

TAMPEREEN YLIOPISTO

Esiintyjän ympäristövallankumous

Hannes Mikkelsson

Teatteritaiteen maisterin opinnäyte

Maaliskuu 2016

Viestinnän median ja teatterin yksikkö	
MIKKELSSON, HANNES	
Esiintyjän ympäristövallankumous	
Teatterityö	Maisterin opinnäyte
03 2016	35s
<p>Opinnäytteen aihe on esiintyjän ja ei-inhimillisen luonnon suhde. Pysin pohtimaan minkälaisen näkökulman eettinen suhde ei-inhimilliseen luontoon tarjoaa esiintyjäntyölle. Tutkimuksen kohde olen minä itse, ja kokemukseni esiintyjänkoulutuksestani ja työskentelystäni esiintyjänä. Tarkoituksena on sanallistaa ja syventyä kokemaani ristiriitaan elämäntapani ja arvomaailmani välillä. Käsittelen omaa ruumiillista historiaani, koulutushistoriaani, opiskelemiani ruumiintekniikoita ja niiden suhdetta siihen miten oma esiintyjäntekniikkani on muotoutunut materiaaleista vaikuttuvan esiintyjän tekniikaksi. Selvennän mitä materiaalien kohtaaminen tasa-arvoisina kanssaesiintyjänä tarkoittaa ja miten tämä kohtaaminen voi toimia eettisesti kestävän ympäristösuhteen luojana. Tutkin miten esiintyjä voi vaikuttaa suhteessa aineelliseen ja mielikuviteltuun materiaaliin.</p> <p>Tärkeänä keskustelukumppaninani käytän Tere Vadénin pamflettia Kaksijalkainen ympäristövallankumous, jonka sisällön merkitystä pohdin suhteessa esiintyjäntyöhön.</p> <p>Tulen siihen tulokseen että minun on teatterintekijänä tehtävä kriittisiä valintoja, jotta ammattini harjoittaminen voisi olla ekologisesti kestäväällä pohjalla.</p>	
Esiintyjä, ympäristö, ruumiillisuus, vaikuttuminen, kokemuksellisuus, ekokritiikki.	

Sisällysluettelo

Johdanto	1
1. Vaikuttuva esiintyjä	6
1.1 Ruumiillinen historia ennen koulutusta	8
1.2 Vanha koulu ja materiaaleista vaikuttuminen	9
1.3 Uusi koulu ja materiaaleista vaikuttuminen	11
1.4 Alexander -tekniikka, taiji, chi kung ja laulu	13
2. Esiintyjän tekniikkani	18
2.1 Virtaava näyttelijä -kandidaatin opinnäyte	19
2.2. Laulu on meren laulu – lähdön ja paluun balladi ja Kapteeni Aalto	21
3. Esiintyjän luonto	23
Loppusanat	32
Lähdeluettelo	33

Johdanto

Lähtökohtana opinnäytteeni aiheelle on kokemani ristiriita elämäntapani ja arvomaailmani välillä. Näen ei-inhimillisen luonnon olemassaolon perustana kaikelle inhimilliselle ja ei-inhimilliselle elämälle maapallolla. Kuitenkin tämä moderni yhteiskunta ja elämäntapa, jonka piiriin minäkin kuulun, ja jota ylläpidän siinä toimimalla, on muodostunut välittömäksi uhaksi kaikelle elämälle, tai ainakin elämän monimuotoisuudelle. Ilmastonmuutoksen kiihtyminen, massasukupuutot ja puhtaan veden puute ovat vain joitakin inhimillisen toiminnan seurauksia. Voidaan ajatella, että näiden seurausten perimmäisenä syynä ovat vallitsevat yhteiskunnalliset rakenteet, jotka ylläpitävät ei-inhimillistä luontoa tuhoavaa elämäntapaa. Tämä ristiriita elämäntavan ja arvomaailman välillä näyttäytyy minulle myös toisella tavalla: ruumiillisena ristiriitana. Koen ja tunnen modernin ympäristön vaikutuksen ruumiissani kiireenä, kireytenä, meluna, rauhattomuutena, univaikeuksina, kipuna, väsymyksenä. Nämä aistimukset ovat toki vain osa tuntemuksiani, eivätkä ole estäneet minua kokemasta elämästä myös ihmeellisenä, nautinnollisena ja arvokkaana. En voi myöskään yleistää, että kuvailemani aistimukset johtuisivat pelkästään modernista ympäristöstä, vaan tarkoitan että kokemus tietokoneen ääressä istumisesta toimii minulle vastakohtana sille mitä tunnen kun kävelen metsässä. Mitä enemmän vietän aikaa ei-inhimillisessä luonnossa, sitä vähemmän tunnistan näitä kuvaamiani negatiivisia ruumiillisia tuntemuksia. Nämä kokemani ristiriidat määrittävät jatkuvasti ajatteluani arjessa, ja siksi niillä on myös ollut keskeinen vaikutus ajatteluuni opiskellessani ja työskennellessäni esiintyjänä.

Olen alkanut ajatella monia teatterin ja esiintyjäntyön piirissä kokemiani ongelmia niiden rakenteiden ongelmina, jotka eivät tunnusta ei-inhimillisen luonnon merkitystä koko yhteiskuntamme ja ajattelumme perustana, vaan korottavat ihmisen, rationaalisen subjektin, luovaksi subjektiksi luonnon (joka jo sanana kantaa olettamaa, että joku on luonut luonnon, että luonto ei ole vain itseään varten) yläpuolelle. Nämä rakenteet olettavat luonnon objektina: hyödynnettävänä, käytettävänä, ihmistä varten olevana enemmän kuin päämääränä sinänsä, perustana jota ilman ihminen ja tämän rakennelmat eivät ole mitään. Filosofi Tere Vadén käyttää pamfletissaan *Kaksijalkainen ympäristövallankumous* tätä suhdetta kuvatessaan vertausta kolmesta sisäkkäisestä kehästä: *talosta, pihasta* ja *metsästä*, jossa *metsä* on kaiken perusta, ihmisestä riippumaton, eikä kunnioita ihmisen rajoja, ja joka perustaa *talon* ja *pihan* merkitykset, joita ilman *talo* ja *piha* ovat sekä tyhjiä että yksinkertaisesti mahdottomia.

