

STADIA

HELSINGIN AMMATTIKORKEAKOULU

KEHO, MIELI JA MINÄ

Matkalla kokonaiseen näyttelijäntyöhön

Esittävän taiteen koulutusohjelma
Teatteri-ilmaisun ohjaajan
suuntautumisvaihtoehto
Opinnäytetyö
28.4.2008

Saara Saastamoinen



TIIVISTELMÄSIVU

Koulutusohjelma Esittävä taide		Suuntautumisvaihtoehto Teatteri-ilmaisun ohjaaja	
Tekijä Saara Saastamoinen			
Työn nimi Keho, mieli ja minä. Matkalla kokonaiseen näyttelijäntyöhön.			
Työn ohjaaja/ohjaajat Sussa Lavonen			
Työn laji Opinnäytetyö	Aika 28.04.2008	Numeroidut sivut 38	
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Tämä opinnäytetyö on matka näyttelijäntyöhöni. Moninaiset koulut ja opettajat ovat muo- vanneet minua ja työskentelyäni. Koen tärkeäksi hahmottaa mistä näyttelijäntyöni koostuu. Käyn läpi vuosien varrella koettua ja opittua sekä havainnoin omaa itsetuntoani. Tarkastelen myös, kuinka rakentui ensimmäinen pääroolini Minna Canthin <i>Sylvi</i> näytelmässä syksyllä 2007. Eli kuinka käytännössä toimin roolityöskentelyssä.</p> <p>Käytän työssä hyväkseni havaintoja itsestäni. Tarpeeni itsetutkiskeluun ja itsetarkkailuun on kulkenut luonnollisena lisänä opiskelujen rinnalla. Pyrkimykseni itseni tarkkailemiseen esiin- tjänä on johtanut myös pohtimaan omia esteitäni ja niistä irtautumista.</p>			
Teos/Esitys/Produktio			
Säilytyspaikka Taideteollisen korkeakoulun kirjasto, Aralis-kirjastokeskus			
Avainsanat näyttelijäntyö, itsetuntemus, esteet, kokonaisvaltaisuus, kehollisuus			



Degree Programme in Performing Arts		Specialisation Drama Instructor
Author Saastamoinen Saara		
Title Body, Mind and Me. On a Journey to Comprehensive Acting.		
Tutor(s) Sussa Lavonen		
Type of Work Final Project	Date 28.4. 2008	Number of pages + appendices 38
<p>This final project is a journey to the author's own acting. Different teachers and methods have shaped the author and her ways of working in the theatre. The author feels that it is important to realise the principles of one's acting. Memories and self-reflection are the principal guides of the author throughout her journey. The thesis mainly focuses on the author's confrontations with the obstacles that may appear during acting. These obstacles have to do with the author's self-esteem and general awareness on stage.</p> <p>The author also goes through the experience of acting a leading role for the first time. This part of the thesis presents the actual ways of how the author works as an actress. For example the study of physical acting have been of a great influence to the author's acting. In addition, accepting one's true feelings that arise while working, is one of the aspects of this thesis.</p>		
Work / Performance / Project		
Place of Storage Aralis Library and Information Center, Helsinki		
Keywords acting, self-esteem, self-reflection, obstacles, physical acting		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	ALKUTAIVAL.....	3
2.1	Perustan rakentaminen.....	3
2.2	Improvisaation tärkeys	4
2.3	Esteitä läsnäololle.....	7
3	ITSETUNNON KEHITTÄMINEN	9
3.1	Pitäisi- lista hyvästä näyttelijyydestä.....	10
3.2	Itsetunto käsitteenä	11
3.3	Kokonaisvaltaisuus näyttelijäntyössä.....	13
4	KEHON JA MIELEN TYÖSTÄMISTÄ	16
4.1	Irtipäästäminen Aleksander-tekniikan myötä	17
4.2	Hahmometodilla käsiksi tunteisiin	19
5	ESPANJA JA FYYSISEN TEATTERIN PALO.....	23
5.1	Liikkeen laatu ja tulkinta	24
5.2	Harjoitus tekee mestarin, mutta vasta esityksessä.....	25
5.3	”Actor- as-Creator”	28
6	SYLVI: OLEN NÄYTTELIJÄ.....	29
6.1	Harjoitukset.....	30
6.2	Tiedostamaton työskentely	32
6.3	Esitykset.....	33
7	LOPPUPOHDINTA.....	36

1 JOHDANTO

”Vuosi 1991. Häivähdys lapsiteatteriryhmän esityksestä Taikurin Varjo, Joensuu. Tönäisen vahingossa rekvisiittaan kuuluvaa ruukkua niin, että se putoaa kolahtaen lattialle. Kolahdus kuuluu yleisöön asti. Vastanäyttelijäni kääntyy selin ja peittelee tirkuntaansa. Keskittyneenä temppuun, jota olen lavalla tekemässä, vilkaisen ohimennen ruukkua ja jatkan.”

Olin silloin 12-vuotias. Ja vielä melkoisen ujo. En ollut ensimmäistä kertaa näyttämöllä, mutta ensimmäisessä vähän isommassa roolissa. Siskoni kommentoi esityksen jälkeen: ”Oli hyvä, että reagoit ruukun tippumiseen. Niin se ikään kuin kuului asiaan”. Tunsin itseni hyvin ammattilaiseksi.

Tietoisuutta näyttelemisestä minulla ei ollut nimeksikään, mutta en muista juuri pelänneeni. Yleensä tein minulle annetut tehtävät tietyllä huolellisuudella ja olin kiinnostunut siitä, mitä milloinkin ryhmässä tapahtui. Ujouteni esti minua kuitenkin olemasta mitenkään liian aktiivinen, saati että olisin ”loistanut” esiintymisissäni. Kuitenkin muutaman vuoden ryhmässä olleena olin jo ansainnut vähän enemmän vastuuta ja olin tietysti halukas tekemään hyvin sen, mitä minun annettiin tehdä. Ja tähän kuului taikurin roolin mukaisesti taikatempun tekeminen lavalla. Koska olin kovin keskittynyt käsillä olevan taikatempun tekemiseen - se ei saisi epäonnistua - oli kaikki huomioni suunnattuna tähän fyysiseen toimintaan.

Olin läsnä hetkessä. Reagoiminen ympäristön tapahtumiin tuli luonnollisesti, esineen tippumisesta aiheutuneen äänen kuulemisesta seuraavaa impulssia noudattaen. Toimin ennen kuin edes ehdin ajatella, kuinka toimia. En ole pysähtynyt ajattelemaan oikeaa tai

väärää vaihtoehtoa. Samanaikaisesti olen myös ollut tietoinen siitä, että olen esittämässä teatteria ja että yleisö on todennäköisesti huomannut kömmähdykseni.

Ilman koulutusta tai näyttelijäntyön tekniikkaa, 12-vuotiaan elämäkokemuksella, olen siis tietämättäni jo osannut sen, mihin tuleva koulutukseni minua johtaa. Opetuksen myötä olen palannut takaisin läsnäoloon, siirtämään huomioni ympäristöön ja seuraamaan impulsseja jotka syntyvät lavalla olemisen hetkessä. Toisin sanoen olen oppinut yhteistyöhön kehoni ja mieleni kanssa.

Tämä opinnäytetyö käsittelee näyttelijäntyötäni. Tutkin, mitkä ovat ne päätekijät, jotka ovat muovanneet minua ja työskentelyäni. Mitä kaikkea olen matkan varrella oivaltanut? Tarkastelen myös, kuinka rakentui ensimmäinen pääroolini Minna Canthin *Sylvi* näytelmässä syksyllä 2007.

Käytän työssä hyväkseni havaintoja itsestäni. Tarpeeni itsetutkiskeluun ja itsetarkkailuun on kulkenut luonnollisena lisänä opiskelujen rinnalla. Ajoittain opetus on suorastaan vaatinut sitä. Pyrkimykseni itseni tarkkailemiseen esiintyjänä on johtanut myös kohtaamaan omia esiintyjyyden esteitäni. Esteiden työstäminen on samalla ollut niistä irtautumista.

Olen opiskellut näyttelijäntyötä alkaen vuodesta 1998 jolloin kirjoitin ylioppilaaksi. Lukuvuoden 1998–1999 olin musiikkiteatterilinjalla Varsinais-Suomen kansanopistossa. Seuraavaksi päädyin Outokummun oppimiskeskukseen 1999–2002 opiskelemaan musiikkiteatteri-ilmaisua ja -ohjausta. Viimeksi, vuonna 2003, aloitin teatteri-ilmaisun ohjaaja opinnot Helsingin ammattikorkeakoulu Stadiassa.

Oppimaani mahtuu monia näyttelijäntyön harjoitteita, tyyliuuntia ja tapoja lähestyä roolia. Kuitenkaan en pysty nimeämään mitään yhtä selkeää näyttelijäntyön metodologiaa tai tekniikkaa, joka olisi työni perusta. Opinnäytetyöni tavoitteena on hahmottaa, kuinka eri paloista koostuva oppi saa lopulta muodon ensimmäisessä suuremmassa roolityössä. Tarkoitukseni on nähdä, mistä minun näyttelijäntyöni koostuu.

2 ALKUTAIVAL

2.1 Perustan rakentaminen

Lukion jälkeinen elämän etsintä alkoi kansanopistosta ja jatkui Outokumpuun. Näiden vuosien aikana sain paljon kokemusta esiintymisestä, laulamisesta ja teatterin tekemisestä laidasta laitaan. Sain yksityisopetusta laulussa, tutustuin improvisaatioteatterin saloihin, esiinnyin yhteisöteatteriproduktiossa ja oikeastaan missä vain, minne onnistuin itseni saamaan mukaan. Olin aktiivinen ja oppinälkäinen. Janosin kokemuksia ja oppia myös koulun ulkopuolella.

Koulutukseni oli laajaa ja monipuolista sekä hyvin sirpaleista. Opiskelin viikon akrobatiaa, toisen näyttämötaistelua, kerran kuuden viikon kurssin psykoterapiaa ja joskus kuukauden ohjausta ja dramaturgiaa. Muun muassa ensimmäisenä syksynä Outokummussa keskityimme pelkästään valmistamaan kaksi konserttia, joiden ohella oppi niin musiikista kuin ilmaisusta. Jatkuvuuden tunnetta ei juuri tullut, saati perusteellista oppimista jostain tietystä näyttelijäntyyön tekniikasta. Lukuun ottamatta ehkä laulunopiskelua, jossa yksityistunteja oli ollut suhteellisen säännöllisesti, en työskennellyt samojen opettajien kanssa montaa kertaa pidemmällä aikajaksolla. Ainainen alusta alkaminen uuden opettajan kanssa olikin joskus raskasta. Vaikka oppiminen on henkilökohtaista ja siitä on itse otettava vastuu, olisi oman kehityksensä kaaren näkeminen auttanut. Ja tähän olisi vakituisella opettajalla ollut mahdollisesti paljon sanottavaa.

Koen, että nämä koulut enneminkin antoivat valmiuksia teatterin jatko-opiskeluun, kuin ammatinharjoittamiseen. Vaikka esimerkiksi Outokummussa ongelmia tuotti linjan vastaavan sairastuminen ja siitä johtuva uuden opetussuunnitelman tekeminen, oli mielestäni ongelmana myös keskittyminen liian moneen asiaan. Musiikkiteatteri on monipuolisuudessaan niin laaja, että ammattitaitoa sen tekemiseen saa kerätäkin, jos ajattelee että työkaluihin tulisi kuulua musiikki, tanssi ja näyttelijäntyö. Kun samaan aikaan opiskelijalle yritetään opettaa myös kaikkea muuta mahdollista teatteriin liittyvää maskeerauksesta tuottamiseen ja teatterihistoriaan, olisi opiskeluvuosia ainakin kaksinkertaistettava.

Nykyhetkestä käsin ymmärrän, että kaikki kokemukseni ja oppini tuolta ajalta ovat olleet tarpeen ja tuoneet minua tähän osaamiseni tilaan. Nuo vuodet ovat loppujen lopuksi

antaneet vahvan pohjan näyttelijäntyöhöni. Olen saanut haltuuni perustyökaluja, joihin luen äänenkäytön laulu- ja puheilmaisuudessa, kehon hallinnan, sekä tietoisuuden lavalla olemisesta. Tämä lavatietoisuus tarkoittaa minulle tilan aistimista. Tietoisuutta siitä, missä ovat muut näyttelijät, onko näyttämökuva tasapainossa ja mihin sijoitan itseni lavalla suhteessa muihin ja yleisöön.

2.2 Improvisaation tärkeys

Näyttelemineen, vaikkakin pelottavaa ja kovaa työtä, on kuitenkin myös hauskaa. Tämä tulee mielestäni hienosti esiin improvisaatio teatterissa. Tutustuin esittävän improvisaation saloihin ”Theatresports” eli Teatterikisat pelien kautta jo ensimmäisenä kansanopistovuotena. Teatterikisat on yksi Keith Johnstonen kehittämistä improvisaation muodoista (1996, 8). Keith Johnstone on moniosaaja ja opettaja, joka on päätenyt teatterin pariin kirjoittamisen kautta. Johnstonen pedagogiikkaan kuuluu spontaanisuuden ja luovan mielikuituksen kehittäminen eräänlaisen asioihin puuttumattomuuden avulla, jonka lähteet löytyvät mm. taolaisuuden periaatteista.

Outokummussa kävi Tytti Oittinen opettamassa improvisaatioita. Sen lisäksi lähdin mukaan ryhmään, jossa valmistettiin lopulta kokonainen näytelmä improvisoiden, lähinnä Keith Johnstonen kehittämien improvisaatioharjoitteiden avulla. Tämän ryhmän vetäjän muutettua pois kaupungista, jatkoimme me näyttelijät harjoittelua, ja perustimme oman *Improsillit* nimisen esiintyvän ryhmän.

