве и в работе, в постигновении его.

Познавая искусство в себе, познаешь природу, жизнь мира, смысл жизни, познаешь душу – талант.

Выше этого счастья нет»⁷².

Наверное, не случайно, что арифметическое количество ступеней в йоге и у Станиславского не совпадает, ведь йоговская восьмая ступень поведет уже к нирване, и здесь окончательно произойдет расхождение конечных целей практики йоги и системы актерского творчества.

Отметим попутно, что упомянутые трудности в адаптации йоги для театра не привели к потере интереса к ней со стороны Гротовского. Впрочем, разговор о влиянии йоги на Гротовского, который при выборе профессии колебался между востоковедением, психиатрией и режиссурой, который утверждал, что он «начал там, где Станиславский закончил», внешность которого после

⁶⁶ Радищева О.А. Станиславский и Немирович-Данченко: История театральных отношений. 1917–1938. М. 1999. С. 60–61.

⁶⁷ Антарова К.Е. Указ. соч. С. 79.

⁶⁸ Там же. С. 90–91.

⁶⁹ Там же. С. 94.

⁷⁰ Там же. С. 96.

⁷¹ Там же. С. 96.

⁷² Станиславский К.С. Собр. соч.: В 8 т. Т. 8. С. 324–325.

Истоки, традиции, рифмы

паломнического путешествия в Индию 1970 года изменилась так разительно, что его не узнали не только его актеры, но и родной брат, который в конце жизни завещал развеять свой прах над далекой и близкой ему Индией, – это тема отдельного серьезного разговора⁷³. А вот как оказалась возможной светская «переориентация» в использовании йоги, становится ясно, если только представить, сколько людей во всем мире занимается сегодня модифицированными версиями хатха-йоги и медитации, в основном, для поддержания физической формы и снятия стрессов.

Такого же рода переориентацию направленных внутрь и ввысь йогических техник (только в целях театральных) сделал годами раньше и Станиславский. Однако среди его многочисленных пометок в экземпляре «Хатха-йоги», хранящемся в архиве МХТ, есть отмеченный абзац, содержащий предостережение тем, кто рассматривает йогу только как набор физических трюков или просто восточную форму физической культуры. Похоже, Станиславский хорошо понимал, что самое ценное для него в йоге – именно глубинная связь внешних физических упражнений и духовного воспитания, многогранность непрерывной череды упражнений, пронизанных восходящей линией самосовершенствования. Этот пафос непрерывного ученичества, конечно же, сердцевинно близок Станиславскому. Поэтому он изучал и «Хатха-йогу», и «Раджа-йогу» Рамачараки досконально и именно из этих книг почерпнул многие важнейшие положения системы.

Ш. Карнике делает ряд интересных текстологических сопоста-

влений трудов Станиславского и Рамачараки, и последующее наше исследование отчасти повторяет ход ее мыслей.

Оказывается, даже многие из образов системы находят свои прямые аналогии в текстах американского йога. К примеру, оба автора называют подсознательное «другом», который помогает в нашей психической и творческой работе⁷⁴. Оба удивляют читателя тем, что подсознательное занимает 90% нашей умственной жизни⁷⁵. Станиславский при этом, не ссылаясь на свой источник, дословно заимствует у Рамачараки ссылки на психологов Гетса и Модсли⁷⁶. Для обоих суть воспитания и обучения заключается в умении использовать, говоря словами Рамачараки, «подсознательное мышление, повинующееся сознательному уму», или, по Станиславскому, «работу подсознательной сферы мышления, совершаемой по приказанию сферы сознательной»⁷⁷. Оба описывают память как «склад», из которого извлекаются частицы человеческого опыта⁷⁸. Наконец, они схожи в стремлении постичь правду по-новому – «не только в своей внешности, несовершенной и вводящей в заблуждение, а так, как она есть поистине»⁷⁹, и в понимании того, что «жизненная правда на сцене совсем не то, что в действительности»⁸⁰.

Когда сегодня читаешь книги Рамачараки, невольно натыкаешься на многочисленные фразы, образы, отдельные ключевые слова, столь знакомые нам по Станиславскому. Более того, работы Рамачараки «очевидно дали Станиславскому больше, чем только базовые понятия и практические упражнения, они предоставили

⁷³ Башинджалян Н. *Контуры биографии // Ежи Гротовский. От Бедного театра к Искусству-проводнику*. М. 2003. С. 24.

⁷⁴ Станиславский К.С. *Собр. соч.:* В 9 т. Т. 2. С. 436.

⁷⁵ Рамачарака. *Раджа-йога. Учение йоги о психологическом мире человека*. Ростов-на-Дону. 2004. С. 188.

⁷⁶ Станиславский К.С. *Собр. соч.:* В 9 т. Т. 4. С. 140.

⁷⁷ Станиславский К.С. *Собр. соч.:* В 9 т. Т. 2. Сс. 61, 427, 437.

⁷⁸ Там же. С. 290.