Tämä opinnäyte on avaus prosessille, jossa pyrin sulauttamaan tavan tehdä työtä ja elää yhdeksi kestäväksi kokonaisuudeksi. Kestävällä kokonaisuudella tarkoitan eetosta, joka tunnustaa ei-inhimillisen luonnon elämämme rakentumisen perustana, päämääränä välineen sijaan, sekä elämäntapamme kestättömyyden sen hyväksikäyttäjinä. Tähän eetokseen sisältyy pyrkimys henkisestä ja aineellisesta irtautumista suhteessa tuhoaviin rakenteisiin, ja siten tämä irtautuminen tarkoittaa väistämättä kestävien rakenteiden ja luontosuhteen luomista. Esiintyjäntyöhön ajattelen aiheen liittyvän erityisesti siksi, että koen, että oma esiintyjänpolkuni on johtanut minut ruumiillisen ristiriidan kokemukseen herkistämällä minua ruumiini tuntemuksille, ja vahvistanut kokemustani esiintyjästä joka toimii moninaisissa vuorovaikutussuhteissa kulloisenkin ympäristönsä kanssa.

"Luonto"-sanaan liittyy valtavaa problematiikkaa. "Luonnoksi" voidaan käsittää kaikki se, mitä fysikaaliset luonnonlait koskettavat, eli kaikki tieteen avulla mitattava ja aistein havaittava. Tämä luontokäsitys käsittää myös ihmisen muovaaman maailman osana luontoa. Toisaalta voidaan puhua luonnosta luonteena, ikään kuin olennon tapana toimia niin kuin se toimisi sille totunnaisessa elinympäristössä. Esimerkkinä: "minkä sitä luonnolle voi?". Myös elottomien aineksien ominaisuuksia voidaan sanoa luonnoksi tai luonteeksi. 'Luonto' nähdään myös keinotekoisena vastakohtana ja luonnonmukaisen muodossa. Tässä opinnäytteessä puhun luonnosta ei-inhimillisenä luontona. Ei-inhimillisellä luonnolla tarkoitan niitä

monimuotoisia kokonaisuuksia, jotka eivät tarvitse inhimillistä toimijuutta olemassaolonsa ehdoksi.

'Ympäristö' -termillä tarkoitan tässä sitä aineellista ympäristöä, joka koostuu ympäröivästä ei-inhimillisestä ja inhimillisestä aineellisesta todellisuudesta. Tässä opinnäytteessä katson ympäristöä lähinnä esiintyjän näkökulmasta, eli esiintyjää ympäröivästä vuorovaikutussuhteiden moninaisesta kokonaisuudesta. Tässä opinnäytteessä puhun myös mielensisäisistä ympäristöistä tai mielikuvitelluista ympäristöistä, joilla tarkoitan esiintyjän ruumiilliseen vaikuttumiseen materiaalina käyttämää kuvittelua.

Ympäristövallankumouksen käsitteen lainaan filosofi Tere Vadénin pamfletista *Kaksijalkainen ympäristövallankumous*. Kyseinen teos on toiminut tärkeänä lähteenä ja keskustelukumppanina erityisesti opinnäytteeni kolmannessa luvussa *Esiintyjän luonto*. Pamfletissa Vadén määrittelee ympäristövallankumouksen muun muassa niin, että se on "vapaaehtoista kestävyuden rakentamista"¹ ja kuvailee ympäristövallankumousta kolikkona, jonka kaksi puolta ovat "luonnon tuhoamattomuus ja sosiaalinen oikeudenmukaisuus".² Hänen mielestään ympäristövallankumous tulisi tehdä vaikka "talouskasvujärjestelmät tai teknoutopiat olisivat mahdollisia"³ sillä yksinkertaisella perusteella että "[e]lämä maailmassa, jossa vettä voi juoda purosta, marjan syödä metsästä ja jossa orava kirskuu oksalla on haluttavampaa kuin elämä, jossa ei". Vadénin ympäristövallankumous tähtää demokratiaan, ja demokratialla hän tarkoittaa hierarkioiden purkua ja "konsensusprosessia, jossa ei haeta yksimielisyyttä ajatuksissa ja mielipiteissä, vaan yhteisesti sovittua tilanteenmukaista toimintaa."⁴ Hänen visioimansa demokratia on luontoa tuhoamaton ja paikallinen, eli sidoksissa paikallisiin luonnonolosuhteisiin, yhteiskuntaan ja kulttuuriin, toisin sanoen ympäristöön. Siksi Vadén käyttää termiä ympäristövallankumous. Hänen ajattelussaan paikalliset olosuhteet määrittävät paikallista politiikkaa. Hänen kuvailemansa vallankumous tarkoittaa vallan kumousta, jossa "tavoitteena ei ole uusi valta vaan valta-välineen kumoaminen".⁵ Vadénin vallankumouksessa päämäärä ei pyhitä keinoja, vaan keinot ovat päämäärää, eli elämäntavan muuttamista ei-inhimillistä luontoa tuhoamattomaksi. Hän

¹ Vadén, 2010, 2.

² Vadén, 2010, 3.

³ Vadén, 2010, 1.

⁴ Vadén, 2010, 5.

⁵ Vadén, 2010, 18.

painottaa ympäristövallankumouksen ylisukupolvisuutta, eli sitä että tieto ei pesiydy ihmiskuntaan nopeasti, vaan esimerkkinä toimivat ei-inhimillisen luonnon kierrot, jotka voivat olla niin hitaita että niitä on vaikea ihmiselämän aikana kokea. Hän korostaa ympäristövallankumouksen vaikeuden ja lohdullisuuden piilevän sen yhteisöllisyydessä, siinä että se ei ole yhden ihmisen tehtävissä.

Entä mitä voisi olla esiintyjän ympäristövallankumous? Minulle esiintyjän ympäristövallankumous merkitsee erityisesti muutosta ajattelussa, olemisessa ja kokemisessa, suhteessa ihmiseen ja ei-ihmiseen. Haluaisin taiteen ja taiteilijan kysyvän itseltään niitä samoja kysymyksiä, joita ihmisen muunkin toimintansa suhteen tulee mielestäni itseltään kysyä. Miksi en työelämässäni seuraisi niitä arvoja, jotka ovat elämässäni minulle määrääviä?

