

ТЕМПОРИТЪМЪТ В АКТЬОРСКИЯ ТРЕНИНГ

Ася Христова Иванова

Докторант в Нов български университет
с научени ръководители проф. Елисавета Вълчинова-Чендова,
д.н. и доц. Зарко Узунов.

Настоящият текст разглежда значението и ролята на темпоритъма като средство в обучението на актьора или в т.нар. актьорски тренинг. Идеята за ритъма е от голямо значение в изкуството и в частност в театралната практика от началото на XX век. Това е и времето, когато започва целенасочено обучение на актьора и развиване на различни техники за подготовка и работа с актьорската психофизика. Идеята за обучение на актьора се появява вследствие на необходимостта от предварителна подготовка за конкретната роля. Впоследствие тренинга измества по важност готовата форма и става част от цялостния процес в изграждането на спектакъла.

Основен принос в развитието на тези идеи и в разработването на тренингова система за обучение на актьори има руският режисьор и актьор Константин Сергеевич Станиславски. По-късно и други театрални практики като Мейерхолд, Вахтангов, Гротовски, Барба, Брук и други също имат съществен принос в развитието на актьорския тренинг и използването на темпоритмични упражнения и структури както в обучението на актьора, така и в самата театрална форма.

Текстът разглежда по-подробно принципите на Станиславски за темпоритъма като първи театрален практик, който създава цялостна система за възпитание на актьора и работата му върху ролята. Неговата теория става гръбнака на развитието на театралната практика от XX век до настоящия момент. Почти всички възникнали впоследствие теории, методи и техники за работата на актьора се отгласват, противопоставят или доразвиват неговия метод.

В професионалната ми практика като актриса и преподавател много често използвам и работя с понятието „темпоритъм“. Очевидно е, че този термин не е заимстван директно от музикалната терминология, където имаме отделни дефиниции за темпо, ритъм, метрум и други понятия, свързани с разполагането на определени елементи във времето. Когато ми се налага да обяснявам понятието темпоритъм на студентите по актьорско майсторство, почти винаги прибягвам до дефинициите, използвани в музиката.

„В музиката ритъм означава организирано, логично редуване на тонови трайности“.

„Метрум е пулсацията, която възниква от периодическото редуване на групи, наречени метрични групи, съставени от равнотрайни силни и слаби (акцентирани и не акцентирани, тежки и леки) моменти, наречени метрични времена.“¹

„Темпо – това е бързината, с която се редуват метричните времена. Човек възприема едно темпо като бързо, умерено или бавно, като неволно сравнява честотата на метричните времена с нормалния пулс. Ако метричните времена се редуват с честота близка до нормалния пулс – темпото е умерено; ако се редуват с честота по-голяма или по-малка от тази на нормалния пулс – темпото се възприема съответно като бързо или бавно.“²

Тъй като самата аз имам музикално образование, тези дефиниции са понятни за мен и с лекота успявам да ги „преведа“ и да ги използвам в професионалната ми практика. За съжаление обаче, студентите по актьорско майсторство се затрудняват в разбирането им и още повече в изграждането на връзките между музикалната терминология и практиката на актьора. Макар и първоначално музикалната терминология да изглежда сложна и неразбираема за актьорите, според мен е задължително още в самото начало на тяхното обучение те да бъдат запознати с нотните стойности и понятията ритъм, метрум, размер, такт. Това ще спомогне за по-

¹ Хаджиев, П., Й. Колев, Й. Чобанова. Учебник по елементарна теория на музиката и солфедж. София: УИ "Св. Климент Охридски", 1994, с. 69.

² Пак там, с. 118.

нататъшното овладяване, разбиране и развитие на техния основен изразен инструмент, а това е тялото на актьора, неговият „психо-физически апарат“³.

Понятията „темпо“ и „ритъм“ нямат точни дефиниции в театралната практика.

Станиславски ни дава следните определения:

„Темпо – това значи бързо или бавно. Темпото съкращава или удължава действието, ускорява или забавя речта.

За да се извърши едно действие, за да се произнесе една дума, нужно е време.

Да ускоряваш темпото – ще рече да определяш по малко време за действието или за речта и това те кара да действаш или да говориш по-бързо.

