

Konsta Laakso

MINÄ NÄYTTELEN. MILLÄ JA MITEN?

Havaintoja ruumiista ja tekniikasta

Informaatioteknologian ja viestinnän tiedekunta

Teatteritaiteen maisterin opinnäyte

Maaliskuu 2019

TIIVISTELMÄ

Konsta Laakso: Minä näyttelen. Millä ja miten? – Havaintoja ruumista ja tekniikasta

Teatteritaiteen maisterin opinnäyte

Tampereen yliopisto

Teatterityön tutkinto-ohjelma

Maaliskuu 2019

Tämä opinnäyte käsittelee näyttelemisen ja ruumiillisuuden suhdetta eli sitä, miten näyttelijän ruumiillinen kokemus vaikuttaa näyttelemiseen ja miten tätä kokemusta voi hyödyntää taiteellisessa työskentelyssä. Opinnäytteen tavoitteena on analysoida näyttämöllistä ruumiinkokemusta ja kuvailla sitä sanallisesti. Opinnäytteessä tarkastellaan harjoittelemista ja esiintymistä ruumiin tuntemusten näkökulmasta ja määritellään käsitteitä, joiden avulla näyttämöllisen ruumiinkokemuksen kuvaaminen ja ymmärtäminen on mahdollista. Opinnäytteen toinen keskeinen tavoite on näyttelijäntekniikan esitleminen. Siinä kuvaillaan, millaista on ruumiiseen ja siinä havaittuihin tuntemuksiin perustuva näyttelijäntekniikka. Opinnäytteessä eritellään, mistä nämä tuntemukset syntyvät ja kuinka niitä voi ruumiista havaita. Siinä myös kerrotaan, kuinka ruumiista havaitut tuntemukset ruumiillistuvat olotiloiksi. Lopuksi keskitytään näyttelijändramaturgiaan eli kerrotaan, miten ruumiin tuntemuksista ruumiillistuneet olotilat järjestellään esitykseksi. Opinnäytteen lähtökohtana on halu ymmärtää näyttämöllistä ruumiinkokemusta sekä tarve löytää sille kirjallinen ilmaisutapa. Opinnäytteessä todetaan, että näyttämöllisen ruumiinkokemuksen kirjallisen hahmottamisen avulla voi ymmärtää myös näyttelijäntekniikkaa. Opinnäytteessä myös hahmotellaan alustava kielioppi näyttämöllisen ruumiinkokemuksen artikuloimiselle. Opinnäyte sisältää tarkan katsauksen yksittäisen näyttelijän tavasta hyödyntää ruumiillista kokemusta ja käyttää sitä tekniikkana. Lisäksi se tarjoaa sanastoa näyttämöllisen työskentelyn ja kokemuksen jäsentämiseen.

Asiasanat: näyttelijä, näyttelemine, ruumiinkokemus, fenomenologia, näyttelijäntekniikka, ruumis, ruumiillisuus, virike

Tämän julkaisun alkuperäisyys on tarkastettu Turnitin OriginalityCheck –ohjelmalla

SISÄLLYS

JOHDANTO	1
1.1 Reaalinen ruumis	5
1.2 Kuvitteellinen keho	5
1.3 Tuntemuksellinen ruumis	11
1.3.1 Tuntemuksellinen ruumis esiintymiskokemuksessa	13
1.3.2 Tuntemuksellisesta reaaliseseen	17
2. MITEN MINÄ NÄYTTELEN: RUUMILLISUUS NÄYTTELIJÄNTEKNIIKAN	
PERUSTANA	20
2.1 Virike	22
2.2 Virike näyttämöltä	24
2.3 Virike mielikuvasta	31
2.4 Virikkeestä asenteeksi	37
2.5 Virike reaalisesta tilanteesta	40
3. NÄYTTELIJÄNTEKNIIKASTA ESITYKSEEN: NÄYTTELIJÄNDRAMATURGIA	45
3.1 Oma maa	46
3.2 Vakavuusongelma	47
4. JOHTOPÄÄTÖKSET	51
Lähteet	53

JOHDANTO

Maisteriopintojen alkaessa minulle oli selvää, että haluan käsitellä maisterin opinnäytteessäni näyttelijäntekniikkaa ja näyttelemistä ruumiillisena kokemuksena. Käsittelin osittain samoja aiheita kandidaatin opinnäytteessä. Sen keskeinen näkökulma oli oman kehotietoisuuteni kehittyminen ja sen hyödyntäminen näyttämöllisessä työskentelyssä. Kehotietoisuuden kehittyminen onkin ollut yksi näyttelijäopintojeni suurimmista oppimiskokemuksista, minkä vuoksi aihe päättyi myös kandidaatin opinnäytteen sisällöksi.

Aloittaessani maisterin opinnot halusin syventyä kandidaatin opinnäytteessä tekemiini havaintoihin, mistä johtuen aloin tutkia kehotietoisuuden ja näyttelemisen välistä yhteyttä tarkemmin. Keskityin tarkastelemaan näyttelemistä ruumiillisena kokemuksena. Kysyin itseltäni: Miltä näytteleminen tuntuu? Missä näytteleminen tuntuu? Ymmärsin nopeasti, että näyttämöllisen ruumiinkokemuksen logiikka on aivan erityinen. Näyttämöllä työskennellessä ruumis ilmenee ja toteutuu arkisesta ruumiinkokemuksesta poikkeavalla tavalla. Kandidaatin opinnäytteessä käyttämäni kehotietoisuuden käsite ei enää tuntunut näyttämöllisen ruumiinkokemuksen kannalta oleelliselta. Kehotietoisuus ei varsinaisesti kerro näyttelemisen kokemuksesta, vaan ajattelen sen toimivan eräänlaisena näkökulmana esiintymiseen. Voin tarkastella ruumistani kehotietoisuuden kautta, ja tässä tarkastelussa oleellisinta on tekemäni havainnot, ei itse havaitseminen. Halusin löytää sanastoa ja käsitteitä, joilla voisin kuvata näyttämöllistä ruumiinkokemustani tarkemmin. Kandidaatin opinnäytteeni keskeisin lähde oli Timo Klemolan *Taidon filosofia – filosofin taito*. Klemolan esittelemät fenomenologian käsitteet ovat varsin selkeitä ja käyttökelpoisia, mutta ne eivät riittäneet kuvaamaan näyttämöllisen ruumiinkokemukseni erityistä laatua. On myös huomioitava, että *Taidon filosofia – filosofin taito* ei käsittele ruumista teatterin kontekstissa. Klemolan käyttämiä käsitteitä ei siis ole ensisijaisesti tarkoitettu näyttämöllisen ruumiinkokemuksen kuvaamiseen.

Maisterin opinnäytteen kirjoitusprosessin alussa yritin löytää kirjallisuutta, jossa esiintyjät kuvaisivat työskentelyään ruumiillisen kokemuksen näkökulmasta. Tämä osoittautui vaikeammaksi tehtäväksi, kuin osasin kuvitella. Luin näyttelijöiden ja tanssijoiden opinnäytteitä sekä erilaisista näyttelijäntekniikoista ja metodeista kirjoitettuja kirjoja. Tarkkaa ruumiinkokemuksen kuvausta oli vaikea löytää. Sitten kokeilin kirjoittaa näyttämöllisestä ruumiinkokemuksesta itse. Varhaisissa opinnäytteen luonnoksissa kirjoitin näin:

Minulla on tuntemus, että ruumiini sisällä virtaa jokin energia tai voima, jota minä pystyn tietoisesti ohjaamaan ja hallitsemaan. Pystyn määrittelemään tälle virtaukselle

erilaisia laatuja ja pystyn sijoittamaan sen haluamaani osaan ruumiista. Virtausta voi myös syntyä spontaanisti esimerkiksi toisesta näyttelijästä, tekstistä, musiikista tai vaikka valotilanteesta vaikuttamalla. Voin myös hallita, miten paljon annan ruumiin sisäisen virtauksen näkyä ulospäin näkyvässä ruumiissani.

Ruumiinkokemuksen sanallistaminen tuntui kuitenkin hankalalta. Myös edellä oleva luonnos vaikutti mielestäni liian epämääräiseltä ja epätarkalta. Luonnostelun kautta ymmärsin kuitenkin erään olennaisen seikan, nimittäin sen, että näyttämöllistä ruumiinkokemusta ei ole välttämättä tarpeellista sanallistaa. Minulle kokeminen on ruumiillista, eikä kokemuksen reflektointi ja havainnointi tapahdu sanallistamalla, vaan aistimellisesti tuntemalla. Näyttämöllinen ruumiinkokemus voi olla aistimellisena kokemuksena kirkas ja selkeä, vaikka sanallinen reflektointi olisi epämääräinen. Tuleeko sanallista reflektointia siis välttää? Ei. Uskon, että näyttämöllisen ruumiinkokemuksen kirjallinen tarkastelu paljastaa jotain oleellista minusta näyttelijänä. Sen kautta voin ymmärtää näyttelijäntekniikkaani sekä oman ajatteluni ja ruumiini logiikkaa. Mielestäni oman näyttelijäntekniikan ymmärtäminen on tärkeää, koska en koe näyttelijänä kuuluvani minkään erityisen näyttelijäntekniikan tai metodin piiriin. Teatterityön tutkinto-ohjelma Näтын opetus ei ole ehdottanut yhtä tiettyä tapaa näytellä, vaan koulutuksemme sisältäneet opintojaksot ovat tarjonneet näkökulmia erilaisiin tekniikkoihin ja tapoihin näytellä. Olen päässyt työskentelemään erilaisten näyttelijäntekniikoiden parissa, ja oma tekniikkani on rakentunut näiden vaikutuksesta. Toinen tämän opinnäytetyön tavoitteista onkin selvittää, miten minä näytelen ja millaista on minun näyttelijäntekniikkani. Haluan pitää tämän opinnäytetyön metodologisesti kokemuspohjaisena. Keskityn tarkastelemaan kokemusta ja kokemista ja välillä myös tutkin aiheitani kokemalla ja tätä kokemusta tarkastelemalla.

Opinnäytteen ensimmäisessä luvussa analysoin, miten ruumiini toimii näyttämöllä. Erittelen ruumiin toiminnan logiikoita sekä näyttämöllistä ruumiinkokemustani. Esittelen käsitteet, joilla havainnollistan näyttämöllisen ruumiinkokemuksen erityistä laatua. Avaan käyttötapojani sanalle *ruumis* sekä sitä, miten termi tämän opinnäytteen kontekstissa tulee ymmärtää.

Opinnäytteen toinen luku käsittelee näyttelijäntekniikkaa. Pohdin siinä, millä tavoin ruumiiseen ja siinä havaitsemiini tuntemuksiin perustuva näyttelijäntekniikkani toimii. Esittelen tekniikkaani kahden opintoihini kuuluneen produktion avulla. Ajallisesti ensimmäinen niistä on Markku Pölösen elokuva *Oma maa*, jossa tein ammattiharjoitteluni, ja toinen on Tampereen Työväen Teatterissa esitetty *Vakavuusongelma*, jossa tekemäni rooli oli taiteellinen opinnäytetyöni.

Näyttelijäntekniikkani päämääränä on luoda ja keksiä erilaisia ruumiillisia olotiloja. Nämä olotilat eivät sellaisenaan ole merkityksellisiä, vaan jännitteiden ja merkitysten synnyttämiseksi niitä on osattava järjestää ja sijoittaa johonkin kontekstiin. Kolmannessa luvussa keskityn näiden olotilojen järjestämiseen eli näyttelijändramaturgiaan. Jos aiemmissa luvuissa keskeisin kysymys on *miten*, niin neljännessä luvussa kysyn *miksi*.

1. ESIINTYVÄN RUUMIIN LOGIIKKA

Opinnäytettä kirjoittaessani minusta on tuntunut tärkeältä määrittää, miten näyttelijänä puhun omasta ruumiistani. Mikä ruumis on? Miten ruumiini ilmenee ja millä sanoilla siitä voisi puhua? Arkipuheessa minun ei tarvitse pohtia sanan ruumis monimuotoisuutta, ja yleensä käytän sanoja ruumis ja keho rinnakkain ja tarkoitan niillä samaa asiaa. Minulle on olennaista ymmärtää näiden sanojen erot ja tehdä selväksi, mitä tarkoitan puhuessani ruumiista. Olennaista minulle on, että ruumis-sanalla viitataan aina pelkästään itseeni ja omaan ruumiiseeni. Kirjoitan siis omasta kokemuksestani, enkä yritä hahmottaa mitään yleistä ruumiinkokemuksen tapaa tai ohjetta.

Tässä luvussa esittelen näyttelemisestä löytämiäni ruumiin toiminnan logiikoita ja avaan näyttämöllistä ruumiinkokemustani. Esittelen työkäsitteeni *reaalinen ruumis*, *kuvitteellinen keho* ja *tuntemuksellinen ruumis*. Keskustelukumppanina ja ajatteluni tukena käytän Mikko Bredenbergin taiteellista väitöstutkimusta *Näyttämöllinen kuvittelu* sekä Timo Klemolan kirjaa *Taidon filosofia – filosofin taito*. Bredenberberg on koulutukseltaan näyttelijä, ja hän käsittelee väitöstutkimuksessaan ruumista teatterin kontekstissa. Olen kuitenkin irrotanut ruumiiseen liittyvät käsitteet Bredenbergin alkuperäisestä kontekstista. Bredenbergin nimittäin käyttää samoja käsitteitä avatakseen ymmärrystään näyttämöllä ilmenevästä ruumiista, ja hänellä ne liittyvät hänen kehittämänsä näyttelijäntekniikkaan, *näyttämölliseen kuvitteluun*. Käsitteiden alkuperäinen tarkoitus on siis kuvata ruumiinkokemusta tietyn näyttelijäntekniikan sisällä. Mielestäni Bredenbergin esittelemät ruumiin ilmenemiseen liittyvät käsitteet ovat kuitenkin käyttökelpoisia myös alkuperäisen kontekstinsa ulkopuolella, ja sen vuoksi olen valinnut käyttää niitä opinnäytteessäni – käsitteelehän myös Bredenbergin nimenomaan teatteria ja näyttelemistä. Tämän opinnäytteen kontekstissa Bredenbergin käsitteet toimivat itsenäisinä ruumiinkokemuksen kuvaamisen käsitteinä. Niitä ei ole tarpeen yhdistää tai mieltää näyttämöllisen kuvittelun käsitteistöön. Tietyn yhteyden omani ja Bredenbergin ajattelun välille muodostaa myös se, että myös Bredenberberg kertoo kiinnostuksensa näihin, fenomenologisiksi nimeämiinsä kysymyksiin käynnistyneen Klemolan ajatuksiin tutustumalla (Bredenberberg 2017, 51). Klemolan *Taidon filosofia – filosofin taito* oli kandidaatin opinnäytteeni tärkein kirjallinen lähde, ja näin se on toiminut myös oman ajatteluni innoittajana. Lisäksi koen, että Klemolan ajatukset ovat olleet vähintään epäsuorasti läsnä myös Nätyin opetuksessa. Viittaavathan esimerkiksi yliopistonlehtorit Mikko Kanninen ja Tiina Syrjä, molemmat opettajiani, omissa väitöstutkimuksissaan Klemolaan. Kenties juuri tämän vuoksi Klemolan kirja on tuntunut ensimmäisestä lukukerrasta lähtien jollain tavalla tutulta.

1.1 Reaalinen ruumis

Ruumiin ilmenemisen tasoista helpoiten ymmärrettävä on *reaalinen ruumis*. Arkipuheessa käytetty sana ruumis voidaan ajatella synonyymina reaalisen ruumiin kanssa. Bredenberg tarkoittaa reaalisella ruumiilla ruumiin näkyvää muotoa. Reaalinen ruumis on mitattavissa, ja se vie reaalisisessa tilassa ollessaan tietyn alan. Reaalisella ruumiilla on myös ruumiin rakenteelliset rajoitukset, mikä tarkoittaa, että se ei kykene vahingoittumatta taipumaan kaikkiin kuviteltuihin asentoihin tai liikkeisiin. Reaalinen ruumis muuttuu, ja sitä pystyy myös muokkaamaan ja harjoittamaan. Niinpä esimerkiksi tämänhetkinen reaalinen ruumiini ei veny spagaattiin, mutta minulla on mahdollisuus harjoittaa ja kehittää sitä siten, että spagaatti on lopulta mahdollinen. Bredenbergin mukaan reaalinen ruumis kohtaa myös ajallisuuden rajoitukset, eli se lopulta kuolee pois. (Bredenberg 2017, 54.)

Termi reaalinen ruumis muistuttaa Klemolan käyttämää *objektikehon* käsitettä. Klemolalle objektikeho tarkoittaa tieteen näkökulmaa kehoon. Puhuessaan objektikehosta Klemola tarkoittaa ruumista, jota voidaan tarkastella kuten esinettä. Objektikeho tarkoittaa ulospäin näkyvää ruumista, joka voidaan mitata ja punnita, ja se koostuu muun muassa lihaksista, luista ja sisäelimestä. (Klemola 2004, 77.) Selkeyden vuoksi käytän tässä opinnäytteessä ainoastaan reaalisen ruumiin käsitettä, kuitenkin niin, että se sisältää myös Klemolan objektikehon. Voi siis väittää, että minua näyttämöllä katsoessaan katsoja näkee siellä minun reaalisen ruumiini – ja objektikehoni. Hän näkee reaalisen ruumiini ääriiviat ja liikkeet.

1.2 Kuvitteellinen keho

Bredenberg tekee selvän eron käsitteiden ruumis ja keho välillä. Hänen mukaansa keho on aina jotain kuviteltua. Tätä ominaisuutta vahvistaakseen Bredenberg käyttää termiä *kuvitteellinen keho*. Kuvitteellinen keho on eräänlainen kuvitelma ruumista. Bredenbergin mukaan kuvitteellinen keho voi ilmetä viiden pääpiirteen mukaisesti tai näiden yhdistelmänä. Ensinnäkin se voi tulla ilmi *muotona*, eräänlaisena hahmona, jolla ei ole pyrkimyksiä tai ajatuksia. Toiseksi se voi ilmetä *hahmona*, jossa muodon lisäksi esiintyy kuvitteellisia kehollisia tuntemuksia. Kuvitteellisen kehon kolmas ilmenemistapa on *sisäisen rakenteen kuvitelma*. Tämän lisäksi se voi ilmetä myös *ihmishahmona henkilöhistorioineen* sekä kuvitteellisessa kehossa tapahtuvana *ulkoaistikuvitteluna*. (Bredenberg 2017, 58–59.) Huomaan, että kuvitteellisen kehon käsitettä on vaikeampi rajata tiiviiseen muotoon tai määrittää kuin reaalista ruumista. Jo käsite itsessään sisältää kuvittelun, ja tuntuu, ettei kuvittelemisellä ole rajoja.

En voi mennä takuuseen siitä, olenko ymmärtänyt kuvitteellisen kehon piirteet juuri niin, kuin Bredenberg on tarkoittanut ne ymmärrettäviksi. Bredenberg puhuu kuvitteellisen kehon ilmenemisen pääpiirteistä, jonka mukaan kuvitteellinen keho voi ilmetä varsin monella tavalla. Kuvitteellinen keho voikin aluksi vaikuttaa vaikeasti ymmärrettävältä, tai jopa epämääräiseltä käsitteeltä. Minusta kuitenkin tuntuu, että kuvitteellisen kehon käsitteen avulla pystyn tuomaan jotakin olennaista esiin omasta ajattelustani ja työskentelystäni. Näyttelijäntaiteen opintoja pohiessani olen huomannut, että esiintyessäni käytän jotain kuvitteellisen kehon kaltaista. Oman työni kannalta läheisimmältä tuntuu kuvitteellisen kehon tapa ilmetä kehon sisäisen rakenteen kuvitelmana. Tästä hyvänä esimerkkinä toimii kandidaatin opintoihin kuulunut esitys *Kullervo rising*. Siinä on kohtaus, jossa pitkään merellä olleet miehet joutuvat myrskyyn, ja myrskyn loputtua he riemuitsevat nähdessään viimein maata. Esittämäni henkilö on myrskyssä heiluvan laivan kannella nelinkontin ja yrittää pysyä laivan kyydissä. Myrskyn aikana kuvittelen, että lihakseni painautuvat luita vasten ja sisäelimeni puristuvat möykyksi sydämen ympärille. Kuvittelen myös, että käsistäni ja polvistani kasvaa juuret, kuvittelin juurien olevan näyttämön sisään kiemurtelevia säikeitä, jotka kiinnittävät minut tiukasti näyttämön pintaan. Myrskyn loputtua ajattelen, että lihakseni ja sisäelimeni palautuvat oikeille paikoilleen ja juuret katoavat. Annan kuvitelman lihasten ja sisäelinten muutoksista ja juurten kasvamisesta vaikuttaa reaalisesti ruumiiseeni. Kuvitelma juurten kasvamisesta aiheuttaa ruumiini painopisteen siirtymisen alas, samanaikaisesti lihasten ja sisäelinten puristuminen muuttaa ruumiini jähmeäksi ja hieman jäykistyneeksi.

Kullervo rising -esityksessä kuvitteellinen keho sijoittui siis reaalisen ruumiini ääriivivojen sisäpuolelle ja asetui sisäelinten ja lihasten tilalle. Se sai myös epäihmismäisiä, kasvinkaltaisia muotoja, kun siihen kasvoi juuret. Reaalisen ruumin ja kuvitteellisen kehon tuntemukset sekoittuivat ja limittyivät, enkä pystynyt tarkasti erittelemään, mitkä tuntemukset olivat fysiologisesti todellisia ja mitkä kuviteltuja. En myöskään koe, että tämänkaltainen jaottelu on tarpeellinen. Minulle esiintyjänä riittää, että pääsen kiinni esitystä varten harjoittelemaani ruumiilliseen olotilaan. Näyttelijäntekniikkani *Kullervo risingissa* perustui lähes pelkästään edellisessä esimerkissä kuvailemalleni kuvitteellisen kehon ja reaalisen ruumiin samanaikaisuudelle.