Improvisaation ideana on luoda kohtauksia tai näytelmiä tyhjästä, ilman valmista käsikirjoitusta. Usein työhön kuitenkin annetaan raamit tai säännöt, jotka sitten auttavat vapautumaan ja luomaan niiden sääntöjen sisällä. Improvisaatio on lajina haastavaa ja siinä olisi oppimista vaikka koko elämäksi. Mitä pidempiin kohtauksiin ja lopulta kokonaisuksiin näytelmiin mennään, sitä taitavampia tulee olla näyttelijöiden kyseisessä työssä. Tästä esimerkkinä vaikkapa Helsingissä toimiva Stella Polaris, joka on Suomen ammattitaitoisimpia improvisaatioteattereita. Ryhmä on tehnyt vuosia töitä ja nykyisin voi nähdä, kuinka he luovat joka ilta erilaisen, omanlaisensa improvisoidun koko-illan näytelmän.

Improvisaation harjoitteet sopivat kuitenkin loistavasti ilmaisun perusteisiin vihkiytyvälle. Näyttelijäntyön eri osa-alueita harjoitellaan leikkien ja pelien avulla. Pidemmälle vietyinä niistä voi tulla lopputulokseksi hauskoja kohtauksia. Tekniikoita ja pelejä on yhtä monia kuin opettajia, mutta pääsääntöisesti kaikki opettavat samoja lähtökohtia. Jos opettaja on innostava, on työskentelykin innostunutta. Johnstone uskoo, että hyvä opettaja voi päästä tuloksiin käyttäen mitä metodologia tahansa ja että huono opettaja voi tuhota kaikki metodit (1996,25). Lähes kymmenen vuoden teatteriopiskelun jälkeen olen päätenyt samaan tulokseen. Onnekseni improvisaation kohdalla erilaisten opettajien kanssa työskentely on auttanut tuomaan uusia puolia työskentelyyn.

Tärkeää improvisaatiossa on heittäytyminen. Näyttelijän täytyy uskaltaa olla lavalla ilman tietoa tulevasta, niin sanotusti ”tyhjöpäänä”. Ideaalitulanteessa, uskaltauduttuaan tähän tyhjyyden tilaan, syntyy näyttelijässä jotain uutta ja odottamatonta, jolloin hän ikään kuin luo lennosta. Kun päästämme irti tietoisesta mielestämme, emmekä suunnittele etukäteen mitä lavalla ollessamme teemme, voimme olla yhteydessä suoraan meissä olevaan luovuuteen. Luulenkin, että siksi monissa improvisaatiopeleissä on hyvin erikoisia sääntöjä, joita noudattaa. Mielelle annetaan tehtävä, jonka parissa askarrella ja samalla näyttelijä ikään kuin vahingossa vapauttaa jonkun muun osan itsestään.

Improvisaatioon kuuluu myös epäonnistuminen. Virheitä opetellaan kunnioittamaan lahjoina, jotka voivatkin tuoda yllättävän tai hauskan elementin kohtaukseen. Tämä auttaa mielestäni esimerkiksi siihen, että virheiden sattuessa emme jääkään murehtimaan tapahtunutta, vaan jatkamme silti eteenpäin yhtä innostuneina työstämme kuin aikaisemmin. Näyttelijän on hyväksyttävä, että joskus virheitä tapahtuu myös lavalla ollessa. Silloin tärkeämpää, kuin rangaista itseään ja näyttää samalla yleisölle että nyt ”mokasin”, on jatkaa eteenpäin muina miehinä, ja korjata virheensä jos jollakin tavalla pystyy. Eli improvisoida.

Kontakti ja luottamus vastaanäyttelijään ovat näyttelijäntyössä myös ehdottoman tärkeitä. Yksi peruseriaatteista improvisaatiossa onkin, että vastaanäyttelijä auttaa. Tarkoituksena on opetella ottamaan vastaan ja hyväksymään ne näyttelijäntyölliset tarjoukset, joita muut näyttelijät lavalla ollessaan antavat. Nämä tarjoukset voivat olla sanallisia, kehollisia tai toiminnallisia ja jokaiseen yksityiskohtaan olisikin tartuttava ja luotava siitä tarinalle jatkoa. Olisi pyrittävä yksinkertaisuuteen. Usein voi kuitenkin käydä niin, että innoissaan tyrmää monta hienoa ehdotusta vastaanäyttelijältä ja tuottaa tilalle liudan uusia ehdotuksia, ilman että kohtaus on vielä edennyt minnekään. Tästä syystä kuuntelu

on olennainen osa kontaktia toiseen näyttelijään. Täytyy uskaltaa antaa tilaa toiselle tarjota ja luottaa siihen, että yhdessä tarina saadaan kulkemaan eteenpäin. On hyvä myös pitää huolta, että ottaa vastuun kohtauksesta omalta osaltaan, eli antaa tarjoukseen vastatarjouksen. Näyttelijöiden välillä kulkee ikään kuin pallo, jota heitellään vuorotellen ja jokaisen vastuulla on ottaa pallo kiinni. On myös heitettävä pallo seuraavalle ja varmistettava, että vastaanottaja on valmiina. Mielestäni improvisaation suuri arvo on myös se, että se samalla parantaa ryhmätyöskentelyä. Tämän tyyppisiä harjoitteita tehdäänkin aivan konkreettisesti, eli heitellään esimerkiksi palloa näyttelijöiden välillä samalla keskittyen myös vaikkapa sanallisen viestin kulkemiseen. Näin harjoitellaan näyttelijän monitasoista tietoisuutta.

Improvisaatio tekniikkana on siis avannut monia näyttelijäntyöllisiä palikoita omassa työssäni ja on yksi menetelmä, johon olen saanut keskittyä enemmän, enemmän sattumalta kuin tarkoituksella. Olen oppinut rohkeutta heittäytyä, sekä tuottaa ideoita, ja olen varmasti kehittynyt kuuntelussa.

Kokemukseni esiintymisestä ”improkeikoilla” toivat selkeästi esiin sen, kuinka paljon yleisöllä on vaikutusta esiintyjään. Olemalla avoin ja tarkkaavainen näyttelijä yleensä luonnostaan on läsnä hetkessä ja sitä kautta syntyy tärkeä vuorovaikutus yleisöön. Usein esityksemme olivat hauskoja ja suunniteltu yleisöä koskiskeleviksi, joten näyttelijänä sai välitöntä palautetta yleisön reaktioista, joka tietenkin vaikutti tekemiseen. Tärkeimpänä tässä vuorovaikutuksessa koen sen, että yleisön innostuessa ja ollessa mukana, sain näyttelijänä kokea onnistuvani, jolloin olin myös alttiimpi antamaan kaikkeni ja onnistumaan lisää. En tarkoita, että tämä olisi itsetarkoitus, mutta minulle tämä oli tärkeä vaihe kerätessäni itseluottamusta näyttelijänä. Myöhemmin kyllästyin juuri tähän ”helpojen naurujen kalasteluun” ja sen sijaan että olisin siirtynyt improvisoinnissa syvemmälle tasolle, kuten pitkiin näytelmiin, jäi tämä vaihe elämästäni taakse.

Luulen, että ilman ohjausta improvisoidessa minulle kävi niin, että päädyin toistamaan jo hyväksi koettuja malleja siitä, mikä yleisöstä on hauskaa. Improvisaation ideaalit ovat hienot, mutta se vaatii herkkätuntoista ja taitavaa pedagogia rinnalle. Kun lähdetään oppimaan pois opituista kaavoista ja tavoista reagoida, se vaatii melkoista panostusta ja itsensä tarkkailemisen kykyä, jota minulla ei vielä tuolloin ollut. Mahdollisuutena kun on lähteä opettelemaan jopa koko elämään ulottuvaa filosofiaa hyväksymisestä ja spontaanuuudesta.

Stadiassa opiskellessani kuului ensimmäisen vuoden esiintyjyys-jaksoomme joitakin oppitunteja Simo Routarinteen kanssa. Hän on näyttelijä aikaisemmin mainitsemani Stella Polaris ryhmässä. Simon opetuksessa minulle avautui aivan toisenlainen puoli improvisaatiosta; hänen tyyliinsä opettaa oli hyvin rauhallinen ja läsnäoleva ja keskityimme nimenomaan jokaisen pienen impulssin ja tarjouksen viemiseen eteenpäin. Jouduin miettimään omia aikaisempia oppejani ja epäoppejani. Kuinka olin aina tottunut ”improilemaan” jonkin tyyppisen hektisyyden viemänä. Tarkoitin, että olimme ehkä ryhmänä päätyneet ylienergiseen ja jopa hieman sähläävään tapaan lähteä tekemään kohtausta. Kenties kuunteleminenkin välillä on ollut ulkoista, ”muka” kuuntelemista. Jokainen on ollut vain keskittyneenä enemmän itseensä ja siihen kuinka minä suoriudun. Simon kanssa työskennellessä sain kokea, kuinka improvisaatio voi olla rauhallista ja keskittynyttä, olematta mitenkään energiatonta. Mainitsemani ylienergisyys ja ylihuomioitu kuuntelu on myös omalta osaltani epävarmuuden peittämistä. Olen huomannut jännittäessäni usein suuntaavaani energiani suurella voimalla ulos, sen sijaan että käyttäisin sitä keskittymiseen. Sitä tapahtuu edelleen.

2.3 Esteitä läsnäololle

Vaikka alussa mainitsemani 12-vuotias kenties oli ujo, oli hänellä kuitenkin kyky olla läsnä. Nykyisen mittapuuni mukaan voisin kuvailla silloista näyttelijäntyötäni viattomaksi ja vilpittömäksi. Kasvaessaan ihminen tulee usein itsetietoisemmaksi. Valitettavasti myös omasta epätäydellisyydestään. Näytellessä ei ole hyvä, jos keskittyy omiin virheisiinsä tai omaan huonouteensa. Toisaalta ei myöskään ole hyvä, jos ylipäänsä on liian keskittynyt itseensä, edes niihin hyviin puoliinsa. Itsetietoisuus on siirrettävä syrjään, mutta lavalla on kuitenkin oltava tietoinen monistakin asioista yhtä aikaa.

Jos näyttelijäntyötä ajattelee puhtaimmillaan, on silloin mielestäni kyse kontaktista yleisön ja esiintyjän välillä, ja tietenkin kontaktista muihin esiintyjiin. Pystyäkseen olemaan kontaktissa muihin, on minun pystyttävä olemaan kontaktissa itseeni. Tuon kontakti sanan voisin korvata myös sanalla läsnäolo. Yleensä kontaktissa oleminen kun käsitteään esimerkiksi keskusteluksi jonkun kanssa, eli puhumiseksi ja kuuntelemiseksi. Näytellessä kontakti on kuitenkin jotain enemmän. Se on kuuntelua koko keholla, kaikilla aisteilla sekä valppautta ja herkkyyttä reagoida. Näytellessä olen kontaktissa koko orga-

nismini tasolla, ja siksi käytänkin mieluummin sanaa läsnäolo. Näyttelijän tulisi kyetä olemaan läsnä yleisölleen, vastaanäyttelijöilleen ja itselleen. Mielestäni ensimmäisenä on opittava olemaan läsnä itselleen.

Mitä tämä sitten tarkoittaa? En usko, että kukaan ohjaaja voi ohjata näyttelijää sanomalla: ”voisitko olla enemmän läsnä itsellesi, ja muuten samalla tavalla uudestaan”. Itse näyttelijänä päätyisin todennäköisesti aikamoiseen hämminkiin. Enemmän tätä läsnäolon käsitettä voisi lähestyä siltä kannalta, että ajattelee mitä se ei ole. Tai, kuten usein puhutaan, mitä esteitä näyttelijäntyöllisesti jollakulla on. Ja jos ajattelee tämän esteen sinne läsnäoloon; este on jotain, mikä estää minua olemasta läsnä itselleni tai toisille.

Este on siis jotain, joka vie minua pois käsillä olevasta hetkestä. Väitän, että suurin esteiden aiheuttaja näyttelijäntyössä on mieli. En näe siinä eroa, mikä mieltä askarruttaa. Se voi olla pelko epäonnistumisesta, yleisön reaktioiden tulkitseminen, seuraavan repiikin miettiminen tai leipäkaupan jonossa tuskaantuminen. Heti kun näyttelijä ei anna huomiotaan täysin vain siihen yhteen ja ainoaan hetkeen, jossa on toimimassa, on hän mielensä mukana jossakin muualla. Tämä ei enää liity siihen, kuinka hän roolissaan voisi toimia näytelmän vaatiman parhaan mukaan.

Minulle oman mieleni asettamat esteet tulivat aika-ajoin esiin. Itselleni suurimpana epäonnistumisen kokemuksena voin mainita lähes jokakeväisen prosessin hakea teatterikorkeakouluun näyttelijäntyön koulutusohjelmaan. Vaikka olin hankkinut kokemusta ja taitoa monissa teatterin eri osa-alueissa, pelkoni ja itseluottamuksen puutteeni sai minut aina tavalla tai toisella epäonnistumaan tai yrittämään liikaa, niin että suoritukseni kyseisen koulun raadin edessä aiheuttavat vieläkin poskille punan tuovaa häpeän tunnetta.

Vuosi vuoden jälkeen, en koskaan päässyt edes kolmanteen vaiheeseen. Tämä luonnollisesti aiheutti minussa suuria epäilyjä itseäni ja osaamistani kohtaan. Valitsemani tie välillä pelotti ja kauhistutti. Olisiko minusta siihen? Entä jos en ole tarpeeksi hyvä? Joku näyttelee aina paremmin. Jollain toisella on parempi ääni. Joku muu osaa kuitenkin kaiken ja on lisäksi parempi ihminen.

Olin varmasti vielä esiintyjänä ”raakile”, jännitin huomattavasti enemmän kuin nykyisin, enkä varmasti omannut näyttelijälle silloin kuvittelemaani tarpeellista röyhkeyttä. En väitä, että minun olisi pitänyt päästä kouluun sisälle. Väitän vain, että pelkoni olivat esteenä itseäni tyydyttävään suoritukseen, toisin sanoen esteenä sille, mihin muissa tilaisuuksissa toisinaan pääsin. Heittäytyvään ja eloisaan lavallaolemisen iloon. Jotenkin

näin jälkepäin tuntuu siltä, että tuo pelko pääsykokeissa oli myös itseään ruokkiva kehä. Ajatukseni siitä, minkälainen minun pitäisi olla päästäkseni jatkoon, aiheutti väistämättä sen, että yritin olla jotain muuta, kuin mitä oikeasti olin. Kuten röyhkeä ja rohkea ja reipas.

