

Principles of Movement in the Training Принципы движения в тренинге

1. Direction

Out of the obscure into clarity; darkness is near us.
As a result of your work a joy, clarity come to you.
The head gets lighter.

Направленность

Из неясного в ясное, вблизи нас темнота.
В результате твоего труда к тебе приходит радость, ясность.
Голова светлеет.

2. Theater - Mirror

Theater is the only human activity that reflects all of human nature.
The ability to work with creating is a miracle, a gift.
What kind of theater do you want to work with?

Театр - зеркало

Театр - единственная деятельность человека, которая отражает все явления человека.
Возможность заниматься творчеством - это чудо, дар.
Каким театром ты хочешь заниматься?

3. Who are you?

Accepting yourself as a given.
What can you do, what can you really give – lucky man?
Line of business

Кто ты?

Принятие себя как данности.
Что ты умеешь делать, что ты можешь дать - счастливчик?
Амплуа.

4. Sacrifice

I have to sacrifice something in order to be able to work with creating.

Жертва

Я должен что-то принести в жертву, чтобы иметь возможность заниматься творчеством.

5. System

To have the ability of achieving a clean surface.
Ritual 'Zero' – the cleanest slate – not directed at anything.
The mirror of an enlightened spirit. The calmness and the will.

Система

Иметь возможность достигать чистой поверхности.
Нулевой ритуал - предельно чистый лист – не направленный ни на что.
Зеркало просветленного духа. Покой и воля.

6. Deepening

Complete openness.
Openness – this is being open to what is happening, what is present and what reality comes to the moment, actually to the energy and not to the concept of openness. The energy seeks to enter where we are actually open. A situation where there is openness is a situation where there can be an act of openness.

Погружение

Предельная открытость.
Открытость - это открытость к происходящему, данному и даному, к энергии, а не представление об открытости. Энергия ищет войти там, где и чему мы действительно открыты. Ситуация в которой есть открытость - ситуация в которой возможен человеческий поступок.

7. Safety Techniques

The possibility of entering and leaving.
Theater is what I do, while I am in a space called theater.
What I do in theater – is - what I want to be doing.
Leave for the person a free space and the right to enter it.

The world of 'middle' is the human being, the ordinary time, the difficult news.

Техника безопасности

Возможность входа и выхода.

Театр - это то, что я делаю, находясь на территории называемой театр.

То, что я делаю в театре и есть то, что я хочу делать.

Оставить за человеком свободное поле и право войти в него.

Срединный мир, человек, бытовое время, трудная весть.

8. Self-awareness

A person's calling. Personal efforts:

"This is my movement, these are my own doings, this is my theater. What I am doing is based on love and trust and therefore, does not need any defenses.

I know how to defend what I am doing, as well as the space itself. This becomes part of the task."

Самосознание -

Признание человека. Личное усилие:

«Это мое движение, это мое личное дело, это мой театр. То, что я делаю основано на любви и доверии, поэтому не нуждается ни в какой другой защите.

Я умею защищать то, что я делаю как и саму территорию, это входит в задачу».

9. The Act

Having the self-awareness of the one who produces, not the consumer.

"What I am doing is directed only at creating."

The act is directed either from within oneself to the outside, or inwards, into oneself, only on specific occasions.

АКТ

Сознание производителя, а не потребителя:

"То, что я делаю направлено только на созидание".

Акт направлен либо из себя - вовне,

либо внутрь - на себя, как частный случай.

10. The Principle of the Non-Inertial System

One cannot exploit this. Theater is a process without consequences.

Reviewing.

The absence of unmotivated changes.

Diversity depends on the paths and on speed.

Принцип неинерционной системы

Этого нельзя поиметь. Театр - процесс без последствий.

Пере просмотр.

Отсутствие немотивированных изменений.

Разнообразие есть следствие дороги и скорости.

11. Mechanics of Movement

The circle again.

The past is like an error category

Form is like the tail of a comet, it belongs to the past.

Механика движения

Круг заново.

Прошлое как категория ошибки.

Форма - хвост кометы, категория прошлого.

12. Winning

The principle of the attempt – you play and you win.

Losing in the attempt is losing possibilities.

The principle of the game:

Possibility → Expecting the unexpected → An attempt → New possibility.

Выигрыш

Принцип попытки: ты играешь и выигрываешь.

Проигрыш попытки - потеря возможности.

Принцип игры:

Возможность → Ожидание неожиданного → Попытка → Новая возможность.

13. Speed of Moving Forward

Initiative is the ability to change direction.
The first one has the right, the right belongs to the first.