Muistellessani esiintymistäni *Kullervo risingissa* ymmärrän, että en osannut hyödyntää kuvitteellisen kehon potentiaalia kunnolla. En määrittänyt reaalisen ruumiini sisällä olevaan

kuvitteelliseen kehoon suhdetta. Nyt kuvitteellinen keho ja reaalin ruumiini olivat yksi sovussa toimiva kokonaisuus. Tunsin sisäelinten puristuvan ja lihasten painautuvan, mutta en pohtinut tai päättänyt, kuinka suhtaudun näihin tuntemuksiin. Totesin niiden olevan olemassa, totesin kokevani ne. Työskentelyä olisi siis voinut viedä pidemmälle tutkimalla tuntemuksista syntyviä asenteita ja eleitä. Nautinko näistä tuntemuksista? Haluanko paljastaa niitä muille? Mitä mieltä olen sisälläni olevasta kuvitteellisesta kehosta? Onko se ystäväni, viholliseni vai jotain muuta? Haluanko sen ulos ruumiistani? Kuvitteelliseen kehoon olisi myös voinut luoda jännitteisen suhteen ja ajatella se eräänlaisena yksityisenä, ruumiinsisäisenä vastaanäyttelijänä. Uskon, että esiintymiseni olisi ollut monimuotoisempaa, jos olisin pohtinut kuvitteellisen kehon ja reaalin ruumiin välistä jännitettä. Jos esittäisin *Kullervo rising* -esityksen myrskykohtauksen nyt, voisin tehdä sen seuraavalla tavalla:

Olet nelinkontin näyttämöllä. Tunnet kuinka lihaksesi painautuvat luitasi vasten ja sisäelimesi puristuvat sydämen ympärille. Kämmentäsi ja polvistasi kasvaa juuret, jotka kiinnittävät sinut tiukasti näyttämöön. Juurten kasvaminen lohduttaa sinua ja haluat, että ne kasvavat mahdollisimman pitkiksi ja kiinnittävät sinut turvallisesti näyttämön pintaan. Lihasten painautuminen ja sisäelinten puristuminen saa sinut voimaan pahoin, tunnet kuinka sisäelimet pikkuhiljaa hivuttautuvat sydämen ympärille ja lihakset ikään kuin katoavat luiden sisälle. Et halua, että näin tapahtuu. Yrität palauttaa lihaksia ja sisäelimiä oikeille paikoilleen hengittämällä ulos suun kautta. Jokaisella uloshengityksellä saat luut ja sisäelimet siirtyvät hieman takaisin, mutta se ei auta. Ne siirtyvät niin suurella voimalla, että et voi sille mitään. Lopulta sisäelimet ovat yhtenä möykkynä sydämen ympärillä ja lihakset ovat lähes kokonaan kadonneet luiden sisälle. Tunnet itsesi epätoivoiseksi, surulliseksi tai jopa vihaiseksi.

Edellä kuvailemassani myrskykohtauksen uusintaversiossa määritin juurten kasvamisen olevan miellyttävä tuntemus ja lihasten painautumisen sekä sisäelinten puristumisen epämiellyttävä. Tämän lisäksi päätin myös toiminnan ja kohtauksen lopputilanteen: yritän hengittämällä estää lihasten ja sisäelinten siirtymisen. mutta se ei onnistu, joten tunnen itseni epätoivoiseksi, surulliseksi tai vihaiseksi. Kokeilin tehdä kohtauksen kotonani näiden ohjeiden mukaisesti. Lihasten painautuminen ja sisäelinten puristuminen olivat niin äärimmäisiä tuntemuksia, että juurten kasvamiseen oli vaikea keskittyä. Koin kuvitteellisen kehon olevan eräänlainen syöpä tai muu sairaus, joka yrittää asettua reaalin ruumiini tilalle ja muuttaa sen sisäistä rakennetta. Hengittämällä yritin ikään kuin päihittää tai ajaa kuvitteellisen kehon pois sisuksistani. Kuvitteellisen kehon ja reaalin ruumiin välillä oli konflikti, jonka halusin ratkaista.

Kullervo risingissa esiintyessäni suhtauduin kuvitteelliseen kehoon jotakuinkin neutraalisti. Se toimi eräänlaisena mielikuvana, jonka avulla pääsin kiinni tavoittelemaani ruumiilliseen olotilaan. Jotain kuvitteellisen kehon kaltaista oli esityksessä läsnä kokemuksessani, mutta minulla ei ollut siihen minkäänlaista suhdetta tai asennetta. Edellä kuvailemassani harjoitteessa loin sen sijaan jännitteisen suhteen kuvitteelliseen kehoon, jolloin ruumiillinen kokemukseni syventyi ja siitä tuli jollain tavalla konkreettisempi ja selkeämpi. Suhteen määrittämisen lisäksi määritin harjoitteessa myös selkeän näyttelijändramaturgisen rakenteen. Tunnen lihaksieni painautuvan luitani vasten ja sisäelimieni painautuvan sydämeni ympärille, enkä voi tälle mitään. Olen ennalta päättänyt, että näin tulee tapahtumaan. Rakenteen määrittäminen tietyllä tavalla vapautti minut kokemaan ja aistimaan tämän rakenteen sisällä. Rakenne loi selkeät raamit, jonka puitteissa kokeminen tapahtui. Pystyin myös leikittelemään tämän rakenteen sisällä. Leikittelin muun muassa ajatuksella, että onnistun hengittämään kuvitteellisen kehon lähes kokonaan pois sisuksistani, mutta sitten se ”yllättääkin” minut ja lihakseni painautuvat luitani vasten ja sisäelimeni puristuvat sydämeni ympärille entistä suuremmalla voimalla.

Joulukuussa 2016 Nätyllä vieraili opettamassa yhdysvaltalainen näyttelijä, opettaja ja Chekhov-tekniikan asiantuntija Lenard Petit. Chekhov-tekniikkahan on venäläisen, sittemmin Yhdysvaltoihin muuttaneen Mihail Tšehovin (Michael Chekhov) kehittämä näyttelijäntekniikka. Koska en itse tunne Chekhov-tekniikkaa riittävän hyvin – enkä myöskään pysty erottamaan, mitkä Petitin ohjaamista harjoitteista tai hänen esittämistään käsitteistä ovat lähtöisin Chekhov-tekniikasta ja mitkä ovat hänen itsensä kehittämiään – keskityn ensisijaisesti avaamaan Petitin käyttämää termiä *energy body* ja yritän sen avulla ymmärtää itselleni tärkeää kuvitteellisen kehon käsitettä. Tässä opinnäytteessä en pyri selittämään Chekhov-tekniikkaa erityisen tarkasti, sillä en tunne sitä riittävän hyvin eikä se ole opinnäytteeni varsinainen aihe.

Opettaessaan Nätyllä Petit toi esiin ajatuksen näyttelijäntekniikasta, jossa näyttelijällä on kaksi ruumista. Toinen ruumiista on ulospäin näkyvä, lihallinen ja elävä. Toinen on näyttelijän takana seisova aineeton, muille ihmisille näkymätön, muotoaan muuttava, mutta ihmisen muodossa pysyvä kuvitteellinen ruumis. Ensiksi mainittua näkyvää ruumista Petit kutsui *life bodyksi*, jälkimmäisestä puhuessaan hän käytti termiä *energy body*. Näillä kahdella käsitteellä on mielessäni ilmeinen yhteys Bredenbergin käyttämiin termeihin reaalin ruumis ja kuvitteellinen keho. Koska en pidä mielekkäänä käyttää englanninkielisiä termejä suomenkielisessä kirjallisessa työssä, hylkään englanninkielisen *energy body* käsitteen ja käytän sen asemasta sanaa *energiakeho*. Tässä kohtaa seuraan lisäksi Bredenbergin käsitystä, jonka mukaan sana keho viittaa johonkin kuvitteelliseen.

Vaikka energiakeho oli vain yksi osa Petitin opetusta, ehdimme kaksiviikkoisen työpajan aikana työskennellä sen kanssa melko paljon. Opintojaksolla energiakehoon tutustuminen aloitettiin seuraavanlaisella harjoitteella:

Harjoitteen ensimmäisessä vaiheessa kädet levitetään mahdollisimman leveäksi, sormenpäiden etäisyys toisistaan tulee saada mahdollisimman suureksi. Toisessa vaiheessa kuvitellaan energiakeho seisomaan selän taakse, energiakeho toistaa saman liikkeen ja heti kun kuvitellun energiakehon kädet nousevat harjoitetta tekevän reaalisen ruumiin kädet seuraavat perässä. Energiakehon liike ikään kuin käynnistää reaalisen ruumiin liikkeen. Harjoitteen kolmannessa vaiheessa energiakeho aloittaa jälleen saman liikkeen ja reaalinen ruumis seuraa perässä. Tällä kertaa energiakehon liike ei pysähdy, vaan energiakehon kädet venyvät esimerkiksi sadan kilometrin päähän. Tässä vaiheessa harjoitteen tekijä antaa energiakehon käsien venymisen vaikuttaa myös omaan reaaliseen ruumiiseensa ja pyrkii havaitsemaan, mitä tuntemuksia kuvitellun energiakehon venyminen synnyttää. Neljännessä vaiheessa energiakeho aloittaa jälleen saman liikkeen, mutta tällä kertaa reaalinen ruumis ei seuraa perässä. Tässä vaiheessa harjoitteen tekijä ikään kuin antautuu energiakehon liikkeelle ja ryhtyy havaitsemaan, mitä kuvitellun energiakehon käsien leviäminen ja venyminen aiheuttavat hänen omassa reaaliossa ruumiissansa. Energiakehon liikkeen vaikutus voi tuntua esimerkiksi ainoastaan reaalisen ruumiin sisällä. Harjoitteen tekijä voi halutessaan antaa sen vaikuttaa niin paljon, että hänen reaalinen ruumiinsa lähtee liikkeelle.

Mielestäni edellä kuvatun kaltainen energiakeho täyttää monta Bredenbergin mainitsemaa kuvitteellisen kehon ilmenemistapaa. Kirjoittaahan Bredenberg, että kuvitteellinen keho voi ilmetä esimerkiksi hahmona, jolla ei ole pyrkimyksiä tai ajatuksia, vaan jossa keho näyttäytyy pintamuotona (Bredenberg 2017, 58). Edellistä harjoitetta tehdessäni, ja muutenkin energiakehon kanssa opintojaksolla työskennellessäni, kuvittelin itse energiakehon olevan kasvoton ja jollain tavalla sieluton tai mieletön, kolmiulotteinen, muotoaan muuttava keho. En kuitenkaan nähnyt sillä kasvoja, vaatteita tai luonnetta. Minusta tuntuukin luontevalta se, että myös Bredenberg kuvitteellisesta kehosta kirjoittaessaan käyttää sanaa *pintamuoto*, jolla ymmärrän hänen tarkoittavan nimenomaan sitä, että kuvitteellisella keholla on ääriiviivat ja muoto, ei tarkkaa karaktääriä.

Edellä kuvaamani energiakehoharjoitteen kolmannessa ja neljännessä vaiheessa harjoitteen tekijä pyrkii tuntemaan kuvitteellisen kehon käsien venymisen ja ulottumisen omassa reaaliossa

ruumiissaan. Tätä harjoitetta tehdessäni pyrin itse siirtämään tuntemuksen energiakehon käsien venymisestä omaan ruumiiseeni. Tai oikeammin annoin tämän kuvitteellisen kehon tuntemuksen vaikuttaa tuntemukselliseen ja reaaliseen ruumiiseeni. Toisin sanoen venymisen ja ulottumisen tuntemus oli ensin energiakehossa ja vasta sen jälkeen muualla ruumiissani. Koin tuntemuksen ruumiin sisäisenä laajenemisena. Tunsin, että rintakehäni laajeni ja samanaikaisesti kainaloihin tuli tilaa. Minusta myös tuntui, että lihakseni laajenivat ja selkäni muuttui leveämmäksi. Voisi siis sanoa, että tässä harjoituksessa kuvitteellinen keho toimi menetelmänä, jonka avulla pääsin kiinni tietynlaiseen ruumiilliseen olotilaan tai "asetukseen". Kuvitteellinen keho siis käynnisti muutoksen reaalisessa ja tuntemuksellisessa ruumiissa.

Edellä kuvailemaani harjoitusta tehdessäni onnistuin kuvittelemaan taakseni jonkinlaisen ihmismäisen muotoaan muuttavan hahmon. Kuvitteellinen keho ei silti yleensä ole ilmentynyt tekemissäni esityksissä tällä tavalla, vaan se on lähes aina sijoittunut reaalisen ruumiini ääriviivojen sisälle. Tällöin kuvitteellinen keho ikään kuin asettuu reaalisen ruumiin tilalle, kuten *Kullervo risingin* kohtauksessa, jossa kuvittelin sisäelinten puristuvan möykyksi sydämen ympärille. Kyseisessä tilanteessa kuvitteellinen keho oli reaalisen ruumiini sisällä ja osittain korvasi reaalisen ruumiini sisäisen rakenteen. Kuvitteellinen keho ei siis ilmennyt kokonaisuutena hahmona, vaan tietynä osana kehoa. Tämä tietty osa kuvitteellisesta kehosta sijoittui reaalisen ruumiin sisälle ja korvasi reaalisesta ruumiista tietyn alan.

Kuvitteellisen kehon logiikkaa on hankala selittää tai kenties ymmärtää, koska – toisin kuin reaalista ruumista – sitä ei voi osoittaa, nähdä tai mitata. Kuvitteellinen keho ilmeneekin ainoastaan näyttämöllisessä kokemuksessa, eli se ei ole läsnä arkisessa ruumiinkokemuksessani. Mielestäni kokemista on ylipäättään vaikea ilmaista sanallisesti. Niinpä ajatus siitä, että kuvitteellinen keho korvaa tietyn osan sisäisen ruumiin rakenteesta, voi jostakusta kuulostaa jopa mielipuoliselta. Näyttämöllisen kokemuksen ja ruumiinlogiikan ei mielestäni kuitenkaan edes tarvitse olla rationaalista. Onhan arkisessa puheessakin järjettömältä kuulostavia ruumiilliseen kokemukseen liittyviä sanontoja ja ilmaisuja, joiden voi ajatella olevan hyvin lähellä kuvitteellisen kehon ilmenemistä. Esimerkiksi sydämeen voidaan puheessa liittää useita eri laatuja: sydän nousee kurkkuun, sydän on särkynyt, kylmä ja kultainen. Sydämettä voi vierähtää jopa kivi. Mutta sydän voi olla myös paikallaan.

1.3 Tunteuksellinen ruumis

Opintoihini Nätyllä on kuulunut runsaasti harjoittelua, jossa olen työskennellyt ruumiin sisäisten tunteusten kanssa. Ruumiin sisäisten tunteusten havaitseminen on ollut läsnä muun muassa laulutunneilla *Estill Voice Training* -laulutekniikan myötä, sekä puhetunneilla Alexander-tekniikan kautta. *Estill*-tekniikassa olen keskittynyt erityisesti kurkunpään ja äänihuulten tiedostamiseen ja hallitsemiseen. Alexander-tekniikkaan taas liittyy ruumiin asennon ja ruumiissa olevien jännitteiden havaitseminen. Näiden kahden tekniikan lisäksi opinnot ovat sisältäneet liki viikoittaista *chi kung* -harjoittelua, jossa olen keskittynyt lähes pelkästään havaitsemaan ruumiin sisäisiä tunteuksia. Säännöllisesti tapahtuva *chi kung* -harjoittelu onkin ollut ratkaisevassa roolissa näyttelijäntekniikkani rakentumisessa. *Chi kung* on ennen kaikkea vahvistanut proprioseptistä tietoisuuttani ja mahdollistanut näin ruumiin sisäisten tunteusten hyödyntämisen myös näyttämöllisessä työskentelyssä.

Opintojen myötä olen tullut tietoisemmaksi ruumiistani ja huomannut, että ruumis on jatkuvasti erilaisten tunteusten täyttämä. Arkielämässä niihin kiinnittää huomiota yleensä vasta silloin, kun jokin on pielessä. Lihaskipu tai flunssan aiheuttama kurkkukipu ovat ruumiinsisäisiä tunteuksia, joita jokainen on elämänsä aikana kohdannut. Minulla niihin assosioituu Bredenbergin käsite *ruumiintunteusten kenttä*, jolla hän viittaa ruumiintunteuksina ilmenevään ruumiiseen. Bredenberg haluaa tehdä eron tunteen ja tunteuksen välille, sillä hänen mukaansa tunteesta ei tule rinnastaa tunteeseen. Hänen mukaansa tunteiden voi ajatella olevan tunteusten kokonaisuuksia. Hän ei näe ruumiissa ilmenevien tunteusten rajoittuvan ainoastaan reaaliseen ruumiin ääriviivojen sisäpuolelle, mistä johtuen hän ei puhu ruumiin sisäisistä tunteuksista. Bredenberg myös korostaa, että ruumiintunteuksille on tyypillistä, että ne ylittävät tiukan jaon reaaliseen ja kuvitteelliseen. (Bredenberg 2017, 60–61.) Oma kokemukseni poikkeaa hieman Bredenbergin käsityksistä. Olen huomannut, että ruumiissani esiin tulevat tunteukset mitä suurimmassa määrin ilmenevät ja tuntuvat reaalisen ruumiin ääriviivojen sisällä. Tästä syystä pidänkin kohdallisena tässä opinnäytteessä käyttää itse keksimääni termiä *tunteuksellinen ruumis*.

Työskennellessäni ruumiin sisäisten tunteusten kanssa olen huomannut pohtivani, ovatko kokemani tunteukset todellisia. Olen yrittänyt arvioida, ovatko kokemani tunteukset fysiologisesti mitattavia ja havaittavia reaalisen ruumiin kokemuksia vai kuvittelenko minä ne vain. Olen törmännyt samaan kysymykseen erityisesti *chi kung* -harjoittelussa. Kysyin kerran Nätyllä *chi kungia* opettavalta Aki Hovivuorelta, mitä ruumiissa oikein harjoittelun aikana tapahtuu, mikä siellä virtaa ja kulkee. Hän vastasi kysymykseen tradition näkökulmasta ja sanoi, että ruumiissa virtaa

elämän energia *chi*. Haluan kuitenkin irrottaa oman harjoitteluni chi kungtiin liittyvien uskomusten ja traditioiden perinteestä. En siis usko tai ajattele, että ruumiissani virtaa elämän energia. Sen sijaan ajattelen harjoittelussa kokemani ruumiin sisällä kulkevan virtauksen olevan sekoitus kuvitteellisia tuntemuksia ja aitoja reaalisen ruumiin tuntemuksia. Kuten Bredenberg, en koe reaalinen–kuvitteellinen-jaon olevan tarpeellinen. Myös chi kung -harjoittelussa tärkeintä on kokemus virtaamisesta, havainto siitä, että ruumiin sisällä on aivan omanlaisensa kokemisen ympäristö. Erityisesti olen huomannut virtaamisen toteutuvan harjoituksessa, jossa seisotaan ja kierretään ylävartaloa siten, että kädet heiluvat rennosti ylävartalon mukana. Tätä harjoitusta tehdään yleensä 15-20 minuuttia. Harjoitusta tehdessä huomaan, kuinka lantioni laskeutuu rennosti ja jalkapohjat ikään kuin uppoavat lattiaan. Kiertyvä selkäranka alkaa rentouttaa lantiota ja poistaa alaselästä turhia jännityksiä. Lopulta huomaan, että tunnen ristiluun kohdassa lämmintä kihelmöintiä. Tämä miellyttävältä tuntuva kihelmöinti alkaa levitä koko ruumiiseen. Tunnen olevani lujasti kiinni lattiassa samalla, kun ristiluusta säteilee mukavaa kihelmöintiä koko ruumiiseen. Chi kungin myötä olen myös ymmärtänyt, että ruumis ei merkitse ainoastaan ulospäin näkyvää pintaa tai pinnan alla olevia lihaksia ja elimiä. Ruumiin sisäiset tuntemukset ovat myös tärkeä osa ruumista ja ruumiinkokemusta. Minulle chi kung onkin juuri esiintyvän ruumiin harjoittamista ja ylläpitämistä, ruumiin sisäisen kokemusmaailman avaamista ja siihen tutustumista. Ajattelen chi kung -harjoittelun olevan eräänlaista vuoropuhelua ruumiin sisäisen kokemusmaailman kanssa. Tekniikkaan kuuluvat harjoitteet ikään kuin kutsuvat ja kannustavat minua tuntemaan ja kokemaan, mitä ruumiini sisällä tapahtuu.

Puhuessani tuntemuksellisesta ruumiista tarkoitan reaalisen ruumiin sisällä havaitsemiani tuntemuksia. Tuntemuksellinen ruumis koostuu reaalista tai kuvitteellisista tuntemuksista. Tuntemuksellinen ruumis on yksi näyttämöllisen ruumiinkokemuksen taso reaalisen ruumiin ja kuvitteellisen kehon ohella. Näyttämöllisen työskentelyn näkökulmasta on oleellista muistaa, että tuntemuksellinen ruumis on aina saavutettavissa. Kysymys on oikeastaan havaitsemisen suuntaamisesta eli siitä, että teen tietoisesti päätöksen ryhtyä havaitsemaan tuntemuksellista ruumista. Näyttämöllä työskennellessäni tuntemuksellisen ruumiin havaitseminen ei kuitenkaan vie kaikkea huomiotani. Kokemusta voisi verrata vaikka kuuntelemiseen. Vaikka keskityn kuuntelemaan ympärillä olevia ääniä tarkasti, pystyn samanaikaisesti myös näkemään tai haistelemaan ympäristöäni. Tällaista samanaikaisuutta olen harjoitellut esimerkiksi chi kungin yhteydessä. Monesti harjoitteet suositellaan tehtäväksi silmät suljettuina, jotta harjoitteeseen keskittyminen olisi helpompaa. Minä olen kuitenkin pitänyt silmäni auki. Olen pyrkinyt siihen, että huomioni on samanaikaisesti suunnattu ruumiin tuntemuksiin ja ympäröivään todellisuuteen.

Tällaisen harjoittelun ansiosta tuntemuksellisen ruumiin havaitseminen tapahtuu vaivatta myös näyttämöllä. Minun ei tarvitse erikseen keskittyä tai ryhtyä tuntemuksellisen ruumiin havaitsemiseen, vaan se kulkee mukani kuin rannekello, jota voin nopeasti vilkaista muun toiminnan lomassa.

Arkielämässä en juurikaan kiinnitä ruumiiseen huomiota, vaan aistini ovat suuntautuneet enemmän ulospäin. Ajatukseni ovat tulevaisuudessa enkä ole tietoinen ruumiin sisäisistä tuntemuksista, ne eivät kiinnosta minua samalla tavalla kuin näyttämöllä työskennellessä. Arkista ruumiinkokemustani voisi verrata Klemolan ajatukseen kehon unohtamisesta. Kehon unohtamisella Klemola tarkoittaa elämistä ego-keskeisessä ajatusten virrassa, jossa ruumis toimii automaattisesti. Kehon unohtuessa ihmisen ruumis ikään kuin lakkaa olemasta. (Klemola 20014, 86–87).

Näyttämöllisessä ruumiinkokemuksessani ruumis tarkoittaa reaalisen ruumiin, kuvitteellisen kehon ja tuntemuksellisen ruumiin muodostamaa kokonaisuutta. Näyttämöllinen ruumiinkokemus siis rakentuu näiden kolmen tason läsnäolosta ja suhteista. Haluan puhua nimenomaan näyttämöllisestä ruumiinkokemuksesta, koska se poikkeaa niin ratkaisevasti arkisesta ruumiinkokemuksestani. Arkiseen ruumiinkokemukseeni ei kuulu kuvitteellinen keho tai tuntemuksellinen ruumis, ne ovat läsnä ainoastaan näyttämön kokemuksessa. Bredenberg kuvailee ruumiinkokemustaan näin: ”Minun näyttämöllisesti kuvitteleva ruumiini on siis olemuksellisesti erilaisten ruumiiden moninaisuus ja näiden ruumiiden keskinäisten suhteiden rakenne” (Bredenberg 2017, 52). Puhuessaan näyttämöllisesti kuvittelevasta ruumiista Bredenberg viittaa käsittelemäänsä näyttelijäntekniikkaan, näyttämölliseen kuvitteluun. Bredenbergin kuvailu tuntuu minulle läheiseltä, vaikka se liittyykin näyttelijäntekniikkaan, joka ei ole minulle tuttu tai läheinen. Huolimatta eri kontekstista, ajattelen oman näyttämöllisen ruumiinkokemukseni rakentuvan samalla tavalla.