Да забавяш темпото – ще рече да освобождаваш повече време за действието и за речта и да си даваш възможност още по-добре да довършиш и да доизкажеш важното.“⁴

За формулирането на понятието „ритъм“ в актьорското изкуство ще използвам следния цитат отново на Станиславски:

„В процеса на действието текущото време се запълва с най-разнообразни движения, които се редуват със спирания. В процеса на речта текущото време се запълва с моменти, в които се произнасят звуци с най-разнообразни дължини и с прекъсвания между тях. По такъв начин ритъмът се комбинира от отделни моменти с разнообразни продължителности, които делят времето, заето от такта, на най-различни части.“⁵

Темпоритъм е понятие, което обединява скоростта и интензитета на провеждане на действието – физическо и психологическо.

След дългогодишни изследвания и търсене на начини за постигане на автентичност на актьорската игра, в края на живота си Станиславски достига до върховото постижение на своя труд – **Метод на физическите действия**. Той разработва този метод в тясно

³ Една от основните идеи на Станиславски, че тялото и съзнанието представляват психфизическа цялост. Вж.: **Николова**, Р. Актьорският тренинг през XX век. София: изд. „Проф. Петко Венедиков“, 2007, с. 28.

⁴ **Станиславски**, К. С. Работата на актьора над себе си. Част 2. София: Наука и изкуство, 1982, с. 146.

⁵ Пак там, с. 146, 147.

сътрудничество с руския физиолог и психолог Павлов и неговата теория за условния рефлекс. Методът на физическите действия се основава на непрекъснатата връзка между „външното“ и „вътрешното“, между физическото и психическото. Всяко физическо действие е провокирано от вътрешно, психологическо действие и обратното. Според Станиславски физическото действие е „примамката“ за емоцията – концентрираното, логическо изпълнение на верните физически действия, определени от „предлаганите обстоятелства“, може да отключи автентични емоции⁶. Откриването на верния темпоритъм за изпълнение на физическите действия има огромна роля в търсената органика (правдивост) на актьорската игра.

„Ако темпоритъмът се вземе вярно, правилното чувство и преживяване се създават естествено, от само себе си. Но ако темпоритъмът е неверен, по същия начин на същото място на ролята ще се родят неправилно чувство и преживяване, които не могат да се поправят, без да се измени неправилният темпоритъм.“⁷

Във втората част на „Работата на актьора над себе си“ Константин Сергеевич посвещава няколко глави на темпото и ритъма и тяхното значение в тренинга на актьора и в изграждането на представлението. Принципът на Станиславски за темпоритъма се базира на взаимодействието и напрежението между вътрешния и външен темпоритъм. Външният темпоритъм се проявява във физическите действия, защото тогава става видим, а вътрешният е само осезаем, свързан с преживяването, което се извършва невидимо.

„Ние мислим, мечтаем, скърбим в някакъв определен темпоритъм, защото във всички тия моменти се проявява нашият живот. А там, където има живот, има и действие, където има действие – там има и движение, а където има движение, там има и темпо – там е и ритъмът.“⁸

Темпоритъмът на действието и на речта интуитивно, пряко и непосредствено може да възбужда преживявания и да помага при

⁶ Moore, Sonia. *The Stanislavski system: the professional training of an actor* – homepage.mac.com/xmrock/stanis.html, 15.04.2011 г.

⁷ Станиславски, К. С. Цит. съч., с. 150.

⁸ Пак там, с. 155.

създаването на образи и сцени, които повлияват на чувството на артиста.⁹ Чрез различни упражнения актьорът може да усъвършенства тази психотехника, за да бъде възможно по-лесно неговата природа да откликва на вътрешните чувства и асоциации, породени от различни темпоритми, които да задвижват психическия живот на артиста и ролята. Когато актьорът открие верния темпоритъм на това, което прави, той директно се доближава до емоциите, които са свързани с него.

В работата със своите ученици Станиславски използва различни ритмични упражнения за да изследва взаимовръзката между темпоритъма и настроението, възможността да се възбуди „емоционалната памет“ чрез определен темпоритъм или поне да се получи емоционална представа за конкретно чувство. Например, ако в размер 4/4 , в бавно темпо, под ударите на метроном, със силен плясък на ръцете се отброява всяко първо време и това продължи няколко минути се създава настроение на безкрайно отегчение, монотонност, ленивост и скука. Ако обаче повторим опита (отново в размер 4/4), като отброяваме всяко време с два плясъка (две осмини вместо една четвъртина), акцентираме на първия и постепенно ускоряваме темпото, настроението е съвсем различно – изпълваме се с бодрост, радост и веселие.