Ekologisella ajattelulla on jo vahvat juuret ja ihmisen suhdetta ei-inhimilliseen luontoon onkin käsitelty taiteessa aiheena, ja käsitellään varmasti vastakin. Minä yritän selvittää mihin seikkoihin esiintyjän tulisi ajatteluaan keskittää, ja minne suunnata kokemisensa aluetta, jotta esiintyjä voisi luoda henkistä pohjaa yhteiskunnalliselle muutokselle, joka näyttäytyy minulle väistämättömänä. Muutoksen on tapahduttava siinä miten suhtaudumme ei-inhimilliseen luontoon. Tämä muutos tarkoittaa yksinkertaisesti ei-inhimillisen luonnon itseisarvon tunnustamista, eli sitä että luonto ajatellaan arvona sinänsä, eikä välineenä inhimillisen hyödyn maksimointiin. Pyrin kuvailemaan tämän ajattelun ja kokemisen luonnetta, sekä pohdin minkälainen vaikutus sillä voisi esiintyjään olla. Uskon löytäneeni erään tärkeän työkalun ympäristövallankumoukselliselle esiintyjälle, ja se työkalu on oman esiintyjäntekniikkani jäsentäminen *vaikuttumisen tekniikkana*. Ajattelen esiintyjän olevan aina vuorovaikutussuhteessa kulloiseenkin ympäristöön jossa esiintyjä on.

Ympäristövallankumous voidaankin esiintyjän näkökulmasta ajatella vallankumouksena siinä miten esiintyjä suhtautuu siihen ympäristöön jossa kulloinkin on, toimii, tai on toimimatta. Ensimmäisessä luvussa *Vaikuttuva esiintyjä* avaan omaa opiskeluhistoriaani siitä näkökulmasta, miten esiintyjänä olen oppinut käyttämään eri materiaaleja, kokemaan ja vaikuttamaan niistä. Tärkeää on oman opiskeluni suhde kokemukseen jossa tietoinen "minä" tai subjekti väistyy ja ymmärrykseni joutuu koetukselle. Luvun alussa käsittelen myös omaa ruumiillista henkilöhistoriaani ja sen yhteyttä luontokokemukseen.

Toisen luvun, *Esiintyjäntekniikkani*, ensimmäisessä osassa esittelen varhaisempaa esiintyjäntekniikkaani, ja sen muotoutumista niin kuin niitä kandidaatin opinnäytteessäni *Virtaava näyttelijä – produktiokohtaisen joen uomassa jäsensin*. Toisessa osassa käsittelen esiintyjäntekniikkaani *Laulu on meren laulu* -esityksen kontekstissa.

Kolmannessa luvussa, *Esiintyjän luonto*, tarkastelen omaa esiintyjän suhdettani ei-inhimilliseen luontoon. Pohdinnan perustana käytän luontokokemusta, ristiriitaista ruumiillista kokemustani ja epäsuhtaa elämäntapani ja arvomaailmani välillä.

Ajatteluni on vaikuttanut kaikista niistä ympäristöistä joissa olen esiintyjänä ja ihmisenä elänyt, kokenut, tuntenut ja toiminut. Niistä erityisesti mainittakoon Lahden kansanopiston teatteri I ja II -linjat joissa opiskelin vuosina 2009-2011, Tampereen yliopiston viestinnän, median ja teatterin yksikön teatterityön tutkinto-ohjelma jossa opiskelin vuosina 2011-2016, Meriteatteri, sekä kaikki muut ympäristöt ja yhteisöt joissa olen teatteria harrastanut ja ammattina harjoittanut. Kaiken tämän pohjalla ovat kuitenkin suurimpina vaikuttajina kaikki ne ei-inhimilliset ympäristöt, metsät, meret, kalliot ja niihin kuuluvat elolliset ja elottomat kokonaisuudet jotka mahdollistavat elämäni maapallolla. Kiitos sille ympäristölle joka on muovannut minusta tuntevan, kokevan ja vaikuttuvan olennon!

Rohkaisen itseäni ja lukijaa antamalla saatteeksi filosofi Antti Salmisen sanat epäonnistumisesta jälkimodernin avantgarden kontekstissa:

”Tilan antaminen epäonnistumiselle on kokeellisen takeettomuuden ja perustattoman perustan myöntämistä ja kohtaamista. Pyrkimys lankeaa tyhjiin, ote kirpoaa ja tällöin myös itsetietoisien subjektin rajat antavat usein myöten”.⁶

⁶ Salminen, 2015, 73.

Vaikuttuva esiintyjä

Tällä hetkellä jäsenän omaa esiintyjyyttäni, omaa esiintyjäntekniikkaani eräänlaisena vaikuttumisen tekniikkana.⁷ Käytän termiä vaikuttuva esiintyjä, vaikka tarkempi määritelmä voisi olla ”esiintyjä joka antaa itsensä vaikuttua”. Vaikuttuminen merkitsee minulle sitä, että kohtaan erilaisia materiaaleja mahdollisimman tasa-arvoisina kanssaesiintyjinä ja annan niiden tuottaa ruumiillista tuntuuutta, jonka pyrin välittämään yleisölle ja kanssaesiintyjille. Ajatus vaikuttuvasta esiintyjästä sisältää ajatuksen esiintyjästä joka hahmottaa ympäristönsä materiaalisena mutta materiaalia ei kohdata hyödynnettävänä, vaan tasa-arvoisena kanssaesiintyjänä.⁸ Kohtaamisen tasa-arvoisuus korostuu harjoitusvaiheessa ja mahdollisesti esityksen sisälle luodun esiintyjän henkilökohtaisen kuljetuksen sisällä. Millä keinoilla ja miten paljon voin esiintyjänä valita, minkä annan itseeni vaikuttaa, mistä annan itseni vaikuttua? Tämä on yksi kysymys jota yritän opinnäytteessäni tutkia, mutta ensin on avattava työskentelyäni käytännössä. Tarkemmin pohdin tätä kysymystä opinnäytteen kolmannessa luvussa *Esiintyjän luonto*.

Oleennaista vaikuttumisen kokemukselle on että se on aina 1) *ainutkertainen*, 2) *ruumiillinen* ja 3) *sidoksissa hetkeen*. Vaikuttumisen ajattelemisen 1) *ainutkertaisena* tarkoittaa minulle sitä,

⁷ *Nyky näyttelijän taide – horjutuksia ja siirtymiä* teoksen tekijät sanovat että kehittämässään näyttelijäntekniikassa ”Oleennaista on *vaikuttua* virityksen mahdollistamalla tavalla”, ja että ”Pedagogisessa mielessä virittäminen onkin *vaikuttumaan oppimista*”. (Nykynäyttelijän taide, luvusta *Ehdotus näyttelemisen uudeksi kielipiksi*, 2011, s 212)