3 ITSETUNNON KEHITTÄMINEN

Olen yleensä hyvin uskollinen oppilas ja ohjattava. Harvoin nousen kapinaan opettajaa tai ohjaajaa vastaan, vaikka tiedostaisinkin heidän heikkouksiaan. Tätä voisi kuvailla sanalla auktoriteetti usko. Usein myös teatterissa valta-asetelmat ovat niin, että ohjaaja käskee ja muut tekevät. Samaa kaavaa yleensä toistetaan myös kouluissa, kun lähdetään liikkeelle siitä, että opettaja on tiedon antaja, viisas ja opiskelija tiedon vastaanottaja. Tämä on alkuasetelmana passivoiva ja siihen me joskus opiskelijoina myös tyydymme. Haluamme, että joku meitä viisaampi valaisee tietämme ja kaataa valmiin tiedon suoraan suppilolla päähämme.

Tämän tyyppinen ajatusmalli on johtanut minua tilanteisiin, joissa huomaan, että suuret ennakko odotukseni eivät täytykään niin helposti. Olen odottanut kuin kuuta taivaalta jotain kaiken avaavaa ja kerralla asiat paikoilleen loksauttavaa tietoa teatterista ja etenkin näyttelijäntyöstä. Olen odottanut opettajaa, joka tulee ja sanoo minulle mikä minussa on väärin ja mikä oikein, jotta voisin siirtyä tyytyväisenä uuteen ammattilaisuuden tasoon. Jostain syystä näin ei kuitenkaan ole käynyt. Kuu pysyy tavoittelemattomissa.

Kirjassa *Aikansa Häikäisevä Peili* kertoo Leea Klemola (1999, 209.) oivalluksestaan taiteilijuudesta: ”Sinä aikana (opiskellessa) tajusi, ettei voi tulla taiteilijaksi matkimalla jotakin muuta tai yrittämällä kopioida. Tavallaan täytyy itse keksiä se ala. Ei ole muuta reittiä kuin kohti henkilökohtaisuutta, oppia käsittämään itsensä ja ne omat aiheensa.”

Uskon että juuri tästä pohjimmiltaan on kyse. Jokainen suodattaa oppimansa asiat itsensä läpi. Kaikkea ulkopuolelta tulevaa ei kannata hyväksyä pelkästään sen takia, että se tulee vanhemmalta ja viisaammalta. Näin ollen sinun ensin täytyy tietää, mitä mieltä itse olet asioista, jotta tiedät olla erimieltä. Ja lopulta omaksut asiat, jotka omakohtaisen kokemuksen kautta ovat sinulle totta, etkä tarraudu valmiiseen fraasiin, jota kaikki hokevat. Itsetuntosi kehittyy.

Lueskellessani vanhoja päiväkirjojani Stadian ajalta, en voi olla huomaamatta, kuinka oma henkilökohtainen kehitykseni käy rinta rinnan oman näyttelijäntyön kehitykseni kanssa. Alkaessani purkamaan omia työkalujani näyttelijänä, törmään väistämättömään näen, kuinka itsearvostukseni on suoraan suhteessa myös työskentelyyni näyttelijänä. Kokemus ja oppi on toisarvoista niin kauan kuin minulta puuttuu itseluottamusta toteuttaa omia vahvuuksiani ja ottaa luovasti käyttöön opittuja asioita. Luottaminen siihen, että minun tapani tehdä on ainutlaatuinen ja omassa ainutlaatuisuudessaan ansaitsee jo hyväksyntänsä, on vaikeaa. Itseen luottamisen sijaan luotamme helpommin ulkoapäin tuleviin arvoihin ja arvostuksiin. Jos nuorena, jolloin oma identiteetti ei vielä ole vahvimmillaan, ottaa ”pureskelematta” vastaan paljon ulkopuolisia mielipiteitä itsestään ja omasta alastaan, voi myöhemmässä vaiheessa kokea tarpeelliseksi purkaa ja uudistaa näitä ajatuksia.

3.1 Pitäisi- lista hyvästä näyttelijyydestä

Seuraavassa jäljitän omia mielikuviani siitä, minkälainen pitäisi olla ollakseen hyvä näyttelijä:

Näyttelijällä pitää olla hyvä itsetunto. Näyttelijän pitää olla rohkea ja uskaltaa ehkä jopa olla alasti näyttämöllä. Näyttelijän pitää olla sinut itsensä kanssa. Näyttelijän pitää hyväksyä itsensä. Näyttelijän pitää olla kaunis ja kuvauksellinen ja persoonallisen näköinen. Näyttelijän pitää olla hyväkuntoinen ja mieluummin kiinteä (tämä tietenkin poikkeuksena muissa ihmisissä). Isot rinnat eivät varmasti pahenna naispuolista näyttelijää. Näyttelijän pitää olla älykäs ja hyvin yleissivistynyt. Hyvä näyttelijä tietää kaiken kaikesta ja niistä hänellä myös on mielipiteitä. Näyttelijä on hulluna punnertava tiukka tyyppi, joka on aamusta iltaan treenaamassa, jos ei näytelmää, niin kehoaan tai tekstiä tai ääntään. Vain parhaat menestyvät. Ja niistäkin vain ne, jotka tekevät eniten töitä. Näyttelijän pitää olla kaunis, herkkä ja karismaattinen.

Näyttelijän pitää osata laulaa, tanssia, käyttää kehoaan, soittaa jotain instrumenttia ja hallita edes vähän akrobatiaa. Jonglöörausta näyttelijä harrastaa vapaa aikanaan. Näyttelijän pitää tiedostaa tunteensa, osata käyttää ääntään, osata olla kontaktissa muihin, osata kuunnella, olla hyvä ryhmätyöntekijä ja osata ottaa tilaa itselleen. Näyttelijän pitää olla aukei ja haavoittuva, huutaa ja raivota, analysoida roolinsa ja kohtauksensa, improvisoida, heittäytyä, eläytyä, elää hetkessä, käyttää mielikuvitustaan, osata työskennellä mielikuvien kanssa, osata tarjota ohjaajalle, kertoa vitsejä, osata keittää hyvät kahvit ja tyrkyttää itseään milloin mihinkin työpaikkaan. Näyttelijän pitää olla vaatimaton ja nöyrä ja alistua taiteen

palvelukseen. Näyttelijän pitää loistaa lavalla joka hetki ja antaa yleisölle kaikkensa. Näyttelijän pitää tietää, mitä hän haluaa ja mitä hänen roolihenkilönsä haluaa. Näyttelijän pitää myös aistia mitä ohjaaja haluaa ja hänen pitää olla aina yhteydessä muistin kadottavaan suureen Flow tunteeseen.

Näin siis pääsen käsiksi niihin muutamiin vaatimuksiin, joita itselleni asetan. Ei liene ihme, etten aina ole kokenut olevani riittävän hyvä. Listan asioita voisin jäljittää niin yleiseen mielipiteeseen kuin myös kanssa opiskelijoiden ja opettajien asettamiin vaatimuksiin. Jotkut listan asioista ovat hyvinkin tavoittelemisen arvoisia. Ongelmaksi ne muodostuvat, jos en osaa keskittyä siihen, mitä jo osaan, vaan näen itseni aina vain sen kautta, mitä minun vielä pitäisi oppia ja kehittää itsessäni.

3.2 Itsetunto käsitteenä

Mielestäni taiteessa ylipäänsä tulisi varoa oikea/väärä tai hyvä/huono akselilla arvottamista. Tästä on kuitenkin vaikeaa irrottautua, sillä asioiden arvottamista on opetettu meille pienestä pitäen.

Näyttelijöitä arvotetaan usein nimenomaan sen mukaan, kuinka hyviä he katsojan mielestä ovat. Tähän mielipiteenmuodostamisoikeuteen on varmasti hyvin vaikea lähteä vaikuttamaan. Lisäksi oman panoksensa antavat kollegat ja muut teatteri-alan asiantuntijat joiden mielipiteillä on suurta painoarvoa. Ainoa, mihin tässä tilanteessa voi vaikuttaa, on omien suoritustensa arvostaminen ja hyväksyminen, jonka tapahtuessa on myös todennäköisempää että joku muukin arvostaa työtäsi. Ensimmäisenä täytyy siis hyväksyttää työnsä itsellään.

Liisa Keltikangas-Järvinen varoittaa kirjassaan Hyvä itsetunto (1999, 27–28) käsittämään itsetuntoa pelkästään yleiseksi yksilön hyväksi tai huonoksi ominaisuudeksi. Hän korostaa, että itsetunto muodostuu monista eri tekijöistä. Jokaisen ihmisen itsetunto on jossain hyvä, jossain vähän huonompi, eikä kenelläkään ole täysin huonoa itsetuntoa. Jokaisella on jossakin rahtunen itseluottamusta. Kellään ei myöskään hänen mukaansa ole täydellisen hyvää itseluottamusta, eikä sellainen edes ole tavoitteena epäinhimillisyytensä takia.

Itsetunto pitää sisällään monia asioita ja siihen liittyen käytämme myös sanoja itseluottamus, itsearvostus, itsekunnioitus ja itsevarmuus. Mitä itsetunto sitten on? Kuinka voin arvioida omaa itsetuntoani?

Itsetuntoa voi luonnehtia ihmisen kyvyksi luottaa itseensä, pitää itsestään ja arvostaa itseään havaitsemistaan heikkouksista huolimatta sekä kyvyksi nähdä oma elämänsä tärkeänä ja ainutlaatuisena. (Keltikangas-Järvinen 1999, 16)

Itsetuntoa voisi Keltikankaan mukaan nimittää myös itsearvostukseksi tai sitä voisi kuvata itseluottamuksen ja itsevarmuuden määrällä. Itsearvostuksesta hän mainitsee esimerkkeinä kyvyn olla tyytyväinen omiin suorituksiin tai vahvuuden pitää kiinni oikeiksi katsomistaan päämääristä vastarinnan edessäkin. Itseluottamusta on Keltikankaalle sekin, että uskaltaa asettaa itselleen korkeita vaatimuksia ja ottaa haasteita vastaan (1999, 18).

Tätä pohjaa vasten pystyn siis ymmärtämään, että alati muuttuva itsetuntoni toimiikin eri tilanteissa eri tavoin, ja että voin sanoa omaavani normaalin, toimivan itsetunnon. Tämän itsetuntoni heikkoutena on kuitenkin ollut esimerkiksi suhtautumiseni omaan työhöni ja kykenemättömyyteni sen arvioimiseen puolueettomasti. Nämä heikkoudet ovat silloin korostaneet ulkopuolisten mielipiteiden tärkeyttä. Ohjaajien ja opettajien sekä opiskelijatovereiden kommentit ovat saaneet suurta painoarvoa. Joskus myös vaikeneminen, se että joku ei ole kommentoinut suoritustani, on saanut minut päättelämään, että olen epäonnistunut. Eli heikon itsetunnon omaava tulkitsee kaiken oman huonoutensa tueksi. Maailman kokeminen jossain määrin vääristyy. Jopa positiivisen palautteen voi kääntää negatiiviseksi. Omassa päässä sijaitseva uskomus omasta huonoudesta pystyy käyttämään kaiken oman väitteensä tueksi. Kehuja saanut mieli päätyy epäilemään kehujen todenmukaisuutta.

Tämä kiinnostukseni itsetuntoon ja sen merkitykseen työlle liittyy samalla myös työskentelyyni kehon ja mielen kanssa. Koska itsetunto on helposti jäljitettävissä mielipiteisiin itsestä, ovat nämä mielen työskentelykohteita. Se mielikuva, joka meillä itsestämme on, muodostaa itsetuntonamme. Nämä mielikuvat eivät aina kuitenkaan pohjaa todellisuuteen. Palatakseni vielä Keltikankaaseen joka kuvaa vakavan itsetunnon häiriön syntymistä suhteessa lapsuuteen: ”Minävaurioisen lapsen kehitys on häiriintynyt hyvin varhaisessa vaiheessa, jo ensimmäisinä ikävuosina. Hän ei ole saanut osakseen kehitykselleen välttämätöntä rakkautta, huolenpitoa ja arvostusta, ja niinpä koko hänen loppuelämänsä on oman vääristyneen minäkuvan ehdoilla elämistä ja puuttuvan itsetunnon

paikkaamista.” (Keltikangas 1999, 83.) Eli itsetunnon muodostumiseen vaikuttavat jo hyvin varhaiset kokemukset lapsuudessa, ja eriasteisia häiriöitä voi varmasti syntyä missä vaiheessa elämää tahansa. Mielestäni tärkeämpää, kuin kaivella syitä eriasteisiin itsetunnon heikkouksiin, on keskittyä vahvistaviin ja eheyttäviin kokemuksiin. Näin on jo matkalla kohti terveempää ammatillista itsetuntoa.

3.3 Kokonaisvaltaisuus näyttelijäntyössä

Pyrkimys kokonaisvaltaisuuteen näyttelijäntyössä oli yksi puolalaisen teatterivaikuttajan Jerzy Grotowskin tutkimuskohteista. Hänen työnsä näyttelijöiden kanssa keskittyi nimenomaan esteiden selvittämiseen ja poistamiseen. Grotowskin työ poikkeaa monista muista näyttelijäntyön metodeista nimenomaan siinä, ettei kyseessä ole mikään metodi. Hän itse puhuu ”via negativa” käsitteestä, eli poisoppimisen tiestä. Grotowski pyrki siihen, että näyttelijä itse selvittää, mikä häntä työssään häiritsee ja mikä hänessä aiheuttaa vastustusta. Jokaisessa harjoitteessa on näyttelijän omalla vastuulla etsiä omat kehityspisteensä. Samaa harjoitetta ei voi eikä ole tarkoituskaan tehdä jonkun ennalta sovitun, tietyn kaavan mukaan. Oikeita vastauksia ei ole, on vain kysymyksiä. Näyttelijän pitää pystyä valjastamaan kaikki fyysiset ja psyykkiset voimavaransa suorittaakseen kokonaisvaltaisen teon näyttämöllä. Paradoksaalisesti näyttelijä pystyy siihen vasta luopuessaan yrityksestä suorittaa tekojaan. Grotowskin mielestä itsensä ylittäminen on mahdollista vasta kun hyväksymme itsemme. Se on passiivista, vastustuksesta luopumista. (Grotowski, 1993.)