Станиславски експериментира с най-различни темпа и ритмични структури, които провокират появата на множество емоции и техните нюанси, за да докаже прякото и непосредствено въздействие на темпоритъма върху чувството.

Взаимовръзки темпоритъм – предлагани обстоятелства

В обучението си актьорът е важно да разбере, че темпоритъмът не е самоцел, не ни е нужен сам по себе си, че не бива да изпълняваме ритъма заради самия него, а продуктивно и целесъобразно да действваме в ритъм.¹⁰ Той е пряко свързан с предлаганите обстоятелства, с линията на вижданията и нашата зрителна памет.

⁹ Пак там, с. 158.

¹⁰ Пак там, с. 160.

Определен темпоритъм може да ни накара да си представим конкретна ситуация и нейното развитие с действията и задачите, които трябва да следваме, и обратното – предлаганите обстоятелства и работата на въображението ни могат да конструират темпоритъма, нужен за ситуацията.

За да подчертае това взаимодействие, Станиславски поставя задача на учениците си да издирижат темпоритъма на пътник, който заминава на дълъг път и пристига на гарата 15 минути преди тръгване на влака. Те трябва да си представят всички малки физически действия, които се извършват на гарата преди отпътуването. След това същата задача със същите действия се повтаря, но този път пътникът е пристигнал 5 минути преди тръгването на влака и на касата има опашка за билети. При втория опит темпото и ритъмът, разбира се, са повлияни от новите обстоятелства. Загубват спокойствието и равномерността си и стават по-припрени и не размерени. При третото повторение на задачата пътникът пристига на гарата 1 минута преди тръгването на влака. При това ново обстоятелство всеки от нас може да си представи какво се случва с темпоритъма на физическите действия, от една страна, и с вътрешния темпоритъм на преживяването на пътника, от друга.

Станиславски предлага два пътя при избора на упражнения – от чувството към темпоритъма, и обратното – от темпоритъма към чувството. Актьорът, разбира се, е добре да владее и двете техники.

В педагогическата ми практика използвам подобни упражнения, които дават възможност на студентите да изследват взаимодействието между темпоритъма и предлаганите обстоятелства и в двете посоки. За основа взимаме *едно конкретно физическо действие*¹¹ и чрез многобройни повторения, с различни задачи изследваме възможните взаимовръзки. Така с действието „влизам на сцената и сядам на стол“ (в случая са две действия, но давам този пример за по-голяма яснота)

¹¹ Избирането на едно физическо действие, а не поредица от прости физически действия в една ситуация, помага да се концентрираме изключително върху изследването на различните темпоритми и връзките им с творческата измислица и предлаганите обстоятелства (бел. моя, А. И.).

можем да направим следните експерименти, като първо задаваме различни обстоятелства, като например:

1. Влизам на сцената и сядам на стол за интервю за работа. Това е основната ситуация, в която поставяме студента. Той сам може и трябва да доизмисли допълнителни обстоятелства като например: това е 25-ото интервю, на което се явява в рамките на 3 дни, няма никаква надежда, че ще получи работата, не е спал цяла нощ, защото се е подготвял, и т.н.; или – това е първото му интервю, станал е рано, облякъл е най-хубавите си дрехи и е сигурен, че ще спечели работата. Всичко това ще определи темпото, ритъма и начина, по-който ще извърши физическото действие „влизам и сядам на стол“.

Така, променяйки основната ситуация и допълнителните обстоятелства, можем да изследваме в детайли темпоритъма на актьорското поведение.

След това можем да подходим от другата страна, отвън – навътре. Запазваме същото просто физическо действие и поставяме задачи, свързани само с промяна на темпото и ритъма, в които извършваме действията. Например: влизаме бавно с равномерни стъпки (в 4/4 една стъпка на всеки удар) и в същото темпо и ритъм сядаме на стола; или влизаме бавно с равномерни стъпки, стигаме до стола и правим пауза (например 3 удара), след което, рязко за 1 удар, сядаме на стола; или влизаме в същото бавно темпо, но стъпките са неравномерни (ако ползваме нотните трайности, може да използваме всички тях – половини, четвъртини, осмини и т.н. – в различни комбинации), прекъсвани от паузи, а сядането на стола да е бавно и непрекъснато в рамките на 2 такта. По-този начин бихме могли да измислим всевъзможни темпоритмични комбинации. Обикновено студентът (или тренирацията се актьор) има нужда да повтори неколккратно действията с определения темпоритъм, за да оправдае с въображението си това поведение и да измисли всички обстоятелства, които го мотивират да извърши действието точно по този начин. Някои студенти се отключват много бързо при подхода отвън – навътре и с лекота измислят цели истории, с биография на

персонажите и тяхното физическо поведение (походка, жестикуляция, енергия на физическото присъствие).