⁸ Pauliina Hulkko puhuu väitöstutkimuksessaan *Amoraliasta Riitaan: edotuksia näyttämön materiaaliseksi etiikaksi*, eettisestä suhteesta materiaaliin. (Hulkko, 2013, s 71)

että minun on mahdotonta arvottaa vaikuttumista kokemuksena sillä hetkellä kun se tapahtuu. Se tapahtuu todella ensimmäistä kertaa, eikä sen jälkeen koskaan enää. Näin pääsen irti siitä taakasta, että olisi olemassa jokin tietty ihanne, jota esiintymiseni tulisi seurata, tai miltä sen pitäisi tuntua. Vaikuttumisen 2) *ruumiillisuudella* tarkoitan sitä, että se tuntuu ja näkyy ruumiissani. Minulle ruumiillisuus on sitä että antaa esimerkiksi materiaalin kohtaamisen synnyttämän vaikutuksen näkyä ruumiissaan. Esiintyjän ruumis toimii välittäjäaineena esiintyjän ja katsojan välillä. Se, että vaikuttumisen kokemus on 3) *sidoksissa hetkeen* tarkoittaa minulle toiminnallisempaa tapaa ajatella vaikuttumisen *ainutkertaisuutta*. Näin kaikki hetkessä tapahtuva ohjaa vaikuttumistani, toimii mahdollisena materiaalina sille. Esiintyjän dramaturgista ajatteluni on se, miten pyrin säätämään mahdollisten materiaalien vaikutusta minuun.

Pyrin tässä luvussa selventämään suhdettani esiintyjäntekniikkani muotoutumiseen oman koulutushistoriani kautta. Keskityn niihin asioihin, jotka ovat vaikuttaneet ajatteluuni vaikuttavasta esiintyjästä.

Jaan oman opiskelunhistoriani Tampereen yliopiston viestinnän, median ja teatterin yksikön teatterityön tutkinto-ohjelmassa, josta työssäni käytän yleistynyttä nimeä Näty, kahteen ajanjaksoon, vanhaan ja uuteen, koska vuosikurssini kandidatuosien jälkeen tutkinto-ohjelman professori siirtyi Yrjö Juhani Renvallilta Pauliina Hulkolle, ja kaikki lehtorit Tiina Syrjä lukuun ottamatta vaihtuivat. Kandidatuosien opiskelua erittelen näyttelijäntyön lehtori Hanno Eskolan opetuksen kautta ja maisterivuosien opiskelua professori Pauliina Hulkon opetuksen kautta, koska he ovat mielestäni olleet keskeisinä henkilöinä määrittämässä sitä minkälaisena toimijana ja kokijana esiintyjä on kummassakin koulutuksessa nähty. Sekä Eskolan että Hulkon ajattelu on vaikuttanut keskeisesti omaan ajatteluuni materiaaleista vaikuttavasta esiintyjästä. Vaikka voin jäsentää jälkepäin Eskolan opetusta materiaaleista vaikuttavan esiintyjän näkökulmasta, ei hänen opetuksessaan varsinaisesti puhuttu materiaalisuudesta. Näin jälkeen päin kuitenkin jäsennän sitä sellaisena.

Lopuksi käsittelen vielä hieman koko koulutukseni läpäisevää ajattelua liittyen opiskelemini ruumiintekniikoihin, joilla on ollut suuri vaikutus siihen miten ruumistani koen, miten vaikutun ja miten työskentelen materiaalien kanssa.

Ruumiin historia ennen koulutusta

Ensimmäinen paikka, johon oma ruumiillinen historiani olennaisesti kytkeytyy, ja joka on vielä aikuisiälläkin unteni tavanomaista maastoa, on lapsuudenkotini Nastolassa: talo rinteessä metsän reunassa, alapihalla kasvimaa, omenapuut, marjapensaat ja nurmikenttä. Ihmisellä on usein läpi elämän kestävä, voimakas suhde siihen paikkaan jossa on varhaiset vuotensa viettänyt, ja niin minullekin suhde lapsuudenkotiini ja sen ympäristöön hahmottuu väkevänä ja ruumiillisena. Kyseisen paikan on nimittäin ennättänyt tutkia ja tuntea perinpohjaisesti kaikilla aisteilla. Olen pyörinyt holtittomasti rinnettä alas, kiivennyt puuhun ja hypännyt sieltä maahan, maannut soramontun pohjalla hangessa ja tuijottanut tähtiä. Olen hahmottanut ruumiini olemusta ja rajoja sen ympäristön kautta jossa olen kasvanut ja elänyt, aistimalla sitä kokonaisvaltaisesti ja sulautumalla siihen.

Toinen paikka johon minulla on erityinen ruumiillinen side on sukuni kesämökki Rymättylässä Turun saaristossa, jossa olen viettänyt kaikki elämäni kesät. Kun saavun rinnettä alas rantaan ympäristön vaikutus ruumiiseeni on välitön: hartiani putoavat, hengitys vapautuu, ja alan kuunnella ympäristöä koko ruumiillani. Isäni tapasi ottaa minut mukaansa keväisille ja syksyisille kalastusretkille saaristoon, jossa olen vuosien saatossa hionut tekniikkaani kivisiä rantoja pitkin liikkumisessa, kiveltä kivelle hyppimisessä. Tuulen ja aaltojen pauhussa olen voinut estottomasti laulaa ja huutaa ihan omaksi ilokseni.

Isäni on ammatiltaan kestävyysjuoksuvalmentaja ja äitini lääkäri, joten meillä kotona on kiinnitetty erityisesti huomiota ihmisruumiiseen: isäni näkökulmasta toiminnalliseen potentiaaliin ja kokemukseen, äitini näkökulmasta terveyteen, herkkyyteen, vammojen paranemiseen ja hoitoon. Meillä on juostu ja hiihdetty suorituskyvyn rajoille asti ja sitten saunassa hierottu kipeitä lihaksia. Harrastin itsekin nuorempana kestävyysjuoksua, mutta en koskaan oppinut pitämään tämän yksilölajin kilpailullisuudesta. Isäni opetti minut juoksemaan metsässä ja metsäjuoksemista olenkin jatkanut aikuisiällä. Metsä tarjoaa virikkeellisen ja vaihtelevan ympäristön, jossa minun on käännettävä huomioni ympäristöön, liikuttava metsän kanssa neuvotellen jotta välttäisin loukkaantumisen. Metsä ympäristönä toimii ehtona sille miten siellä voi liikkua, kun pusikot ja mättäät nousevat liian korkeiksi on pakko kävellä. Perheessäni on aina juostu ja hiihdetty, nautittu ruumiillisesta rasituksesta ja

liikkeellisestä potentiaalista. Perheeni harjoittama liikunta on aina ollut kiihkeää ja isäni vaikutuksesta jopa pakkomielteistä, mutta mielestäni ei koskaan erityisen tulos- tai suoristuskeskeistä. Pääosassa on enemmän ollut ruumiillisen rasituksen ja ”luonnon” ympäristönä suoma ruumiillinen kokemus, eli ruumiin potentiaali suhteessa luontokokemukseen.