⁷⁹ Рамачарака. *Раджа-йога*. С. 93.

⁸⁰ Станиславский К.С. *Собр. соч.:* В 9 т. Т. 4. С. 380.

Pro memoria

структурную модель для того, о чем он так страстно мечтал: помочь актерам овладеть творческим самочувствием»⁸¹. Ведь в целом система Станиславского учит овладению творческим самочувствием теми же путями, как «наука йоги учит, как основному принципу, владению своим мышлением»⁸², «учит господству над умом»⁸³.

Рамачарака предлагает последовательную программу, которая, как и книги по системе, развивается от душевной работы над собой к физическому внешнему. Обе системы подготовки основываются на том, что «прежде чем человек начнет пытаться раскрывать тайны внешней вселенной, он должен овладеть внутренним своим миром»⁸⁴.

И это знание о себе должно быть достигнуто на чувственном уровне. Рамачарака подчеркивает: «Учителя-йоги не бывают довольны, если стремящийся к посвящению создает себе только интеллектуальное понятие о своей истинной сущности; они настаивают на том, чтобы он чувствовал истинность этого понятия, осознал бы свое истинное Я»⁸⁵. Отсюда возникает знаменитое, многократно повторенное положение Станиславского: «на нашем языке понять – и значит почувствовать»⁸⁶.

И названия книг системы отражают ту же йоговскую последовательность самосовершенствования от внутреннего к внешнему: работа над собой (в процессе переживания, потом – в процессе воплощения), работа над ролью. Даже принципиально важное слово «работа» встречается у Рамачараки повсеместно: «Не надо забывать, что мы сами “выработали” в себе все, что знаем. Ничто само не приходит к

лентяю, или беспечному человеку», – напутствует он учеников⁸⁷.

Конечно, такая постановка вопроса близка строителю первого художественного театра в России, который и родился в противопоставлении антрепризе, халтуре – из желания «очистить искусство от всякой скверны, создать храм вместо балагана»⁸⁸. Не случайно необходимость творческой дисциплины подчеркивалась и в практической жизни МХТ и его студий всех периодов, и в литературных работах по системе. «Считаю себя обязанным быть по-военному строгим при коллективной работе», – провозглашал добрейший Рахманов–Сулер, помощник Торцова–Станиславского⁸⁹.

Среди других терминов Рамачараки, которые отзываются в системе Станиславского, назовем «задачу». Йоги также основывали свою работу на «духовных задачах».

Кроме того, Рамачарака излагает в «Раджа-йоге» «систему упражнений и муштры»⁹⁰, – Станиславский создает систему, которая включает тренинг и муштру. Рамачарака указывает своим ученикам Путь, – Станиславский подчеркивает, что «“система” – путеводитель»⁹¹. Погруженность в «объекты рассмотрения и обсуждения»⁹², которую Рамачарака считает принципиальной для успешного сосредоточения, отзовется в арсенале актера «объектами внимания». Мысли человека, как и пьеса, усваиваются легче при разбиении на «куски». Как дерево, растущее в расщелине, через йоговский «принцип приспособления» подгоняет свою форму по ее размеру, так и актеры используют «приспособления» в предлагаемых обстоятельствах пьесы и спектакля.

⁸¹ Carnicke Sheron. Ibid. P. 173.

⁸² Yogi Ramacharaka. A Series of Lessons in Raja Yoga // Project Gutenberg's (Семевоу пецыс). – <<http://www.gutenberg.org/etext/13656>>

⁸³ Рамачарака. Раджа-йога. С. 92.

⁸⁴ Там же. С. 8.

⁸⁵ Там же. С. 6.

⁸⁶ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. Т. 1. С. 373.

⁸⁷ Рамачарака. Раджа-йога. С. 141.

⁸⁸ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. Т. 1. С. 268.

⁸⁹ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. Т. 2. С. 48.

⁹⁰ Рамачарака. Раджа-йога. С. 6.

⁹¹ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. Т. 3. С. 371.

⁹² Рамачарака. Раджа-йога. С. 45.

Истоки, традиции, рифмы

И по Рамачараке, и по Станиславскому, если «хотение» недостаточно сильно, то ни человек, ни персонаж не достигнут своей цели.

Примеры совпадения положений Станиславского и Рамачараки можно множить и множить. В одном не согласимся с Ш. Карнике. Проведя тщательное текстологическое исследование и найдя интереснейшие совпадения и параллели между Станиславским и Рамачараккой, Карнике, увлекаясь, порой представляет дело так, что Станиславский во всем следовал Рамачараке. Так, она пишет: «Моделируя себя по образцу "йогов-учителей, которые непрестанно ведут своих учеников к их цели: сначала одним путем, затем иным, <...> пока наконец ученик попадает на путь, который для него всего больше подходит"⁹³, Станиславский говорил своим студентам-режиссерам за три месяца до своей смерти, что "надо дать актеру в руки какие-то пути. Один из путей – путь действия. Есть другой путь: вы можете пойти от чувства к действию, воздействуя раньше на чувство"⁹⁴.