Tuossa kokonaisvaltaisessa teossa on mielestäni kyse läsnäolosta. Sitä ei voi oppia pelkästään opettelemalla jotain fyysistä tai teknistä näyttelijäntyön metodologiaa. On otettava ihminen huomioon kokonaisvaltaisesti psyykkisine ja fyysisine mahdollisuuksineen. Seuraavassa lainaan Peter Brookia, englantilaista nykyteatterin uranuurtaja, joka selvittää Grotowskin ajatusta näyttelijästä.

Näyttelijällä on työkenttänään oma itsensä. – – näyttelijän on tutkimuksesaan asetettava alttiiksi jokainen puoli itsestään. Käsi, silmä, korva ja sydän ovat hänen tutkimuskohteitaan ja – välineitään. Tästä näkökulmasta katsottuna näyttelijän työ on elämäntyötä. Näyttelijä laajentaa itsetuntemustaan askel askeleelta tuskallisten, alati muuttuvien harjoitusolosuhteiden

den ja esityksen valtaviin painopistevaihteluiden kautta. Grotowskin terminologian mukaan näyttelijä antaa roolin tunkeutua itseensä. Aluksi hän on sille pelkkä este, mutta jatkuvalla työllä hän pääsee fyysisten ja psyykkisten keinovarojensa tekniseen hallintaan, jonka ansiosta hän saa esteet kaatumaan. Itseen tunkeutuminen roolin avulla liittyy avoimuuteen, alttiuteen: näyttelijä ei epäröi näyttää itseään sellaisena kuin on, sillä hän tajuaa, että roolin salaisuus edellyttää hänen avautumistaan, hänen omien salaisuuksiensa ilmituloa. Esitysakti on siis uhriakti, jonkin sellaisen uhraamista, minkä useimmat mieluiten pitävät piilossa. Se uhri on näyttelijän lahja katsojalle. (Brook 1972, 64, lihavoinnit S.S.)

Grotowskin pitkäjänteinen työ keskittyi laboratoriomaisiin harjoitus- ja esiintymistilanteisiin. Mielestäni näyttelijän itsetuntemuksen laajeneminen myös harjoitussalin ulkopuolella on oleellisen tärkeää. Grotowskin intohimoinen elämän uhraaminen teatterille johtaa tietysti tuloksiin ennemmin tai myöhemmin. Mutta monesti vastaukset kysymyksiisi löytyvätkin silloin kun et niitä etsi. Elämisen kautta opit asioita, joita et kuitenkaan voi työstäsi erottaa. Esimerkkinä vaikka ihmissuhteet ja kommunikaatio. Niiden välityksellä opit elintärkeitä asioita itsestäsi ja maailmasta, jotka ilman mitään soveltamista siirtyvät myös työhösi.

Olen samaa mieltä siitä, että näyttelijän työ on elämän työtä. Näyttelijän työtä on elämään tutustuminen sen kaikissa ilmenemismuodoissa lähtien ehkä itsestä ja laajentuen muihin, maailmaan, luontoon...Uskon, että näyttelijän itsetuntemuksen laajeneminen, laajenee se työn kautta tai ”siviilielämän” kautta, palvelee yhtäläillä elämää ja työtä.

Kappaleessa 2.3 määrittelin näyttelijäntyön esteet mielen aiheuttamiksi. Näen esteen myös poissaoloksi läsnäolevasta hetkestä. Näihin mielen aiheuttamiin esteisiin kuuluvat mielestäni mm. pelot ja niistä aiheutuvat epävarmuudet ja jännitys, itselle asetetut vaatimukset ja muille asetetut vaatimukset. Näyttelijän itselleen asettama vaatimus voi olla esimerkiksi vaatimus tietyn tunnetilan saavuttamisesta. Usein nämä voivat olla myös vastaanäyttelijän tai ohjaajan tuottamia. Lähtiessään tavoittamaan jotain ennalta määrättyä tunnetta on läsnäolo hetkessä jo kadonnut. Vaatimus muille voi olla vaikka halu siitä, että vastaanäyttelijä toimisi jotenkin toisin tai että yleisö keskittyisi ”minuun”.

Amerikkalainen elokuvantekijä ja näytelmäkirjailija David Mamet on sitä mieltä, että mieltä ei voi pakottaa. Mieltä voi ohjata, mutta ei pakottaa. Kirjassa *Tosi ja Epätosi* hän kuvailee näkemystään siitä, kuinka näyttelijän ”olotilan” hakeminen irrottaa näyttelijän näytelmästä. Jos näyttelijä ajattelee, että hän ei ole vielä saavuttanut vaadittavaa tilaa, tuloksena on epävarmuus: ”En kelpaa, minun pitää yrittää ankarammin”. Jos hän puolestaan on saavuttanut vaaditun tilan, päättyy hän hekumoimaan ajatuksella omasta taita-

vuudestaan. Mametin ”irti näytelmästä oleminen” on mielestäni synonyymi ”ei läsnäololle” (2002, 17-18.)

Mametin mukaan tietoisia ajatuksiaan ei voi käskää eikä tunteitaan kutsua tahtonsa mukaan (2002, 18). Kuinka esteiden kanssa sitten tulisi toimia? Jos ajatuksiaan ei voi käskää, kuinka myöskään päästä eroon ”ei toivotuista” ajatuksista? Kokemukseni mukaan näiden esteiden huomaaminen auttaa pääsemään niistä eroon. Tärkeä vaihe itseni ja esteideni kohtaamiseen on ollut koulussamme opetettava hahmometodi, johon palaan myöhemmin työssäni. Itsetutkiskelun tie, jolle väistämättä päätyy omia näyttelijäntyyön esteitä tutkiessaan, vaatii rehellisyyttä ja rohkeutta kohdata itsensä sekä heikkoutensa. Itsensä tunteminen ulottuu luonnollisesti koko elämään, eikä sitä voi erottaa pelkästään näyttämölle kuuluvaksi. Teatteri on kuitenkin suuri mahdollisuus näiden asioiden kohtaamiseen ja ymmärtämiseen. Kasvanut itsetuntemus auttaa läsnäolon kykyyn lavalla ja samalla ulottaa läsnäolon voiman myös muuhun elämään.

Läsnäolo tarkoittaa minulle vapaana virtaavaa puhtaan olemisen ja luomisen tilaa. Tuossa tilassa ei tietoinen mieli ole voimakkaasti läsnä, vaan ihminen on ikäänkuin kokonaisvaltaisemmin olemassa, aistien koko kehollaan. Näyttelijäntyyöhön viitattaessa usein puhutaan ”auki olevasta näyttelijästä”, jonka ymmärrän näyttelijän energian virtaamisena *esteettä* vastaanäyttelijöille ja katsojille. Samaan aikaan tuo avoimuus mahdollistaa vuorovaikutuksen, jossa näyttelijä myös pystyy esteettä *ottamaan vastaan* energiaa; impulsseja ja reaktioita niin kanssänäyttelijöiltä kuin yleisöltä.

Minua on aina kiehtonut kehon ja mielen yhteys. Vaikuttamalla toiseen väistämättä vaikutat myös toiseen. Sen voi jokainen tunnistaa itsessään esimerkiksi kiinnittäessään huomionsa siihen, kuinka mieliala ja kehon asento ovat yhteydessä toisiinsa. Tai kuinka joku tunne aiheuttaa ulkoisen ilmeen ja kenties koko kehon muuttumisen. Sanonta ”ryhdistäydy nyt vähän” mielestäni viittaa myös keholliseen ryhdistäytymiseen. Otan reippaan asennon jonka jälkeen voin tunteakin oloni reippaammaksi. Eli muuttamalla ulkoista, fyysistä minääni voin vaikuttaa myös mieleeni.

Japanilainen fyysisen teatteriin perehtynyt näyttelijä Yoshi Oida näkee asian näin:

Koska mieli ei ole konkreettinen, siihen ei voi tarttua ja muuttaa ajattelu-tapaansa tai maailmankuvaansa. Samoin on hyvin vaikeaa sivuuttaa voimakas tunne (kuten viha tai epätoivo) tai vähätellä sitä. Tämä ei hevin muutu. Mutta ruumista voi muuttaa nopeastikin. Sen näkee, sitä voi koskettaa, se on kouriintuntuvan todellinen, toisin kuin tunteet ja ajatukset. Ja

koska ruumiilla on yhteys muuhun olemukseemme, sen muuttaminen voi muuttaa loputkin. (Oida 2004, 74.)

Onko vastaus mielen harhauttamiseen näin helppo? Myös Mamet korostaa toiminnan merkitystä näyttelijälle. Eli keskittymällä fyysiseen voin päästää mielessäni irti esimerkiksi keskittymisen jonkin tunnetilan saavuttamiseen. Näyttelijäntyössä tämä on epäilemättä kokeilemisen arvoinen taktiikka. Vaikka tämä kuulostaa helpolta, en silti usko, että se pidemmän päälle on yhtään sen helpompaa, kuin tarttua mieleen ja työskennellä mielensä kanssa. Mahdollinen kompastuskivi, epävarmuus, voi yhtäläillä vaikuttaa fyysisessä tekemisessä; ”Osaanko? Teenkö oikein? Mitä minun piti tässä kohtaa tehdä? ”. Mieli voi sotkeutua ihan yhtä helposti myös fyysiseen työskentelyyn, joten asia ei ole mielestäni niin yksinkertainen, kuin miltä se vaikuttaa.

Ehkäpä pyrkimällä valjastamaan molemmat yhteistyöhön, on paras mahdollinen tulos saavutettavissa. Mielen ja kehon erottelu on jokseenkin yleistä ja ehkä myös ymmärrettävää tutkimisen ja määrittelyn helpottamiseksi. Ne molemmat ovat kuitenkin osa sitä kokonaisuutta, joka me olemme. Todennäköisesti mieli ja keho luontaisesti jo toimivat yhteistyössä. Tapahtuuko katkos siinä vaiheessa kun me ihmis-olennot painotamme toista toisen kustannuksella? Esimerkiksi tunteet asuvat mielestäni niin kehossa kuin mielessä. Kokonaisvaltainen läsnäolo lavalla kuitenkin on melko vaikeasti saavutettavissa ja jotenkin kaikkien näiden määritelmien ulkopuolella. Silloin ei ole liian tietoinen mistään, vaan vain on.

4 KEHON JA MIELEN TYÖSTÄMISTÄ

Neljä vuotta kestäneet opinnot Stadiassa ovat pitäneet sisällään paljon. Opinnäytetyöni kannalta oleellisinta on ollut työskentely, joka on yhtäältä auttanut minua tiedostamaan omia esteitäni ja toisaalta vapauttanut minua niistä. Se on vienyt minua kohti läsnäolevampaa näyttelijäntyötä. Kaikki kokemukset esiintymisestä tietenkin ovat vieneet eteenpäin, virheistään oppii ja onnistumisistaan onneksi myös. Stadiassa olen kuitenkin

saanut rauhassa tutustua kehoa ja mieltä avaaviin tekniikoihin. Näiden tarkoitus ei ole keskittynyt näyttelijäntyön esteiden etsimiseen ja purkamiseen, mutta tarkastelen niitä nyt osittain siltä kannalta.

4.1 Irtipäästäminen Aleksander-tekniikan myötä

Tärkeimpiä näyttelijäntyöllisiä oppeja Stadian ajalta on minulle ollut Aleksander-tekniikka, jota opettaa Riitta-Liisa Helminen. Kehonhuoltotekniikka, joka samalla keskittyy myös äänen luonnolliseen tuottamiseen ja kehon jännitysten poistamiseen on osoittanut arvonsa omassa irtipäästämisessä filosofiansa. Aleksander-tekniikan mukana on tullut ymmärrystä ja tietoisuutta omasta kehosta, sen mekanismeista sekä niiden yhteydestä mieleen.

Aleksander-tekniikassa työskennellään mielikuvien kanssa. Keholle annetaan kevyitä ”viestejä”, suuntauksia, mutta pelkästään ajattelemalla. Tarkoituksena ei ole lähteä kehoa väkisin vapauttamaan jännityksistä. Pyrkimyksenä on itsensä ja sen hetkisen olotilansa hyväksyminen ja irtipäästäminen kaikista vaatimuksista. Opetellaan ottamaan vastaan ja olemaan reagoimatta. Inhiboiminen, joka tarkoittaa nimenomaan ”ei reagoimista”, auttaa meitä pääsemään eroon ajatuksista, jotka estävät olemasta läsnä. Nämä meissä asuvat ajatukset voivat aiheuttaa jännityksiä, samoin kuin kehoon varastoituneet, ilmaisemattomat tunteet. Pikku hiljaa, kehon antautuessa ja avautuessa saattaa työskentely vaikuttaa myös mieleen. Aleksander-tekniikan tarkoitus on päästää keho siihen tilaan, jossa luonnollinen palautuminen rentouteen voi tapahtua. Keho oppii hoitamaan itse itsensä. Ryhti korjaantuu ja esimerkiksi jännityksistä johtuvat kivut voivat lievittyä Aleksander-tekniikan avulla.

Näyttelijäntyöllisesti uskon, että kehoni vapautuminen ja oikean, luonnollisen asennon löytyminen ovat tuoneet minulle lisää ilmaisun vapautta. Kun opin olemaan näyttämöllä ilman omia jännityksiäni ja kehoni on rento, mutta valpas, olen avoimempi ottamaan vastaan impulsseja sekä eläytymään hetkeen. Tiedostaessani kehoni ja sen olemisen tavan voin myös helpommin tuottaa erilaisia hahmoja. Koska tiedän, mikä tapa minulla on seistä, voin tietoisemmin muuttaa kehoni olemista esimerkiksi roolin vaatimaan tapaan seistä. Samalla voin oppia jättämään pois niitä tiedostamattomia eleitä ja asentoja, manereita, jotka ovat henkilökohtaisia ja liittyvät minuun eivätkä rooliini.