Vanha koulu ja materiaaleista vaikuttuminen

Ensimmäisenä opiskeluvuoteni Nätyllä näyttelijäntyön tunnit rakentuivat harjoitteista ja esityksellisistä demonstraatioista, eräänlaisista näyttämöllisistä luonnoksista, joita työstimme erilaisten materiaalien pohjilta. Näyttelijäntyön lehtorimme Hanno Eskola lähetti meidät Tampereen kaduille tarkkailemaan ihmisiä ja poimimaan eleitä, jotka sitten esittelimme muulle luokalle sattumanvaraisessa järjestyksessä. Vierailimme taidenäyttelyssä ja työstimme ryhmätyönä luonnoksia kuvataideteosten pohjalta. Jos vierailimme teatterissa katsomassa jotakin esitystä, antoi Eskola meille usein tehtäväksi jälkeinpäin ruumiillistaa ja näyttämöllistää muistamiamme yksityiskohtia esityksestä. Keväällä 2012 järjestetyllä ”tunnekurssilla” lähestyimme tunneilmaisua käyttäen materiaalina Charles Darwinin teosta *Tunteiden ilmaisu ihmisissä ja eläimissä*. Kurssilla teimme kohtauksia, joissa määrittelimme dramaturgiset kohdat joissa roolihenkilöt näyttävät tunteitaan, ja kohtausta esittäessämme pyrimme ruumiillistamaan Darwinin kuvailemia tunteiden ulkoisia merkkejä. Koin että Eskolan ajattelussa korostui ajattelu esiintyjän ja rekvisiitan suhteesta: erilaisista rekvisiitoista, kuten kahvikupista tai kirjasta, käytettiin termiä *peliväline*. Tässä termissä piili ajatus siitä, että rekvisiitta on jotakin mistä voi puristaa kaiken mahdollisen näyttämöllisen toiminnan irti. Kursseilla tehdyissä ryhmätöissä pyrittiin etsimään mahdollisimman kekseliäitä ja kaikista epätodennäköisimpiä tapoja ottaa rekvisiitta osaksi näyttämötoimintaa. Eskolan opetusta olennaisesti määrittivät myös seuraavat käsitteet: viittomat, klovniversiot ja *sonomobiilit*.

Viittomia eli viittomakielisiä sanoja käytettiin varsinaisista merkityksistä irrallaan, luomaan käsien koreografiaa tekstin rinnalle. Käsiin pyrittiin saamaan energiaa ja eloa, mikä oli

selkeästi Eskolan esteettinen mieltymys. Samalla tekstillinen ilmaisu vaikutti käsille annetusta tehtävästä kun esiintyjä joutui kamppailemaan monimutkaisen tehtävän kanssa. Klovniversiot ovat eräänlaisia luonnosmaisia dramaturgisesti tiheitä esityksiä, joita työstimme annettujen materiaalien, kuten näytelmien tai novellien pohjalta. Eskolan pedagogiikkaa tutkinut Aksu Piippo kuvailee pro gradu -tutkielmassaan *Eskolan estetiikka* klovniversion käsitettä:

”Klovniversio ei ole klovneriaa perinteisessä, sentimentaalisessa sirkusmielessä, vaan tekniikoista vapaata, yksinkertaistettua ilmaisuja, jossa voi vapaasti käyttää ääntelyä, sanoja, hassuttelua, esineitä, mitä tahansa. Klovniversio on intuitiivinen ja puolivalmis näyttämöllinen mielikuva jostakin jatkumosta materiaalin sisällä (esim. kohtausta, tarina jne.)”⁹

Omasta näkökulmastani klovniversiot olivat vaihtoehto lähestymistavaksi tekstimateriaaliin tutustumiseen. Vaikuttuvan esiintyjän kannalta voidaan ajatella, että se on eräs vaikuttamisen tekniikka, nopea keino luoda esiintyjälle ruumiillinen suhde vaikkapa tekstimateriaaliin. Eskolan opetuksessa huomio oli ruumiillisissa havainnoissa suhteessa tekstimateriaaleihin, joita klovniversion näyttämöllepano välitti. Esiintyjä tekee havainnon jonka ruumiillistaa, eikä niinkään tutki vaikuttamisen hetkeä ja materiaalille altistumisen mahdollisuuksia. *Sonomobiili*-termiä Eskola käytti kuvaamaan jostakin materiaalista, kuten kirjaimesta tai fontista vaikuttunutta elettä, joka sisälsi liikkeen ja onomatopoeettisen äänen. Piippo jäsentää *sonomobiilia* näin:

”’Sonomobiilit’ ovat yksin valmistettuja ääni-liikesarjoja vaihtelevien impulssien pohjalta. Hanno Eskola on käyttänyt niistä myös nimitystä ’pre-ekspressiivinen mantra’. Sonomobiili on materiaalin kehittämisen lisäksi keino virittää näyttelijän keho ja mieli ilmaisulliseen tilaan”.¹⁰

Minun ymmärtääkseni sonomobiilin materiaaliksi sopii melkein mikä tahansa, mutta me käytimme tunnilla materiaalina eri paperille eri fonteilla kirjoitettuja sanoja. Sanojen merkitystä emme tiedäneet, vaan niiden visuaalinen muoto oli mielestäni niiden

⁹ Piippo, 2014, 9.

¹⁰ Piippo, 2014, 10.

materiaalisuudessa keskeinen vaikuttaja. Yksinkertaistettuna esiintyjä siis antaa valitun materiaalin synnyttää itsessään ääntä ja liikettä, eli kokonaisvaltaisen ruumiillisen eleen. Näitä eleitä esiintyjän on mahdollista käyttää näyttämöllisen kuljetuksen materiaaleina synnyttämään kokonaisvaltaista ilmaisua.

