
Актёр
и зритель
Разговор об одном человеке
Философская проза
Рафаел Месропян

Рафаел Месропян

Актёр и зритель

«Автор»
2026

Месропян Р.

Актёр и зритель / Р. Месропян — «Автор», 2026

Почему мы иногда чувствуем одно, думаем другое, а поступаем совсем иначе? В каждом из нас словно есть актёр, который проживает события, и зритель, который наблюдает, сомневается и пытается их понять.От случайной надписи на автомобиле автор приходит к вопросам, знакомым каждому: что дано нам природой, чему учит жизнь, почему разум спорит с внутренним голосом и как чужие слова могут изменить взгляд на собственное прошлое.«Актёр и зритель» — философская проза о самопознании, человеческих отношениях и поиске дороги к самому себе.Без готовых рецептов — как доверительный разговор, который хочется продолжить.

© Месропян Р., 2026
© Автор, 2026

Содержание

От автора. Почему я решил остановиться 5
ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. С ЧЕГО НАЧАЛСЯ ВОПРОС 6
Надпись на заднем стекле 7
Человек — мера 8
Сначала почувствовать, потом понять 10
Театр, в котором один билет 12
ЧАСТЬ ВТОРАЯ. ТЕАТР ВНУТРИ ЧЕЛОВЕКА 14
Актёр: всё, что происходит внутри 15
Конец ознакомительного фрагмента. 17

Рафаел Месропян
Актёр и зритель

От автора. Почему я решил остановиться

Есть вопросы, к которым возвращаешься независимо от возраста. Вроде бы живёшь, занимаешься делами, разговариваешь с людьми, а они всё равно идут рядом. Кто я? Почему иногда поступаю так, хотя сам понимаю, что лучше было бы иначе? Почему одно событие радует меня, а другого человека огорчает? Откуда берётся голос, который словно подсказывает, и кто тот второй, который тут же начинает с ним спорить?

Можно посвятить каждому из этих вопросов отдельную книгу. Более того, можно провести всю жизнь, объясняя одно-единственное слово — «человек», — и всё равно не дойти до конца. Поэтому я решил не писать энциклопедию. Не буду разбирать каждую клетку организма и каждое движение мысли. Мне хочется поговорить о том, что знакомо каждому: о внутренней жизни, которую мы проживаем ежедневно, но редко рассматриваем со стороны.

У этого разговора две опоры. Первую я нахожу в старой мысли, связанной с именем Протагора: человек — мера всех вещей. Я понимаю её прежде всего так: мой путь к миру начинается со мной самим. Я встречаю мир своими чувствами, опытом, вопросами. Мир от этого не становится моей собственностью и не исчезает для остальных. Но мой личный мир — всё, что я о нём знаю и переживаю, — проходит через меня.

Вторая опора — простой образ: в одном человеке есть актёр и зритель. Актёр проживает происходящее. Зритель наблюдает, вспоминает, сравнивает и пытается понять. Иногда они согласны. Иногда один рвётся вперёд, а другой требует остановиться. И оба принадлежат одному человеку.

Это не рассказ о двух людях, спрятанных внутри тела. И не попытка объявить новую научную теорию. Я предлагаю читателю посмотреть на знакомую жизнь с неожиданной стороны. Если этот образ поможет кому-нибудь лучше услышать собственные чувства и честнее разобраться в своих решениях, значит, разговор начат не зря.

Я не собираюсь доказывать, что вся человеческая природа сводится к двум половинам. Я просто беру одну нить и стараюсь не потерять её среди тысяч других. В нашей беседе будет место сомнению. Но спор ради спора мне не нужен. Мне важнее понять, чем произвести впечатление.

Итак, начнём не с далёких звёзд и не с мудрёных слов. Начнём с обычного человека. С каждого из нас.

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ. С ЧЕГО НАЧАЛСЯ ВОПРОС

ГЛАВА ПЕРВАЯ

Надпись на заднем стекле

Иногда мысль приходит не за письменным столом. Ты можешь неделями читать, размышлять, подбирать слова, а потом увидеть несколько строк на заднем стекле автомобиля — и весь разговор вдруг повернёт в другую сторону.

На одной машине я заметил надпись: «Практика тишины. Затихнет ум — услышишь сердце».

Красиво сказано. Наверное, многие проехали бы мимо, улыбнулись и забыли. А я задумался. Почему для того, чтобы услышать сердце, ум непременно должен затихнуть? Неужели они враги? Один мешает другому? Может быть, дело вовсе не в том, чтобы заставить ум замолчать? Может быть, ему нужно научиться слушать?