1.3.1 Tuntemuksellinen ruumis esiintymiskokemuksessa

Tuntemuksellinen ruumis voi ilmetä niin äärimmäisenä, että sitä ei tarvitse erikseen ryhtyä havaitsemaan. Esimerkiksi *Oma maa* -elokuvassa, josta kirjoitan tarkemmin toisessa ja kolmannessa luvussa, on kohtaus, jossa esittämäni henkilö Veikko putoaa joessa olevaan avantoon ja liukuu jään alle. Veikon vaimo Anni pelastaa Veikon jään alta. Kohtaus kuvattiin siten, että kaadun joen penkalla ja pyörin jokeen tehtyyn oikeaan avantoon. Kohtausta kuvattiin useita tunteja monessa pienessä osassa. Yhdessä otossa jouduin olemaan päätä myöten kylmän veden alla. Työnsin itseäni jään reunasta veden alle, kunnes Annia näyttävä Oona Airola veti minut sieltä ylös. En harrasta avantouintia, enkä muutenkaan siedä kylmää vettä kovin hyvin. Nyt jouduin menemään vaatteet päällä kylmän veden alle useita kertoja. Minulla oli vaatteiden alla märkäpuku,

mutta siitä huolimatta kylmyys tuntui koko ruumiissani, varsinkin päässä ja käsissä. Jokainen, joka on joskus uinut avannossa tietää, miltä hyinen vesi tuntuu. Kylmyys tuntui lamauttavalta, hengitykseni siirtyi rintaan ja tunsin pistelevää kipua käsissäni ja päässäni. Kylmyydestä syntyneet tuntemukset olivat äärimmäisiä. Tuntemuksellinen ruumis oli siis ehdottoman vahvasti läsnä ilman, että sitä erikseen ryhdyin havainnoimaan. Tuntemuksellinen ruumis oli jopa niin äärimmäisellä tavalla läsnä, että jouduin keskittymään, etteivät ruumiissani mylvivät kylmyyden tuntemukset vie toimintakykyäni täysin.

Vähemmän haastavassa kuvaustilanteessa olisin voinut jopa olla iloinen tällaisesta spontaanisti syntyneestä ruumiillisuudesta. Minun oli kuitenkin keksittävä, miten pystyn sietämään ja lieventämään palelemista, sillä kuvauspäivä oli pitkä ja jouduin menemään avantoon useita kertoja. Palelemisesta huolimatta minun oli kohtauksessa toimittava sovitulla tavalla: käsi piti nostaa veden alta tiettyyn kohtaan ja vedestä piti nousta ylös tietynlaisella tavalla. Kuvat olivat paikoitellen tiiviitä, joten minun oli kyettävä toimimaan tarkasti sovittujen liikeratojen mukaisesti, jotta pysyisin kuvarajan sisällä. Tässä tilanteessa tuntemuksellinen ruumis häiritseviä työkentelyäni ja minun oli ikään kuin häivyttävä se, jotta voisin toistaa sovitut liikeradat ja kuunnella paremmin ohjaajan ja kuvaajan ohjeita. Avannossa istuessani en kuitenkaan pystynyt mitenkään häivyttämään tuntemuksellista ruumista täysin – onhan täysin luonnollista palella, kun istuu avannossa vaatteet päällä. Minun oli siis keksittävä keino, miten pystyn toimimaan tuntemuksellisen ruumiin kanssa.

Selvisin kylmyydestä hengittämällä. Päätin, että kun avannossa istuessani tunnen kylmyyden välittömästi, rentoutan ruumiini ja ikään kuin hyväksyn kylmyyden tunteen. Otin siis kylmyyden tuntemukset tietoisesti vastaan. Sen jälkeen hengitin rauhallisesti ja kuvittelin, että hengittämällä ohjaan kylmyyden tuntemukset pois ruumiistani. Tunsin tietenkin edelleen kylmyyden, mutta pystyin ehkä hieman paremmin sietämään sitä ja tätä kautta myös ottamaan paremmin ohjaajan ja kuvaajan ohjeita vastaan. Mieleeni muistui kandidaatin opintoihin kuuluvalla Alexander-tekniikan kurssilla tekemäni harjoite, jossa kävellään avantoon ja yritetään olla reagoimatta kylmyyteen. Kyseistä harjoitetta tehdessäni toimin samalla tavalla, kuin avantokohtausta kuvatessa. Hyväksyin tuntemukset ja hengitin ne pois. Kohtauksen kuvaaminen kesti noin kahdeksan tuntia, mutta tällä tavalla onnistuin toimimaan keskittyneesti koko päivän ajan.

Valmiissa elokuvassa äskeinen kohtaaminen on koostettu useasta lyhyestä otosta, ja katsojalle syntyy vaikutelma, että Veikko on veden alla pitkään. Todellisuudessa olin veden alla enimmillään noin 15 sekuntia. Kohtaaminen on selvästi jäänyt katsojien mieleen, sillä jokaisessa *Oma maa* -elokuvaan liittyvässä keskustelutilaisuudessa joku aina kysyy, miten kohtaaminen on tehty. Joka kerta ihmiset

yllättyvät kuullessaan, että Airola ja minä olimme oikeasti avannossa. Kohtaus vaikuttaa hurjempalta, mitä se todellisuudessa eli sitä tehtäessä oli. *Oma maa* -elokuvan stunt-koordinaattori Reijo Kontio oli etukäteen arvioinut, että kohtaus olisi turvallista kuvata oikeassa avannossa. Joki oli matala, ja jään alle oli rakennettu kalterit, jotta en oikeasti pääsisi luiskahtamaan sinne. Kuvauspaikalla oli myös lämpimällä vedellä täytetty palju, jonne pääsimme tauoilla lämmittelemään.

Edellisessä esimerkissä tuntemuksellinen ruumis uhkasi olla jopa liian voimakkaasti läsnä. Olen kuitenkin kohdannut myös tilanteita, joissa olen kokenut tuntemuksellisen ruumiin kadonneen kokonaan. Tein maisteriopintoihin kuuluvan opinnäytteen taiteellisen osuuden Tampereen Työväen Teatterissa esityksessä *Vakavuusongelma*. Esityksen työryhmä koostui eri-ikäisistä teatterin näyttelijöistä, joista en ennestään tuntenut ainuttakaan. Esityksen ohjasi TTT:ssä vieraileva ohjaaja Aleksis Meaney, joka myös oli minulle tuntematon. Harjoituskauden alkuvaiheessa minua jännitti melko paljon, ja huomasin kyseenalaistavani ammattitaitoni. Tuntui, etten jännittämisen takia pystynyt kunnolla keskittymään harjoitteluun. En tiedä, miksi jännitin. Kenties pelkäsin muiden näyttelijöiden arvostelua tai en halunnut vaikuttaa tarpeettoman innokkaalta näyttelijäopiskelijalta, joka on tekemässä ensimmäisiä esityksiään ammattiteatterissa. Ensimmäisissä harjoituksissa minusta tuntui, kuin näyttämöllä olisi ollut ainoastaan osa minusta. En kokenut, että ruumiini sisällä olisi liikkunut tai tapahtunut mitään. Aivan kuin olisin ollut pelkkä puhuva ihmisen runko, jonkinlainen sieluton ja mieletön olio, joka yrittää ainoastaan selviytyä mahdollisimman nopeasti jokaisen kohtauksen loppuun. Tuntui, että yhteys tuntemukselliseen ruumiiseen oli kadonnut. En tuntenut mitään tai en ainakaan kyennyt havaitsemaan mitään tuntemuksia. En osaa arvioida, huomasiko kukaan, että minua jännittää. Ulospäin näkyvä reaalinen ruumiini on voinut näyttää ja vaikuttaa jopa rennolta ja itsevarmalta, vaikka kokemukseni oli aivan toisenlainen. Voi olla, että näyttelin aivan hyvin, mutta työskentelemisen mielekkyyden kannalta olen iloinen, että lopulta pääsin jännittämisestä yli.

Olen kokenut samankaltaista jännittämistä myös aikaisemmissa produktioissa. *Vakavuusongelman* kohdalla osasin jo hyväksyä jännittämisen, koska tiesin sen olevan työskentelyni ohimenevä vaihe. Jännittäessäni en niinkään jännitä itse harjoitteluun, vaan huomaan jännittäväni uusia ihmisiä. Olen luonteeltani ujo, ja minua ujostuttaa olla uusien ihmisten seurassa. Kun olen tutustunut kanss näyttelijöihini ja esitykseen muuhun työryhmään paremmin, huomaan, että työskentelemisestä tulee helpompaa. Minusta tuntuu, että tarvitsen jonkinlaisen kohtaamisen työtovereiden kanssa, jotta pääsen jännittämisestä yli. Kohtaaminen voi toteutua monella tapaa.

Vakavuusongelman harjoitteluprosessissa yhdessä vietetyt ruokatunnit toimivat sellaisina. Käytännössä siis ruokailin työtovereideni kanssa ja tämän yhdessä vietetyn ajan seurauksena tunsin kuuluvani paremmin teatterin työyhteisöön ja esityksen työryhmään. Voisi siis sanoa, että jännittämisestä selviämiseen tarvitsen yhteenkuuluvuuden kokemuksen. Jännittäminen häiritsti tuntemuksellisen ruumiin ilmenemistä ja havaitsemista. Ruumiinkokemuksestani hävisi yksi ilmenemisen taso, minkä takia koin ruumiinkokemukseni olevan vaillinainen. Minusta tuntui, että ruumiistani puuttui jotain, joka liittyy olennaisesti tapaani näytellä. Tällainen ruumiinkokemus tuntui epämiellyttävältä, ja minusta tuntui, että tällaisesta olotilasta käsin on epämieliekästä, tai jopa mahdotonta työskennellä. *Vakavuusongelman* harjoitusprosessi oli melko pitkä ja työtovereiden kohtaamiselle oli onneksi runsaasti aikaa. Mietin, miten voisin toimia silloin, kun kysymyksessä on lyhyempi työsuhte tai prosessi. Miten voisin toimia esimerkiksi silloin, kun näyttelen muutaman kuvauspäivän elokuvan tai tv-sarjan sivuroolissa? Silloin työryhmän kohtaamiselle ei välttämättä ole ollenkaan aikaa. Tähän kysymykseen on ehkä vaikea antaa yksinkertaista vastausta, koska kohtaaminen toisen henkilön kanssa voi tapahtua hyvinkin nopeasti, kun taas toisen kanssa sitä ei välttämättä tapahdu koskaan. On myös olennaista miettiä, keiden kohtaaminen on kaikista tärkeintä. Uskoisin, että elokuvan tai tv-sarjan kuvauksissa olennaisinta on kohdata toiset näyttelijät, kuvaaja ja ohjaaja, koska he ovat oman työskentelyni kannalta keskeisimmät henkilöt kuvauspaikalla.

Käytäntö voi kuitenkin olla toinen. Esimerkiksi *Oma maa* -elokuvassa jokainen kuvauspäiväni alkoi ja päättyi maskeeraajan kanssa, ja maskeeraaja Saara Räisäsestä tuli minulle erittäin tärkeä työtoveri. Keskustelin hänen kanssaan muun muassa kuvauksiin liittyvistä paineista ja peloista samalla, kun hän meikkasi ja kampasi minut esittämäni roolihenkilön näköiseksi. Räisäsen kanssa vietetyn ajan voikin ajatella olevan eräänlainen rituaalinomainen siirtymä. Kuvauspäivän päätteeksi meikit pestään pois ja kohtaan Räisäsen jälleen. Nyt reflektoin hänen kanssaan päivän kuvauksia samalla, kun meikit pestään pois. Osaltaan Räisänen lievitti kuvauksiin liittyvää jännittämistäni. Hän kuunteli minua ja oli kiinnostunut, miten kuvaukset sujuvat.

Tietenkin voin osaltani vaikuttaa työympäristön mielekkyyteen myös omalla toiminnallani. Mieleeni on jäänyt eräs tapaus Utran uudesta teatterista, jossa tein ensimmäisen roolini ammattiteatterissa. Olin työryhmän nuorin ja kokemattomin jäsen, joten oli luonnollista, että minua jännitti. Minua suorastaan nolotti harjoitella, koska ajattelin olevani niin huono. Yksi työryhmän näyttelijöistä, tuolloin vastikään eläkkeelle jäänyt Arto Heikkilä, tuli luokseni ja kertoi, kuinka mukavaa on työskennellä nuoren ja innokkaan näyttelijän kanssa. Hän sanoi, että näyttelen hienosti ja harjoittelemistani on mielenkiintoista seurata. Heikkilän kommentti antoi minulle sillä hetkellä

tarvitsemaani itsevarmuutta, ja seuraavat harjoitukset tuntuivat jo paljon helpommilta. Olen työskennellyt Heikkilän kanssa kyseisen kesäteatteriesityksen jälkeen kahdessa muussakin produktiossa, joissa molemmissa tein toisen päärooleista. Kummassakin produktiossa hän on myös ollut kannustava ja rohkaiseva. Ajattelenkin, että tulevissa produktioissa minä voisin toimia kuten Heikkilä, kannustaa ja kehua muita näyttelijöitä, etenkin kaltaisiani nuoria ja epävarmoja. Uskon, että näin voin itse edistää kannustavan ja rohkaisevan työilmapiirin syntymistä.

1.3.2 Tuntemuksellisesta reaaliiseen

Tuntemuksellisen ruumiin havaitseminen on taito, jota täytyy ylläpitää ja harjoittaa. Olen keksinyt harjoitteen, jolla kehitän tällaista havainnointia. Kutsun tätä harjoitetta piipahtamiseksi. Harjoitteen voi tehdä missä tahansa ja milloin tahansa, ja sen voi tehdä myös arkisten toimintojen lomassa, esimerkiksi kotona. Piipahtamisessa on tarkoitus havainnoida tuntemuksellista ruumista eli suunnata huomio ruumiissa oleviin tuntemuksiin. Harjoitetta tehdessä voin esimerkiksi kysyä itseltäni: Miltä minusta nyt tuntuu? Miten koen ruumiini nyt? Mitä ruumiini sisällä tapahtuu? Näihin kysymyksiin ei tarvitse välttämättä sanallisesti vastata, vaan ne toimivat eräänlaisina herättäjinä ja huomion suuntaamisen apuna. Harjoitteen ensisijainen tarkoitus ei ole ruumiillisen kokemuksen sanoittaminen, vaan havaitsemisen kääntäminen ruumiin sisäisiin tuntemuksiin. Piipahtamiselle ei myöskään pyritä vaikuttamaan reaalisen ruumiin toimintaan tai tilaan, eli piipahtamisella ei pyritä mihinkään ideaalisen ruumiilliseen muotoon tai tapaan olla. Sen tärkein tavoite on ainoastaan havaita ruumiissa olevia tuntemuksia. Piipahtaminen siis ehdottaa tietoisempaa olemisen ja kokemisen tapaa. Tämän harjoitteen tekeminen arkisten toimintojen lomassa helpottaa tuntemuksellisen ruumiin havaitsemista myös näyttämöllä, sillä toistojen myötä havaitsemisesta tulee helpompaa. Sen vuoksi teen piipahtamista säännöllisesti jopa useita kertoja päivässä. Itselläni tällainen piipahtamisharjoitus voi kestää nopeimmillaan muutaman sekunnin, jolloin havaitseminen kääntyy ruumiin sisäisiin tuntemuksiin vain hetkeksi. Toisaalta piipahtamista voi tehdä myös pitkäkestoisesti, ja se voi olla yksi käytössä oleva tulokulma kaikenlaiseen harjoitteluun. Voin esimerkiksi juoksulenkin ajan keskittyä havaitsemaan, minkälaisia ruumiin sisäisiä tuntemuksia juokseminen aiheuttaa.

Seuraavaksi teen piipahtamisharjoitteen itse tässä ja nyt. Harjoitteen luonteen vastaisesti pyrin tällä kertaa avaamaan kokemustani sanalliseen muotoon:

Päällekkäin olevat jalkaterät sulavat ja limittyvät yhdeksi. Pohkeet valuvat sisältäpäin alaspäin. Oikean jalan ukkovarvas sykkii, siellä on joku haava tai tikku. Minä valun tähän tuoliin. Yleinen valumisen tunne. Vatsassa on jotain kylmää ja se kuplii. Niskan

nikamissa on sellaiset kuumat sykkeet. Perseluut hankaa tähän kovaan penkkiin. Ilmaa tulee vähän kerrallaan nenän kautta ja se jotenkin oudosti tuntuu kylmältä. Nyt tuntuu taas niskan nikamissa semmoinen joku outo. Alahampaat on ylähampaiden takana. Valuminen tuntuu. Hartiat valuu, naama valuu, jalat valuu sormet valuu, mutta näppäimistö tulee tielle.

Edellä olevaa harjoitetta tehdessäni istuin työpöytäni äärellä ja kirjoitin tunteja ylös sitä mukaa, kun niitä havaitsin. Kokemuksen kääntäminen sanalliseen muotoon on vaikeata. Harjoitetta tehdessä ruumiin sisäiset tunteet olivat selkeitä, mutta huomaan, että kokemukseni ei välity kovin tarkasti kirjoittamieni havaintojen kautta. Suosittelenkin lukijaa kokeilemaan piipahtamista itse, jotta hän voi saada ymmärryksen sen laadusta ja mahdollisista vaikutuksista kokemistapaansa.

Näyttämöissä työskentelyssä pelkkä havaitseminen ei tietenkään riitä. Esiintyjän tunteellinen ruumis ei tule esiin katsojan kokemassa ympäristössä. Katsoja ei sitä näe, koe tai tunne. Katsoja näkee esiintyjästä ainoastaan tämän reaalisen ruumiin. Esiintyjän kannalta tunteellinen ruumis muuttuu merkittäväksi vasta silloin, kun se tulee tavalla tai toisella näkyväksi tai kuuluvaksi esiintyjän reaaliossa. Tätä kautta se tulee myös katsojan koettavaksi. Voisin esimerkiksi jatkaa piipahtamisharjoitusta siten, että valitsen havaitsemistani tunteista yhden ja annan sen sitten vaikuttaa reaaliseen ruumiiseeni. Minä valitsen valumisen. Annan siis tunteen valumisesta vaikuttaa reaaliseen ruumiiseeni. Altistan ruumiini tälle tunteelle ja katson, miten tämä vaikuttaa reaaliseen ruumiiseeni. Seuraavaksi kokeilen erilaisia yksinkertaisia toimintoja ja samalla tarkastelen myös reaalista ruumiiani. Pyrin tarkastelemaan reaalista ruumiiani objektiivisesti ja kuvailen sitä ikään kuin se olisi jonkun muun ruumis. Teen seuraavat yksinkertaiset toiminnot: Nostan käden, nousen ylös, kävelen ja heitän pallon.

Käsi nousee hitaasti ylös, mutta ei ojennu täysin suoraksi. Käsi on rento ja hieman löysä ja se kohottautuu vaivalloisesti. Nouseminen näyttää hankalalta. Polvet eivät suoristu täysin ja pää ojentuu vasta viimeisenä ylös. Ruumis on hieman kasassa. Hartiat ovat ojentuneet hieman eteenpäin. Ne ovat myös hieman koholla. Aivan kuin hartiat yrittäisivät kohottaa koko ruumiin suoraksi. Se ei kuitenkaan onnistu. Ruumis on hieman kasassa ja ylävartalo taipuu lantiosta muutaman asteen eteenpäin. Katse suuntautuu alaviistoon lattiaan. Pallon heittäminen näyttää vaivalloiselta. Heitossa ei ole voimaa. Rintakehä tekee piiskamaisen liikkeen ja ojentuessaan eteen se tempaa käsivarren mukaansa. Suu on vähän raollaan ja alahuuli roikkuu löysänä, myös leuka

on rentoutunut. Ruumis näyttää jollain tavalla sairaalta. Lihasten tonus on alhainen eli lihakset eivät ole jännittyneitä.

Piipahtamisen kautta havaitsemani valumisen tuntemus ruumiillistui raskaaksi, mutta rennoksi ruumiilliseksi laaduksi. Ruumiillistuminen tarkoittaa tässä yhteydessä sitä, että tuntemus valumisesta sai reaalissa ruumiissa näkyvän muodon. Ruumiillistuminen ei tapahtunut tahattomasti, vaan se oli tietoinen prosessi. Minulla oli pyrkimys tehdä valumisen tuntemus näkyväksi reaalissa ruumiissani. Kutsun tätä ruumiillistamiseksi. Ruumiillistin valumisen tuntemuksen. Näyttelemisen yhteydessä puhutaan usein ruumiillistamisesta, ja se on myös kuulunut omien opintojeni työsanastoon. Tällöin ruumiillistamisella on yleensä tarkoitettu sitä, että jokin asia saa näyttelijän ruumiissa näkyvän ulkoisen muodon. Tämä muoto voi ilmentyä liikkeenä, äänenä, tietynlaisena ruumiillisena laatuna, asenteena tai näiden kaikkien yhdistelmänä. Myös ruumiillistettavat asiat ovat monimuotoisia. Olen opintojeni aikana ruumiillistanut muun muassa jääpuikon, valuvan hunajan, karhun, täysikuun ja tunturimaisen.

Oman näyttelijäntekniikkani erityispiirre on kyky ja pyrkimys ruumiillistaa tuntemuksellisen ruumiin kokemuksia. Tuntemuksellinen ruumis on jatkuvasti läsnä näyttämöllisessä ruumiinkokemuksessani, joten ruumiillistettavaa materiaalia on helposti ja jatkuvasti saatavilla. Sitä on vain kyettävä havaitsemaan, on osattava kääntää huomio tuntemuksellisen ruumiin kokemukseen. Juuri tämän vuoksi koen proprioseptistä tietoisuutta kehittävän harjoittelun olevan erityisen tärkeää. Haluan säilyttää kykyäni havaita tuntemuksellista ruumista, joten päivittäinen piipahtaminen on tärkeää.