„Темпоритъмът на действието може интуитивно, пряко, непосредствено да подсказва не само съответното усещане и да възбужда преживяванията, но и да помага при създаването на образите.“¹²

Подобни упражнения са изключително ценни за начинаещия актьор, тъй като му дават възможност, от една страна, да развива въображението си, да тренира чувството за темпоритъм, свързано с конкретна ситуация, а от друга – да изследва собствената си психофизика и емоционална възбудимост.

По подобие на посочените по-горе примери можем да поставим задачи за съчетаване на два или повече темпоритъма в един актьор. Необходимостта от съчетаването на няколко темпоритъма в един актьор се налага при „сложни състояния на героя с противоречиви вътрешни линии“. Работата с различни темпоритми изисква от актьора висока степен на концентрация и владение на собствената психофизика, особено при напрежение или противопоставяне на вътрешния и външния темпоритъм. В реалния живот можем да открием редица ситуации, в които вътрешният темпоритъм е противоположен на външния. Например, когато сме изключително развълнувани, притеснени или уплашени, но искаме да прикрием това от околните, вътрешният ни темпоритъм най-вероятно е бърз и неравномерен, а този на физическите действия би бил умерен и спокоен (вследствие на желанието да прикрием вълнението си). Ако продължително време наблюдаваме поведението на човек в подобна ситуация, със сигурност ще открием неспокойния вътрешен темпоритъм на чувството някъде във физическото поведение – вероятно в малките, несъзнателни движения на очите, главата, в някое по-рязко обръщане или в темпоритъма на дишането (последното е в много съществена и неразривна връзка с вътрешният темпоритъм). Разбира се, в реалния живот това се случва от само себе си и никой не се замисля за това – в какъв темпоритъм чувства, мечтае, действа и

¹² Пак там, с. 158.

дали те са в опозиция или в синхрон. За актьора обаче това са част от средствата, от инструментите, с които борави, за да изгради органично присъствие на сцената. За целта той трябва да полага ежедневни усилия в посока изследване на собствения „материал“, изграждане на техника и непрекъснато усъвършенстване на психофизическия си апарат.

Ритъмът е в основата на концепцията на Станиславски за органичната природа на вътрешното действие. Според него ритъмът трябва да е видим дори и когато актьорът е абсолютно неподвижен. Веднъж по време на репетиция той прекъсва актьора със следната забележка: „Вие стоите в грешен ритъм“. „Да стоиш и дебнеш мишка е един ритъм: да стоиш и наблюдаваш приближаващ се към теб тигър е съвсем друг ритъм“¹³.

На базата на професионалната ми практика бих разделила темпоритмичните упражнения използвани в актьорски тренинг в три основни групи:

1. Упражнения, развиващи чувството за ритъм и темпо (тези упражнения бих нарекла технически – като гамите за музикантите например). Към тях можем да причислим и най-елементарни, въвеждащи ритмични упражнения, които могат да бъдат заимствани и от началното обучение по солфеж (тактуването например).
2. Темпоритмични упражнения, свързани с настроението, емоционалната възбудимост на актьора, изграждащи техника за работа с „психофизическия апарат“. Този вид упражнения заемат основно място в тренинга на актьора.
3. Темпоритмични упражнения, свързани с натрупването на специфични умения за конкретна роля или сценична форма. Тази последна група не разглеждаме в този текст, тъй като са свързани с готовата форма, а не с тренинга.

В заключение бих искала отново да подчертая колко важно е актьорите да имат познания за нотните стойности, понятията за

¹³ Goodridge, Janet. Rhythm and timing of movement in performance: drama, dance and ceremony. London, 1999, p. 111.

темпо, ритъм, метрум, размер, такт. Разбира се, те трябва да бъдат запознати с тези понятия по подходящ, разбираем за тях и свързан с актьорската професия начин. Само така те биха могли задълбочено да изследват възможностите, които темпоритъмът дава в личния им тренинг.