Мысли Станиславского, высказанные (уточним Карнике) в беседе со студентами-выпускниками режиссерского факультета ГИТИСа 15 мая 1938 года, наверное, все же не просто «моделирование себя по образцу» йогов или копирование положений книги Рамачараки, прочитанной за два десятилетия до этого. Это подведение итогов долгого исследовательского пути, вместившего в себя диалог с многочисленными источниками, среди которых йога – один из важнейших, но не единственный. Самое же главное – что в эти итоговые годы

Станиславский приходит к преодолению дихотомий, свойственных западному сознанию, и отдает предпочтение этюдному методу, в котором холистически сливаются воедино анализ с воплощением, внутреннее с внешним, психика и физика актера-творца.

Конечно, книги Рамачараки были для Станиславского не единственным источником информации о йоге и эзотерических учениях. В 1916 году МХТ приступил к постановке пьесы «Король темного покоя» (другой вариант названия – «Король темного чертога») лауреата Нобелевской премии 1913 года бенгальского автора Рабиндраната Тагора. В центре этой драматической аллегории о духовном просвещении был образ загадочно-мистического короля, который появлялся перед своими подданными всегда под покровом тьмы, и они могли лишь догадываться о его истинной сути, лишь верить в его существование.

Станиславский восторженно отзывался о пьесе, видел в постановке «глубокой религиозной мистерии» возможности расширения диапазона театра и актерского мастерства его актеров. «Рабиндранат, Эсхил – вот это настоящее. Мы этого играть не можем, но пробовать надо»⁹⁵, – писал он Вл.И. Немировичу-Данченко. И, хотя спектакль этот не вышел (репетиции закончились показом фрагментов спектакля в декабре 1918 года), работа над этим материалом расширила познания Станиславского об индуизме и духовных ценностях Востока – недаром в ходе работы были организованы лекции по индусской философии. А то, что эти знания оказались ему нужными для

⁹³ Там же. С. 71.

⁹⁴ Carnicke Sheron. Ibid.P. 173. Чтобы избежать обратного перевода, фраза Станиславского приведена по: Станиславский репетирует. С. 565.

⁹⁵ Виноградская И.Н. Указ. соч. Т. 2. С. 529.

Pro memoria

практической работы и за пределами работы над Тагором, подтверждает тот факт, что в марте 1919 года в беседе с актерами МХТ о новых театральных формах он советовал опять пригласить индусского лектора, чтобы продолжить разговор⁹⁶.

Но все же главным источником изучения йоги для Станиславского были именно книги Рамачараки, поэтому сравнению трудов американского йога и автора системы мы и уделили основное внимание.

Изучение основ древнеиндийского учения о человеке, начавшееся для Станиславского в тот самый 1911 год, когда система была объявлена официальным методом работы МХТ, оказалось не просто «очередным увлечением Константина Сергеевича». Оно вылилось в долгосрочное и оплодотворяющее воздействие йоги на поиски автора системы и его учеников. Многие поколения актеров при жизни Станиславского – и актеры Первой студии в 1910 годы, и певцы Оперной студии в 1920-е годы, и студийцы Оперно-драматической студии в 1930-е проходили через базовые упражнения системы, основанные на йоге. Многие поколения и после Станиславского, делая ежедневный туалет актера по системе, отдавали дань йоговским принципам, порой – благодаря советской цензурной политике в области искусства и культуры – даже не осознавая того. Перефразируя Л.А. Додина, который говорил, что, «когда артист играет правильно, он играет по Станиславскому, даже если Станиславский ему не нравится»⁹⁷, можно утверждать, что когда актер делает тренинг по системе Станиславского, он опирается на

многовековой опыт йоги, даже если йогой никогда и не занимался.

Параллельное чтение текстов Рамачараки и Станиславского, начатое в настоящей публикации, дает также возможность по-новому обсудить элементы творческого самочувствия актера – элементы системы Станиславского, которые имеют прямую связь с учением йоги. Среди них – освобождение мышц, общение, лучеиспускание и лучевосприятие, внимание, видения. Особое внимание необходимо уделить взглядам Станиславского на структуру бессознательной деятельности человека, включая его подсознание и сверхсознание. Ведь именно из «Раджи-йоги» Станиславский почерпнул концептуальную идею связи творческого состояния и бессознательного, заимствуя представление о сверхсознании как источнике вдохновения, творческой интуиции и трансцендентального знания. И в предисловии к «Работе актера над собой» Станиславский будет указывать на ключевое значение главы «Подсознание в сценическом самочувствии артиста», в которой для него – «суть творчества и всей “системы”».

Вторая статья, которая готовится к публикации в следующем номере журнала, как раз и будет посвящена подробному анализу йогических элементов системы Станиславского. Там же мы подведем и итоги настоящего исследования.

⁹⁶ Станиславский К.С. Собр. соч.: В 9 т. Т. 6. С. 488.

⁹⁷ Додин Л.А. Интервью // Известия. 1997, 6 мая.