2. MITEN MINÄ NÄYTTELEN: RUUMIILLISUUS NÄYTTÉLIJÄNTEKNIIKAN PERUSTANA

Olen opintojeni aikana saanut mahdollisuuden esiintyä monenlaisissa produktioissa. Kandidaatin opintoihin kuului udmurtin kielellä esitetty lastennäytelmä *Metsän koulussa*, journalistinen dokumenttiteatteriesitys *Suomalainen ”pressi” klubi* sekä *Kalevalasta* ammentava kanditeatteriesitys *Kullervo rising*. Maisteriopintoihin kuuluvan ammattiharjoittelun tein Markku Pölösen ohjaamassa elokuvassa *Oma maa*. Lisäksi maisterin opintoihin kuului *Kotimaisia kohtaloita* -kuunnelma sekä opinnäytetyön taiteellisena osuutena Tampereen Työväen Teatterissa esitetty *Vakavuusongelma*. Näiden lisäksi olen tehnyt lukuisia lyhyempiä esityksiä Näytyn *Monttu auki* -iltoihin. Kesälomilla myös näytellyt kolmessa esityksessä Utran uudessa teatterissa Joensuussa.

Jokaisen esitysprosessin aikana olen pyrkinyt havainnoimaan omia taipumuksiani, vahvuuksiani ja haasteitani näyttelijänä. Erityisesti olen kiinnittänyt huomiota siihen, miten näyttelen ja miten ruumiini toimii harjoittelussa ja valmiissa esityksessä. Kuten jo aiemmin totesin, en ole kokenut, että Nätyllä saamani näyttelijäntaiteen koulutus olisi tarjonnut minulle mitään tiettyä selkeää näyttelemisen metodologiaa. En siis koe näyttelijänä edustavani mitään erityistä traditiota tai kuuluvani minkään erityisen metodisen koulukunnan piiriin. En ole myöskään pyrkinyt tietoisesti rakentamaan mitään tietynlaista omaa näyttelijäntekniikkaa. Olen kuitenkin huomannut, että tapaani näyttellä leimaa aina sama piirre. Kaikkien tekemieni roolien pohjana on ruumiin ja siinä syntyvien tuntemusten havainnointi. Kuten edellisessä luvussa kuvaan, nämä tuntemukset voivat ilmetä näyttämöllisen ruumiinkokemuksen kaikilla tasoilla, eli ne voivat tulla esiin reaalina, kuvitteellisina ja tuntemuksellisina.

Tässä luvussa keskityn erittelemään ruumiin tuntemuksiin havainnointiin perustuvaa näyttelijäntekniikkaani. Määrittelen näyttelijäntekniikkani ymmärtämisen kannalta oleellisen termin *virike* ja kerroin kuinka näyttelijäntekniikkani perustuu virikkeisiin. Tarkastelen esiintymisen ja harjoittelemisen prosesseja ruumiinkokemuksen näkökulmasta. Ruumiinkokemuksen ymmärtämisen ja refleктоimisen avulla pystyn avaamaan näyttelijäntekniikkaani sekä kertomaan ainutlaatuista tietoa näyttämöllisen ajatteluni logiikasta.

Ensiksi haluan kuitenkin hieman avata näyttämöllisen ajatteluni teoreettista pohjaa. *Nyky näyttelijän taide* -julkaisun johtopäätöksissä esitellään kolme näyttelijäntekniikkaan liittyvää käsitettä: viritys, välinen ja olotila. Virityksellä tarkoitetaan psykofyysistä (mielen)liikettä tai liikesarjaa, jolla herätetään ja otetaan käyttöön ruumiin psykofyysisiä voimavaroja ja avataan aistikenttiä. Viritys johtaa aistimelliseen tilaan, jota kutsutaan väliseksi. Se on välitila, josta siirrytään olotilaan, joka taas on kokemuksellinen tulkinta välisestä. Olotila on kokijalleen tarkasti määrittynyt kuvitteellinen ja henkilökohtainen havaintoavaruus. Olotilaan voi mennä ja siitä voi poistua silmänräpäyksessä, kuitenkin aina välisen kautta. (Silde et alii 2011, 211–212.) Näytyn professori Pauliina Hulkko on yksi *Nyky näyttelijän taiteen* kirjoittajista, minkä vuoksi nämä kolme edellä mainittua käsitettä ovat olleet opintojeni keskeistä työsanastoa. Näiden kolmen käsitteen avulla voin hahmottaa myös oman ruumiintoimintani ja ajatteluni logiikkaani.

Mielestäni ruumiin tuntemusten synnyttäminen virikkeiden kautta on eräänlaista virittämistä. Virikkeille altistumisen voi ajatella olevan eräänlainen mielen liike, jolla pyrin herättämään ruumiin kaikki tasot. Minulla altistuminen vaikuttaa eniten tuntemukselliseen ruumiiseen, mutta se voi tulla näkyväksi myös reaalisessa ruumiissa. Näytelmä valmistuneen näyttelijä Laura Halosen mukaan viritys tarkoittaa muun muassa psykofyysisen kuvittelun tarkkaa tehtävää. Hänen mukaansa viritys voi olla mielikuvittelun tehtävä. Tällaisen mielikuvittelun tehtävän voi mieltää näyttelijän ruumista aktivoivaksi näyttelemisohjeksi. Halonen käyttää esimerkkinä seuraavanlaista tehtävää: ”päälleni kaadetaan hiekkaa ja vaikutun tästä kehossa ja äänessä.” (Halonen 2016, 7.) Halosen esimerkkinä käyttämä mielikuvittelun tehtävä sisältää oletuksen, että tehtävän suorittaminen vaikuttaa ruumiiseen ja ääneen. Omassa näyttelijäntekniikassani viritys merkitsee ennen kaikkea ruumiillisen kokemisen aloittamista. Tähän kokemiseen kuuluu sekä reaalisella, että tuntemuksellisella ruumiilla kokeminen. Näkökulma on ruumiillisen kokemuksen havaitsemisessa ja tämän kokemuksen tutkimisessa. Mielestäni Halosen määritelmä virityksestä on erinomainen ja se kuvaa hyvin myös omaa ajatteluani.

Nyky näyttelijän taiteessa puhutaan virityksen yhteydessä myös vaikuttumisesta, joka merkitsee ruumiin kykyä kommunikoida aistikentän kanssa ja tutkia sitä. (Silde et alii 2011, 212.) Viritys käynnistää ruumiissani jonkinlaisen aistimellisen kokemuksen. Ajattelen vaikuttumisen olevan virityksestä syntyneen ruumiillisen kokemuksen syventämistä ja varioimista. Virityksen kautta saavutan eräänlaisen kokemuksellisen lähtötilanteen, jota voin vaikuttamalla syventää. Tällöin en keskity enää viritykseen, vaan huomioni on ruumiin tuntemuksissa. Virityksen tehtävä on käynnistää kokeminen. Virityksestä syntyneen ruumiillisen kokemuksen syventäminen ja

tutkiminen on taas välisessä olemista. Miellän vaikuttumisen olevan tekniikka, jolla saavutan välisen. Vaikuttuminen on myös tutkimisen menetelmä. Tähän tutkimiseen liittyy avoimuus ja uteliaisuus. Avoimuus tarkoittaa sitä, että en tavoittele mitään tietynlaista ruumiillisuutta, vaan tutkin välisen potentiaalia ja leikittelen sillä.

2.1 Virike

Hanna Helavuoren mukaan esiintyminen nykyteatterissa on aktiivista tilallista ja aistimellista suhdetta toisiin. Hän kuvailee esittämisen olevan tilallista virittäytymistä ja reagointia ympärillä olevaan. Helavuoren mukaan nykyteatteria ja uutta esittämistä kannattelee ajatus siitä, että ruumis itsessään on havainnoiva elin. Hän kutsuu esiintyjän toimintaa ”esitykselliseksi asumiseksi”, jota luonnehtii asumisen tai elämisen kaltainen suhde esittävään ympäristöön. (Helavuori 2010, 105). En itse osaa luoda esitettävään ympäristöön Helavuoren kuvaamaa asumisen tai elämisen kaltaista suhdetta. Minulle sana asuminen assosioituu kotona olemiseen ja lepoon, kun taas esiintymisen koen olevan arjesta erillinen ja kohotettu tapa toimia ja ajatella. Puhuessani kohotetusta ajattelusta ja tavasta toimia viittaa näyttämöllisen ruumiinkokemuksen erityiseen laatuun sekä näyttämöllisen ajatteluni logiikkaan. Se poikkeaa ratkaisevalla tavalla arkisen ajattelun ja ruumiin logiikasta. Esityksellisen asumisen sijaan puhunkin mieluummin esityksellisestä tutkimisesta. Toisin kuin asumisen, miellän tutkimisen aktiiviseksi ja uteliaaksi asenteeksi ja toiminnaksi. Näyttämöllisenä tutkijana haluan selvittää ja löytää kulloiseenkin esitykseen sopivan esittämisen tavan. Tutkiminen tapahtuu näyttämöllä, toiminnan ja kokemuksellisuuden kautta. Tutkin esitystä ja esiintymistä näyttämöltä käsin, siellä toimien, kokien ja aistien.

Mielestäni on olennaista kysyä, mikä on se ympäristö, missä esityksellinen asuminen – tai kuten itse sen miellän, tutkiminen – tapahtuu. Tapahtuuko esityksellinen tutkiminen esityksen fiktiivisessä maailmassa, fiktiivisten henkilöiden kanssa vai voisiko esityksellisen tutkimisen ajatella laajentuvan fiktiivisen maailman ulkopuolelle faktiseen teatterirakennukseen, esitystekniikkaan ja katsojiin? Väitöstutkimuksessaan *Esitys tilana* Annette Arlander käyttää tästä kaikesta nimitystä *esitysmaailma*. Esitysmaailman voi hänen mukaansa mieltää fiktion tapahtumapaikan ja faktisen esitystilan yhdistelmäksi. Sen voi ajatella sisältävän samanaikaisesti itse esitystapahtuma näyttelijöineen ja katsojineen sekä fiktiivisen maailma, jossa fiktiiviset henkilöt toimivat ja jossa esitys tapahtuu. (Arlander 1998, 60.) Havainnollistan asiaa käyttämällä esimerkkinä maisterin opinnäyte-esityksestäni *Vakavuusongelma*, jossa tapahtuu monenlaista fiktiivisen maailman ja esitystapahtuman sekoittumista ja vaihtelemista.

Eräissä kohtauksessa esittämäni roolihenkilöni Lauri istuu ja katsoo edessään olevaa työmaata. Todellisuudessa edessäni on katsomo, mutta tässä kohdassa esitystä kuvittelen katsomon tilalle rakennustyömaan. Eläydyn Laurina olemiseen myös itse, reagoin fiktion henkilönä fiktiiviseen ympäristöön. Näen työmaalla muun muassa keltaisia kaivinkoneita, maahan kasattuja pitkiä putkia, väliaikaisia aitoja ja sinisiä työmaakoppeja. Kuvittelen hetken aikaa olevani Lauri, joka istuu työmaalla ja kuuntelee työtoverinsa puhetta. Tässä kohtaa esitystä kanssänäyttelijällä on pitkä repliikki, jossa hän puhuu Lintupuiston työmaasta. Repliikin loppuun siirryn nopeasti takaisin faktiseen esitystilaan ja aloitan replikoinnin toisen näyttelijän kanssa. Kuvitteleman rakennustyömaa katoaa välittömästi. En myöskään enää kuvittele olevani Lauri. Staattinen tilanne muuttuu dynaamiseksi. Kahden näyttelijän välinen dialogi alkaa. Nyt olen näyttelijä Konsta Laakso ja nyt keskityn toiseen näyttelijään ja meidän väliseemme dialogiin. Olen esitystapahtumassa ja keskityn siihen, että sanon repliikkini etukäteen harjoittelulla, koomiseksi todetulla rytmillä. Kuvittelu ja eläytyminen eivät tunnu enää tärkeältä. Nyt minulle tärkein hetki on kahden näyttelijän välinen tilanne ja tämän tilanteen dynamiikka ja rytmi.

Mihin esiintyjä näyttämöllä tutkiessaan sitten reagoi? Mihin kaikkeen minä reagoin? Minulle tutkiminen tapahtuu esityksen kontekstissa ruumiin havaitsemisen kautta. Toisin sanoen sijoitan ruumiini esityksimaailmaan ja havaitsen, mitä tunteita ja reaktioita ruumiissani syntyy. Samalla yritän miettiä ja ymmärtää, mistä nämä tunteet ja reaktiot johtuvat. Yritän myös ratkaista, miten näiden reaktioiden avulla voisi näyttellä, ja mitä niillä voisi ilmaista. Tunteita synnyttäviä tekijöitä kutsun virikkeiksi. Virike on jokin esityksimaailmaan kuuluva elementti, joka synnyttää ruumiillisia tunteita ja käynnistää muutoksen ruumiissani. Koen esityksimaailman olevan virikkeitä vilisevä ympäristö ja tutkimisen tavoitteena on havaita ja löytää oman esitykseni rakentamisen kannalta sopivimmat ja hedelmällisimmät virikkeet. Parhaimmat virikkeet ovat sellaisia, jotka synnyttävät ruumiissani selkeästi havaittavia tunteita. Valitsen virikkeitä tämän perusteella. Virikkeenä voi toimia esimerkiksi ääni, valo tai toisen näyttelijän kosketus. Toisaalta myös itse keksimäni mielikuvat voivat toimia virikkeinä ja virikkeitä voi löytyä myös käsikirjoituksesta.

En välttämättä kykene ymmärrettävästi sanallistamaan virikkeen synnyttämiä ruumiillisia tunteita, mutta pystyn osoittamaan, mistä nämä tunteet johtuvat. Virike on jotain, joka käynnistää ja synnyttää ruumiillisia tunteita. Virikkeiden kautta pystyn saamaan käsikirjoituksesta ja sen suhteesta näyttämötoimintaan sellaista tietoa, jota en lukemalla tai muiden

työskentelyä katsomalla onnistu saavuttamaan. Tämä tieto ilmenee ruumiissani esimerkiksi tuntemuksina, olotiloina tai asenteina.

Varsinkin produktion alkuvaiheessa harjoittelu tuntuu yleensä kaoottiselta. Keskittymiseni on jakautunut moneen eri asiaan. Muistelen repliikkejä ja yritän viedä kohtausta eteenpäin, samalla havaiten ruumiissani olevia tuntemuksia ja reflektoin tekemiäni havaintoja. Esityksellisen tutkimisen voisi ajatella alkavan vasta sitten, kun kohtauksella on jonkinlainen alustava runko ja rakenne. Esityksellinen tutkiminen on helpompaa, kun sille on määritelty jonkinlaiset rajat, minkä puitteissa se tapahtuu. Valitsemani virikkeet vakiintuvat harjoitusten edetessä ja näin kohtauksiin rakentuu erilaisista virikkeistä muodostuva reitti. Teknisesti ymmärrettynä näyttelemisen on minulle siis ennalta määrittelemieni virikkeiden välillä siirtymistä. Näyttelemiseen liittyvä tutkiminen ei kuitenkaan häviä mihinkään, vaikka virikkeiden reitti olisikin selkeä.

Joskus esityksimaailmaan voi ilmaantua yllätyksellisiä virikkeitä. Toinen näyttelijä saattaa yllättäen koskettaa minua, vaikka edellisessä esityksessä hän ei sitä ole tehnyt. Hän saattaa myös sanoa repliikkinsä vihaisemmin tai hitaammin kuin edellisessä esityksessä. Minun on osattava reagoida muuttuneisiin tai yllätyksellisiin virikkeeseen. Yllätykselliset virikkeet eivät aina ole positiivisia. Eräässä *Vakavuusongelman* esityksessä yksi näyttelijöistä unohti tulla näyttämölle. Huomasin hänen poissaolonsa aiheuttavan ruumiissani jonkinlaisen paniikin tuntemuksen. En kokenut tätä tuntemusta mielekkääksi ja yritin mielessäni rauhoittaa itseni. Yllätyksellisen virikkeen minussa aiheuttama välitön reflektio sai minut kysymään, voinko käyttää tätä tuntemusta esiintymiseen. Kannattaako tätä lähteä ruumiillistamaan? Tällainen reflektointi on nopeaa ja joskus myös intuitiivista. Kyseisessä *Vakavuusongelman* esityksessä havaitsin panikoivani, mutta tein välittömästi valinnan, että en lähde seuraamaan tätä virikettä ja sen synnyttämiä tuntemuksia.

2.2 Virike näyttämöltä

Normaalissa näyttämötyössä virikkeet toimivat niin, että voin niiden kautta ilmaista haluamiani ja suunnittelemani asioita, kuten roolihenkilön tunteita, asennetta ja pyrkimyksiä. Seuraavan esimerkin kautta selitän, miten tämä käytännössä tapahtuu. Käytän esimerkkinä kohtausta *Vakavuusongelmasta*. Keskityn tässä esimerkissä kolmeen kohtauksessani käyttämään virikkeeseen, jotka olivat Jereä näyttävän näyttelijä Jesse Saikkosen ruumis, rekvisiittana toiminut puinen pieni tuoli ja tietty valotilanteen muutos. Ensiksi kuitenkin selitän lyhyesti, mitä kohtauksessa tapahtuu: Rakennustyömaan työntekijät istuvat juomassa kahvia ja odottavat, että heidän syntymäpäiviään

viettävä kollegansa tulisi paikalle, jotta he voisivat aloittaa syntymäpäiväjuhlat. Edellisessä kohtauksessa näyttämölle on rakennettu pöytä, jossa on kahvikuppeja ja termospannuja. Yksi työntekijöistä, Jere, lähtee hakemaan syntymäpäiväsankaria, rakennusmies Peteä.

Rakennustyömaalla on kuitenkin sattunut onnettomuus, ja Pete on hautautunut maamassojen alle. Jere tulee hätääntyneenä ja kauhistunut ilme kasvoillaan takaisin näyttämölle eikä kykene sanomaan muuta kuin: ”Pete”. Jeren repliikin jälkeen valotilanne muuttuu siten, että näyttämön keskelle rakennettu pöytä valaistaan hitaasti liukuvalla valolla ja muut valot liukuvat pimeäksi. Ainoastaan pöytä on valaistu. Valotilanteen vaihtuessa näyttelijät tyhjentävät pöydän ja pöydälle asetetaan lapio, jota Pete on esityksen aikana käyttänyt. Lapion asettamisen jälkeen esittämäni määräaikainen työntekijä ja Peten työpari Lauri asettaa Petelle syntymäpäivälahjaksi tarkoitetun ruusun pöydällä olevan lapion viereen. Tapahtuu teatterillinen muutos. Kahvipöytä on nyt muuttunut ikään kuin Peten haudaksi, jonka päällä on hänen lapionsa ja yksi punainen ruusu. Työntekijät seisovat haudan ympärillä ja katsovat sitä. Seuraavaksi alkaa kuulua nauhoitettu dialogi, jossa maamassojen alla kuolemaa tekevä tai jo kuollut Pete keskustelelee nuoruutensa tyttöystävän kanssa. Jo esityksen alussa Peten nuoruuden tyttöystävä Anja on ilmestynyt hänelle näköharhana. Petellä ja Anjalla on esityksen aikana useita yhteisiä kohtauksia ja Anja on myös läsnä Peten kuollessa. Dialogin aikana näyttelijät poistuvat haudan ympäriltä, näyttämö on tyhjä, ja valaistua hautaa lukuun ottamatta täysin pimeä.

On tietenkin olennaista kysyä, miksi käytin juuri näitä kolmea virikettä. Olisi liian helppoa sanoa, että virikkeet ovat valikoituivat intuitiivisesti. Kohtausta harjoitellessa kokemukseni kuitenkin oli tämä; tuntui kuin virikkeet olisivat valinneet minut ilman, että minulla on mahdollisuutta tai valtaa valita, mikä ruumiiseeni vaikuttaa ja miten. En kuitenkaan halua ajatella, että näytteleminen on pelkästään virikkeiden virtaan heittäytymistä. Siitä huolimatta tällainen heittäytyminen voi toimia tutkimisen ja harjoittelemisen tekniikkana. Lisäksi minä ymmärrän tekstin paremmin, kun tulkitseen sitä lukemisen lisäksi myös ruumiinkokemuksen ja tekemisen kautta. Yleensä tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että harjoittelen kohtausta muiden näyttelijöiden kanssa. Myös näytelmän sisältö ja merkitykset avautuvat minulle usein vasta kokemisen ja tekemisen kautta. Tekstissä olevat henkilöiden väliset jännitteet, repliikkeihin kirjoitettu rytmi ja tapahtumat juonessa tuntuvat ruumiissani ja vaikuttavat ruumiiseeni. Näiden tuntemusten avulla pystyn ymmärtämään tekstiä paremmin. Tekemisen aikana en välttämättä pysty ymmärtämään mistä jokin tuntemus johtuu, tai mihin näytelmän tapahtumaan se liittyy, mutta toistojen myötä ruumiillisten tuntemusten ja näytelmän tapahtumien väliset yhteydet selkiytyvät ja paljastuvat. Näin kävi myös kyseisessä *Vakavuusongelman* kohtauksessa. Virikkeiden etsiminen kohtausta tekemällä oli olennaista myös,

koska näyttämälläni Laurilla ei kohtauksessa ole yhtään repliikkiä, eikä kukaan myöskään sanonut Laurille mitään. Myöskään parenteseissa ei sanottu Laurista mitään. Mitä kokeminen ja tekeminen sitten opetti? Minkälainen dramaturgia harjoittelamisen kautta rakentui? Mitä halusin kertoa yleisölle?

Ennen kuvailemaani kohtausta esityksessä on jo näytetty toinen kohtaus, jossa Pete murskautuu maamassojen alle. Yleisö siis tietää Peten kuolemasta ennen Lauria. Halusinkin esittää yleisölle tilanteen ja ennen kaikkea tavan, jolla Lauri ottaa vastaan tiedon Peten kuolemasta. Kohtausta harjoitellessani päädyin esittämään roolihahmon reaktiot seuraavanlaisen rakenteen kautta: Ensin Lauri näkee Jeren kauhistuneen olemuksen, jolloin hän alkaa kuumeisesti, mitä oikein on tapahtunut. Sitten hän kuulee Jeren sanovan ”Pete”. Samalla hetkellä Lauri ymmärtää, että Petelle on sattunut jotain vakavaa. Hän ei kuitenkaan osaa aavistaa, että Pete on kuollut. Lopuksi Jere kääntää katseensa Peten tyhjään tuoliin. Myös Lauri katsoo tuolia, jolloin hän ymmärtää Peten olevan kuollut. Tulkintani kohtauksen dramaturgisesta rakenteesta syntyi virikkeiden havaitsemisen kautta. Huomasin yhteyksiä näytelmän tilanteen ja käyttämieni virikkeiden välillä. Esimerkiksi Jeren repliikki ”Pete” merkitsi hetkeä, jossa Lauri on huolissaan Petestä ja pelkää, mitä hänelle on sattunut. Peten tyhjä tuoli taas merkitsi hetkeä, jolloin Lauri ymmärsi Peten olevan kuollut. Keskityin työskentelemään virikkeiden kanssa, joiden ajattelin tukevan tulkitsemaani dramaturgista rakennetta.