Huomaan että Eskolan koulutuksen analysointi ja jäsentely luonnistuu minulta vasta nyt, kun olen saanut sopivasti etäisyyttä hänen opetukseensa, ja katson sitä vaikuttuvan esiintyjän näkökulmasta. Näyttelijäntyön tunneilla ei juuri keskusteltu, tai oltu kiinnostuneita siitä, miltä harjoite ja harjoittelu esiintyjässä tuntui - tärkeämpää tuntui olevan esteettinen pyrkimys. Mielestäni opetusta määritti pyrkimys tietynlaiseen estetiikkaan, ja vaikutti yksilökohtaiselta kenelle tämä estetiikka tuntui sopivan. Tunsin, etten koskaan tehnyt tarpeeksi, ja että esiintymiseni ei koskaan ollut tarpeeksi monimutkaista. Harjoitteita tehdessäni tunsin, että huomioni oli kiinteästi kiinni vain omassa tarkassa fyysisessä suorituksessa, jonka tehtävä oli toteuttaa tietty dynaaminen, ruumiillinen muoto. Työskentelyä määritti ratkaisukeskeisyys, nopea pyrkimys näyttävään lopputulokseen, ja koin, että keskeneräisyyttä siedettiin huonosti. Eskolan tarjoamat käsitteet ja työtavat, joilla esiintyjä voisi työstää materiaaleja, ovat mielestäni ongelmallisia, koska koen että niihin sisältyy vaatimus tietynlaisesta laadullisesta lopputuloksesta. Minusta tuntui, että materiaalille itselleen ei anneta lähimainkaan tasa-arvoista mahdollisuutta esiintyjän kanssa, vaan ne nähdään energisen esiintyjän polttoaineena. Koin että esiintyjän ja materiaalin tasa-arvoiselle kohtaamiselle ei anneta mahdollisuutta, vaan materiaalille esitetään tulosvaatimus. Tunneilla ei myöskään puhuttu siitä että esiintyjä antaisi itsensä vaikuttua materiaaleista. Materiaali nähtiin esiintyjän välineenä, eikä esimerkiksi esiintyjää materiaalin välittäjänä.

Uusi koulu ja materiaaleista vaikuttuminen

Syksyllä 2014 Nätyn professorina aloitti Pauliina Hulkko, ja näyttelijäntyön opintojen nimivaihdettiin näyttelijäntaiteen opinnoiksi. Hulkko on ollut päävastuussa vuosikurssini esiintyjänkoulutuksesta maisterivuosinamme, ja aloitimmekin heti läpi syksyn kestäväällä

kurssilla, joka kantoi nimeä näyttelijändramaturgia.¹¹ Hulkko ajattelee dramaturgiaa minkä tahansa materiaalin järjestämisenä esitykseksi ja esittää esiintyjälle kysymyksen siitä, miten esitystä rakennetaan sisältä käsin.¹² Hän kysyy myös, voisimmeko nähdä sen mitä esiintyjälle tapahtuu, eli voisiko esiintyjän päällekkäiset suhteet eri esityksellisiin elementteihin tehdä näkyväksi. Näyttelijändramaturgian kurssilla harjoittelimme jäsentämään näyttämöllistä kuljetusta erilaisista *virityksistä* koostuvana kokonaisuutena. *Nyky näyttelijän taide – horjutuksia ja siirtymiä teoksen tekijät*, joihin Hulkkokin kuuluu, määrittelevät virityksen näin: ”Viritys on psykofyysinen (mielen)liike tai liikesarja, jolla herätetään ja otetaan käyttöön ruumiin psykofyysisiä voimavaroja ja avataan aistikenttiä. Virittäminen on viritysten keksimistä ja tekemistä.”¹³

Listasin työpäiväkirjaani näyttelijändramaturgian kurssilla käytettyjä virityksiä:

Virityksen keinoja:

1. Kropassa tuntuva liike
2. Aisti (voi vaihdella)
3. Muutos kuvitelluissa olosuhteissa (lämpenee, kylmenee, pimenee, kirkastuu)
4. Oma muisto
5. Kasvot näyttämönä
6. Virittäminen kontaktista katsojaan

Kuvailen seuraavaksi listaamiani virityksiä vaikuttuvan esiintyjän näkökulmasta.

Ensimmäinen viritys, *kropassa tuntuva liike*, saattoi olla mikä tahansa voimakas fyysinen liike, esimerkiksi kyykkyhyppy. Virityksessä tutkittiin tämän liikkeen ruumiiseen jättämää tuntua, jonka esiintyjä antaa näkyä. Toinen viritys, *aisti*, tarkoittaa virittäytymistä keskittymällä yhden aistin tuottamiin havaintoihin ja niiden vaikutuksiin ruumiissa. Kolmas viritys, *muutos kuvitelluissa olosuhteissa*, tarkoittaa esimerkiksi sitä, että kuvittelee lattian hitaasti kuumenevan ja antaa tämän vaikuttaa. Neljäs viritys, *oma muisto*, tarkoittaa sitä että keskityn johonkin henkilökohtaiseen muistoon, ja annan sen vaikuttaa ruumiiseeni. Viidennessä

¹¹ Hulkko käsittelee termiä laajemmin artikkelissaan *Ruumiinsyntaksista näyttelijändramaturgiaan* -teoksessa *Nyky näyttelijän taide*.

¹² Työpäiväkirja, 1.9.2014, Hannes Mikkelsson.

¹³ *Nyky näyttelijän taide – horjutuksia ja siirtymiä*, Kirkkopelto, Tervo, Tapper, Hulkko, Tuisku, Silde, 2011, 211.

virityksessä, *kasvot näyttämönä*, pyrittiin keskittämään kaikki huomio kasvoihin ja tutkittiin siitä seuraavaa ilmaisua. Erityisen tärkeänä suhteessa aiempaan koulutukseeni minulle kuudes viritys, *virittäytyminen kontaktista katsojaan*. Siinä huomio suunnataan katsojiin, koetaan ruumiillisesti tätä vuorovaikutussuhdetta ja annetaan tämän ruumiillisen kokemisen näkyä. Tunneilla tuli esiin myös mahdollisuus ottaa katsojat osaksi mielikuviteltua ympäristöä, sijoittaa heidät mielikuvani sisään kuvittelemalla asioita heidän ympärilleen tai tuomalla heidät osaksi mielikuvaa, esimerkiksi suhtautumalla heihin kuin he olisivat lapsia. Tämän kaltainen mielikuvittelu on minulle henkilökohtaisesti ominaista esiintyjäntekniikkaa, josta kerron myöhemmin lisää.