Скорость движения вперед

Инициатива это возможность поворота.
Первый имеет право, право имеет первый.

14. Formula of Movement

- Possibility of the impossible
- Expecting the unexpected
- The attempt
- The ladder
- The tree

Формула движения

- возможность невозможного
- ожидание неожиданного
- попытка
- лестница
- древо

15. Reality

The end of illusions.
An illusion flows only in one direction.

Реальность

Потеря иллюзии.
Иллюзия течет в одном направлении.

16. The Word

The word is enough; the word has its own value.
The common understanding of the word "YES".
The common understanding of the word "NO". This is not debatable.

Слово

Достаточно слова, Слово самоценно.
Договор данного слова "ДА".
Договор слова "НЕТ". Это не обсуждается.

17. The Scope (The Capacity)

The will determines one's inner scope/capacity. How much am I capable of?
The capacity creates ability. The wider the scope/capacity, the more the strength pushes through to the top.
The strength of the soul is determined by the capacity.

Объем

Внутренний объем определяется волей. А сколько я могу?
Объем создает возможность. Чем больше объем, тем больше выталкивающая сила вверх.
Сила духа определяется объемом.

18. Rhythm

Angular velocity. The relationship of spiritual and material coordinates.
The category of the step.

Ритм

Угловая скорость. Соотношение духовной и материальной координаты.
Категория шага.

19. Foundation

The physical laws, the physical givens. Feelings are a kind of "using up" of life.
Movement is dualistic: $-F \leftarrow \bullet \rightarrow F$, the world exists in between two points.
Diffraction (going around barriers like fluid waves)

Основания

Физические законы, физическая данность. Чувство как категория - есть момент "изживания" жизни.
Движение двойственно: $-F \leftarrow \bullet \rightarrow F$, мир существует между двух точек.
Дифракция (Огибание волнами препятствий)

20. The Basic Principle – Movement Forward

The movement is trustworthy is only when it goes towards making the scope greater. Making oneself greater in scope: out of “self” (what is known) into “non-self” (what is unknown). Stereotypical fears have to be overcome.

The attempt to examine is an attempt to locate a point. The point and the sphere are in precise interrelations.

The basic principle of “I – the self” is “contraction”.

With release, there appears an unknown reality, with contraction we end up against the self.

Основной принцип - движение дальше.

Движение достоверно только тогда, когда оно идет на увеличение объема.

Увеличение себя в объеме: из “Я” в “не-Я”. Стереотип страха должен быть преодолен.

Попытка рассмотреть - попытка образовать точку. Точка и сфера находятся в точных взаимоотношениях. Основной принцип “Я” - “стягивание”. При размыкании возникает неведомая реальность, при сжатии - мы упираемся сами в себя.

21. The Look

Throwing a look into eternity.

We have to become lighter than the world around us, in some sense, lighter than air.

Emptiness is within us. We should not direct our look into the stomach.

It is necessary to turn the eyes from the inside outwards.

“My eyes go forward” – where do we direct our look?

The energy of the look at the beginning is greater than the energy of the expression.

Взгляд.

Бросок взгляда в бесконечность.

Мы должны стать легче чем мир вокруг, в каком-то смысле легче воздуха.

Внутри нас пустота, нельзя направлять глаза в желудок.

Необходимо вывернуть глаза изнутри - наружу.

“Мои глаза идут вперед” - куда устремлен наш взгляд?

Энергия взгляда вначале больше энергии высказывания.

22. Not up close, but at a distance/ far off

The principle of “moving away into the distance under moonlight”.

The important thing is distance, air. Respect comes about from the wide range of your view.

Не вблизи, а вдали.

Принцип “удаления в лунном свете”.

Главное расстояние, воздух. Уважение рождается из масштаба взгляда.

23. The Spirit of Work

The process is what is connected to time:

- the current process,
- the energy of the process, its level and quality,
- the meaning of the process,
- the entrance and exit of the process, the energy of entering and leaving,
- the language of the process.

Spirit can be discussed only as the full realization of the Law.

In relation to what Law do you bring yourself?

Дух дела

Категория процесса, то, что связано со временем:

- явленность процесса,
- энергия процесса, ее уровень и качество,
- смысл процесса,
- вход и выход из процесса, энергия входа и выхода,
- язык процесса.

Разговор о Духе возможен только как полнота реализации Закона.

В соответствие с каким Законом ты приводишь себя?

24. Beauty as a heuristic principle

Not being beautiful, but “contributing” beauty.

“In fear and trembling”.

Красота как эвристический принцип

Не обладание красотой, а “добавление” красоты.

“В страхе и трепете”.