Miten sitten työskentelen valitsemieni viritysten kanssa valmiissa esityksessä? Ennen Saikkosen esittämän Jeren saapumista näyttämölle tunnen ruumiini olevan ikään kuin tyhjentynyt. Tämä tyhjentynyt olotila on syntynyt aiemmasta virikkeestä, joka oli toisen näyttelijän repliikki. Tässä repliikissä rakennustyömaan johtaja on ilmoittanut kaikkien työntekijöiden kuullen, että kaksi työntekijää tullaan irtisanomaan. Tyhjentyneessä olotilassa ruumiini tuntuu ontolta, minulla ei ole sisäelimiä eikä luita, vaan ihoni alla on munankuoren kaltainen hauras kerros, joka pitää ruumiini kasassa. Ruumiinkokemuksen tasolla tämä tarkoittaa, että kuvitteellinen keho on sijoittunut ruumiini sisälle ja korvannut ruumiin sisäisen rakenteen. Tässä olotilassa minun on liikuttava normaalia hitaammin, ettei ruumistani koossa pitävä hauras kerros rikkoudu. Saikkonen saapuu näyttämölle, hän seisoo vieressäni, hengittää kiivaasti ja yrittää sanoa jotain, mutta ei onnistu. Käänän katseeni Saikkoseen ja katson hänen kasvojaan. Ne näyttävät samanaikaisesti pelokkailta ja hätäntyneiltä, katson hänen suutaan, joka yrittää epätoivoisesti muodostaa sanoja. Tässä vaiheessa tyhjentynyt olotila katoaa välittömästi. Selkäni suoristuu äkisti ja tuntuu, kuin pääkalloni sisällä on parvi sähiseviä kipinöitä. Hengitykseni pysähtyy rintakehään, silmäni ja sieraimeni

aukeavat hieman ja herkistän kuuloaistini erottaakseni, mitä Saikkonen yrittää sanoa. Lopulta hän onnistuu sanomaan: ”Pete”. Tämän jälkeen hän kääntää katseensa Petelle varattuun tuoliin. Repliikki pysäyttää pääkalloni sisällä sähisevät kipinät, enkä enää herkistä kuuloaistiani. Tuntuu kuin koko ruumis pysähtyisi. Käynnissä oleva olotila ruumiillisine tuntemuksineen ikään kuin pysähtyy, aivan kuin pysäyttäisi videokuvan. Kun Saikkonen kääntää katseensa Peten tuoliin, minun katseeni seuraa perästä. Katson Peten tyhjää tuolia, ja ruumiissani oleva pysähtynyt olotila katoaa. Katsoessani Peten tuolia tuntuu, kuin ruumiini rentoutuisi ja alkaisi valua maata kohti. Rentoutuminen tuntuu siltä, kuin ruumiini hitaasti valuisi kasaan, ikään kuin ruumiin läpi virtaisi jokin energia, joka virratessaan rentouttaa lihakset. Katsojan näkemä reaalin ruumiini ei suinkaan valu kasaan, mutta kokemuksen tasolla ilmenevä tuntemuksellinen ruumiini sen sijaan valuu. Kokemani valuminen näkyy reaalisessa ruumiissa lihasjänteyden muutoksena. Kasvojeni lihakset rentoutuvat, leuka rentoutuu ja hartiat valuvat alaspäin.

Ensimmäisessä virikkeessä reagoin Saikkosen ruumiiseen. Esitystilanteessa en ajattele katsovani Saikkosen esittämää roolihahmoa Jereä, vaan näyttelijä Jesse Saikkosta. Hänen ruumiinsa näyttäytyy minulle erittäin virittäytyneenä. Tällä tarkoitan sitä, että hänen ruumiinsa on minulle selkeästi tuntuvien virikkeiden täyttämä. Näitä virikkeitä ovat kiihtynyt hengitys, avoimena oleva suu ja suureksi avautuneet silmät. Tuossa hetkessä huomaan, että Saikkosen ruumis on näyttämön hedelmällisin virike. Hänen ruumiillinen virittäytymisensä alkaa vaikuttaa minuun kinesteettisen empatian kautta. Alan tahdosta riippumatta mukautua hänen ruumiillisuuteensa. Koen itse samoja tuntemuksia, joita tunnen hänessä havaitsevani.

Kokemus Saikkosen ruumiillisesta virittyneisyydestä ilmenee ensin tuntemuksellisessa ruumiissani. Tunnen Saikkosessa näkemäni ruumiilliset toiminnot ikään kuin pienoiskoossa, oman ruumiini sisällä. Tämän jälkeen lähdän tietoisesti kasvattamaan näitä tuntemuksia itsessäni ja annan niiden vaikuttaa myös reaaliseseen ruumiiseeni, minkä seurauksena hengitykseni pysähtyy rintakehään, sieraimeni ja silmäni avautuvat hieman suuremmiksi ja selkäni suoristuu. Samalla syntyy tuntemus pääkallon sisällä sähisevistä kipinöistä. Tunnen pääkallon sisällä sähisevien kipinöiden kohottavan päätäni ylöspäin. Toisin sanoen ruumiillistan Saikkosessa havaitsemani ja kokemani virikkeet omassa ruumiissani. Samalla herkistän kuuloaistini, jotta kuulisin, mitä Saikkonen yrittää sanoa. Kuuloaistin herkistäminen synnyttää tuntemuksen siitä, että korvani kasvavat. Reaalisessa ruumiissa tämä näkyy pienenä kohottautumisena. Selkäni suoristuu hieman ja kohotan päätäni Saikkosta kohti. Myös yläruumiini kallistuu hieman eteenpäin.

Kun näytöksissä esitän kohtausta, Saikkosen katsomisesta syntyvä ruumiillisten tuntemusten summa rakentuu välittömästi. Minun ei tarvitse tietoisesti rakentaa sitä, vaan se syntyy kuin itsestään, spontaanin reagoimisen ja virikkeille altistumisen kautta. Tai ainakin kokemukseni siitä on tällainen. Tarkemmin ajateltuna olen ehdollistunut käynnistämään tietynlaista ruumiillisuutta tietystä kohtaa esitystä. Saikkosen ruumis toimii eräänlaisena merkinä tietynlaisen ruumiillisen asetuksen käynnistämiseksi. Haluan puhua nimenomaan käynnistämisestä, koska tämän ruumiillisen asetuksen saavuttamiseen ei liity minkäänlaista valmistelun prosessia. Ruumiillinen olotila käynnistyy välittömästi, jos niin haluan. Esityskauden aikana ei ole välttämättä ole kohdallista puhua reagoimisesta – tiedänhän, mitä näyttämöllä tulee tapahtumaan ja mitä siellä konkreettisesti teen. Esiintyessä minusta kuitenkin tuntui, että ruumiini toimii automaattisesti. Tämä ei kuitenkaan tarkoita sitä, että esityksellisen tutkiminen loppui.

Ruumiin toiminnan logiikkani on siis erilainen harjoitellessa ja esiintyessä. Kohtausta harjoitellessa reagoin ympäristööni ja tutkin näitä reaktioita. Kohtausta esittäessä tutkiminen ei tunnu enää niin olennaiselta, vaan keskityn synnyttämään ja rakentamaan harjoituskaudella keksimiäni olotiloja. Tutkiminen ei kuitenkaan täysin lopu, vaan pyrin edelleen olemaan avoin esimerkiksi yllätyksellisille virikkeille. Esiintymiskokemuksessa on samanaikaisesti läsnä tutkiminen ja näyttelijä-dramaturgisen rakenteen toistaminen.

Toinen kohtauksessa käyttämäni virike oli Peten tyhjä tuoli. Tuoli toimi minulle laadullisesti täysin erilaisena virikkeenä kuin Saikkonen. Tuoli on staattinen, eloton objekti. Minun on vaikea jäljittää alkuperäistä syytä, miksi tuoli toimi niin vahvana virikkeenä, eikä välttämättä ole edes oleellista. Kohtausta harjoiteltaessa havaitsin reagoivani tuolin katsomiseen aina samalla tavalla. Tunsin rentoutuvani ja valuvani. Tuntui kuin olisin uponnut tuoliin, jolla istun. Edellisen virikkeen kautta syntynyt, varsin voimakas olotila haihtui ruumiistani pois. Kenties virikkeenä ei toiminutkaan pelkkä tuoli, vaan ajatus tyhjästä tuolista. Ajatus siitä, että Pete on kuollut. Tässä kohdassa kohtauksen tunnelma muuttuu jollain tavalla hauraaksi. Kaikki näytelmän henkilöt tajuaavat, että syntymäpäiviään viettävä Pete on kuollut. Viimeistään nyt myös jokainen katsoja ymmärtää, mitä on tapahtunut. Kaikki näyttelijät istuvat Peten tuolin ympärillä ja tuijottavat sitä. Näyttämökuva on staattinen, kukaan ei liiku tai puhu. Tämän vuoksi halusin pitää myös ruumiini melko staattisena. Yritin antaa katsojan mielikuvitukselle tilaa. Halusin, että katsoessaan minua katsoja voi itse määrittää ja kuvitella, mitä Lauri tuntee tai ajattelee. Kasvoni olivat rennot, suuni oli vähän raollaan ja kulmat hieman kurtussa.

Näytelmän parenteseissa ei kerrota, miten näytelmän henkilöt reagoivat tietoon Peten kuolemasta. Kukaan henkilöistä ei myöskään sano enää mitään. Myös muiden kohtauksessa mukana olevien näyttelijöiden ilmaisu oli melko pudotettua. Heidän ilmaisuaan voisi kuvata vähäeleiseksi, he eivät liiku tai elehdi voimakkaasti, eivätkä myöskään pidä mitään ääntä. Kaikki vain istuvat paikallaan ja katsovat Peten tyhjää tuolia. *Vakavuusongelman* käsikirjoitusta lukiessani olin ajatellut, että tämä kohtaus on vaikea, koska Peten kuolema on näytelmän rajuin tapahtuma. Etukäteen kuvittelin, että minun pitää esittää jonkinlainen suuri tunteenpurkaus, jossa katsojalle paljastuu, että kaikesta huolimatta Lauri arvostaa ja rakastaa Peteä. Kohtausta harjoiteltaessa tällaisen tunteenpurkauksen esittäminen ei tuntunut lainkaan järkevältä. Se olisi kiinnittänyt katsojan huomion liiaksi Lauriin ja vienyt huomiota Peten kuolemalta. Olisin pilannut kohtauksen hauraan tunnelman.

Kolmas kohtauksessa käyttämäni virike oli valotilanteen muutos. Tämän esimerkin kautta haluan korostaa, että virike voi löytyä miltä tahansa esitysmailman alueelta. Toinen näyttelijä voi usein olla varsin hyvä ja toimiva virike, mutta olen todennut, että virikkeitä voi löytyä myös muualta. Kohtaus oli ohjattu siten, että pöydän ääressä istuvat näyttelijät nousevat valotilanteen vaihtumisen alkaessa seisomaan ja suuntaavat katseensa pöytään. Selkeään muotoon ohjatussa kohtauksessa on rajat, minkä puitteissa näyttelemisen tapahtuu. Ohjaaja on suunnitellut näyttämökuvan, jossa näyttelijät ovat paikallaan ja katsovat näyttämön keskellä olevaa pöytää. Kohtaus etenee ennalta sovitetun kuljetuksen mukaisesti. Tyhjennämme kahvipöydän, minkä seurauksena kahvipöytä muuttuu Peten haudaksi. Pöydän muuttaminen tapahtuu jokaisessa esityksessä samalla tavalla.

Oma toimintani menee näin:

Nousen ylös tuolilta ja katson pöytää. Peten ja hänen nuoruutensa tyttöystävän dialogin alkaessa nostan tuolini näyttämön takaosaan ja tämän jälkeen nostan pöydällä olevat ruusut äsken siirtämäni tuolin päälle. Ruusuja on kolme, joista kaksi laitan tuolin vasemmalle reunalle ja yhden oikealle. Tulen takaisin pöydän luokse, jolloin kaksi muuta näyttelijää nostavat kahden pukkijalan päällä olevan pöydän kannen ilmaan. Nostan toisen pukkijaloista ja siirrän sen näyttämön takaosaan. Sitten otan tuolin oikealta reunalta ruusun oikeaan käteeni ja tulen takaisin pöydän ääreen. Yksi näyttelijöistä laittaa Peten lapion pöydän kannelle, tämän jälkeen pöydän kansi lasketaan lavalla olevan putken päälle. Kun kansi on laskettu, laitan ruusun lapion viereen ja jään katsomaan pöytää, joka on tämän toiminnan seurauksena muuttunut haudaksi. Kohtaukseen kuuluvan dialogin loppuessa poistun näyttämöltä.

Valotilanteen vaihtuessa seison pöydän takana ja katson alaspäin pöydälle. Näyttämö alkaa pimetä pöytää lukuun ottamatta, ja ryhdyn suorittamaan kohtausta toimintojeni mukaisesti. Näyttämön pimeneminen vaikuttaa tuntemukselliseen ruumiiseeni. Tunnen ruumiini takaosan tuntoaistin vahvistuvan. Takaraivo, niska, selkä, takapuoli, takareidet ja pohkeet herkistyvät. Vaatteet hankautuvat ihoani vasten, tunnen myös takanani liikkuvien näyttelijöiden liikkeet. Tunnen jopa näyttämön rajat ja teatterin seinät. Tuntuu, kuin näkisin ja kuulisin ympäristöni ruumiini takaosan tuntoaistin kautta. En kuitenkaan reagoi ruumiillani havaitsemaani ympäristöön vaan ainoastaan tiedostan sen. En ala varoa tai väistellä rekvisiittaa ja muita näyttelijöitä. Tiedostan heidän olemassaolonsa ja jatkan toimintojen suorittamista. Valonvaihdoksesta syntynyt olotila näkyy reaalisessa ruumiissani liikkumisen hitautena. Kasvoni ovat rentoutuneet ja havainnoin tilaa myös silmilläni. Ruumiissani oleva tuntemuksellinen olotila on voimakas, mutta siitä huolimatta keskityn esitystilanteeseen, ja näen ja kuulen, mitä ympärilläni tapahtuu. Tässä kohtaa liikkumiseni laatua voisi kuvailla varovaiseksi ja keskittyneeksi. Nostan esineitä, kävelen ja siirtelen esineitä. Teen tämän kaiken rauhallisesti ja määrätietoisesti. En tee ainuttakaan turhaa liikettä, sillä tiedän tarkalleen mitä tulen tekemään. Minun ei tarvitse katsoa ympärilläni. Tiedän, missä jokainen rekvisiitta on. Tiedän myös, missä muut näyttelijät liikkuvat.

Mitä tallainen ruumiillisuus sitten tässä kohdassa palvelee? Mitä se kertoo? Mielestäni haudan rakentaminen on herkkä ja rauhallinen tilanne. Minä haluan omalla ruumiillisuudellani korostaa ja ylläpitää tätä tilannetta. Ajattelen ruumiillisuuteni myös olevan esteettiseltä laadultaan samankaltainen kohtausten valo -ja äänisuunnittelun kanssa. Kohtauksessa kuultava musiikki on eteeristä ja tempoltaan sekä rytmiltään rauhallista. Valaistus on staattinen ja himmeä. Ajattelen ruumiini olevan osa valo -ja äänisuunnittelusta rakentuvaa kompositiota. Tämän komposition kaikki elementit rakentavat haurasta ja herkkää tunnelmaa ja mielestäni esiintyjän ruumiilla on tässä kompositiossa olennainen ja tärkeä rooli.

Yliopistonlehtori Minna Hokkanen sanoi eräällä opettamallaan kurssilla, että tekstiä lukiessa ja esittäessä voi kuulostella ruumiin ”hytkähtelyjä”. Hän kehotti meitä kiinnittämään huomiota siihen, mitä kohtaa esittäessä näitä hytkähtelyjä syntyy, ja missä kohtaa ruumista hytkähtelyt tuntuvat. Ymmärsi hytkähtelyiden tarkoittavan ruumiissa spontaanisti syntyviä reaktioita ja tuntemuksia. Voisi siis ajatella, että Hokkasen kurssilla etsin tekstistä virikkeitä, jotka synnyttäisivät ruumiissani hytkähtelyjä, eli ruumiillisia tuntemuksia. Omassa näyttelijäntekniikassani näitä hytkähdyksiä voi syntyä tekstin lisäksi kaikista muistakin esityksen elementeistä, kuten valoista, äänistä tai toisista näyttelijöistä. Olennaista on kuitenkin ymmärtää, että pelkkä virikkeille altistuminen ja ruumiin

tuntemusten havaitseminen eivät vielä ole esiintymistä. Havaintojen tulee tavalla tai toisella tulla näkyväksi reaalisessa ruumiissani.

2.3 Virike mielikuvasta

Arlanderin (1998) erittelemässä esityksmaailmassa on läsnä myös fiktion taso. Tähän kuuluu näytelmäkirjailijan luoma todellisuus eli näytelmän tapahtumat, henkilöt ja tapahtumapaikat. Näiden lisäksi voin täyttää esityksmaailmaa omalla mielikuvituksellani. Voin määrittää omalle ruumiilleni kuvitteellisia ominaisuuksia, mutta myös esitystapahtuman elementit, kuten näyttämö tai rekvisiitta voivat saada kuvitteellisia ominaisuuksia. Omassa näyttelijäntekniikassani erilaiset mielikuvat voivat myös toimia virikkeinä. Seuraavien esimerkkien avulla esittelen, kuinka tämä käytännössä tapahtuu. Käytän jälleen esimerkkinä kohtausta *Vakavuusongelmasta*.

Vakavuusongelmassa tekstissä näytelmäkirjailija Mika Ripatti kuvailee näytelmän tapahtumapaikkaa, Lintupuiston rakennustyömaata näin:

Maassa on syvä kaivanto, jonka reunalla on maanrakennustyön korkokeppejä. Kaivannossa on valmista murskearinaa ja asennuspetiä, asennuspedillä valmistumassa olevaa viemäriä kahdessa kerroksessa, alempana muovinen jätevesiviemäri, ylempänä betoninen hulevesi. Jätevesiviemärin vierellä kulkee vesijohto. Viemärien edessä, minne putkitukset eivät vielä ylety, eikä arinaa ja petiä ole tehty, on kaivannossa vettä. (Ripatti 2016, 4.)

Tämä tekstikatkkelma on näytelmän ensimmäisen kohtauksen parenteesista. *Vakavuusongelman* parenteesija lukiessani yritin havaita, minkälaisia ruumiillisia tuntemuksia lukeminen minussa herättää. Yritin mielessäni nähdä kirjailijan kuvaileman ympäristön ja kuvitella itseni tähän ympäristöön. Sen jälkeen havaitsin, mitä tuntemuksia ruumiissani tältä pohjalta syntyy, ja tutkin, miltä tässä ympäristössä oleminen voisi tuntua. Lukukokemuksesta voi syntyä samanlaista ruumiissa näkyvää ja tuntuva tietoa kuin näyttämöllisestä tutkimisesta.

Vakavuusongelman näyttämöohjeissa Ripatti on keskittynyt kuvaamaan erittäin tarkasti rakennustyömaalla kulkevia putkia. Tarkkuudesta huolimatta huomaa, että Ripatin parenteesit eivät vaikuta ruumiiseen mitenkään. On tietysti muistettava, että perinteisesti näyttämöohjeiden ensisijainen tarkoitus ei ole synnyttää näyttelijässä ruumiillisia tuntemuksia. Minun on myös vaikea kuvitella Ripatin kuvailemaa ympäristöä, koska en tiedä, mitä asennuspeti ja hulevesi ovat.

Harjoitusprosessin aikana olisin tietysti voinut selvittää, mitä nämä maanrakennukseen liittyvät termit tarkoittavat. Ehkä olisin siten onnistunut kuvittelemaan Lintupuiston paremmin. Tätä selvitystyötä en kuitenkaan koskaan ymmärtänyt tehdä, mikä jälkikäteen ajateltuna oli typerää – kuvaahan Ripatti rakennustyömaata ansioituneella tarkkuudella, mutta minä en ole ymmärtänyt hyödyntää tätä. Olisin voinut ottaa selvää, mitä minulle vieraat käsitteet tarkoittavat, ja näin olisin voinut luoda tarkan ja yksityiskohtaisen mielikuvan Lintupuiston työmaasta. Myös tästä syntynyt mielikuva olisi aivan hyvin voinut synnyttää mielenkiintoista ja esityksen rakentumisen kannalta sopivaa ruumiillisuutta ja ilmaisua. Tulevissa töissäni haluan toimia toisin ja selvittää kaikki termit ja käsitteet, joita en ymmärrä.

Palataan kuitenkin *Vakavuusongelmaan* ja kohtaukseen, jossa saavun ensi kertaa näyttämölle. Olemme Lintupuiston rakennustyömaalla. Esitän nuorta putkenlaskijaa Lauria, joka tulee ensimmäistä kertaa Lintupuistoon ja odottaa, että työmaan vastaava mestari Esko ottaa hänet vastaan. Eskoa ei kuitenkaan näy missään, ja Lauri seisoo keskellä työmaata yksin. Hetken kuluttua Laurin tuleva työkaveri Minerva tulee paikalle ja he käyvät lyhyen keskustelun, kunnes Esko saapuu paikalle. Tulen siis näyttämölle yksin ja olen siellä hetken aikaa itsekseni, kunnes Minervaa näyttelevä Eriikka Väliahde sanoo Laurille osoitetun repliikin ja vuoropuhelu alkaa. Minulle kohtauksessa vaikeinta oli yksin oleminen. Yritin kuumeisesti miettiä, mitä voisin näyttämöllä tehdä. Yritin hakea ratkaisua näytelmän fiktiivisestä maailmasta eli Ripatin kuvailemasta Lintupuistosta. Kuvittelin näyttämön tilalle Lintupuiston työmaan ja astuin tämän kuvitelman sisälle. Yritin nähdä näyttämöllä viemäreitä, mursketta, korkokeppejä ja kaivinkoneita. Yritin synnyttää esitykseen sopivaa ilmaisua eläytymällä kirjailijan luomaan fiktiiviseen maailmaan. Kokeiluni meni kuitenkin pieleen. Kuvitteleman Lintupuisto oli varsin ylimalkainen, sillä en nähnyt kuvittelemiseen riittävästi vaivaa.

Saavuttamaani kuvitelmaa voisi verrata työmaan ohi ajamiseen. Olen usein ajanut autolla rakennustyömaan ohi ja nähnyt vilaukselta kaivinkoneita, putkia ja aitoja. Yritykseni kuvitella Lintupuisto oli jotakuinkin yhtä tarkka. Ei siis ole ihme, että ruumiillisia tuntemuksia tai ilmaisua ei syntynyt. Mielikuvissani vilahteli kaivinkoneita, kuorma-autoja, oransseja aitoja ja kypäräpäisiä miehiä. En pysähtynyt minkään mielikuvan äärelle riittävän pitkäksi ajaksi. Mielikuvat vain vilisivät holtittomasti edessäni. Jälkikäteen ajateltuna olisin voinut esimerkiksi kuvitella kaivinkoneen tiettyyn kohtaan näyttämöä ja putket toiseen kohtaan. Olisin voinut kuvitella näyttämölle koko Ripatin luoman Lintupuiston. Tässä kohtaa minun olisi tietenkin kannattanut

tarttua käsikirjoitukseen ja alkaa selvittää, mitä asennuspeti ja murskearina ovat. Mutta ei, sen sijaan turhauhin epäonnistuneesta kokeilustani. Minun ei tietenkään olisi pitänyt luovuttaa näin nopeasti, vaan olisi kannattanut lähteä tarkentamaan ja syventämään mielikuvaani Lintupuistosta.