Koen, että Aleksander-tekniikan myötä olen antanut itselleni lavalla ollessa myös tilaa ottaa vastaan ja kuunnella. Sen sijaan että olisin suuna päänä juoksemassa omaan seuraavaan repliikkiin, voin keskittyä vastaanäyttelijään ja antaa reaktioiden minussa herätä. Tähän on saanut Helmisen kanssa myös palata, vaikka Aleksander-tekniikan jakso olikin ensimmäisen vuoden alussa.

”Vuosi 2006. Stadian opiskelijan harjoitustyö Sudenmorsiamen kenraali. Ohjaajan ohjaava opettaja Riitta-Liisa Helminen on katsomassa kenraalia. Seuraavana päivänä törmään ”Ritskuun” koululla, ja pyydän häneltä apua näyttelemiseeni. Hän kehottaa minua kuuntelemaan oikeasti. Se riittää. Ensi-illassa koen ensimmäistä kertaa, kuinka yksi kohta, jossa reaktioideni pitäisi mielestäni olla suurempia, lähtee liikkeelle. Tunnen, kuinka ikään kuin päästän irti jostain suojauksestani, ja uskallan huutaa repliikini kovempaa. Ääneni myötä kehoni tulee reaktioon mukaan, ja toimintani lavalla kasvaa. Samalla tämä ”rajumpi” toiminta vie minut mukanaan ja koen olevani melkein hysterian partaalla. Säikähdän hieman kokemukseni voimakkuutta ja samalla olen tyytyväinen itseeni: onnistuin tuottamaan suurempaa ja aidompaa tunnetta kuin harjoituksissa kertaakaan!”

Katsellessani tuota hetkeä näin jälkepäin, ymmärrän enemmän niitä mekanismeja joita näytellessä käyttää. Ensinnäkin, jotta koko tapahtuma pääsisi käyntiin, koen lavalla ollessani tietynlaisen ”nykäyksen”. Tämä silmänräpäys, jonka aikana annan itselleni luvan päästää irti ja antaa palaa on asian ydin. Tuntiessani ”nykäyksen” toimin sisältäni nousevan tiedon varassa, ja tuo tieto tuo mukanaan myös kehotuksen toimintaan. Ohjaudun siis sisältäpäin. Samassa hetkessä tiedän, kuinka minun täytyy tehdä ja jo toimin sen mukaisesti. Vaikka tuota prosessia on vaikea avata, niin silti ymmärrän, että jos siinä hetkessä ymmärrykseni olisi ollut mukana, se olisi todennäköisesti estänyt minua toimimasta. Sillä asian ymmärtäminen tai tiedostaminen olisi jo siirtänyt varsinaisen toiminnan seuraavaan hetkeen, jolloin olisi ehkä ollut jo liian myöhäistä toimia. Eli jos olisin antanut itselleni aikaa miettiä, toiminko tämän vaistonni varassa, olisin jo menettänyt sen tuoman arvokkaan informaation.

Ääneni ottaessa tilanteen haltuun, seuraa keho hetkessä mukana ja näiden toimintojen kautta olen jo saanut kontaktin tunteeseen, joka tilanteeseen sopi. Siitä, onko tarpeellista aina saavuttaa aitoa tunnetta lavalla, voidaan olla montaa mieltä. Itse uskon sen liittyvän tapauskohtaisesti esitykseen, sen tyyliin, ja tietenkin tekijöihin. Mutta tuo kokemus tunteen irtipääsemisestä oli yksi voimakkaimmista, joita olin yleisön edessä kokenut. Vaikka säikähdinkin reaktioni ja tunteeni voimakkuutta, uskon sen olleen itselleni tarpeellinen väläys siitä, minkälaista voimaa ja energiaa lavalla ollessaan voisi käyttää.

Tämän energian käyttöön ottaminen vain vaatii rohkeutta uskaltaa paljastaa omaa todellista sisintään lavalla.

Sudenmorsianta harjoiteltiin samaan aikaan, kun kävin hahmometodi kurssia. Koska Aleksander-tekniikkaan olin tutustunut jo ensimmäisen vuosikurssin aikana, koen, että sen herättämät oivallukset syvenivät pikkuhiljaa. Hahmometodissa on jossain määrin samaa kuin Aleksander-tekniikassa ja mielestäni ne täydentävät toisiaan loistavasti. Aleksander-tekniikan lähestyessä kehollisesti ihmisen kokonaisuutta lähtee hahmometodi purkamaan pakettia läsnäolosta käsin.

Sudenmorsiamessa siis yritin ottaa käyttöön hahmometodi kurssilla oppimiani asioita itseni kuuntelemisesta omien olotilojeni hyväksymiseen. Pyrkimykseni oli päästä luonnolliseen ja helppoon olemiseen lavalla. Samanaikaisesti tiesin, että jotkut kohtaukset vaatisivat suurempaa tunneilmaisua, että pelkkä oleminen ei riittäisi. Opettajan neuvo kuuntelemisesta veikin minut aktiiviseen tilaan joka mahdollisti muutoksen tapahtumisen. Tämä ristiriita siis laukesi, vaikkakin vasta esityksissä. Muistan ohjaajan siitä kiittäneen jälkeenpäin. Kiitoksena hänelle näen, että painostamatta syntyi haluttu lopputulos. Mielestäni on tärkeää tunnistaa lavalla ollessaan myös ne omat epämukavuuden hetket, jotka yleensä liittyvät johonkin näyttelijän mielestä toimimattomaan kohtaukseen tai hetkeen lavalla. Jos nämä hetket ovat yhteydessä johonkin näyttelijän epävarmuuteen, ne eivät välttämättä ohjaajalle näyttäyty samalla tavalla.

4.2 Hahmometodilla käsiksi tunteisiin

” Vuosi 2001. Näytelmän nimi on Leijona. Improvisaatioon perustuva näytelmä, joka kuitenkin sai tietyn, käsikirjoitetun muodon. Näytelmä rohkeudesta ja elämänsä muuttamisesta. Olen jähmettynyt pelosta sisälläni, mutta ulospäin näyttää vain siltä, etten reagoi mitenkään. Minulla on kahdenkeskinen kohtaus pojan kanssa, joka osaa tosi hyvin, improvisoidessaan häneltä vain tulee tekstiä, hauskaa, oivaltavaa ja osuvaa, ja pilkan kohteena olen minä – tai siis roolihenkilöni näytelmässä. Poika on muutaman vuoden minua vanhempi, hauska, mukava ja suhteellisen komea, ja olen vähän ihastunut häneen. Harjoittellessamme kohtausta hän saa minut heti hermostuneeksi, minua jännittää, mutta yritän toimia roolini mukaisen rauhallisesti ja viileästi, samalla koskaan keksimättä mitään uutta, pysyen jo muodostuneissa repliikeissä ja osaamatta olla mitenkään naseva ja hauska. Keskityn vain selviytymään kohtauksesta jotta pääsen piinallisesta tilanteestani.

Eräissä harjoituksissa vastauksena ohjaajan kommenttiin, hän sanoo: -mutta tuo pelkää mua oikeesti”

Siihen aikaan en ollut kykeneväinen käsittelemään tätä omien ja näytelmän tunteiden problematiikkaa. Tunteeni, joita en kyennyt peittämään vastaanäyttelijältäni, olivat esteenä kohtauksen vaatimaan luovaan ja improvisaatio-henkiseen työskentelyyn. Näin omat epävarmuuteni siis muuttuivat heikkouksiksi lavalla ja tästä oli kuluva muutama vuosi, ennen kuin pääsin ymmärtämään syvemmin, mitä kaikkea tässä prosessissa tapahtuu. Tähän asiaan selvennystä toi hahmometodi, Tuuja Jänicken luotsaamalla kursilla.

Yksi näyttelijän työkaluista on tunteet. Kyky olla kosketuksissa omiin tunteisiinsa on tavoiteltavan arvoista. Omien, myös ”näytelmään kuulumattomien”, tunteiden hyväksyminen on ensiarvoisen tärkeää, jos mieli olla lavalla läsnä siinä, mitä tekee. Suurin esteeni omassa näyttelijän työssäni on usein ollut pelko. Kyse ei aina ole kaiken lamauttavasta jännityksestä, joka estää toimimasta. Kyse on jännityksestä, joka ohjaa huomioni väärin asioihin. Jännitys siis vie pois läsnäolosta, jota näyttämöllä ollessamme tarvitsemme.

Näyttämölle menemistä jännittää aina, se kuuluu asiaan ja on myös tietynlainen merkki siitä, että kehosi on valmistautumassa johonkin tavallisesta poikkeavaan. Minulle jännittämisen hallitseminen on aina ollut tärkeää. En pidä siitä hiipivästä pakokauhun tunteesta, joka alkaa ennen esitystä ja joka lavalla saattaa vaikuttaa niin, että ääneni ei toimi-kaan halutulla tavalla, kädet tai jalat tai huulet väpättävät tai olen muuten vain liian tietoinen omasta jännityksestäni. Kokemuksen myötä jännittäminen tietenkin on vähentynyt, tai se ei enää hallitse kehoani samalla tavalla. Usein pystyn peittämään tunteeni ja ulkopuolelle näyttää, että en jännitä. Olen oppinut lämmittelyn ja keskittymisen tärkeyden ennen harjoituksia ja esityksiä ja muodostanut itselleni pieniä rituaaleja, jotka rauhoittavat ja auttavat minua hallitsemaan itseäni. Pelon myöntäminen on parempi kuin tukahduttaminen. Tukahdutettaessa valtava määrä energiaa sitoutuu estämään jännitystä näkymästä. Tämä voi myös tukahduttaa ilmaisu.

Pelko on energiaa, jonka toinen ihminen helposti aistii. Ja jos sen aistii vastaanäyttelijä, eikö sen aisti myös katsoja? Näyttelemisessä kuitenkin on kyse energiasta, jota välitämme, se on paljon enemmän kuin sanat tai teot joita ilmaisemme. Jos pelon energiaa ei käytä hyväkseen, vaan sen vain tukahduttaa, tai hallitsee, se jatkaa silti olemistaan. Energia ei katoa, se vain muuttaa muotoaan.

Hahmometodissa, jota koulussamme opettaa Tuuja Jänicke, lähdetään liikkeelle siitä, että hyväksyy oman sen hetkisen olotilansa. Tärkeää on tiedostaa, mitä tunnen tässä hetkessä. Tunnistamalla ja hyväksymällä omat tunteensa, voi myös päästä tunteen lähteelle, saada kiinni siitä ajatuksesta, joka aiheuttaa minussa tämän tunteen. Tunne on aina reaktio johonkin. Tiedostimme syyt ja seuraukset, tai emme, meidän tunteemme kertovat meille jotain meistä itsestämme, ne eivät sinkoile päämäärättöminä avaruudessa osuen milloin kehenkin ihmiseen ja saaden tämän vihaiseksi tai surulliseksi.

Hahmometodi kurssi kolmantena opiskeluvuoteni oli minulle tärkeä kokemus. Opin paljon siitä, miten monilla keinoilla yritämme peittää omaa todellista minuuttamme, todellisia tunteitamme ja ajatuksiamme. Hahmometodi auttaa kohtaamaan itsensä. Ajatuksena on, että samat suojamekanismit jotka meitä palvelevat yksityiselämässä, ovat läsnä myös lavalla. Vain kohtaamalla rohkeasti sen, mitä olen, pystyn vähä vähältä saamaan kiinni siitä ytimestä, missä olemassaoloni ei perustu mihinkään ulkopuoliseen tai sisäiseen arvostukseen. Siihen, mitä olen, kuuluvat kokemukseni, omat hyvät ja huonot puoleni, sekä ajatukset joita minulla itsestäni ja muista on. Tämä on ollut tärkeä askel tielläni kohti itseni hyväksymistä, ja hyväksymällä itseni hyväksyn myös kaiken sen, mitä minussa on, näin ollen myös tunteeni. Näin annan niille myös oikeutuksen olla olemassa.

Olin aikaisemmin eri näyttelijäntyön opettajien tai ohjaajien harjoituksia tehdessäni huomannut, että minun oli vaikeaa saada itsestäni vihan tunnetta esiin. Pääsin aina helposti kiinni surun tunteeseen, itkeminen harjoituksia tehdessä ei ollut minulle vaikeaa. Joskus, tietäessäni että itkuni liittyi täysin senhetkiseen elämäntilanteeseeni, pidin itseäni huijarina. Ajattelin, että sillä, että harjoitus laukaisee minussa itkun mummoni kuolemasta, ei ole mitään tekemistä näyttelemisen kanssa ja epäilin, osaisinko ”oikeasti” tuottaa samaa näyttämöllä.

*”90 % naisten itkusta on tikareita, eli sisäänpäin käännettyä vihaa”
(ote työpäiväkirjasta 10.01.2006)*

Tuuja Jänicken ohjauksessa pääsin vähitellen kiinni siitä, että minulla oli kadoksissa kontakti vihan tunteeseen. Päädyin tekemään esimerkiksi ”tuoliharjoitusta” niin, että hakkasin tuolia käärityllä sanomalehdellä. Fyysinen toiminta ja vastus on hyvä laukaisin tunteisiin kiinni pääsemiseksi. Sain myös kotitehtäväksi hakata mattoja niin, että laitoin paperilla vihani kohteen nimen kiinni mattoon ja tampatessani purin tätä fyysistä ener-

giaa, joka minussa kuitenkin jossain syvällä uinui. Huomiodessani vihan tunteeni annoin sille myös oikeutuksen olla olemassa. Samalla matka tunteen käyttöönottoon elämässäni sai alkunsa. Kontaktini tähän tunteeseen on vahvistunut niin yksityisessä elämässä kuin teatterityöhön liittyen. Luulen ajan kanssa päässeeni jo siihen pisteeseen, että voin sanoa vihan tunteen kuuluvan skaalaani myös näyttämöllä.