Тогда и родилась формула, с которой начался этот разговор: ум должен научиться слушать сердце.

Сначала она кажется очевидной. Каждый слышал что-нибудь похожее: «слушай сердце», «доверяй разуму», «не поддавайся чувствам». Мы произносим эти слова так свободно, будто совершенно точно знаем, где именно расположены разум и чувства и кто из них отдаёт приказ.

Но стоит остановиться — и простые слова становятся странными. Почему мы говорим «сердце», если сердце прежде всего обеспечивает движение крови? Может ли оно думать, рассуждать, выбирать? Конечно, в таком выражении речь не о работе органа. Мы веками пользуемся словом «сердце» как образом любви, совести, искренности. Сами того не замечая, мы поселили в нём почти всю внутреннюю жизнь.

А если убрать привычное красивое слово? Что останется?

Останется внутренний голос. Не обязательно голос, который слышится как звук. Скорее то, что человек ощущает в себе: мне радостно; мне тревожно; я хочу подойти; мне лучше уйти; я не могу поступить так, даже если никто не узнает. Внутри что-то откликается на мир раньше, чем мы успеваем подобрать объяснение.

И остаётся ум. Он словно отвечает: подожди, давай посмотрим, что произошло; вспомним, чем подобное закончилось раньше; не будем торопиться; а вдруг ты ошибаешься?

Вот и получаются двое. Один переживает. Другой рассматривает переживание. Первый напоминает актёра на сцене, второй — зрителя в зале.

Но мне нравится эта картина не потому, что её легко нарисовать. Она помогает увидеть собственные противоречия без громких слов. Человеку не обязательно быть лжецом, чтобы одна его часть говорила «да», а другая — «нет». Не обязательно быть слабым, чтобы желать того, чего опасаешься. Иногда в нас просто сталкиваются разные способы встречать одну и ту же жизнь.

Представьте человека, который хочет позвонить старому другу. Он уже взял телефон. Ему хочется услышать знакомый голос, узнать, как живёт человек. Но тут начинается второй разговор: а вдруг не вовремя? А вдруг он не обрадуется? А вдруг мы уже чужие? Телефон лежит в руке. Звонок ещё не сделан. Снаружи — тишина. А внутри состоялся целый спектакль.

Какой из двух голосов прав? Возможно, оба чего-то не знают. Внутренний порыв говорит о привязанности. Осторожность напоминает о неизвестности. Их спор ещё не означает, что один добрый, а другой злой. Они просто выполняют разные роли.

Надпись на автомобиле обещала тишину. А меня привела к вопросу о беседе. Не о той, которую ведут двое за столом. О той, которая почти без перерыва идёт внутри одного человека.

Мне кажется, прежде чем решать, кого слушать, надо хотя бы познакомиться с обоими.

ГЛАВА ВТОРАЯ

Человек — мера

Я часто возвращаюсь к выражению «человек — мера всех вещей». Его связывают с древнегреческим философом Протагором. За прошедшие века его понимали по-разному. Для меня сейчас важнее не перечислять все толкования, а честно сказать, что я сам в этих словах нахожу.

Представим дождь. Для одного он — спасение: земля пересохла, деревья ждали воды, воздух наконец стал свежим. Для другого — беда: он опоздал на встречу, промок, испортил документы. Дождь один. Люди разные. И то, что с ними происходит внутри, тоже разное.

Кто из них видит настоящий дождь? Оба. Кто из них прав в своей радости или досаде? Каждый рассказывает о своей встрече с одним и тем же событием.

Я не утверждаю, что дождь существует только в чьём-то воображении. Дождь идёт и тогда, когда никто не смотрит в окно. Но значение этого дождя для конкретного человека рождается в его жизни. Тот же самый день может запомниться одному как счастливый, а другому — как самый тяжёлый.

Возьмём простой пример из школы. Учитель объяснил тему тридцати ученикам. Слова были одни. Доска была одна. Но если попросить каждого рассказать, что он понял, мы получим тридцать разных ответов. Один уловил главное. Другой запомнил случайную подробность. Третий вообще думал о чём-то своём. Что-то общее между ними, конечно, будет. Но одинаковыми их рассказы не станут.

Так происходит не только с уроком. Мы встречаемся с людьми, слышим новости, читаем книги, наблюдаем поступки. И всё это проходит через наш опыт. Тот, кому однажды изменили, особенно остро замечает признаки недоверия. Тот, кто был спасён незнакомцем, легче верит в чужую доброту. Личный опыт становится невидимым стеклом, через которое человек смотрит на мир.