Kirjailijahan oli oikeastaan kuvannut Lintupuiston minulle valmiiksi, en vain ymmärtänyt hyödyntää sitä.

Hylättyäni ajatuksen Lintupuiston kuvittelemisesta ryhdyinkin miettimään kohtauksen tilannetta. Lauri on tullut uuteen työpaikkaan ja hänelle tuntemattomaan ympäristöön. Hän ei tiedä, miten työmaalla tulisi liikkua ja olla. Uudet työvaatteet, päällä olevat kypärä ja kengät tuntuvat vierailta. Lauri ei ole varma, onko oikeassa paikassa, mutta ei uskalla lähteä etsimään Eskoa. Hän on epävarma. Haluan siis näyttää yleisölle, että Lauri on epävarma. Minkälaisella ruumiillisuudella voisin ilmaista epävarmuutta? Tässä kohtauksessa minulle ei ole mitään toimintaa, minkä kautta epävarmuus voisi tulla näkyväksi. Minä ainoastaan tulen näyttämölle ja odotan. Voisinko jotenkin synnyttää itsessäni epävarmuuden tunteen? Miltä epävarmuus edes näyttää ja tuntuu? Voisinko jotenkin hypätä Laurin saappaisiin ja alkaa elää hänen elämäänsä?

En ole koskaan osannut ajatella, että tuntisin aitoja tai aidoksi kuvittelemiani emootioita näyttämöllä. Esittämäni henkilöni voi tuntea iloa tai vihaa, mutta tämä ei tarkoita, että minä olisin iloinen tai vihainen. Minä esiinnyn. Esitän jotain ruumiillista laatua tai elettä, jonka katsoja voi esityksen kontekstissa tulkita roolihahmon kokemaksi emootioksi, kuten iloksi. Tiedän, että jotkut näyttelijät kykenevät kokemaan näyttämöllä aitoa iloa tai vihaa. Ihailen ja osittain myös kadehdin heitä. Tällainen tapa työskennellä tuntuu kuitenkin vieraalta ja jopa pelottavalta. Pahimmillaan joutuisin illasta toiseen kokemaan vihaa, pelkoa, kärsimystä ja kuolemaa. Halusin siis löytää Laurin epävarmuuden ilmaisemiseen jonkun muun tavan.

Kaipasin jotain, mikä sysäisi ruumiini toimimaan. Ryhdyin kuvittelemaan, että näyttämöllä on kylmä. Astuessani näyttämölle kuvittelin, että astun 15 asteen pakkaseen. Havainnoin, mitä kaikkea kuvittelemani kylmyys voisi ruumiissani aiheuttaa. Ruumiistani tuli jännittyneempi. Lihakset jännittyivät hieman ja kädet pysyivät vartalon lähellä. Hartiat nousivat hieman ylöspäin, ja vatsani vetäytyi hieman sisään. Huomasin myös hengittäväni varovaisemmin, sillä en halunnut tuntea kylmää ilmaa nenässäni. Yritin lämmitellä vetämällä käteni takin hihojen sisään.

Tuntemuksellisessa ruumiissa pakkanen tuntui jonkinlaisena puristuksena, ikään kuin lihakset yrittäisivät puristua luita vasten pysyäkseen lämpiminä. Yritin pitää paleltumisen salassa. Vilkuilin

vaivihkaisesti ympärilleni ja yritin katsoa, huomasiko joku minun palelevan. Pakkanen oli niin selkeä mielikuva, että se alkoi synnyttää välittömästi myös ilmaisua. Koin siis mielikuvan pakkasesta olevan varsin käyttökelpoinen, ja se päättyi myös esityksiin. Ilmaisoin Laurin epävarmuutta altistumalla mielikuvalle pakkasesta.

Esityskauden alussa esiintymiseni oli mielikuvalle altistumista ja tämän altistumisen synnyttämien ruumiillisten tuntemusten havaitsemista ja ilmentämistä. Yksinkertaisemmin sanottuna virityin ja vaikutuin näyttämöllä, olin välisessä. Esitysten edetessä olotila muotoutui lopulliseen muotoonsa ja tarkentui niin selkeäksi ruumiilliseksi kokemukseksi, että minun ei enää tarvinnut synnyttää sitä virittymisen kautta. Tuntui kuin olisin vapautunut virityksenä toimineesta mielikuvasta ja sen logiikasta. Ajattelin, että olotilalla oli ennemminkin aivan omanlaisensa ilmenemisen logiikka, johon pakkasen ei enää liittynyt millään tavalla. Olotilasta tuli itsenäinen tuntemuksellisen ruumiin tila, eikä se mahdollistuminen enää ollut riippuvainen virityksestä.

Miltä tämä sitten näytti katsojan näkökulmasta? Välittyikö epävarmuus myös yleisölle? En pystynyt kovin tarkasti arvioimaan, mikä vaikutelma katsojalle lopulta syntyi. Pystyn toki samaistumaan katsojaan ja kuvittelemaan, miltä näyttämöllä oleva ruumiini näyttää ja minkälaisen merkityksen se saa esityksen kontekstissa. Kuvitelmani ei kuitenkaan vastaa ulkopuolisen tarkkailijan katsetta. Tässä korostuukin ohjaajan merkitys. Mielestäni ohjaajalla on velvollisuus ilmoittaa, jos näyttelijän ilmaisu on epäselvää tai se ei sovi esityksen tyyliin tai estetiikkaan. Tätä kohtausta esittäessä tai harjoiteltaessa ohjaaja Meaney ei varsinaisesti koskaan kommentoinut tekemistäni. Hän ei myöskään antanut minulle mitään neuvoa tai ohjetta, miltä Laurin tulisi näyttää tai miten hänen tulisi tässä kohtauksessa käyttäytyä. Hän antoi minulle vapaat kädet ja antoi minun luonnostella ja kokeilla rauhassa. Hän ei kommentoinut tai korjannut tekemistäni, joten oletin hänen olevan tyytyväinen.

Tässä kohtauksessa mielikuva pakkasesta toimi ruumiin tuntemusten käynnistäjänä. Aluksi yritin altistua epätarkalle kuvitelmalleni Lintupuiston työmaasta. Tämä epäonnistui nimenomaan epätarkkuuden takia. Kuvitelmani oli keskeneräinen ja epämääräinen. Siinä ei ollut ominaisuuksia, joihin olisin voinut aistimellisesti ja kokemuksellisesti tarttua. En myöskään ymmärtänyt määrittää kuvittelemaani ympäristöön minkäänlaista suhdetta. Oliko työmaa pelottava? Viihdynkö siellä? Olenko jopa utelias ympäristöä kohtaan? Kuvittelemani pakkasen sen sijaan synnytti välittömästi esitykseen sopivaa ilmaisua. Pakkasessa seisominen on minulle niin tuttua, että pystyn jo pelkästään kuvittelemalla synnyttämään samankaltaista ruumiillisuutta, kuin jos seisaisin oikeasti pakkasessa.

Minua jäi kuitenkin kaduttamaan, että luovuin työmaan kuvittelemisesta niin nopeasti. Pitkän harjoituskauden puitteissa minulla olisi myös ollut aikaa rakentaa ja tutkia mielikuvaa kaikessa rauhassa.

Käyttämässäni työtavassa on paljon samankaltaisuuksia tapaan, jolla esimerkiksi näyttelijä Sari Mällinen kuvaa näyttelemistään kirjassa *Nykynäyttelijän taide: horjutuksia ja siirtymiä* olevassa haastattelussa. Hän kertoo, että pystyy näytellessään yhtä aikaa hallitsemaan tekstiä, kuulemaan ja tuntemaan vastaanäyttelijän, reagoimaan impulsseihin, aistimaan yleisön ja ”lepäämään” kohtauksen yllä. Puhuessaan näyistä ja mielikuvista Mällinen sanoo, ettei hän konkreettisesti ”näe” asioita, vaan ennemmin ajattelee ja tuntee ne. (Kirkkopelto 2011, 174 – 175.) Mielestäni Mällisen kuvaus näyttelemisestä muistuttaa aiemmin puhumastani esityksellisestä tutkimisesta. Mällinen puhuu impulsseista, mutta itse käytän keksimääni termiä virike. Ajattelen myös, että vastaanäyttelijäni ovat mahdollisia virikkeitä. Esityksellisessä tutkimisessa reagoin esityks maailman virikkeisiin, mutta samanaikaisesti hallitsen tekstiä ja olen kontaktissa toisten näyttelijöiden kanssa. En myöskään itse koe konkreettisesti näkeväni mielikuvia, vaan aivan kuten Mällisellä, mielikuvat tuntuvat ruumiissani. Mielikuva ei ilmene konkreettisenä kuvana, vaan ajatuksena, joka tuntuu ruumiissani ja synnyttää tuntemuksen.

Kaikkia Näтын aikana tekemiäni roolitehtäviä muistellessani ole huomannut, että kuvittelu toimii melko usein tuntemuksellisen ruumiin herättäjänä. Usein tämä kuvittelu ei liity näytelmän tai esityksen todellisuuteen millään tavalla, vaan valitsemani mielikuvat tulevat näytelmän todellisuuden ulkopuolelta. Yritän keksiä mielikuvia, joiden uskon tuottavan kyseiselle esitykselle sopivaa ilmaisua. Mielikuvat eivät välttämättä tule suoraan tekstistä tai esityksen muista materiaaleista, vaan yleensä valitsemiini mielikuviiin liittyy aistimellisuus. Useimmiten pyrin valitsemaan mielikuvia, jotka vaikuttavat tuntemukselliseen ruumiiseen. Lämpötilaan liittyvät mielikuvat ovat minulle erityisen toimivia.

Kesällä 2015 esitin Romeon roolin Utran uuden teatterin esityksessä *Romeon ja Julian tarina*. Esityksessä oli kohtaus, jossa Romeo löytää Julian hautakammioista ja hän luulee Julian kuolleen. Romeo lähestyy hitaasti kävellen Julian hautaa. Näytellessäni kohtausta kuvittelin käveleväni jääkylmään veteen. Mitä lähemmäksi hautaa tulin, sitä syvemmäksi vesi muuttui. Mielikuva syvenevästä jääkylmästä vedestä lamaannutti ruumistani. Myös *Romeon ja Julian tarinassa* toteutui sama logiikka kuin *Vakavuusongelmassa*. Ilmaisuu syntyi mielikuvalle altistumisen kautta siihen asti, kunnes ruumiillinen olotila oli tallentunut niin tarkaksi, että en enää tarvinnut mielikuvaa.

Käytin kylmyyden mielikuvaa sekä *Vakavuusongelmassa* että *Romeon ja Julian tarinassa*. Kylmyys ja paleleminen ovat minulle hyvin aistimellisia kokemuksia myös arkielämässä. Kenties tämän tuttuuden vuoksi valitsen kylmyyteen liittyviä mielikuvia näissä kahdessa esityksessä. Kylmyydestä virittyminen on niin tuntuva ja selkeää, että sen kautta pystyn helposti saavuttamaan ruumiillisia olotiloja ja tuntemuksia. Mielikuva tulee minulle tutusta asiasta, tämän ansioista voin päästä nopeasti kiinni tarkkaan ruumiilliseen olotilaan. En ajattele pelkän kylmyyden tai palelemisen riittävän mielikuviksi. Kylmyyden laatu ja sen ominaisuudet on määriteltävä tarkasti. *Romeon ja Julian tarinassa* kyse oli jääkylmästä vedestä, joka on selkeästi rajumpi mielikuva kuin *Vakavuusongelmassa* käyttämäni kuviteltu pakkaneen.

Mielikuva kylmyydestä voi olla monimuotoinen, ja kylmyydellä voi olla loputtomasti erilaisia laatuja. *Romeon ja Julian tarinassa* käyttämäni mielikuva jääkylmästä vedestä synnytti selkeästi erilaista ilmaisuja kuin *Vakavuusongelmaan* valitsemani pakkaneen. *Romeon ja Julian tarinassa* ruumiini näytti lamaan tunteelta ja hengitykseni oli ylhäällä rinnassa. *Vakavuusongelmassa* ruumiillinen olotila oli erilainen. Hengitin varovasti nenän kautta sisään ja vatsani oli vetäytynyt hieman sisään. Myös näytelmän tilanteet ovat varsin erilaisia. Lauri kokee epävarmuutta uudesta työpaikasta ja elämäntilanteesta, kun taas Romeo kokee kauhua ja surua löytäessään elottoman Julian hautakammioista. Nämä kaksi mielikuvaa ovat lopulta varsin erilaisia. Ne synnyttävät erilaista ilmaisuja ja erilaisia ruumiillisia tuntemuksia.

Mielikuvana voi käytännössä toimia mikä vain, ja haluankin rohkaistua tutkimaan mielikuvien mahdollisuuksia. Jo nyt uskallan kuitenkin todeta, että kylmyys on mitä mainioin ruumiillinen mielikuva. Miten voisin laajentaa ”mielikuvarepertuaariani”? Ja mikä voisi olla seuraava yhtä virittävä mielikuva kuin jääkylmään veteen käveleminen tai pakkasessa seisominen? Mielestäni osaan virittyä hyvin ja osaan havaita mielikuvien synnyttämiä tuntemuksia taidokkaasti. Voisi siis sanoa, että ruumiin ja sen tuntemusten havaitseminen ovat erityistaitoni näyttelijänä. Jotta tämä taito tulisi parhaimmalla mahdollisella tavalla käyttöön, minun on osattava myös valita ja etsiä monimuotoisia mielikuvia. Tulevissa produktioissa aion haastaa itseäni käyttämään uusia, itselleni vieraita mielikuvia. Uskon että monimuotoisten mielikuvien kautta voin saavuttaa myös monimuotoista ilmaisuja.

2.4 Virikkeestä asenteeksi

Yliopistonlehtori Minna Hokkasen toisena maisterivuoteni pitämällä Syventävä kohtaustyöpaja -kurssilta työskentelimme William Shakespearen *Hamletin* parissa. Teimme töitä pareittain, ja jokainen pari työskenteli eri kohtauksen kanssa. Harjoittelimme kohtauksia siten, että kaikki kurssille osallistuvat saivat näytellä Hamlettia. Hokkanen esitteli harjoitteen, jossa käsien väliin piti synnyttää valo. Valoa synnyteltiin kämmenten väliin, minkä jälkeen sitä lähdettiin venyttämään ja muovaamaan. Kuvitellulla valolla maalattiin harjoittelusalin seinät ja sillä myös voideltiin oma ruumis. Lopuksi valo työnnettiin rinnan kohdalta ruumiin sisälle ja annettiin sen olla siellä. Kuvittelin synnyttämäni valon lämpimän keltaiseksi. Ruumiini alkoi tuntua lämpimältä, kun voitelin sitä kuvitteellisella valolla. Laittaessani valon ruumiini sisälle tunsin lämmön myös ruumiin sisäpuolella. Oloni oli rauhallinen ja tyyni, eikä se rajoittunut ainoastaan ruumiiseen, vaan myös mieleni oli tyyni. Tämä harjoite oli minulle ennestään tuttu, olin tehnyt sitä aiemmin toisella Hokkasen kurssilla. Samaista harjoitetta tein myös näyttelijä Anu Koskisen opettamalla Näyttelijän tunne -nimisellä kurssilla. Harjoitteen synnyttämä ruumiillinen kokemus on ollut jokaisella kerralla samankaltainen, olen tuntenut lämpöä ja tyyneyttä, ja kuvittelemani valo on näyttänyt joka kerta samanlaiselta. Harjoite toimi molemmilla kursseilla lämmittely- ja keskittymisharjoituksena, joka tehtiin työskentelyn aluksi.

Syventävä kohtaustyöpaja -kurssin myöhemmässä vaiheessa sama harjoitus tehtiin uudelleen, nyt hieman varioituna. Tällä kertaa Hokkanen pyysi synnyttämään käsien väliin *Hamletin* valon. Hän pyysi miettimään, mitä ominaisuuksia ja laatuja *Hamletin* valolla voisi olla. Ajattelin *Hamletin* valon olevan tähtisädetikun kaltainen kuuma, kirkas ja räiskyvä valo. Räiskymisen seurauksena valo sinkoaa ympärilleen polttavan kuumia hippuja. Valon räiskyessä kämmenien välissä tunsin polttavien hippujen lentävän sormilleni ja polttavan niitä. Asetin luomani valon ruumiini sisälle ja tutkin, minkälaisia tuntemuksia ruumiissani syntyy. Tunsin räiskyvän valon poukkoilevan ruumiini sisällä. Ruumiini tuntui värisevän sisältäpäin. Kokemus valon synnyttämisestä ja sen sijoittamisesta ruumiin sisälle oli erityisen voimakas. Tuntemani ruumiilliset tuntemukset olivat voimakkaita, ja ne syntyivät yllättävän vaivattomasti. Olin yllätynyt siitä, miten voimakkaasti pelkkä kuvittelemisen voi vaikuttaa ruumiiseen. Kokemuksen erityisyyden vuoksi halusin jatkaa *Hamlet*-valon kanssa työskentelyä. Harjoittelin kohtauksia sisälläni poukkoilevan valon kanssa ja huomasin, että *Hamlet*-valo ei ole pelkästään ruumiillinen olotila, vaan se on myös asenne. Tässä ruumiillisessa olotilassa oleminen alkoi ohjata ajattelua näyttämöllä ja synnytti omituista asennoitumista, jossa olin röyhkeä, kovaääninen ja ilkeä, mutta samalla haavoittuvainen ja hauras. Huomasin kuin vahingossa ajautuvani jonkinlaiseen transformaatioon, jossa ruumiissani oli samanaikaisesti läsnä *Hamlet* ja

minä. Kokemani röyhkeys, ilkeys tuntuivat osittain aidolta, mutta samanaikaisesti tiesin esittäväni niitä. Olin koko ajan tietoinen siitä, että harjoittelen ja olen harjoitussalissa opiskelemassa Hokkasen kurssilla. Samanaikaisesti minusta kuitenkin tuntui, että kohtauksen teksti ja ruumiissani oleva olotila veivät minua. Olin samanaikaisesti läsnä sekä reaalisessa että fiktiivisessä maailmassa. Minun lisäksi kohtauksessa näytteli toinen opiskelija, Henna Wallin. Häntä katsoessani näin samanaikaisesti Hamletin äidin Gertrudin ja näyttelijäopiskelija Henna Wallinin.

Kohtausta harjoitellessa sisälläni poukkoileva Hamlet-valo sai erilaisia laatuja, välillä se rätsi voimakkaasti koko ruumiissa ja välillä se hiipui pieneksi sykkeeksi. Hamlet-valon laatu muuttui näytelmätekstissä olevien tapahtumien mukaan, ja valossa tapahtuneet muutokset vaikuttivat ruumiiseeni. Kokemus oli äärimmäinen, ja minusta tuntui, että teksti kuljetti ruumistani niin voimakkaasti, etten onnistunut keskittymään tutkimiseen lainkaan. Tuntui siltä, kuin teksti yhdessä voimakkaan ruumiillisen olotilan kanssa johdattaisi ja ohjaisi minua minun itseni toimiessa välineenä, jonka kautta teksti saa näyttämöllisen muodon. Ennen kohtauksen harjoittelemista tein tietoisesti valinnan antautua tekstille ja ruumiilliselle olotilalle täysin. Kuvittelin ja toivoin, että teksti ohjaisi ruumista ja ajatteluani siten, että minun ei itse tarvitsisi ratkaista mitään. Näin myös tapahtui! Minusta tuntui, että minun ei tarvinnut varsinaisesti keksiä, miten näyttelen. Esiintyminen tuntui kevyeltä ja helpolta. Tuntui kuin ruumiini olisi toiminut automaattisesti.

Kurssi kesti ainoastaan neljä päivää. Ehdin työskennellä kohtauksen ja Hamlet-valon kanssa vain muutaman päivän ajan. Tästä huolimatta näen tämänkaltaisen työskentelyn olevan potentiaalinen harjoittelemismenetelmä. Erityisesti mielenkiintoista on, että Hokkasen kurssin aikana huomasin ruumiillisen olotilan vaikuttavan myös näyttämöllä syntyneeseen käyttäytymiseen. Olin röyhkeä, kovaääninen ja ilkeä. Entä jos kuvittelemani Hamlet-valo olisi ollut laadullisesti toisenlainen? Kuvittelemani räiskyvä valo oli minun tulkintani Hamletista henkilönä. Mielestäni räiskyvä, kuuma ja sähisevä valo kuvaa Hamletin luonnetta ja käyttäytymistä hyvin. Saman valon avulla rakensin esittämälleni roolihenkilölle myös visuaalisen muodon ja laadun. Entä, jos olisin tietoisesti valinnut toisenlaisen valon? Minkälaista ruumiillisuutta ja asenteellisuutta olisi syntynyt tiheästi välkkyvästä vaaleanpunaisesta valosta? Entä, jos olisin kuvitellut valon tilalle pimeyttä? Variaatioita on loputtomasti. On olennaista ymmärtää, että virityksenä käyttämäni Hamlet-valo oli minun oma tulkintani esittämäni roolihenkilön luonteesta. Harjoittelemisen kokemus ei välttämättä olisi ollut yhtä äärimmäinen, jos olisin sattumanvaraisesti päättänyt, että Hamletin valo on vaikka sininen ja välkkyvä. Mielestäni on tärkeää osata valita sellaiset viritykset, jotka todella laittavat ruumiin liikkeelle. Räiskyvä, kuuma ja sähisevä Hamlet-valo oli minulle henkilökohtainen, se syntyi omasta

kokemuksesta ja tulkinnasta. Uskon, että juuri tämän vuoksi harjoittelemisen kokemuksesta tuli lyhyessä ajassa varsin intensiivinen ja erityinen.