Hahmometodikurssilla teimme myös klovniharjoitteita. Tämä ei ollut minulle täysin uusi tekniikka, sillä olin Outokummussa tutustunut hieman aiheeseen. Näin jälkepäin, pystyn selkeästi näkemään klovniytyöskentelyn yhteyden hahmometodiin ja harjoitteen persoonaa ”paljastavan” luonteen. Muistan vieläkin sen hetken, kun punainen nenä naamassa käännyn yleisöön päin, kaikessa epävarmuudessani. Yleisö nauraa. Hämmen- tävin tunne klovni-harjoitusta tehdessä on yleensä juuri alussa, koska kääntyessäsi et vielä varsinaisesti ”tee” mitään. Tällöin pelkän vilpittömän läsnäolosi voima tulee esiin. Usein naurusta innostuneena klovni kokelas lähtee naurattamaan yleisöä ja meneekin sitten vikaan. Klovnin perusolemuksessa täytyy jollain tapaa säilyä viattomuus ja omien aitojen tunteiden näkyminen, jolloin ”taika” on myös läsnä. Naurun vastaanottaminen on yksi tärkeä vaihe klovni-harjoituksessa. Täytyy tavallaan antaa itsestään jotain, ja sen jälkeen pyrkiä arvottamatta ottamaan vastaan mitä yleisöltä tulee, esimerkiksi hämmen- tymisen näkyminen aiheuttaa yleisössä jälleen lisää nauruja. Kohdallani siis alku lähti hyvin käyntiin ja harjoitus eteni mielestäni hyvin, ainakin yleisön reaktioista päätellen. Jossain vaiheessa vain tulin liian tietoiseksi siitä, mikä yleisöä naurattaa. Heti kun Klovni on liian tietoinen itsestään, se menettää jotain herkkyydestään ja ilmaisustaan ja yleisö aistii liian tekemisen ja yrittämisen. Harjoitukseni loppuun mennessä olin siis kadottanut viattomuuteni ja klovniini ”lakkasi toimimasta”.

Tässä tehtävässä mielenkiintoinen aspekti näin jälkikäteen katsottuna on se, kuinka her- kästi harjoite toimii kuuntelun ja läsnäolon avulla. Se tässä tapauksessa mielestäni tar- koittaa herkkyyttä päästää läpi ne omat tuntemukset, jotka esimerkiksi minun kohdallani liittyivät epävarmuuteen ja hämmennykseen. Klovniini päätyi miellyttämiskierteeseen. Käsittämättömillä ja irrationaalisilla tempuilla se yritti saada epätoivoisena ja pa- konomaisesti yleisöä nauramaan. Aikansa tämä yleisön kanssa toimi. Jollain tavalla klovniharjoite mielestäni paljastaa ”pimeän” puolemma ja voi olla hyvinkin lähellä to- tuutta meistä itsestämme. Positiivinen aspekti asiaan on se, että tämän harjoituksen kautta nämä persoonani ”negatiiviset” puolet tulevat esiin ja käytän niitä hyväkseni, ne siis auttavat minua onnistumaan.

Prosessit, jotka minussa lähtivät hahmometodikurssin aikana liikkeelle, ovat edelleen käynnissä. Mutta uskon, että kurssi toimi oivana katalyyttina löytöretkelläni eheämpään lähestymiseen näyttelijäntyöhön.

5 ESPANJA JA FYYSISEN TEATTERIN PALO

Neljännän opiskeluvuoteni aikana lähdin vaihtoon Espanjaan. Madridin kuninkaallisen teatterikorkeakoulun fyysisen näyttelijäntyön linjalle, tai ”eleellisen” näyttelijäntyön linjalle, kuten suora käänös menisi. (teatro del gesto=eleen teatteri) Kyseisessä koulussa on näyttelijäntyön koulutus jaettu teksti- ja elepuoleen. Eleellisen teatterin näyttelijäkoulutus pitää sisällään mm. miimin ja pantomiimin opetusta, tanssia, miekkailua, kehollista ilmaisua sekä näyttelijäntyön opiskelua fyysisistä lähtökohdista.

Tämä aika oli minulle tutustumista niin ihmiskehon ilmaisun mahdollisuuksiin, kuin fyysisen teatterin eri ilmenemismuotoihin. Tärkeää oli tietenkin myös oman kehon konkreettinen harjoittaminen ja opin omaksuminen kehollisesti eli kokemuksellisesti, ennemmin kuin älyllisesti.

Koulun opettajat olivat erilaisista taustoista ja eri tekniikoiden edustajia. Koenkin, että kahdeksan kuukautta kestäneen opiskelun anti oli kokonaisuudessa, kaiken opitun yhtälössä, eikä missään yksittäisessä tekniikassa, jonka täydelliseen hallitsemiseen mielestäni voisi käyttää jopa koko eliniän.

Koska opiskelu oli keskittynyt kehoon, emme yleensä käyttäneet tekstiä. Tämä tietenkin helpotti työskentelyäni, kun minun ei tarvinnut huolehtia puhe-ilmaisusta vieraalla kielellä. Ne kerrat kun kohtaukset vaativat puhetta, tai teimme kokeiluja puheen kanssa, sainkin käyttää äidinkieltäni, joka herätti usein katsojissa paljon hilpeyttä. Luulen, että työskentely ilman tekstiä on tuonut ilmaisuuni uutta ulottuvuutta, mitä aikaisemmin en osannut edes kaivata.

Se että opiskelussamme puheen käyttö ei ollut mukana, ei tarkoita, etteikö fyysisessä teatterissa käytettäisi myös tekstiä. Esityksiä on yhtä monia, kuin tekijöitä, eikä fyysinen teatteri tarkoita samaa kuin sanaton teatteri.

5.1 Liikkeen laatu ja tulkinta

Espanjassa opiskellessa opin paljon liikkeestä ja sen eri laaduista. Eri laatuja voi tuottaa esimerkiksi vaihtelemalla dynamiikkaa ja rytmiä. Kun tarkastelun kohteena on keho, ja esimerkiksi yksittäinen liike, on huikeaa huomata kuinka paljon mahdollisuuksia tähän liittyy. Sama liike kertoo eri tarinaa riippuen siitä millä nopeudella tai intensiteetillä sen toistaa. Jokainen liike on kuin sana, tai ehkä jopa tavu, joka näyttelijän on tulkittava. Ja aivan samoin kuin tekstin kanssa työskennellessä, ovat variaation mahdollisuudet monet, riippuen esittäjästä ja hänen kapasiteetistaan.

Näyttelijän työn tunnilla mielenkiintoista antia oli esimerkiksi hengityksen ja liikkeen yhteyden tutkiminen. Yleensä opettelimme tekemään tunnilla harjoiteltavaa liikettä yhtä aikaa hengityksen kanssa. Tämä tarkoittaa sitä, että yksittäinen liike kokonaisuudessaan tehtiin joko ulos- tai sisäänhengityksen kanssa. Pidemmässä liikesarjassa saattoi myös olla kohtia, jolloin piti pidättää hengitystä yhden liikkeen ajan. Tutkimme hengityksen vaikutusta tulkintaan niin, että teimme samaa liikesarjaa muuttamalla sisään- ja uloshengityksen paikkaa. Esimerkiksi pelkkä pään kääntäminen saa eri merkityksen, kun sen tekee sisäänhengityksellä tai kun sen tekee uloshengityksellä.

Yoshi Oidan, kirjassa *Näkymätön Näyttelijä* on yksi osio varattu pelkästään hengityksen käsittelyyn. Hän muistuttaa meitä siitä, kuinka hengitys, vaikka arkielämässä onkin yleensä tiedostamaton toiminto, on myös toiminto, jonka mekanismia me pystymme kontrolloimaan. Ja on sellaisena ainoa laatuaan kehon toiminnoista. Hän esittää, että tietoisten hengitysharjoitusten kautta linkitymme tiedostamattomiin toimintoihin ja että tämä vuorostaan linkittää mielemme alitajuiseen maailmaan. Oidan mielestä näyttelijän täytyy ajatella milloin hengittää sisään, milloin ulos ja milloin lakkaa hengittämästä. Ja että hengitystä muuttamalla pystyy vaikuttamaan omaan fyysiseen tai emotionaaliseen tunteeseen. (Oida 2004, 90) Nämä oivallukset ovat itselleni olleet tärkeitä.

Työskentely Madridissa oli siis välillä hyvinkin teknistä ja pikkutarkkaa. Toisaalta aina läsnä oli myös mielikuvien käyttö tai eläytyminen ja kohtauksissa eläminen. Se jokin, jonka avulla pelkästä liikkeestä tulikin ilmaisu, näyttämötaidetta. Vaikka tekniikkaan keskityttiin paljon, ei se saanut olla näkyvässä näyteltäessä. Toisin sanoen esiintyessä siihen ei saisi keskittyä liikaa, vaan sen pitäisi olla niin hyvin hallussa, että se tulee

luonnostaan. Miimiopettajani kuvasikin tekniikkaa kuin metallisina portaina, jotka tarvitsevat päälle kerroksen lunta näyttääkseen kauniilta.

Vaikka harjoittelu tuntui välillä puuduttavalta ja tekniseltä toistolta, ei esimerkiksi tarkkoja miimisiä liikkeitä voi muuten oppia, kuin toistamalla ja hiomalla. Toisaalta, esimerkiksi näyttelijän työn tunneilla opiskelemani tekniikka oli mielestäni siinä mielessä kyseenalaista; koska jokaiselle opetettiin samanlainen tapa tehdä tiettyjä toimintoja, on vaarana se, että koulutus tuottaa kymmenittäin samanlaisia näyttelijöitä. Tavallaan tuo tyyliisuunta vaatiikin virtuoosimaista teknistä osaamista, jos näyttelijä haluaa keskittyä vain siihen. Ja näin laajemmin teatteria opiskelevalle nuo ”keskeneräiset” taidot ovat ikään kuin hauskaa nippelitietoa, joita toki voi soveltaa ja käyttää hyödykseen myös tulevaisuudessa.

Teknisen osaamisen hiomista voisi verrata esimerkiksi pianistin sormiharjoituksiin. Tarpeellista sekin, jotta saat instrumenttisi, tässä tapauksessa oman kehosi, mahdollisimman monipuolisesti käyttöösi ja opit hallitsemaan eri nyanssien tuomat erot tulkin-taasi. Mutta lopullinen, ainutlaatuinen tulkinta syntyy vasta esiintyjän kohdatessa yleisönsä ja antautuessa epäonnistumisen riskin vietäväksi.

Minusta tuntuu, että tuon yllämainitun ”lumikerroksen” synnyttämistä on vaikeaa, jos mahdotonta opettaa. Se, minkä opettaja pystyy oppilaalle välittämään, on teknistä osaamista. Ja näyttelijäoppilas joko on kykeneväinen muuntamaan oppimansa lavalla näyttelemiseksi, tai vaarana on, että hän siirtyy ulkokohtaisesti kopioimaan oppimiaan asioita.

5.2 Harjoitus tekee mestarin, mutta vasta esityksessä

Keväällä 2007 osallistui luokkamme nuorten teatterikatselmukseen. Tulevaa esitystä rakennettiin kauan. Esitys pohjautui näyttelijäntyön harjoitukseen ”Casa encantada” eli suomeksi ”lumottu talo”. Kyseessä oli pienissä ryhmissä työstetyt miimiset kohtaukset, joissa ryhmä joutuu taloon, jossa kummittelee. Tarkoitus on, että erilaisia liikkeitä, joita tunnilla on opiskeltu, sovelletaan käytäntöön. Nämä liikkeet ovat miimin perustyökaluja, joita opettelimme yksityiskohtaisen tarkasti. Työntämisliike, vetämisliike, kuinka avataan ovi, kuinka annetaan illuusio siitä, että koko ryhmä nousee portaita yhtä aikaa yms. Tarkoitus on kehollisesti luoda koko ympäristö, rekvisiitta ja ihmisten väliset suh-

teet. Ihmisääntä käytetään mahdollisen puheen lisäksi myös luomaan ympäristöä, toisin sanoen ääniefekteinä.

Lähdimme liikkeelle siitä, että pienemmissä ryhmissä suunnitellaan ja harjoitellaan ehdotukset, joista sitten valitaan paras koko ryhmän työstettäväksi. Lopulta päädyimme kuitenkin yhdistämään eri ryhmien ehdotuksia ja työstämään koko luokan voimin esitettävää kohtausta. Yhdeksän hengen miiminen kohtaaminen ei ole mikään helppo työ. Jokaisen on tuettava kokonaisuutta, eli monia kohtia on hiottava yksityiskohtaisen tarkasti, jotta koko ryhmä tekee yhtäaikaan nähtäväksi saman ulkoisen impulssin. Esimerkkinä ryhmämme kohtauksen alku, jossa olemme minibussissa lomamatkalla. Autostamme puhkeaa kumi, joten koko ryhmän piti suhteessa kallistua samaan suuntaan niin, että katsoja tunnistaa tilanteen. Välillä taas on tärkeää, että kokonaisuudesta nousee joitain yksityiskohtia esiin. Tällöin kaikkien tulee olla tietoisia siitä, kenen tai keiden vuoro on olla toiminnan keskiössä ja keiden tehtävänä on ”kompata”. Seuraavassa pyrin hieman havainnollistamaan tätä.

Kuva 1 on esimerkki siitä, miten kaikki olemme samassa tilanteessa. Jokaisella on oma tehtävä tai rooli ja jokainen reagoi omalla persoonallisella tavalla. Kuitenkin pohjalla on samanlainen tekniikka, jonka mielestäni voi nähdä esimerkiksi jaloista. Tarkoituksena on siis luoda illuusio ryhmästä, joka istuu autossa. Kyseisessä kuvassa automme eteen on tupsahtanut lehmä, jonka poistumista tässä ihmetellään. Esittämälläni turistilla on hetken ajan kohtauksen fokus hänen ottaessaan valokuvan. Kuvassa 2 puolestaan vierustoverini ovat työntämässä autoa, joka ei lähde käyntiin. Koska kohtauksen huomiopiste on auton takaosassa työntämisessä (jota ei valitettavasti kuvassa näy), on meidän muiden elettävä mukana, mutta mahdollisimman vähäeleisesti. Fokuksen antaminen muille on tärkeää.