Здесь легко попасть в ловушку и сказать: раз у каждого свой взгляд, значит, никто ни в чём не может ошибаться. Я так не думаю. Можно неверно вспомнить событие. Можно не знать фактов. Можно принять собственный страх за доказательство чужой злобы. Именно поэтому нам и нужен зритель — способность проверять то, что сообщает нам внутренний мир.

Но и зритель живёт не в пустоте. Он тоже учился у людей, ошибался, делал выводы, привыкал доверять одним словам и сомневаться в других. Наши способы рассуждать не падают с неба в готовом виде.

Вот почему мне важно начинать именно с человека. Отдельный человек не охватывает весь мир. Но для него самого знакомство с миром начинается с первого ощущения, первого опыта, первого удивления.

Когда я говорю «мера», я не имею в виду линейку, по которой все обязаны строиться. Человек не вправе объявить себя главным судьёй для остальных. Я имею в виду исходную точку собственного опыта. То, с чем я сравниваю новое, что помню, чего боюсь, чему доверяю, чего пока не понимаю.

У каждого есть этот внутренний способ измерять происходящее. Мы можем спорить о фактах и проверять их вместе. Мы можем менять убеждения и признавать ошибки. Но в разговор каждый приходит со своей прожитой жизнью.

И тогда становится понятнее, почему людям так трудно договориться. Они нередко обсуждают одно событие, а защищают совершенно разные переживания. Один спорит за порядок. Другой — за свободу. Третий слышит в словах собеседника собственную давнюю обиду. Пока мы не замечаем этих различий, спор идёт по кругу.

Возможно, первый шаг к пониманию другого — признать, что он видит мир не из моей головы. И одновременно помнить: его взгляд, как и мой, не свободен от ошибок.

Если принять это, выражение Протагора перестаёт быть красивой вывеской. Оно превращается в ежедневный вопрос: а через что именно я сейчас смотрю на мир?

ГЛАВА ТРЕТЬЯ

Сначала почувствовать, потом понять

Человек рождается не с готовым учебником в голове. Он ещё не знает, как называется предмет у кровати. Не понимает, что такое государство, справедливость или долг. Не способен объяснить, почему взрослые спешат, спорят и переживают.

Но он уже встречается с миром.

Ему бывает тепло. Бывает холодно. Он ощущает прикосновение, голод, удобство и неудобство. Он реагирует на звук и свет. Эти способности возникают и развиваются постепенно, некоторые — ещё до появления на свет. Младенцу не нужно знать слово «голод», чтобы испытывать его.

Мне кажется, в этом есть простой и очень важный порядок. Сначала мир к нам прикасается. Затем мы начинаем его узнавать. И только позже появляются слова, объяснения, убеждения.

Для себя я обозначаю этот путь тремя ступенями: мироощущение, миропонимание, мировоззрение.

Мироощущение — это то, как мир впервые входит в нашу жизнь: звуком, прикосновением, радостью, тревогой, неожиданностью, теплом чужой руки. Мало кто помнит свой первый день, но любой взрослый знает, что значит почувствовать нечто прежде, чем удалось подобрать слова.

Миропонимание приходит тогда, когда человек начинает связывать переживания с объяснениями. Почему стало страшно? Почему меня обидели? Почему друг помог, хотя ничем мне не обязан? Мы учимся видеть причины, сравнивать случаи, различать случайность и закономерность.

Мировоззрение складывается медленнее. Это уже не отдельное объяснение, а более широкое представление о жизни. Что хорошо и что плохо? Чего можно ждать от людей? За что стоит отвечать? Ради чего просыпаться утром? Ответы меняются, уточняются, иногда рушатся. Но без них человек долго не остаётся.

Я не предлагаю считать эти ступени железной лестницей. Взрослый человек тоже ежедневно испытывает новые ощущения. Новое событие способно разрушить старое объяснение. Мировоззрение, которое вчера казалось несокрушимым, завтра начинает шататься. Ступени не исчезают одна за другой. Они живут вместе.

Допустим, ребёнок впервые касается горячей поверхности и отдёргивает руку. В этом ещё нет большого размышления. Позже он узнаёт, что именно случилось, почему некоторые предметы обжигают и как действовать осторожно. Ещё позже эта маленькая история может стать частью общего опыта: не всё, что выглядит безопасным, безопасно на самом деле.

Взрослый проходит похожие уроки, только обжигается уже не всегда руками. Иногда — доверием. Иногда — надеждой. Иногда — собственным высокомерием.