En osaa tarkasti sanoa, miksi juuri tämä harjoite synnytti ruumiillisuuden lisäksi myös asenteellisuutta. Kenties olen kehittänyt vaikuttumisen tekniikkaa ja taitoa niin pitkälle, että alan pikkuhiljaa kokea niiden avulla näyttämöllä myös asenteita ja jonkinlaisia tunteita. Lisäksi huomasin, että virityksenä toiminut Hamlet-valo sytytti ruumiini erittäin voimakkaasti. Esitimme kohtauksen kerran muulle ryhmälle ja Hokkaselle. Siinä oli tällä kertaa mukana myös Hamletin isän haamua näytellyt Tatu Sinisalo. Kohtausta katsoneet kurssitoverini ja Hokkanen kertoivat ilmaisuni olleen runsasta. He sanoivat, että kohtauksessa oli paljon latautuneita tilanteita ja kohtaamisia. Heidän mielestään harjoittelemistamme oli mielenkiintoista seurata, koska esiintyminen oli jollain tapaa äärimmäistä. Äärimmäinen viittaa tässä tapauksessa tilanteiden, ruumiillisen ilmaisun ja tunteiden ”tappiin” asti viemiseen. Harjoitellessa minusta itsestänikin tuntui siltä, että haluan viedä tilanteet tappiin asti. Halusin esimerkiksi ilmaista vihan ja epätoivon mahdollisimman suuresti. Halusin jollain tavalla nauttia ja rypeä tunteissa ja tuntemuksissa. Harjoitusta seuranneet kurssitoverit sanoivatkin, että heidän katsomiskokemuksensa oli myös ruumiillinen. Työskentelymme seuraaminen aiheutti heidän mukaansa jonkinlaista pakahtumisen tunnetta.

Kurssin turvallinen ja tutkiva ilmapiiri vaikuttivat harjoittelukokemukseni erityisyyteen. Hokkanen korosti, että kohtauksista ei tarvitse valmistaa mitään esitettävää kokonaisuutta, ja hän myös rohkaisi tutkimaan ja kokeilemaan. Myös oma asennoitumiseni kurssia kohtaan oli kokeileva. Halusin kokeilla omia rajojani antautumalla harjoittelemiselle täysin. Omistauduin tutkimiselle ja keskityin harjoitteisiin huolellisesti. Haluaisin säilyttää tällaisen asenteen ja ilmapiirin myös tulevissa työpaikoissa ja produksioissa. Haluan etsiä ja löytää työtapoja, joilla saan ajatteluni ja ruumiini syttymään. Uskon, että se onnistuu rohkean ja ennakkoluulottoman kokeilemisen kautta. Minun tulee kokeilla erilaisia virityksiä ja mielikuvia ja osata tutkia ja luoda uusia työtapoja. Toivonkin, että pääsen tekemään esityksiä, joiden harjoitusprosesseissa on tilaa samanlaiselle tutkimiselle ja kokeilemiselle kuin Hokkasen kurssilla. En kuitenkaan pidä tutkimista ja kokeilemisestä itseisarvona. Kaiken näyttölemisen ja esiintymisen ei suinkaan tarvitse olla tutkimista. Näyttelijäntekniikan tutkiminen ja erilaisten viritysten kokeileminen voivat toimia työskentelemisen näkökulmina, mutta voin aivan hyvin tehdä esityksiä ilman tätä näkökulmaa ja keskittyä käyttämään minulle tutuimpia virityksiä ja esiintymisen menetelmiä.

2.5 Virike reaalisesta tilanteesta

Näytellessä toivon, että ruumiin tietoinen altistaminen mielikuville tai esitysmaailman virikkeille vaikuttavat ruumiiseeni ja synnyttävät ilmaisuja. Ruumiin tuntemukset ovat kuitenkin läsnä myös näyttämöllisen työskentelyn ulkopuolella. Reagoin ihmisiin, olosuhteisiin ja ympäristöön ruumiillisesti. Kun olen väsynyt, jalkani tuntuvat raskailta. Kun työpäivän jälkeen näen lapseni ja halaan häntä, tunnen lämpöä ruumiini sisällä. Nämä tuntemukset syntyvät ilman altistumista virikkeille tai mielikuville. En aktiivisesti toivo tai halua, että niitä syntyy. Nämä tuntemukset ovat normaalia, jokapäiväistä elämää ja syntyvät tahdosta riippumatta. Ne ovat minun henkilökohtaisia tuntemuksiani, eikä niitä ole tarkoitettu yleisölle esitettäväksi. En siis käsittele niitä samanlaisena tietona ja materiaalina, kuin näyttämöllä syntyviä ruumiillisia tuntemuksia. Tätä opinnäytettä kirjoittaessani olen muistellut tekemiäni esityksiä ja huomannut, että joissain esityksissä näyttämön ympäristö, ihmiset tai sinne ohjattu toiminta ovat synnyttäneet ruumiissani tahattomia ruumiillisia tuntemuksia tai olotiloja. Nämä tuntemukset ja olotilat ovat siirtyneet lopulliseen esitykseen sellaisinaan. Voisi siis ajatella, että virikkeenä on mielikuvien tai esitysmaailman elementtien asemasta toiminut reaalin tilanne. Taiteellisessa työssä reaalisesta tilanteesta virittymistä koin erityisesti ammattiharjoittelussani *Oma maa* -elokuvassa. Seuraavaksi esittelen, miten reaalisessa tilanteessa syntyneet tuntemukset ja asenteet voivat tulla osaksi roolihenkilön esittämistä.

Oma maa -elokuvaa kuvattiin paljon ulkona. Kuvauspaikkoina toimivat muun muassa avanto, pelto, järvi ja metsä. Lisäksi elokuvassa kuvattiin paljon työntekeä, kuten ojan kaivamista, kantojen polttamista ja metsän raivaamista. Näyttelijäopintojen aikana olen tottunut harjoittelemaan ja työskentelemään varsin kliinissä mustassa harjoitussalissa. Tähän verrattuna metsässä tai avannossa näyttelemisen oli varsin erilainen kokemus. *Oma maa* -elokuvassa onkin useita kohtauksia, joissa en varsinaisesti koe näytteleväni vaan pikemminkin virityn tilan tai tilanteen ilmapiiristä. Lisäksi näihin tapahtumapaikkoihin ohjattu toiminta on niin äärimmäistä, että lähes kaikki keskittymiseni menee tämän toiminnan suorittamiseen.

Eräessä kohtauksessa Anni ja Veikko kantavat maasta revittyjä kantoja suuriin kasoihin. Kohtaus kuvattiin siten, että kuvaaja Konsta Sohlberg kulki kameran kanssa seuraten työskentelyämme. Airolan ja minun piti pyrkiä ajoittamaan toimintamme ja sijoittumaan kameran eteen siten, että kaikki toiminta tulisi tallennettua kameralle. Sohlbergin seurattessa Airolaa olin valmiina kuvan ulkopuolella. Kun näin Sohlbergin kääntyvän minua kohti, aloitin jälleen toimintani. Kantojen

kantamisen ohella oli oltava samanaikaisesti tietoinen Sohlbergin sijainnista. Kohtauksen tarkoituksena on kuvata raivaustyön ruumiillista ja henkistä raskautta ja näyttää, että Anni ja Veikko kohtaavat nämä ponnistelut yhdessä, toinen toistaan tukien.

Valmistauduimme Airolan kanssa siten, että ennen kuvaamista kannoimme maassa levällään olevat kannot kasoihin, minkä jälkeen levitimme ne maahan uudestaan. Kannot olivat suuria ja painavia, oikeita kantoja. Valmistautuminen vei noin 20 minuuttia, minkä jälkeen olin jo oikeasti hieman väsynyt. Aloitimme kuvaamisen, ja kantojen kantamista kuvattiin noin puoli tuntia. Minun ei varsinaisesti tarvinnut esittää väsymystä, koska olin oikeasti väsynyt. Kantojen nosteleminen ja pinoaminen oli oikeasti raskasta työtä, ja tunsin hien virtaavan ja lihasten väsyvän. Yritin poimia mahdollisimman suuria ja raskaita kantoja, jotta väsyisin enemmän. Ajattelin myös, että suuret ja raskaat kannot näyttävät kuvassa paremmalta kuin pienet. Maa oli märkä ja liukas, raskaita kantoja kantaessa oli vaikea pysyä pystyssä. Tunsin ruumiillisen ponnistelun kautta syntyneitä aitoa väsymystä ja uupumusta. Kantaessani kantoja en miettinyt roolihahmoa tai kohtauksen tilannetta ollenkaan. Keskityin ainoastaan kantojen kantamiseen ja siihen, että sijoitun kuvaan hyvin. Mielestäni se oli tarpeeksi. Valmista elokuvaa katsoessani voin todeta, että kokemani väsymys ja työn raskaus näkyvät myös reaalisessa ruumiissani. Kasvoni vääntelehtivät nostaessani raskaita kantoja ja hengitykseni on kiihtynyt. Kohtausta katsoessa ruumiissani näkyvä väsymys vaikuttaa jopa paljon suuremmalta, kuin kuvaustilanteessa kokemani väsymys.

Kohtaukseen ohjattu toiminta laitto ruumiini liikkeelle. Kantojen raivaaminen synnytti niin selkeitä tuntemuksia sekä reaalisessa että tuntemuksellisessa ruumiissa, että en kokenut tarvitsevani muita virikkeitä. Väsyminen syntyi toiminnan kautta, kohtaukseen sisältyvää toimintaa oli vain jatkettava riittävän kauan. En usko, että olisin päässyt samanlaiseen ruumiilliseen olotilaan, jos olisimme aloittaneet kuvaamisen suoraan. Silloin olisin joutunut löytämään muun keinon väsymisen esittämiseen. Jälkeenpäin ajatellen voisin väittää, että kuvauspaikka ja kohtaukseen ohjattu toiminta olivat täynnä erilaisia virikkeitä ja virityksiä. Märkä ja liukas maa, raskaat kannot, fyysinen rasitus ja ponnistelu, tuntemus uupumisesta, märät hiukset ja vaatteet, roskat ja kasvoillani oleva lika, märän metsän tuoksu, vesisade ja väsymys. Ehkä olen intuitiivisesti reagoinut näihin virikkeisiin, koska ne ovat olleet konkreettisia, kouriintuntuvia ja selkeitä. Ne ovat niin aistimellisia, että vaikuttavat ruumiiseeni välittömästi. En luultavasti edes pysty olemaan täysin vaikuttumatta näin virikkeellisestä ympäristöstä ja näin äärimmäisestä toiminnasta. Kuvauspaikan virikkeellinen ympäristö ja kohtaukseen ohjatusta työnteosta syntyvä väsymys tuntuivat eräänlaisilta lahjoilta. Minun ei tarvinnut aktiivisesti keksiä tai ratkaista, kuinka tulisin kohtauksessa näyttämään.

Reaalisesta tilanteesta löytyvät virikkeet voivat olla myös aineettomia. *Oma maa* -elokuvassa on kohtaus, jossa elokuvan päähenkilöt Anni ja Veikko makaavat rakastelemisen jälkeen alasti sängyllä. Veikko on juuri palannut sairaalasta, ja Anni tutkii hänen selässään olevia arpia. Veikko on haavoittunut sodan loppuvaiheessa selkään ja hänen selästään on leikattu kranaatinsirpaleita pois. Anni kyselee leikkauksesta ja Veikon voinnista, ja Veikko vastaa voivansa hyvin ja olevansa hyvässä kunnossa.

Kuvaustilanne oli erityinen. Alastomuudesta johtuen kuvauspaikka oli suljettu siten, että paikalla olivat ainoastaan näyttelijät, kuvaaja, ohjaaja ja äänittäjä. Tämä synnytti tilanteeseen aivan erityisen ilmapiirin. Siinä vallitsi kummallinen rauhallisuus – normaalissa kuvaustilanteessa kun maskeeraajat ja puvustajat tulevat korjaamaan hiuksia tai hatun asentoa, rekvisitöörit asettelevat rekvisiittaa ja äänittäjät tulevat korjaamaan ja asettelemaan mikrofoneja. Kohtaus kuvattiin suureen kaarihalliin lavastetussa saunan pukuhuoneessa. Kuvauspaikka oli lavastettua saunan pukuhuonetta lukuun ottamatta täysin pimeä, mikä osaltaan korosti sen rauhallisuutta. Harjoittelimme kohtauksen kerran ennen kuvaamista. Harjoituksen jälkeen makasin Airolan kanssa sängyllä, juttelimme ja odotimme, että aloitamme kuvaamisen. Alastomuudesta johtuen minua jännitti hieman. Alastomana esiintyminen ei ole minulle millään tavalla vastenmielistä, mutta siitä huolimatta se tuntui hieman oudolta.

Lievästä jännittämisestä huolimatta oloni oli mukava ja onnellinen. Juttelimme Airolan kanssa kuluneista kuvauksista ja päivittelimme ammattimme erikoisuutta. Nytkin makasimme takapuolet paljaana kylmässä kaarihallissa Outokummussa. Tunsin onnellisuutta siitä, että olin päätenyt näyttelemään tähän produktion ja vieläpä loistavan näyttelijän, Oona Airolan kanssa. Oloni oli siis samanaikaisesti jännittynyt ja onnellinen. Miltä tällainen jännittämisen ja onnellisuuden yhdistelmä tuntuu ruumiissa? Jokainen varmasti tietää miltä jännittäminen yleisesti tuntuu. Oma jännittämiseni oli melko lievää, eikä se estänyt minua toimimasta. Tunsin lähinnä kihelmöintiä vatsassa. Sanonta vatsassa lentelevistä perhosista kuvaa kokemaani tuntemusta melko hyvin. Tämän lisäksi tunsin jonkinlaista lämmintä kuohumista ruumiini sisällä, erityisesti rinnan alueella. Ryhdyimme kuvaamaan kohtausta, ja kokemani olotila tallentui kameralle. Näyttelin kuvauspaikan ilmapiirin ja Airolan kanssa jutteleminen seurauksena syntyneen olotilan kautta. Minun ei tarvinnut millään tavalla käynnistää ruumistani kuvittelemisen tai virikkeille altistumisen kautta. Minun ei tarvinnut virittyä ja vaikuttua. Kokemani ruumiilliset tuntemukset eivät syntyneet tietoisien prosessien kautta, vaan ne olivat tahattomasti syntyneitä henkilökohtaisia tuntemuksiani. Tässä yhteydessä tarkoitan

henkilökohtaisilla tuntemuksilla ruumiissa tahattomasti syntyviä tuntemuksia, joita en suunnittele käyttäväni esiintymisen materiaalina.

Valmista elokuvaa katsoessani voin kuvailla ruumiini olevan raukea ja rentoutunut, myös kasvoni näyttävät tyyniltä ja onnellisilta. Mielestäni itseni ja Airolan välisestä kontaktista syntyy vaikutelma onnellisesta, rakastuneesta pariskunnasta. *Oma maa* -elokuvan pressikiertueen aikana tuottaja Rimbo Salomaa kysyi minulta, mikä on suosikkikohtaukseni elokuvassa. Vastasin, että pidän erityisesti tästä kohtauksesta. Ohjaaja Pölönen kuuli vastaukseni ja sanoi, että hänen mielestään kohtaaminen on maaginen. Pölönen sanoi, että kohtausta katsoessa kamera ei ole paikalla, vaan hän ajattelee katsovansa oikeaa elämää.

Edellä kuvaamastani tulee mieleen näyttelijä Mihail Tšehovin käyttämä termi atmosfääri, josta hän kirjoittaa teoksessa *Näyttelijän tekniikasta*. Puhuessaan atmosfääristä Tšehov tarkoittaa esitykseen rakennettua ilmapiiriä, atmosfääriä, jonka vietäväksi näyttelijä voi antautua. Joutuessaan atmosfääriin näyttelijän ääni, liike, liikkuminen, ajatukset, tunteet ja tunnelmat muuttuvat kuin itsestään. Atmosfäärin täyttämä tila ja ilma kannattavat elävää ja luovaa näyttelijän aktiivisuutta. Tšehovin mukaan atmosfäärin mahdollisuuksia työssään arvostava näyttelijä kiinnittää atmosfääreihin huomiota myös arkielämässä. Jokaisella maisemalla, kadulla tai rakennuksella voi olla oma atmosfäärinsä. (Tšehov 2017, 24.)

Tunnistan Tšehovin ajatuksen arkipäiväisistä atmosfääreistä. Vaimoni ollessa raskaana olemme käyneet ultraäänikuvauksissa. Olen havainnut, että ultraäänikuvauksissa on aivan omanlaisensa atmosfääri, joka ehdottomasti vaikuttaa toimintaani. Tutkimuksen aikana puhun hiljempaa kuin normaalisti, jos uskallan edes alkuunkaan puhua. Yleensä istun vain hiljaa ja katson kuvaruudussa näkyvää sikiötä. Edellä kuvaamani *Oma maa* -elokuvan kuvaustilanteen atmosfääriä voisi kuvailla rauhalliseksi, kohottuneeksi ja lämpimäksi. Kohottuneisuus syntyi alastomuudesta ja sen jännittämisestä, rauhallisuus siitä, että ylimääräiset ihmiset suljettiin pois kuvauspaikalta. Lämpö taas syntyi siitä, että juttelin Airolan kanssa. Jälkikäteen ajateltuna vaikutuin kuvaustilanteen atmosfääristä, ja kokemani onnellisuuden ja jännittämisen voi ajatella syntyneen saman atmosfäärin seurauksena. Atmosfääristä vaikuttaminen ei kuitenkaan ollut tietoinen prosessi. Valinta käyttää atmosfäärin synnyttämää olotilaa ja onnellisuuden tunnetta esiintymisessä sen sijaan oli tietoinen valintani. Tšehov väittää, että jos atmosfääriä ei vastusta, sen vaikutus voimistuu (Tšehov 2017, 24). Jos olisin tiedostanut kuvauspaikan atmosfäärin, olisin ehkä onnistunut ammentamaan siitä vielä enemmän ja saanut aikaan vielä isomman onnellisuuden tunteen.

Tšehov kirjoittaa, että näyttelijän täytyy itse luoda tai kehittää atmosfääri kirjailijan vihjeiden pohjalta. Tšehoville atmosfääri on siis jotain kuviteltua ja fiktiivistä, joka käynnistää ruumiin ja ajattelun toiminnan. Näen kuitenkin mahdollisuuksia käyttää myös jokapäiväisen elämän atmosfääriä esiintymisessä. Toisin kuin Tšehov, joka kirjoittaa jokapäiväisen elämän tai arkielämän atmosfääristä, minä käytän ilmaisua *reaalinen atmosfääri*. Siihen ei liity fiktio, luominen tai keksiminen, vaan reaalinen viittaa ei-keksittyyn. Edellä kuvatussa *Oma maa* -elokuvan kohtauksessa varsinaisena virikkeenä toimi kuvauspaikan ja kuvaustilanteen reaalinen atmosfääri. Reaalinen atmosfääri on aina kokijan henkilökohtainen kokemus. Ultraäänikuvauksen reaalinen atmosfääri ei todennäköisesti tunnu samanlaiselta minulle ja kuvausta tekevälle kättilölle. Jokaisella ympäristöllä ja tilanteella on oma reaalinen atmosfääriinsä. Jossain se on selkeä, jossain se on hienovarainen. Esimerkiksi ultraäänikuvauksen reaalinen atmosfääri oli minulle erittäin selkeä. Jos kuvauspaikalla, esityksessä tai harjoituksissa on havaittavissa selkeä ja esityksen kontekstiin sopivaa ruumiillisuutta synnyttävä reaalinen atmosfääri, niin miksi hukkaisin sen potentiaalin? Voinhan yhtä hyvin tulla siitä tietoiseksi ja käyttää sitä näyttelemisen virikkeenä.

3. NÄYTTÉLIJÄNTEKNIIKASTA ESITYKSEEN: NÄYTTÉLIJÄNDRAMATURGIA

Olen edeltävissä luvuissa esitellyt näyttelijäntekniikkaa, jonka kautta synnyttän ja havaitsen ruumiillisia olotiloja. *Nyky näyttelijän taide* -kirjassa olotila määritellään näyttelemisen pienimmäksi elementiksi. Olotilat eivät yksinään merkitse mitään, vaan esityksellinen merkitys syntyy vasta, kun olotila vertautuu toiseen. Kirjan mukaan näyttelijändramaturgia koostuu olotiloista ja niiden välisistä siirtymistä. Näytteleminen on esiintyjän siirtymistä olotilasta toiseen ja olotilojen välinen suhde on luova taiteellinen ratkaisu. (Silde et alii 2011, 213–214.) Olotilat siis tarvitsevat kontekstin. Olotilojen järjestäminen ja niiden sovittaminen esitykseen on luovaa taiteellista ajattelua sekä ratkaisemista. Olotilojen synnyttämisen ja keksimisen sen sijaan ajattelen olevan taitoa ja tekniikkaa.

Ennen kuin aloitin opintoni Nätyllä, kuulin erään ohjaajan toteavan, että näyttelijät eivät ole taiteilijoita vaan käsityöläisiä. Hän sanoi, että näyttelijän taito käyttää ruumistaan voi lähennellä taidetta, mutta siitä huolimatta näyttelijät olivat hänen mukaansa käsityöläisiä. Muistan jo tuolloin ajatelleeni hänen olevan väärässä, mutta en uskaltanut sanoa mitään. Lähes valmistuneen näyttelijän näkökulmasta hänen väitteensä tuntuu jopa loukkaavalta, sillä tunnen jo nyt olevani taiteilija. Tässä opinnäytteessä en kuitenkaan paneudu tämän väitteen kumoamiseen tämän enempää, vaan keskityn hetkeksi käsityöläisyyteen.

Minulle käsityöläisyys merkitsee teatterin kontekstissa tekniikkaa. Se merkitsee taitoa käyttää ruumistani ja työskennellä ruumiillani. Käsityöläisyys merkitsee myös ruumiin hoitamisen ja huoltamisen kykyä ja tahtotilaa. Osaan esimerkiksi avata ääneni näyttämöpuheen vaatimalla tavalla ja kykenen tarvittaessa hoivaamaan rasittuneita äänihuuliani. Ajattelen tekniikan olevan luovuuden palvelija. Tarvitsen näyttämölle järjestettäviä elementtejä kuten olotiloja, asenteita, tuntemuksia, tunteita ja ruumiillisia muotoja. Tekniikka toimii välineenä tämän materiaalin synnyttämiseen ja havaitsemiseen. Pelkkä tekninen taitavuus ei tee minusta hyvää näyttelijää. Varsinaista luovuutta tarvitsen tekniikan synnyttämien elementtien järjestämiseen, näyttelijändramaturgiaan. Tässä luvussa esittelen näyttelijändramaturgisia valintojani kahdessa erilaisessa produktiossa. Keskityn olotilojen välisiin suhteisiin ja siihen, miten ne sijoittuvat kyseiseen esitykseen tai taideteokseen. Pysin myös erittelemään, mitä yritän kullakin olotilalla katsojalle kertoa ja arvioin, miten olen yrityksessäni onnistunut. Aiemmissa luvuissa olen vastannut kysymykseen ”miten?”. Tässä luvussa esitän itselleni kysymyksen ”miksi?”.

3.1 *Oma maa*

Ensimmäisenä kuvauspäivänäni kuvattiin kohtaus, jossa Veikko saapuu jouluksi Annin perheen luo. Veikko palauttaa Annin perheen hevosen, jonka kanssa hän on ollut sodassa. Veikko on juuri ruokaillut Annin perheen kanssa, ja nyt hän makaa vierashuoneen sängyllä ja on juuri nukahtamassa. Anni tulee yllättäen vierashuoneeseen sisään ja istuu Veikon viereen sängylle. Anni on huoneessa salaa, ainoastaan hänen pikkusiskonsa tietää, että hän on livahtanut Veikon huoneeseen. Anni suutelee Veikko poskelle ja Veikko hämmästyy hiukan. Veikko siirtyy ja tekee Annille tilaa. He suutelevat uudestaan ja oletettavasti alkavat rakastelemaan. Kohtaus päättyy Annin ja Veikon suutelemiseen.