Kuva 1. Autossa. (Irisarri, 2007)



Kuva 2. Odotus. (Irisarri, 2007)

Esityksen suunnittelu ja tekninen hiominen vei valtavan paljon aikaa suhteessa siihen, että lopputulos oli 15 minuutin mittainen. Harjoittelimme kahden kuukauden ajan monta kertaa viikossa. Tämä työskentelyn tarkkuus on kuitenkin lohdullista. Olet valmistautunut hyvin ja tiedät melkein askel askeleelta missä sinun pitää milloinkin olla. Tämä tuottaa erilaisen varmuuden tunteen myös esiintymiseen. Totta kai esityksen on tarkoitus olla myös elävä, ryhmän on tarkoitus puhaltaa yhteen hiileen ja yhteinen rytmi syntyy kaikkien vaikutuksesta. Tärkeintä onkin ehkä olla samassa rytmissä muiden kanssa. Miimissä esityksessä ajoitus on kaikki kaikessa, sillä muuten eleesi voi jäädä huomaamatta, jos ei se tule juuri oikeaan aikaan ja oikeassa paikassa.

Harjoituksissa oli aina jotain parantamisen varaa. Opettajamme tapana oli keskittyä virheisiin joten toistimme kohtausta kerta toisensa jälkeen. Emme saaneet kiitosta hyvästä työstä ja tietenkin päätelimme että sitä ei ollut. Kun sitten pääsimme satapäisen yleisön eteen, oli tunne mieletön. En koskaan lakkaa hämmästelemästä sitä, kuinka paljon esitys kuitenkin muodostuu vasta siinä hetkessä, kun katsojat ovat paikalla. Kaikki harjoitus, kaikki valmistautuminen tuottaa yhtäkkiä suurenmoisen energialatauksen, jolloin koko ryhmä ikään kuin yliluonnollisesti toimii yhteen. Esitys on niin paljon enemmän kuin elementtiensä summa. Saimme teatterikatselmuksen pääpalkinnon, emmekä suotta.

5.3 ”Actor- as-Creator”

Tutustuessani fyysiseen teatteriin tutustuin myös näkemykseen näyttelijästä esityksen aktiivisena tekijänä ja materiaalin tuottajana. Kyllähän Stadiassa opiskeluun kuuluu ryhmälähtöisen esityksen hallitseminen ja voi kai sanoa, että improvisaatioteatterihan perustuu juuri tähän, näyttelijän kykyyn tuottaa kohtaus, jopa esitys, tyhjästä. Kuitenkaan ei tämä termi ollut minulle ennestään tuttu. ”*Actor-as-creator*” olisi käännettävissä vaikkapa ”näyttelijä luojana” mikä kuulostaa hassulta, ja toisaalta hyvin mahtipontiselta.

Tämä ajatus näyttelijälähtöisestä teatterista on ollut ideaali esimerkiksi Commedia Dell' Artessa. Tuohon aikaan näyttelijä oli erikoistunut tietyn roolihahmon esittämiseen, hänellä oli repertuaarissaan valmiiksi harjoiteltuja temppeja yleisön viihdyttämiseksi, ja varsinainen esitys oli improvisoitua pelaamista näyttelijäseurueen kesken. Ohjaajia ei varsinaisesti ollut.

Espanjassa opiskelemani eleellinen näyttelijäntyö pyrki siis kouluttamaan näyttelijöitä, jotka olisivat kykeneväisiä tuottamaan itse omien esitystensä materiaalin. Näin tehtiin siis tunnilla, toisaalta opiskelijoiden kurssin päätteeksi esittämät lopputyöt olivat kyllä aina ohjaajan kanssa tehtyjä.

Improvisointi ja myöhemmin oman liikemateriaalin työstäminen oli osana työskentelyä etenkin miimi ja pantomiimi tunneilla, sekä kehoilmaisun tunneilla, joissa kuitenkin työskentelytavat olivat erilaisia. Työskentelyä tehtiin myös ryhmissä, mikä mielestäni olikin yllättävän vaikeaa siinä vaiheessa kun ryhmäimprovisaatioista olisi pitänyt lähteä yhdessä tekemään jotain pysyvämpää, ei improvisoitua kompositiota. Minusta tuntuu, että tämä vaihe työskentelystä on minulle vieläkin hieman mysteeri, eli kuinka siirryt improvisaatiosta pysyvään, koreografisoituun muotoon – tai missä määrin koreografisointia tarvitaan. Tämän tyyppinen kehotyöskentely on hidasta ja turhauttavaa työskentelyä kun olet vasta opiskelemassa kyseisiä asioita.

Yllättävää kuitenkin oli, kuinka jotenkin ihmeen kaupalla jotain pienryhmissä aina saatiin aikaiseksi ja kuinka paljon lyhyet demot olivatkin tekijöidensä näköisiä, vaikka kaikki kävimme samoilla tunneilla. Totta kai ihmisten taustoilla on eroja, ja siinä mielessä myös siihen asti opituilla fyysisillä ilmentymillä, mutta silti.

6 SYLVI: OLEN NÄYTTELIJÄ

Minna Canthin Sylvi tehtiin harrastajavoimin teatteri Poleemissa syksyllä 2007. Esitykset olivat Valtimonteatterin tiloissa joulukuussa, sillä Poleemilla ei omia tiloja vielä ollut. Ohjaajana toimi Elina Kempainen, ystäväni jo monen vuoden takaa. Olimme opiskelleet yhdessä Outokummussa, jossa olimme myös molemmat kyseiseen tekstiin tutustuneet. Matka Sylvin kanssa oli siis alkanut jo vuosia sitten. Koin, että tämä oli henkilökohtaisesti minulle näytön paikka. Mitä kaikkea mukaan oli tarttunut näyttelemisestä valmistumisen lähetessä? Palattuani Espanjasta halusin päästä kokeilemaan osaamistani käytännössä. Oli aika lakata pienentämästä itseään ja ottaa vastuu omasta ammattitaidostaan.

6.1 Harjoitukset

Olin päässyt tänne asti. Ensimmäinen päärooli. Luin näytelmän kymmenen kertaa ilman tulkintoja. Opettelin vuorosanani hyvin. Kun harjoitukset alkoivat, oli jälleen kohdattava jännitys, joka syntyy uuden ryhmän ja uuden työtilanteen myötä. Se, että tulin yleensä hyvin valmistautuneena harjoituksiin, auttoi. Annoin myös itselleni luvan jännittää ja otin tuon tunteen mukaan näyttelemiseeni. Yritin kuunnella itseäni ja omia tuntemuksiani vastaanäyttelijöiden kanssa, niin etten toiminut itseäni vastaan. Tällä tarkoitan sitä, että en lähtenyt väkisin tekemään intiimiä suhdetta vastaanäyttelijään ennen kuin se itsestään syntyi. Siinä täytyy kuunnella myös toista ihmistä, kontakti muodostuu yhdessä sellaiseksi, mikä on molemmille paras.

Olin alkuun hyvin levoton kohtaauksissa. Koin myös, että lavalla tarvittava ”jännite” ei päässyt syntymään, jos vastaanäyttelijäni tuli liian lähelle. Siitä voi johtua, että alkuun Sylvi oli hyvin liikkuvainen ja toimelias. ikään kuin pakenin tilannetta, jossa vastaanäyttelijä läheni. Vaistomaisesti tasapainotin näyttämökuvaa tarpeen mukaan. Otin suuren vastuun kohtausten kannattelusta, koska koin, että aina ei vastaanäyttelijä ollut niin ajan tasalla. Sillä tavoin valitettavasti olen myös saattanut itseni eri tilaan joidenkin vastaanäyttelijöiden kanssa. Olen siis estänyt aidon ja luonnollisen vuorovaikutuksen syntymisen. Näytteleminen on yhtä vaikeaa, kuin kommunikaatio ihmisten kanssa yleensä. Toisten kanssa tunnet olevasi samalla aaltopituudella heti ja toisten kanssa joudut tekemään enemmän töitä saavuttaaksesi edes jonkinlaisen yhteyden.

Erityisesti koin oloni vaikeaksi erään näyttelijän seurassa, johon roolihahmoni rakastuu. Koin, että hän ajoittain jännitti minua tai harjoitustilannetta. Yritin välillä keventää tilannetta, mutta joskus myös ärsyynnyin suunnattomasti. Harjoitustilanteen ulkopuolella pyrimme kontaktiin ja tutustumaan, mutta joku este välillämme oli. Näin jälkepäin myönnettäköön että omat suuret odotukseni varmasti olivat omiaan luomaan tilanteeseen jännitettä. Olin itse niin motivoitunut työhön, että minun oli vaikea suhtautua tilanteeseen, jossa koin, että kaikki ei sujunutkaan niin kuin ”piti”. Luin samaan aikaan Mametin *Tosi ja Epätosi* kirjaa. Hänen mielestään kaikki näyttelijän keksimät esteet siitä, miksi hän ei voisi näyttellä jotain kohtausta, ovat näytelmän synnyttämiä. (Mamet 2002, 39–41). Vaikka en tuota väitettä ymmärtänytkään, niin silti sain siitä impulssin olla välittämättä. Annoin näytelmän hoitaa tehtävänsä.

Ehkä Mamet jollain tasolla on oikeassa, sillä jälkeinpäin sain katsojapalautetta joiltakin ystäviltä siitä, kuinka hyvin meidän välisemme kemia lavalla toimi. On mielenkiintoista huomata, että oma kokemukseni ei ulospäin näyttäneenkään samalta. Olin siis itse järjestänyt itselleni esteen, joka ei välttämättä sitä ollut.

Päädyin harjoituksissa kokeilemaan erilaisia fyysisiä toimintoja ja käyttämään hyväkseni sitä rekvisiittaa, mitä oli. Pysin kuuntelemaan itseäni ja olemaan siinä tilassa, missä olin. Käytin hyväkseni kaikkia impulssejani ja tunteitani, myös niitä ”henkilökohtaisia” joita herää esimerkiksi suhteessa vastaanäyttelijään. Turhautumia. Purin moniin kohtauksiin vanhoja traumoja, olin vihainen miehelle, jolle en koskaan sitä ollut, raivosin ihmiselle, joka poistui elämästäni aikoja sitten. Olin minä. Puhuin Sylvin sanoilla ja ne sanat herättivät kaikuja tilanteista, joissa en koskaan ollut uskaltanut toimia niin kuin Sylvi. Tai toimin niin kuin minä. Mutta potenssiin kymmenen. Mielikuvani läheisestä sairaasta ihmisestä teki Sylvin vankilakohtauksissa pienen tytön oloiseksi, viattomaksi.

Toimin toisaalta kurinalaisesti ja toisaalta hyvin spontaanisti ja improvisoiden. Kurinalaisesti siinä mielessä, että tein paljon töitä ja vaadin itseltäni suurta panosta jo harjoituksissa. En halunnut tehdä puoliteholla vaan tarkoituksella annoin palaa ehkä välillä liiankin raivoisesti etsiessäni kaikkia mahdollisia tapoja toimia kohtauksissa. Spontaanista toimintani oli vastaanäyttelijöiden kanssa. Tein harjoituksissa niin, kuin minusta tuntui siinä hetkessä parhaalle. Joskus sama kohtaus saattoi olla vireeltään hyvinkin erilainen.

Viimeinen näytös oli paljolti kiitosta espanjan ajalle: pelkkää fyysistä tekniikkaa, pään kääntelyä, dynamiikan vaihtelua. Tein vankilakohtauksen alkuun miimisesti ikkunan tai kalterit joita kuvittelin sellissäni olevan. Vaikka tämä ele jäi esityksestä pois, jäi siitä kuitenkin abstraktimmat ja ajatuksellisemmat tasot, joita tein pienillä liikkeillä. Ehkä tärkeintä siinä onkin se, että näyttelijällä on itse itselleen motiivi jokaiseen hetkeen lavalla. Voi jopa olla mielenkiintoisempaa katsojalle, kun hänelle ei maalata liikaa kuvia valmiiksi, vaan annetaan hänen itse luoda assosiaatioita.

Työskentelin tekstin kanssa suhteellisen vähän. Toisaalta olin analysoinut sitä vuosia takaperin. Teimme jonkin verran lyhennyksiä tekstiin. Muokkasin itse joitakin repliikkejä suuhuni sopivammaksi ja poistin tahatonta komiikkaa tuovat vanhahtavat lausahdukset. En analysoinut liikoja, mietin ohimennen suhteita tai motiiveja. En kertaakaan käynyt Sylvin, siis roolihenkilöni historiassa, enkä miettinyt roolin kaarta. Otin Mametmaisen hahmometodillisen suhtautumisen kohtauksiin; kun tekstin puhuu selkeästi

ja kuuluvasti, se aiheuttaa itsessään tarpeelliset reaktiot. Ja huomion suuntaaminen vastaanäyttelijään auttaa oikeiden toimintojen löytymiseen.

Kokonaisuuden alkaessa hahmottua kävin läpi eräänlaisen roolihahmon fyysisen ja rytmisen muutoksen eri näytösten tasolla. Tämä lähti liikkeelle oivalluksestani, että Sylvin alkupuolen kohtaukset ovat hyvinkin liikkuvia ja viimeinen näytös taas oli muovautunut hyvin staattiseksi. Koen että rytmin muutokset näytellessä ovat tärkeitä, se tekee näyttelemisestä elävämpää. Luonnollisesti läpimenoihin päästessä alkoi jatkumo muokkautua; tästä tapahtumasta siirryn tähän, tämän täytyy olla erilainen. Tai oikeastaan toisin päin. Koska edellisessä kohtauksessa olen jännittänyt, tuottaa se suuttumuksen purkautumisen tässä. Tämä muovautuu tietenkin luonnostaan, kun kohtauksia tehdään peräkkäin. Keskitin siihen huomioni jossain vaiheessa ennen ensi-iltaa kun minusta alkoi tuntua siltä, että reagoin joka kohtauksessa samalla tavalla. Ennen ensi-iltaa näin kauhukuvia. Olin varma siitä, että tulossa olisi katastrofi, sillä minullahan ei ollut mitään sovittua (joka ei tietenkään ihan pidä paikkaansa).

6.2 Tiedostamaton työskentely

Katsoessani nyt taltiointia Sylvistä, huomaan mielenkiintoisen seikan. Olen toisen puoliajan kahteen tärkeään kohtaukseen luonut kehollisen linkin, eräänlaisen visuaalisen elementin. Tämä mielestäni kertoo kehon viisaudesta toimia, silloin kun mielen ei anna liikaa häiritä. Toivon mukaan katsojallekin viesti on välittynyt alitajuisesti, tai kehosta kehoon.