Viritysten tutkiminen oli minulle erityisen mielekästä johtuen niistä vuorovaikutussuhteista, joita esiintyjänä koin suhteessa ympäristööni ja materiaaleihin. Minulle korostui tärkeänä myös Hulkon ajatus esiintyjän ja materiaalin suhteesta sellaisena, että kohtaamisessa mahdollisesti syntyvä kitka ja vastustus ovat lähtökohtaisesti hyviä ja käyttökelpoisia asioita. Vastustus on jo itsessään henkilökohtainen suhde materiaaliin, ja vastustuksen tuntua voi ajatella myös mahdollisena materiaalina esiintymisen hetkessä. Tämä tuntemuksen materiaalistaminen tarjoaa minua kiinnostavan näkökulman Eskolan kanssa tehtyihin harjoitteisiin: entä jos annan kamppailun minun ja materiaalin välillä näkyä? Jos otan negatiivisen tuntemuksen materiaaliksi, sen käyttö muuttuu tiedostetuksi, eikä se ole enää ”kielletty tunne” ja tai merkki epäonnistumisesta, jollaisena sen koin. Materiaalisen ajattelun omaksuminen tuntui minulle luontevalta tavalta jäsentää omaa esiintyjän tekniikkaani, johtuen siitä miten olin omaa esiintymistäni jäsennellyt jo kandidaatin opinnäytteessäni. Kerron tästä lisää tämän opinnäytteen toisessa luvussa *Esiintyjäntekniikkani*. Minulle virittäytymisajattelu näyttäytyi käytännössä vaikuttumisena. Esiintyjä asettaa itselleen materiaalin josta vaikuttuu, tai jota kokee, ja antaa itsensä tulla materiaalin koettelemaksi. Esimerkiksi voimakas fyysinen toiminto jättää ruumiiseeni tuntuisuutta, kaikuja joita voin antaa itseni kokea ja näyttää tämän yleisölle.

Alexander -tekniikka, taiji, chi kung ja laulu

Nätyllä opiskelemieni viiden vuoden aikana, on opintoihin kuulunut tärkeänä osana Alexander-tekniikkaa, sekä kandivuosina Taiji- ja maisterivuosina chi kung-tunteja. Lisäksi koulutukseeni on sisältynyt musiikki- ja lauluopintoja, joiden osalta ajatteluuni on vaikuttanut voimakkaasti maisterivuosinani opettanut musiikin yliopistonlehtori Sanni Orasmaa. Alexander-tekniikka on kulkenut tärkeänä osana opintojani erityisesti siitä syystä, että sitä on opettanut Nätyn puhetekniikan ja ääni-ilmaisun yliopistonlehtori Tiina Syrjä, joka on ainoa lehtori joka on ollut tehtävässään koko opintojeni ajan. Syrjä on opettanut Nätyllä myös joogaa. Syrjän lisäksi vierailevina Aleksander-tekniikan opettajina ovat toimineet Soile Lahdenperä ja Päivi Saraste. Taijia opetti kandivuosina Matti Harilo, joka on myös Alexander-tekniikan opettaja. Chi kungia on opettanut Aki Hovivuori. Sanni Orasmaa on taustaltaan jazzmuusikko ja säveltäjä, mutta on jo varhaisessa vaiheessa uraansa laajentanut työskentelyään teatteri- ja tanssitaiteen piiriin. Hän on siis työskennellyt paljon näyttelijöiden ja tanssijoiden kanssa.

Mainitsen opettajat, koska uskon että heidän henkilökohtainen ajattelunsa on vaikuttanut käsityksiini tekniikoitten sisällöstä. Erityisesti minuun vaikuttaa se, minkälaista tuntuisuutta heidän oma ruumiillisuutensa minulle välittää suhteessa kuhunkin tekniikkaan. Heidän tapansa olla ruumiillisesti läsnä on se, mikä minulle henkilökohtaisesti tarjoaa mahdollisuuden ymmärtää tekniikkaa.

Minulle kaikki edellä mainitut tekniikat ovat ruumiintekniikoita. Ne vaativat minua altistumaan omalle ruumiilliselle kokemukselleni, joka ei jätä tietoiselle mielelle juurikaan tilaa hallita ja määrätä. Jokaisen tekniikan harjoitteet ovat minulle kokemusperäisiä tutkimuksia, ja niiden tuottama tuntu on aina uusi, monesti samankaltaisia sävyjä omaava kokemus. Näiden tekniikoiden opiskelu oli ollut monta vuotta turhauttavaa ja tuskallista sillä kysyin jatkuvasti itseltäni: Mitä hyötyä tästä on? Missä ovat tulokset suhteessa esiintyjäntyöhöni? Opintojen edetessä aloin herkistyä sille, että vaikka näihin tekniikoihin sisältyisikin jokin päämäärä, kuten tarpeettomasta lihasjännityksestä irti päästäminen, niiden harjoittelussa päämääräkeskeisyys ei voi olla läsnä. Aloin ymmärtää harjoitteiden tekemisen arvona sinänsä, ja tämän harjoittelun ehtona hahmotan ruumiilliselle tunnulle altistumisen.

Harjoittelu vaatii harjoitteiden kokemista, ja höyty- tai edistymisajattelu on aina esteenä harjoitteen täysvaltaiselle ruumiilliselle kokemiselle.

Alexander-tekniikassa minulle merkittävää on omien tottumuksien huomaaminen ja niistä irti päästäminen. Maatessani aktiivisessa lepoasennossa eli *semisupiinissa* työskentely tapahtuu suuntaamalla huomiota eri puolille ruumista. Aluksi ajattelin tekniikan siten, että annan ohjeita ruumiilleni joka toteuttaa nämä määräykset, ikään kuin tietoisesti hallitsisin ruumistani. Mitä pitempään olen Alexander-tekniikka opiskellut, sitä enemmän koen sen olevan altistumista ruumiin tunnulle. Monesti ruumiissani saattaa ilmetä tapahtuma josta en ollut lainkaan tietoinen, jolloin joudun laajentamaan tai hylkäämään ennalta järjestellyn käsityksen omasta ruumiistani. Nykyään en koe ruumiille annettuja suuntia tietoisien mielen antamina ohjeina vaan herkistymisenä ruumiini ajattelulle. Tämä herkistyminen tapahtuu opetustilanteessa siten, että ohjaaja auttaa suuntamaan huomiota eri ruumiinosiin kevyesti koskettamalla. Minä oppilaana annan tämän kosketuksen vaikuttaa minuun ja vapauttaa lihasjännityksiä alueella, johon huomio suunnataan. Merkittävää minulle Alexander-tekniikassa on ruumiin tuntuisuuden kuuntelun yhdistyminen valppaaseen ympäristön hahmottamiseen. Tulen monesti itse kääntäneeksi huomioni ruumiini sisäisiin tapahtumiin niin, että menetän yhteyden ympäristööni. Alexander-tekniikan harjoittaminen on kuitenkin auttanut minua kohti ympäristöönsä reagoivaa, ruumiillisesti vapaata ja valpasta tapaa olla. Tämä valppaus ei ole tietoisesta, rationaalisesta itsestä ympäristöön suuntautuvaa, vaan koko tietoisuuden alue laajenee koskettamaan ympäristöä tavalla, jossa itseni ja ympäristön rajat vuoroin katoavat ja piirtyvät entistä terävimpinä.