Kohtaus oli lyhyt, eikä sitä harjoiteltu ennen kuvaamista kuin pari kertaa. Harjoittelun vähyyden vuoksi en pystynyt rakentamaan kohtaukseen selkeitä olotiloja. Esiintymistäni voisi kuvailla esityksmaailmassa improvisoinniksi. Esityksmaailmassa oli läsnä useita fiktion tasoja, kuten elokuvakäsikirjoituksen tilanne sekä tulkintani Veikosta henkilönä. Nämä osaltaan ohjasivat esityksmaailmassa toimimistani. Kohtauksessa Veikko ei vielä tunne Annia kovin hyvin, mutta hän tietää olevansa ihastunut tähän. Ajattelin Veikon olevan hieman ujo ja täysin rehellinen ja vilpitön nuori mies: hän ei uskalla itse lähestyä Annia, vaan odottaa Annin lähestyvän häntä. Tekstin tilanne oli siis varsin selvä, ja kohtauksen toimintakin oli valmiiksi suunniteltu. Ehkä improvisaatio on harhaanjohtava sana kuvaamaan esiintymistäni, koska toiminta ja liikeradat olivat etukäteen suunniteltuja. Kenties voisi puhua esityksellisestä tutkimisesta, jossa fiktiivinen tilanne ja tulkinta roolihenkilöstä toimivat ajattelun ja ruumiillisuuden virittäjänä.

Mitä sitten käytännössä tein ja miksi? Halusin ilmentää Veikon ujoutta ja epävarmuutta. Halusin näyttää katsojalle, että ensin Veikko jopa hieman säikähtää huoneeseen tulevaa Annia, mutta on kuitenkin niin utelias ja ihastunut, ettei aja tätä pois. Anni suutelee Veikkoa poskelle, mutta Veikko on ensin hieman varautunut. Lopulta Veikko kuitenkin päästää Annin sänkyynsä.

Kohtauksen alussa makaan sängyllä silmät suljettuna. Airolan avatessa huoneen oven avaan silmäni ja käännän pääni oven suuntaan. Hengitän nopeasti keuhkoihin vähän ilmaa ja pidätän hengitystä. Kuvittelen, että ruumiissani on ylöspäin suuntautuva virtaus. Nopealla pään liikkeellä pyrin ilmaisemaan säikähtämistä ja hengityksen pidättämisellä hämmästyttämistä. Pidätän edelleen hengitystä ja seuraan Airolan liikkeitä, nousen istumaan. Airola tulee istumaan vierelleni. Haluan kasvattaa jännitettä ja pidän hetken aikaa yllä ylöspäin suuntautuvan virtauksen tuntemusta ja pidättäytyntä hengitystä. Haluan antaa katsojalle hetken aikaa miettiä, miten Veikko reagoi siihen, että Anni istuu nyt hänen sängyllään. En halua välittömästi rynnätä kohtaukseen seuraavaan

vaiheeseen, vaan yritän luoda siihen rytmiä ja jännitteen. Sitten Airola suutelee poskeani. Tämän jälkeen siirryn sängylle makaamaan, Airola on vieressäni, suutelemme ja kohtaus päättyy. Siirtyessäni sängylle makaamaan puran pidättäytyneen olotilan ja asetun Airolan kanssa sängylle ja suutelen häntä. Ajattelin nimittäin suutelemisen olevan niin suuri ja äärimmäinen ele, että minun ei tarvitse havaita tai rakentaa kohtaukseen sen lisäksi mitään erillistä olotilaa.

Tässä tilanteessa Anni ja Veikko ovat elokuvassa ensimmäistä kertaa näin intiimisti lähekkäin. Mielestäni tapahtumat ennen varsinaista suutelemista ovat tärkeämpiä kuin itse suudelma, koska niissä pohjustetaan ja rakennetaan tilanne, jossa suuteleminen tapahtuu. Uskon, että katsojan kokemuksessa suudelman merkitys korostuu, kun olemme Airolan kanssa rakentaneet sille jännitteellisen kontekstin. Katsoja myös luultavasti osaa arvata, miten kohtaus tulee päättymään. Anni ja Veikko ovat jo kerran aikaisemmin suudelleet hevostallissa, ja nyt Anni on hiipinyt salaa Veikon huoneeseen. Myös elokuvan julisteessa Anni ja Veikko suutelevat. On ilmiselvää, että he päätyvät yhteen. Katsoja siis tietää enemmän kuin esittämäni roolihenkilö. Kohtausta kuvattaessa minusta tuntui, että sen tärkein hetki on ensimmäisen suudelman jälkeinen tilanne. Siinä Veikko valitsee, päästääkö hän Annin sänkyynsä vai ei. Siinä ratkaistaan lopullisesti, tuleeko heistä pari. Ehkä suudelman voisikin soveltaa samaa ajatusta kuin olotilaan. Se voi olla näyttelemisen pienin elementti, joka saa merkityksen vasta silloin, kun se suhteutuu toisiin elementteihin, kuten esimerkiksi toiseen samankaltaiseen yksinkertaiseen toimintoon tai olotilaan.

Näyttelijändramaturgia merkitsee siis elementtien yhdistelemistä ja järjestelemistä niin, että ne muodostavat merkityksiä ja mielekkäitä kokonaisuuksia. Tässä kohtauksessa halusin ensin ilmentää varautumista ja ujoutta, jotta kohtauksen lopussa tapahtuva vapautunut suuteleminen saisi katsojan kokemuksessa suuremman merkityksen. Pyrin luomaan kohtauksen alun ja lopun välille kontrastin.

3.2 Vakavuusongelma

Vakavuusongelmassa on kohtaus, jossa esittämäni putkenlaskija Lauri tappelee työparinsa Peten kanssa. Laurin ja Peten välit ovat koko esityksen ajan kylmät, ja he tappelevat usein. Esityksessä on kuitenkin hetkiä, jolloin Lauri ja Pete tulevat hyvin toimeen, mutta siitä huolimatta heidän välejään voisi kuvailla riittäisiksi. Tässä kohtauksessa Lauri ja Pete tulevat tarkastelemaan työnsä tuloksia ja Pete puhuu Laurin äidistä loukkaavasti. Lauri hermostuu ja sanoo Petelle suoraan, mitä hän tästä ajattelee. Lauri sanoo, että Petellä ei ole yhtään kavereita, koska Pete vihaa ihmisiä. Hän myös sanoo olevansa kyllästynyt siihen, että Pete takertuu jatkuvasti häneen ja kohtelee häntä kuin orjaa.

Lauri huutaa Petelle ja poistuu paikalta. Pete jää kaivannolle yksin. Kaivanto sortuu, Pete hautautuu maamassojen alle ja kuolee.

Halusin näyttää yleisölle, että Lauri on läpeensä kyllästynyt Peteen. Tämän takia halusin, että Lauri huutaa Petelle lujaa. Aiemmissa kohtauksissa on näytetty välähdyksiä siitä, että joskus Lauri ja Pete tulevat erittäin hyvin toimeen ja heidän välinsä ovat lämpimät. Näiden välähdysten takia katsoja voi toivoa, että Pete ja Lauri lopulta tulevat toimeen keskenään. Nämä välähdykset myös korostavat Peten ja Laurin välisen riidan traagisuutta. Onhan luotu toive Peten ja Laurin lämpimistä väleistä, mutta nyt se murskataan. Myös tämän vuoksi halusin, että riita menee äärimmäisyyksiin.

Lämpimien välähdysten ja riidan välinen kontrasti on selkeä ja suuri. Laurin ja Peten riita pohjustaa myös seuraavaa kohtausta. Peten kuolema näyttäytyy traagisempana, kun hän on juuri ennen kuolemaansa riidellyt Laurin kanssa. Mikä voisi tehdä Peten surkeasta kohtalosta vielä surkeamman? Myöhemmin katsojille vielä selviää, että Lauri on Peten poika. Pete ei vain sitä itse tiedä, eikä myöskään Lauri. Pete kuolee ennen kuin hänelle selviää, että Lauri onkin hänen poikansa. Myöskään Lauri ei saa tietää olevansa Peten poika.

Halusin siis, että kohtauksen alun ja kohtauksen lopun välinen kontrasti olisi mahdollisimman suuri. Peteä esittävä Matti Pussinen ja minä aloitimme kohtauksen erilaisilla virityksillä. Pussisen olemus ja ruumis vaikuttavat kiihtyneiltä. Pussisen esittämä Pete ei saa nukutuksi, ja hän näkee harhoja. Pussinen luultavasti halusi näyttää Peten uniongelmiin ja mielenterveysongelmien runteleman huonosti voivan ruumiin. Halusin antaa tilaa hänen ruumiillisuudelleen, joten pidin oman ruumiini kevyenä ja neutraalina. Voisi ajatella, että olotilamme suhteutuivat toisiinsa. Pussisen kiihtynyt olemus korosti minun kevyttä olotilaani ja minun kepeyteni taas Pussisen kiihtyneisyyttä. Kohtauksen edetessä Peten ja Laurin keskustelu alkaa käydä kiivaammaksi. Tässä kohtaa alan pikkuhiljaa rakentaa huutamiseksi purkautuvaa olotilaa. Kiihdytän hengitystäni, ja minusta tuntuu, kuin ruumiini sisällä kuohuisi koski. Annan kuohumisen tuntemuksen kasvaa. Kun juttelin tästä nimenomaisesta kohtauksesta yliopistonlehtori Minna Hokkasen kanssa, hän kehotti minua tuntemaan rohkeasti. Ajattelin, että minun täytyy ikään kuin puskea tunnetta, vaatia sitä itseltäni. Puhuessani tunteesta en kuitenkaan viittaa mihinkään selkeään emotioon. Kokemieni tuntemusten summa oli jonkinlainen vihaa muistuttava tunne.

Keskeytin syntyneen olotilan rakentamisen Peten repliikkiin, jossa hän kertoo, ettei edelleenkään saa nukutuksi. Tällä halusin osoittaa, että kylmistä väleistä huolimatta Lauri tuntee myötätuntoa Peteä kohtaan. Olotila jää ikään kuin muhimaan piiloon ruumiiseeni. Ajattelin, että tämä ilmiselvistä ärtymyksen ilmaisemisesta luopuminen riittää kertomaan, että Lauri on huolissaan Petestä. Lauri on niin huolestunut Petestä, että hänen vihansa laantuu. Palasin siis kohtauksen

alkupään kaltaiseen kevyeen olotilaan. Pussisen kiihtynyt olotila oli myös muuttunut. Tämän repliikin sanoessaan hän vaikutti anteeksipyytävältä ja nöyrältä.

Dialogi jatkuu siten, että Pete puhuu Laurin äidistä loukkaavasti. Hän sanoo, että työmaalla oleva kumpare on Laurin äidin perseen kokoinen. Tämän repliikin jälkeen keskityn jälleen ruumiissa muhivaan vihan tunteeseen ja alan jälleen kasvattaa sitä. Kasvatan tätä tunnetta niin suureksi, että minusta tuntuu, etten enää tarkasti pysty tiedostamaan, miltä reaalin ruumiini edes näyttää. En osaa sanoa, minkälainen ilme kasvoillani on tai missä on ruumiini painopiste. Tätä kohtausta esittäessäni oikeastaan pyrin juuri tähän hallitsemattomuuden kokemukseen. Lopulta tämä tunne menee niin äärimmäiseksi, että ääneni särkyä ja minun on vaikea hengittää. Tämän tunteen vallassa sanon viimeisen repliikkini ja poistun näyttämöltä. Pidän usein repliikin aikana pieniä taukoja. Näiden taukojen aikana lietsoin kokemaani tunnetta suuremmaksi. Halusin myös antaa katsojalle tilaa ja aikaa havaita ruumistani. Annoin tilaa ja aikaa katsojan havainnoille ja halusin, että hän toteaa Laurin olevan todella vihainen. Ajattelin, että repliikin rytmin tulee olla napakka, mutta sitä ei saa sanoa liian nopeasti, jotta katsoja ehtii tajuta mitä tapahtuu.

Kohtausta on kirjoitettu ja ohjattu siten, että Lauri poistuu repliikkinsä jälkeen näyttämöltä. Mielestäni kohtausta olisi voinut jatkaa myös niin, että Lauri olisi jäänyt vihanpurkauksensa jälkeen näyttämölle. Silloin katsojalle olisi voitu näyttää uutta tietoa Laurista henkilönä, esimerkiksi, miten hän suhtautuu vihanpurkaukseensa. Onko hän pahoillaan? Entä miten Pete suhtautuu Laurin vihanpurkaukseen? Hokkanen oli *Vakavuusongelmassa* ohjaava opettajani, ja hän puhui myös toipumisesta. Ymmärrän hänen tarkoittavan toipumisella ruumiillisesti äärimmäisen olotilan jälkeisiä tuntemuksia ja kokemusta. Poistuin näyttämöltä vihan tunne sisuksissani mylvien, ja toipuminen tapahtui näyttämön takana verhoissa. Mietin usein, että tämä voisi tapahtua myös näyttämöllä. Toipuminen voisi olla osa esitystä ja tuoda esitykseen uutta sisältöä ja merkityksiä. Näkyessään se olisi voinut synnyttää Peten ja Laurin välille täysin uuden tilanteen. Nyt tämä mahdollisuus jäi käyttämättä.

Tässä kohtaa minun on mahdotonta analysoida kattavasti tapoja, joilla rakennan näyttelijändramaturgiaani *Oma maa* -elokuvassa ja *Vakavuusongelmassa*. Maisterin opinnäyte on liian suppea työ siihen, eikä näyttelijändramaturgia varsinaisesti edes ole tämän opinnäytteen aihe. Molempia esimerkkikohtauksia analysoidessa olen kuitenkin huomannut, että yritän näytellessäni samaistua niissä katsojan kokemukseen. Mietin, mitä katsoja on edellisessä kohtauksessa nähnyt ja minkälaiseen mielentilaan edellinen kohtausta on hänet jättänyt. Ajattelen myös tulevaa kohtausta. Yritän siis myös näyttelijänä, näyttämöltä käsin arvioida, mitä katsoja tämän kohtauksen aikana ajattelee, mihin hänen huomionsa kiinnittyy. Näin voin rakentaa näyttelijändramaturgiani siten, että

se palvelee koko esitystä ja katsojan kokemusta parhaalla mahdollisella tavalla. Opinnoissani on puhuttu paljon näyttelijän itseohjautuvuudesta. Minulle itseohjautuvuus merkitsee sitä, että kykenen ajattelemaan esitystä kokonaisuutena ja osaan sijoittaa itseni ja oman näyttelemiseni siihen. Se merkitsee kykyä nähdä esitys omaa kokemusta ja suoritusta laajempuna kokonaisuutena.

4. JOHTOPÄÄTÖKSET

Ruumiista ja näyttämöllisestä ruumiinkokemuksesta kirjoittaminen osoittautui opinnäytettä kirjoittaessa vaikeammaksi tehtäväksi, kuin osasin odottaa. Opinnäytteen kirjoitusprosessi oli haastava. Erityisesti haastavalta tuntui ruumiillisen kokemuksen avaaminen kirjalliseen muotoon. Kuten jo johdannossa totesin, en koe, että näyttämöllistä ruumiinkokemusta on edes tarkoitettu sanallistettavaksi. Kirjoittaessani törmäsin jatkuvasti samankaltaisiin ongelmiin: Miten ilmaista ruumiillinen kokemus kirjallisesti? Miten voin olla riittävän tarkka? Tämän opinnäytteen lukija ei siis todennäköisesti pysty koskaan ymmärtämään, miltä mielikuvasta vaikuttaminen tai virikkeelle altistuminen tuntuvat minun ruumiissani. Onnistuin kuitenkin löytämään jonkinlaisen tavan sanallistaa näyttämöllistä ruumiinkokemusta. Lisäksi uskon, että reaalin ruumis, kuvitteellinen keho ja tuntemuksellinen ruumis ovat selkeitä ja käytännöllisiä käsitteitä, joilla pystyn ymmärtämään ja analysoimaan näyttämöllistä ruumiinkokemustani. Lisäksi nämä käsitteet ovat mielestäni neutraaleja; ne eivät suoranaisesti liity mihinkään tiettyyn traditioon tai tekniikkaan, vaan niiden ensisijainen tarkoitus on auttaa minua näyttelijänä sanallistamaan kokemustani. Uskon myös, että myös muut näyttelijät voivat hyödyntää samoja käsitteitä taiteellisessa työskentelyssään ja tutkimuksessaan.

Opinnäytteen varhaisissa luonnoksissa kuvasin näyttämöllistä ruumiinkokemusta ja näyttelijäntekniikkaani varsin epäselvästi. Muistiinpanoissani kirjoitan, että ruumiini sisällä liikkuu energia tai voima, jota voin tietoisesti ohjata. Puhun myös jonkinlaisesta virtaamisesta. Kirjoitan, että ruumiinsisäistä virtausta voi syntyä spontaanisti esimerkiksi musiikista. Ehdotan myös, että virtaus voi näkyä ulospäin näkyvässä ruumiissani. Jälkeenpäin ymmärrettynä olen varmaankin yrittänyt ilmaista, että virikkeille altistuminen synnyttää tuntemuksellisessa ruumiissani virtausta, jonka voin ruumiillistaa siten, että se saa reaalisessa ruumiissa näkyvän muodon. Esittelemieni käsitteiden avulla pystyn nyt avaamaan näyttämöllistä ruumiinkokemusta itseni lisäksi myös muille. Ne voivat siis toimia harjoittelutilanteissa kommunikaation välineenä.

Esittelemäni käsitteet kertovat nähdäkseni jo sellaisenaan näyttämöllisestä ruumiinkokemuksestani ja esiintyvän ruumiin logiikasta. Näyttämöllisessä ruumiinkokemuksessani ruumis ilmenee kolmella tasolla, reaalisella, kuvitteellisella ja tuntemuksellisella. Tämän jaottelun tekeminen itsessään kertoo ruumiillisuuden merkityksestä näyttelijäntekniikassani. Esityksen harjoittelu alkaa ruumiintuntemuksen kokemisesta ja kokemuksen tarkastelusta. Kyky havaita ja reflektoida tätä tietoa ei ole itsestään selvää, vaan sitä on täytynyt harjoitella.

Näyttelijäntekniikkani perustuu ruumiillisten olotilojen rakentamiselle ja havaitsemiselle. Olotilat syntyvät ja rakentuvat monilla eri tavoilla, mutta yleensä ne perustuvat ruumiissa olevien tuntemusten havaitsemiseen. Olen harjoittanut ruumiini virittymään ympäristöstään ja siellä olevista virikkeistä. Yhtäältä virikkeenä voi toimia esitysmaailman elementti, kuten rekvisiitta, äänisuunnittelu tai toinen näyttelijä. Toisaalta virike voi löytyä myös esitystilanteen reaalista atmosfääristä. Lisäksi voin valita virikkeeksi itse keksimäni mielikuvan. Näyttelijäntekniikkaani sisältyy sekä spontaania ja intuitiivista reagoimista että tietoista rakentamista ja ohjaamista, kuten mielikuvista virittymistä. Määrittelen mielikuvien avulla ruumiilleni erilaisia suuntia tai ehdotuksia, jotka myöhemmin jalostuvat itsenäisiksi mielikuvasta riippumattomiksi olotiloiksi.

Opinnäytteen kirjoitusprosessi paljasti myös muutamia näyttelijäntekniikkaan liittyviä kehitysehdotuksia. Huomasin sen aikana, etten ole ymmärtänyt viedä fiktion kanssa työskentelemistä riittävän pitkälle. Vaikka esimerkiksi näytelmäkirjailija Ripatti oli luonut tarkan kuvauksen *Vakavuusongelman* miljööstä, niin minä en osannut hyödyntää sitä. En ollut riittävän pitkäjännitteinen, vaan keksin nopeamman ja helpomman ratkaisun. Tulevaisuudessa aionkin hyödyntää näytelmäkirjailijan tarjoaman tiedon paremmin ja etsiä virikkeitä ja mielikuvia heidän luomastaan fiktiivisestä materiaalista. Toinen omaa työskentelyä koskeva kehitysehdotus liittyy käyttämieni virikkeiden ja viritusten reflektointiin. Haluan oppia, minkälaiset viritykset sytyttävät minut parhaiten, sillä näyttelijän ammattitaitoon kuuluu mielestäni löytää menetelmät ruumiin ja ajattelun sytyttämiseen. Voin jo nyt todeta, että omassa näyttelijäntekniikassani juuri virikkeet ja erilaiset mielikuvat toimivat ajattelun ja ruumiin sytyttäjinä. Nyt minun tulisi syventyä tähän, eli selvittää ja löytää näyttelemistäni parhaiten palvelevat virittäytymisen menetelmät.

Tutkiminen ja oppiminen eivät siis suinkaan lopu, vaikka maisterin opinnot päättyvät. Opinnäytteen kirjoittaminen onkin ollut myös eräänlainen tilannekatsaus menneen ja tulevan välillä.

Kirjoittaessani olen saanut keskittyä oman näyttelemiseni ja erityisesti sen tekniikan tarkasteluun ja ymmärtämiseen. Minulle on tarkentunut, minkälainen näyttelijä olen nyt.

Lähteet

- Arlander, Annette. 1998. *Esitys tilana*. Acta Scenica 2. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Bredenberg, Mikko. 2017. *Näyttämöllinen kuvittelu*. Acta Scenica 49. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.
- Halonen, Laura. 2016. Ulos figurista: Mitä nykynäyttelijänä ruumiillistan ja miten. Tampereen yliopisto.
- Helavuori, Hanna. 2011. ”Mitä esiintyjä tekee nykyteatterissa”. Teoksessa Annukka Ruuskanen (toim.). *Nykyteatterikirja: 2000-luvun alun uusi skene*. Helsinki: Like, 101-116.
- Kirkkopelto, Esa. 2011. ”Mällisen uudet metkut – näyttelijä Sari Mällisen haatattelu”. Teoksessa Marja Silde (toim.). *Nykynäyttelijän taide: horjutuksia ja siirtymiä*. Helsinki: Maahenki, 173 – 181.
- Klemola, Timo. 2004. *Taidon filosofia – filosofin taito*. Tampere: Tampere University Press.
- Ripatti, Mika. 2016. *Vakavuusongelma*.
- Silde, Marja et alii. 2011. ”Ehdotus nykynäyttelemisen uudeksi kieliopiksi”. Teoksessa Marja Silde (toim.). *Nykynäyttelijän taide: horjutuksia ja siirtymiä*. Helsinki: Maahenki, 209–220.
- Tšehov, Mihail. 2017. *Näyttelijän tekniikasta*. Suomentanut Liisa Byckling. Helsinki: Teatterikorkeakoulu.