И вот здесь я вижу начало нашего театра. Актёр первым переживает встречу с миром. Зритель помогает понять, что произошло и что с этим делать. Конечно, в реальной жизни чувства и мысли переплетены теснее, чем на этой схеме. Но образ позволяет заметить порядок, который обычно скрыт за привычными словами.

Мне могут возразить: разве ребёнок совсем не думает? Конечно, нет. Развитие мышления начинается рано и идёт вместе с восприятием. Я говорю не об отсутствии всякого ума у младенца, а о том, что зрелое рассуждение и готовое мировоззрение не предшествуют самым первым ощущениям.

С этим трудно спорить, если вспомнить собственную жизнь. Бывают минуты, когда человек ещё не понял, что случилось, а уже чувствует перемену. В комнату вошёл близкий — и

стало спокойно. Раздалась знакомая мелодия — и вдруг вспомнился дом, которого давно не видел. Ты ещё не объяснил себе воспоминание, а оно уже захватило тебя.

Восприятие не даёт нам готовой истины. Оно даёт начало встрече. И эта встреча постепенно становится опытом. Опыт — пониманием. Понимание — частью мировоззрения.

Если мы ищем фундамент человека, я не стал бы начинать с длинного списка знаний. Я начал бы с более скромного утверждения: прежде чем человек научился рассказывать о мире, мир уже начал что-то значить для него.

ГЛАВА ЧЕТВЁРТАЯ

Театр, в котором один билет

Когда я представляю внутреннюю жизнь человека, мне помогает театр. На сцене актёр. В зале зритель. Один действует, другой смотрит. Если спектакль захватывает, зритель иногда забывает о себе. Если происходящее кажется нелепым, он возмущается. А актёр продолжает проживать свою роль.

Но у нашего театра особенное устройство: актёр и зритель — один человек.

Этот образ не я придумал первым. В романе Генрика Сенкевича «Без догмата» герой прямо говорит, что в нём живут два существа — актёр и зритель. Это литературное наблюдение принадлежит Сенкевичу, и мне важно назвать его имя. Я узнал в этих словах давно знакомое собственное состояние и решил рассмотреть его по-своему: актёр как внутренний голос, зритель как разум. Мне раньше помогала и другая метафора — «два водителя», словно один тянет руль в одну сторону, а другой — в противоположную. Сегодня мне ближе сцена и зрительный зал: здесь можно не только спорить, но и наблюдать.

Кто такой актёр? Это та сторона нашей жизни, которая непосредственно чувствует и переживает. Он радуется встрече. Пугается опасности. Скучает по человеку. Хочет подойти, обнять, уйти, промолчать. Иногда ему стыдно. Иногда он полон надежды. Иногда он сам не может объяснить, почему что-то его тревожит.

А кто такой зритель? Это способность осмотреть происходящее со стороны. Вспомнить прежний опыт. Сравнить разные возможности. Задать вопрос: почему я так отреагировал? Не ошибся ли? Что будет, если я поступлю именно так?

Допустим, человек услышал грубое слово. Актёр вспыхнул: обидно, неприятно, хочется ответить немедленно. Зритель успел заметить: собеседник устал; я мог неверно понять интонацию; резкий ответ только испортит вечер. Не всегда это удаётся. Иногда слова вырываются раньше всякого размышления. Тогда зритель появляется после спектакля и с досадой пересматривает случившееся.

«Зачем я это сказал?» — знакомый вопрос. И ведь произносит его тот же человек, который только что говорил. Никто не подменил его в середине разговора. Просто после поступка возникла возможность оценить поступок.

Тут важно не сделать из зрителя непогрешимого судью. Зритель может быть самоуверенным. Он способен придумать себе красивое оправдание. Может долгие годы объяснять чужую грубость собственной неполноценностью, хотя дело было вовсе не в нём. Разум — полезный участник внутренней жизни, но не гарантия истины.

И актёр не является чистым источником добра. Сильное чувство может побудить к щедрости, но может толкнуть и к жестокости. Интуиция иногда предупреждает, а иногда обманывает. Страх способен защитить, но способен и лишить человека важной возможности.

Наш театр не похож на сказку, в которой один персонаж всегда прав, а второй всегда ошибается. Мне кажется, это было бы слишком легко. В действительности перед нами один несовершенный человек, который одновременно переживает и пытается понять собственную жизнь.

Почему мне важно сохранить именно два образа, хотя внутри человека можно выделить куда больше способностей? Потому что я хочу рассмотреть один простой вопрос. Как соотносятся проживание и наблюдение? Что происходит, когда человек слышит собственное переживание, и что происходит, когда он перестаёт его замечать?