Näytelmässä Sylvi rakastuu lapsuudenystävänsä, Victoriin. Sylvi kertoo sen aviomiehelleen, Akselille, joka raivostuu ja lyö Sylviä. Akselin lyödessä kaadun maahan vasemmalle kyljelleni. Tuosta hetkestä alkaa peruuttamattomien tapahtumien ketju. Tämän jälkeen paluuta ei ole. Sylvi surmaa miehensä. Viimeisessä kohtauksessa mies, johon Sylvi rakastui, tulee vankilaan pyytämään anteeksiantoa. Victorin kertoessa kihlautumisestaan on Sylvillä syytä reagoida. En kuitenkaan halunnut tyytyä ensimmäiseen mielikuvaani raivosta. Yksissä harjoituksissa keksin yhtäkkiä heittäytyä maahan vasemmalle kyljelleni. Yritin perustella sitä itselleni, mutta mielikuvani oli visuaalinen, enkä halunnut sitä myöskään muuttaa näyttelemällä pyörtymistä tai motivoimalla toiminnon järkiperustein. Halusin tehdä kohtauksen juuri niin. En koskaan ajatellut min-

käänlaista yhteyttä näiden kahden liikkeen välillä, mutta nähdessäni videon toiseen kertaan tajusin, kuinka olin luonut saman kuvan kahteen kertaan. Kehoni siis viimeisessä kohtauksessa palaa siihen hetkeen, jossa Aksel lyö Sylviä, ja josta mielestäni kaikki muu lopussa johtuu. Viimeisessä kohtauksessa Victorin petturuuden selvittyä, on kuin Sylvin keho palaisi aikaan, jolloin Aksel vielä elää – hetkeen jolloin hän olisi voinut toimia toisin, ja Aksel olisi elossa.

6.3 Esitykset

”Vuosi 2007. Sylvi. Ennen esityksen alkua kuvittelin yleisön olevan rakastava ja vastaanottava, ensi illassa keskityin pelkästään siihen, että isä on katsomossa – se ainakin tykkää, vaikka tekisin mitä!”

Ensi-ilta päivänä iski tyypillinen paniikki. En pystynyt syömään, enkä tekemään mitään järkevää. Koko olemukseni tuntui valmistautuvan illan koitokseen, enkä oikein tiennyt, miten päin minun pitäisi olla. Tein kotona äänenavausta ja mielikuvaharjoittelua. Maksin Aleksander-tekniikasta opitussa semi-supiini asennossa ja kävin mielessäni läpi toivomaani lopputulosta; onnellista esityksenjälkeistä tilaa. Teatterilla kävin vielä läpi rep-liikkejä myös muiden näyttelijöiden kanssa. Lämmittelin ja keskityin sekä kokoonnuimme yhdessä ryhmän kanssa. Edellisen illan kenraali oli ”ihan hyvä” tai toisin sanoen: mitään ei enää olisi tehtävissä, joten lavalle olisi pakko mennä siihenastisen työn kanssa. Edellisenä päivänä oli myös lisätty alkuun kohta, jossa tanssin valkoisen sermin takana flamencotyylisesti, niin, että vain varjokuvani näkyy. Se jäi siis täysin improvisointini varaan. Se aiheutti minussa kieltämättä hieman lisää epävarmuutta. Päätin suhtautua asiaan kevyesti ja ottaa sen nautiskelun kannalta, tietyn tyypisenä alkulämmittelynä ennen lavalle menoa. Jos en olisi saanut tehdä kyseistä tanssia sermin takana, ei siitä luultavasti olisi tullut mitään, mutta koska tunsin olevani turvassa ja piilossa uskalsin päästää hiukan irti omasta täydellisyyden tavoittelustani ja antaa mennä. Kun sitten lopulta oli se hetki, että tanssin sermin takana, yritin kaikin voimin keskittyä vain ilmaisuun ja musiikin herättämiin tunteisiin, ja lauloin mukana. Tämä hieman auttoi minua rentoutumaan ja ensimmäinen vaihe oli kunnialla ohi.



Kuva 3. Prologi näytelmässä Sylvi. (Linna, 2007)

Ensi-ilta meni nopeasti. Sen verran jännittynyt olin, että monin paikoin tuli varmasti hieman kiirehdittyä. Sisäinen palo oli vain hoitaa homma kunnialla loppuun. Jo ensimmäisessä kohtauksessa kuitenkin tunsin ja kuulin, kuinka yleisö lähti mukaan. Liekö johtunut omasta ”kohkaamisestani” eli tietyistä jännittyneisyydestä ja hätäisyydestä mutta yllättäen yleisö monessa kohtaa nauroi. Ymmärrän myös, että lataukseni esiintyessä oli varmasti valtava ja koska ohjaus oli aina antanut minulle melkoisen vapaat kädet, tuli ensi-illassa pistettyä parastaan ja monia kohtia näytellessäni, ne muuttuivat hienoisesti. Sitä on vaikea selittää, mutta osin jännitys aiheutti sen, että hieman sähelsin, ja mm. jotkut toiminnot sujuivat paljon lennokkaammin kuin harjoituksissa. Satuinkin myös tiputtamaan jotain rekvisiittaa, joten jouduimme vastaanäyttelijäni kanssa improvisoimaan uusia asioita kohtaukseen. Juuri tämä improvisointi ja ”veitsen terällä” eläminen kohtauksissa varmasti toi näytelmään sen elämän, mikä siitä ehkä vielä edellisenä iltana oli puuttunut. Teatterin taika toimi taas osoittaessaan että esitys syntyy aina vasta yleis-

sön kanssa kosketuksiin päästessään. Ennen sitä harjoituksissa kaikki yrittävät parhaansa mukaan löytää itselleen toimivia tapoja esittää roolinsa, ohjaajan pitäessä huolta, että kokonaisuus pysyy tietyissä raameissa. Ja yhtäkkiä kaikki se unohtuu ja olet ensimmäisen kerran lavalla, yleisön edessä ja annat kaikkesi. Sillä ainoa päämääräsi on, että esitys toimii ja että yleisö ymmärtää, mitä sillä pyrit sanomaan.

Jokainen esitys oli omanlaisensa. Siihen vaikutti niin yleisö, kuin me näyttelijät omalla energiallamme. Pyrin aina olemaan lavalla kuin ensimmäistä kertaa ja vaikei siinä aina onnistukaan, luulen että pelkkä pyrkimys siihen tuottaa sen, että välillä onnistut. Esityksissä oli monia hetkiä, joissa reagoinkin hieman eritavalla, tai otin vastaan jonkun impulssin niin, että se tuotti minussa aidosti siinä hetkessä jonkun uuden oivalluksen. Nämä olivat minulle hienoja hetkiä, sillä voin sanoa, että sen tuntee koko olemukseensa, jonkinlaisen avautumisen kokonaiseen läsnäoloon, sekunnin murto-osan ajaksi. Ja tuo tunne on upea. Koen siis, että Sylvini oli joka esityksessä erilainen. Välttämättä ei kannattanut teknisesti toistaa joitain edellisen kerran oivalluksia, ne kun eivät seuraavana päivänä ehkä enää osuneetkaan kohdalleen. Toisaalta jotkut oivallukset toimivat myös toistettaessa. Silloin en itse enää kokenut sitä tajunnan laajentumisen tilaa, mutta yleisö saattoi niihin reagoida.

Ennen toisen esitysviikon taukoa, viimeinen ensimmäisen viikon esitys oli kauhea. Olo- ni oli kauhea. Esitys oli omituinen, eikä yleisö varmasti saanut siitä sitä samaa energiaa, kuin muista esityksistä. Näin jälkeinpäin täytyy sanoa, että kokemus oli tarpeellinen. Koin näytelleeni ”huonosti”, en uskonut vastaanäyttelijääni ja minua ärsytti. Esityksen jälkeen tajusin, että minun ei pidä alistua ottamaan vastaan pelkästään sitä, mitä vastaanäyttelijöiltä saan, tai en saa, vaan minun on otettava se vastuu joka minulla on. Koska Sylvi on melkein jokaisessa kohtauksessa lavalla, on sillä suuri merkitys kokonaisuuden kannalta. Joten päätin, että viimeisiin esityksiin satsaisin kaikkeni hyvillä mielin, enkä liikaa vaipuisi muiden olotilaan, jos ne eivät olisikaan energisiä ja antavia.

Viikon tauon jälkeen ensimmäinen esitys olikin mielestäni koko esityskauden paras. Ainakin omalta kohdaltani. Ajan kanssa tapahtuva ”hautuminen”, uusi into ja rentous joka tuli sen myötä, että esitykseen alkoi itse luottaa, tuotti tulosta. Ja tämä toimi: esityksessä jopa joitakin yleisössä nousi seisomaan kohdallani kiitoksissa. Olin myyty. Säteilin. Minun oli pakko ottaa vastaan se, että tehty työ oli tuottanut tulosta. Sain paljon kiitosta roolityöstäni. Koin onnistuneeni. Tunsin itseni ammattilaiseksi.

7 LOPPUPOHDINTA

Olen monesti miettinyt, onko tieni teatterin ammattilaiseksi ollut jotenkin hidas; olenko käyttänyt liikaa aikaa pelkkään opiskeluun sen sijaan, että olisin alkanut itse arvostaa itseäni ammattilaisena. Melkein kymmenen vuoden ajan olen kulkenut eri opettajien opastuksella tätä samalla kertaa myös terapeutista tietä teatterin tekijäksi. Alan pikkuhiljaa uskoa olevani riittävä. Yhtäkään kokemuksistani en vaihtaisi pois. Aika minkä olen tarvinnut sen kaiken tekemiseen, on ollut sen kymmenen vuotta. En usko että tällä alalla koskaan voi olla valmis, sillä jos alkumatkaan on uskominen, teatterin kanssa tulen aina kohtamaan itseni, eri näkökulmista vain. Olen onnellinen siitä, sillä samalla kasvan koko ajan yhä eheämmäksi teatterintekijäksi joka voisi ajatella tekevänsä vaikka kokonaisvaltaista teatteria.

Oman näyttelijäntyöni hahmottaminen tässä kirjallisessa työssä on auttanut minua huomaamaan, että olen saanut kaikki tarpeelliset työkalut, joita voisin tässä elämänvaiheessa toivoa. Jokainen opiskeltu asia on täydentää toistaan. Stadiassa liikkeelle lähteneet prosessit itsensä kohtaamiseen ja kehon tiedostamiseen ovat auttaneet minua kohti läsnäolevaa ja luovaa näyttelijäntyötä. Kaipasin kuitenkin lisäksi tekniikkaa, joka auttaisi minua elävään ja tarkempaan näyttelijäntyöhön. Espanjassa opiskelemani fyysisen teatterin harjoitteet ovat lisänneet varmuuttani tehdä fyysisiä toimintoja lavalla. Olen saanut koko kehoni päästä varpasiin mukaan lavalle.

Enää minun ei tarvitse etsiä jotain yhtä ja tiettyä menetelmää tai teoriaa näyttelijäntyöni tueksi. Koen, että olen vapaa yhdistelemään ja kokeilemaan oppimiani asioita luovasti tilanteen vaatimalla tavalla. Ymmärrän suurten teatteripersonien työn arvokkuuden. He ovat tehneet väsymätöntä tutkimusta ja heidän opettamansa metodit ovat suureksi hyödyksi. Jonkun muun työn seuraaminen ei kuitenkaan vie sinua sinne, minne haluat päätyä. Se voi auttaa kulkemallasi tiellä, mutta jokaisen on löydettävä omat totuutensa itse. On hyödyllistä ymmärtää ja kokeilla eri lähestymistapoja näyttelämiseen. Jokainen ihminen on kuitenkin ainutlaatuinen kokonaisuus eikä yksi toimintamalli voi toimia kaikille.

Tuo varsinainen hetki lavalla tulee aina pakenemaan sanoja ja selityksiä vaikka niitä yrität tavoitella. Koska teatteri on muuttuva, elävä, pysymätön taidelaji, jonka voima piilee esityksen nykyhetkessä, on meidän keskityttävä nykyhetkeen. Siksi varmasti olen

käyttänyt niin paljon aikaa työssäni läsnäolon ja sen esteiden pohtimiseen. Haluan oivaltaa, kuinka sinne nykyhetkeen lavalla ollessaan pääsee.

Ihmisissäkin on näkyvä pinta jonka alla piilee paljon. Näkymätön tukee näkyvää. Älä siis erehdy harjoittamaan vain sitä mikä näkyy. Se ei riitä. Jos tahdot kauniin kukan, sinun täytyy keskittyä juurten kastelemiseen, ja kasvavan varren tukemiseen. Samoin, jos tahdot kauniin ruumiin ja lavasäteilyn, sinun täytyy huolehtia sisimmästä itsestäsi. Jos sisintä ruokitaan huonosti, mikään määrä kauniita eleitä, loistavaa puhetekniikkaa, hienoja pukuja tai maskeja ei auta. Ilman sisintä ne eivät toimi. (Oida 2004, 65-66)

LÄHTEET

Brook, Peter 1972. Tyhjä tila. Porvoo: WSOY

Grotowski, Jerzy 1993. Hän ei ollut kokonainen. Helsinki: Painatuskeskus Oy.

Johnstone, Keith 2000. Impro – improvisoinnista iloa elämään ja esiintymiseen.

Keltikangas-Järvinen, Liisa. 1999. Hyvä Itsetunto. Juva: WSOY

Klemola, Leea 1999. Teatterikorkeakoulussa pitäisi tehdä naistutkimusta. Teoksessa Aikansa häikäisevä Peili. Toim. Pentti Paavolainen. Helsinki: Like. 206-227.

Mamet, David 2002. Tosi ja Epätosi. Helsinki: Terra Cognita.

Oida, Yoshi 2000. Näkymätön näyttelijä. Helsinki: Like.

Painamattomat lähteet:

Saastamoinen, Saara 2003-2006. Työpäiväkirjat. Tekijän hallussa.