Если начать делить актёра на десятки персонажей, зрителя — ещё на десятки, а потом их всех сопоставлять, мы рискуем забыть, зачем открыли занавес. У человека действительно много сторон. Но книга не обязана перечислить их все, чтобы помочь увидеть главное.

В нашем театре один билет. И жизнь, которую мы смотрим, одновременно наша собственная.



ЧАСТЬ ВТОРАЯ. ТЕАТР ВНУТРИ ЧЕЛОВЕКА

ГЛАВА ПЯТАЯ

Актёр: всё, что происходит внутри

Как описать человека, который чувствует? Можно начать с простых слов: радуется, грустит, любит, боится. Но вскоре понимаешь, что этого мало. Мы можем любить и одновременно сердиться. Можем бояться и всё-таки идти навстречу опасности. Можем радоваться чужому счастью, а потом неожиданно почувствовать зависть. Внутренний мир не живёт по расписанию, где в девять часов — радость, а в десять — печаль.

Поэтому, говоря об актёре, я имею в виду не один-единственный голос. Это условное название целого круга явлений. Что-то человек ощущает телом. Что-то испытывает как эмоцию. Что-то переживает годами. А что-то вспыхивает почти незаметно и тут же исчезает.

Начнём с ощущений. Тепло, холод, боль, прикосновение, вкус, запах, звук — через них человек встречается с тем, что происходит вокруг и внутри тела. Стоит услышать знакомую мелодию, и настроение может измениться. Стоит почувствовать запах хлеба, и в памяти вдруг всплывает дом. Сам по себе запах ещё не объясняет, откуда взялась тоска. Он только открывает дверь.

Рядом живут эмоции. Испуг после внезапного стука. Радость от неожиданной встречи. Раздражение из-за пустяка, который оказался последней каплей тяжёлого дня. Эмоции часто приходят быстро. Но их след остаётся гораздо дольше.

Чувства могут связывать нас с людьми и событиями на годы. Привязанность к родному месту, любовь к человеку, благодарность учителю, обида на того, кому доверяли. Иногда одно слово возвращает старое чувство с такой силой, будто годы и не прошли.

Есть переживание — само проживание происходящего. Можно одинаково потерять какую-то вещь, но одному будет досадно несколько минут, а другому покажется, будто он утратил частицу собственной жизни. Вещь снаружи одна, а её место во внутреннем мире у людей разное.

Есть желание. Иногда оно очень простое: поесть, отдохнуть, выйти на улицу. Иногда сложное: быть принятым, добиться признания, помириться с близким, начать жизнь заново. Не все желания стоит исполнять. Но прежде чем с ними спорить, полезно понять, о чём они сообщают.

Есть потребности. Человеку нужна не только пища и безопасность. Ему важны близость, уважение, возможность действовать и чувствовать, что его существование кому-то небезразлично. Потребность и желание не всегда совпадают. Человек может хотеть победить в споре, а на самом деле искать признания, которого ему давно не хватало.

Есть симпатия и антипатия. Мы встречаем человека, и что-то в нём нам нравится ещё до подробного знакомства. Бывает и наоборот: ни одного доказательства против него нет, но хочется держаться подальше. Такие реакции можно замечать, но превращать их в окончательный приговор опасно. Первое впечатление — всего лишь первая страница.

Есть интуиция и предчувствие. Мы говорим: «Что-то не так», «кажется, я знаю ответ», «лучше сегодня не торопиться». Иногда за этим скрывается опыт, который ещё не успел превратиться в понятное рассуждение. Иногда — беспокойство без достаточных оснований. Интуиция может подсказать направление; проверить путь всё равно полезно.

Есть защитные реакции. Человек вздрагивает от неожиданности, отдёргивает руку от горячего, замирает при опасности. Не всякая такая реакция — осознанное решение. Но она напоминает, что внутренняя жизнь не начинается с умного разговора с самим собой.

Особое место я оставляю совести. Это не просто приятное или неприятное чувство. Совесть связана с тем, как человек усвоил добро и зло, ответственность, справедливость. Иногда мы говорим: «Внутри не позволяет». Что именно не позволяет — страх наказания, при-

вычка, убеждение, уважение к другому? Разобраться в этом бывает трудно. Но само переживание нравственного выбора знакомо многим.

Наконец, есть внутренние убеждения. То, что человек привык считать достойным или недостойным, правильным или неправильным. Здесь актёр уже очень близко подходит к зрителю. Убеждения складываются из переживаний, знаний, воспитания и осмысленных решений. Их нельзя честно отдать только одному из наших персонажей.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.