Taiji ja chi kung ovat kumpikin kiinalaisesta viisauksiperinteestä ammentavia tekniikoita, mutta käsittelen niitä tässä törkeästi yhteen niputettuna, koska niiden tuntuisuus ruumiintekniikoina on ollut minulle samankaltaista, kuten myös niiden opiskelun muotoisuus. Kummassakin tekniikassa on kokemukseni mukaan suuri painotus mielikuvissa ja niiden vaikutuksessa ruumiiseen. Kummassakin tekniikassa on liikkeellisiä muotoja, harjoitteita, joiden kautta kokonaisvaltaista ruumiin hahmottamista lähestytään. Taijissa ja chi kungissa käytetään paljon mielikuvia, joille ruumiin annetaan altistua. Mielikuvan tai mielikuvitellun maaston annetaan vaikuttaa kokemukseen ruumiista.

Taiji-tunneilla keskeinen osa opiskelua oli liikesarja, jota toistettiin jokaisella tunnilla. Liikesarjaa ja sen toistamista käytettiin välineenä ruumiilliseen hiljentymiseen ja virtaavaan liikkumiseen. Ensimmäiset kaksi vuotta tämä hiljentymisen oli tuskallista mielessä sinkoilevien kyseenalaistavien ajatusten ja tuskallisten ruumiillisten tuntemusten vuoksi, mutta kolmantena vuotena huomasin opiskelun muuttuneen minulle erityisen rakkaaksi. Koin nimenomaan tietoisesti mielen hiljentämisen ja ruumiin kokemukselle altistumisen muuttuneen tärkeäksi osaksi elämääni. Koin löytäneeni tekniikan, jossa en voi tietoisesti tietää, mutta jossa osaan harjoitella ja kuunnella tuntemustani. Chi kung -tunneilla keskeistä on ollut yhden liikkeen pitkäkestoinen toistaminen ja erilaisissa asennoissa tai asemissa hiljentymisen, ja niiden tuntuisuuden tutkiminen. Mielikuvat ovat chi kungissa mielestäni vielä keskeisemmässä roolissa kuin taijissa, vaikka ne olivat tuttuja ja helposti omaksuttavia työskentelytapoja taiji-harjoittelun ansiosta. Pitkäjänteinen harjoittelu on auttanut ruumistani tulemaan alttiiksi mielikuvittelulleni, ja mielikuvittelua vaikuttamaan ruumiillisesta tunnusta. Erityisesti chi kung -harjoitteiden tekeminen on niin kokemuksellista, että kokemuksen sisällä ei voi aina tehdä eroa sen välillä, mikä on mielikuvittelua ja mikä ruumista. Tunneilla keskittymistäni häiritsevät usein mielessä vilisevät ajatukset menneistä tapahtumista, tai tulevan päivän velvollisuuksista ja kaikesta mahdollisesta. Huomaan pyrkiväni kontrolloimaan olemistani jonkun edellisellä tunnilla tekemäni huomion perustella, mikä johtaa aina väistämättä siihen että menetän kokemuksen ruumiini kokonaisvaltaisesta hahmottamisesta. Keskeisimmäksi työkalukseni chi kung -harjoittelussa onkin muodostunut ruumiilliselle tunnulle altistuminen. Se sitoo harjoitteluni *ruumiillisuuden* avulla vallitsevaan *hetkeen* ja tekee kokemuksestani *ainutkertaisen*, kuten vaikuttumisen kokemusta aiemmin määrittelin.

Laulunopiskeluhistoriassani eräs mieleenpainuvin kokemus tapahtui ensimmäisenä opiskeluvuoteni Tiina Syrjän ja Soile Lahdenperän pitämällä Alexander-tekniikka kurssilla. Lahdenperä piti minulle yksityistunnin, jossa hän neuvoi minua laulamaan suunnaten lauluni aina johonkin huoneessa olevaan pintaan tai kohteeseen. Laulaessani hän antoi minulle liikkeellisiä impulsseja, joiden liike-energiaa seurasin jatkaen laulamista. Kokemus oli voimakas, koska laulustani tuli ruumiillisesti kokonaisvaltaista, irrallista minusta ja pyrkimyksistäni. Laulaminen ”vain tapahtui” ja laulu virtasi minusta ulos sellaisena jona en ollut sitä koskaan aikaisemmin kokenut. Vasta neljäntenä opiskeluvuonna Nätyllä, Sanni Orasmaan aloitettua Nätylän musiikin yliopistonlehtorina, sain jälleen välineitä vastaavan

ruumiillisesti nautinnollisen ja kokemuksellisen laulamisen hahmottamisessa. Orasmaan opetuksessa painottuu laulajan yhteys omaan instrumenttiinsa, eli ruumiiseensa. Tätä yhteyttä seuraavat yhteys kanssaesiintyjiin kuten säestäjään ja yhteys muuhun ympäristöön, eli tilaan ja yleisöön. Laulajan yhteyttä ruumiiseen etsitään ruumiillistamalla laulua, josta hyvä esimerkki on hänen ajattelunsa *kaarista*. Jokainen uloshengityksen mukana tuleva laulaminen ajatellaan *kaarena*, joka alkaa ruumiillisena jo ennen varsinaisen äänen syttymistä ja mahdollisesti jatkuu vielä kun äänen sointi on jo sammunut. Yksinkertaisin tapa laulun ruumiillistamiseen on tehdä kädellään ruumiillinen *kaaren* muoto, jota laulu seurailee. Laulaessa säilytetään näköyhteys käden piirtämään kaareen ja annetaan laulamisen vaikuttua käden liikkeestä. Orasmaa on saanut minut hahmottamaan laulamistani ruumiintekniikkana, jossa kokonaisvaltainen ruumiillinen ajattelu edeltää vapautunutta laulamista. Esimerkiksi leukani rentouttaminen auttaa palleaa rentoutumaan ja helpottaa laulamistani, kun taas pehmeän kitalaen rentous on yhteydessä hengityselimien rentouteen ja päinvastoin. Toisaalta huomion suuntaaminen esimerkiksi tekstiin, tai oikeammin jokaisen suustani virtaavan sanan tuntuisuuteen vapauttaa laulamistani, kun en pääse ratkomaan sitä ruumiini tietoisella hallinnalla. Orasmaan opetuksessa laulu on myös suhteessa ympäristöön, vuorovaikutuksellisenä ruumiillisena altistumisena. Tämä toteutuu käytännössä esimerkiksi harjoitteella jossa opiskelijan eteen asetetaan jokin materiaali, josta opiskelija antaa laulunsa vaikuttua.¹⁴ Harjoitteessa oli tarkoitus ”laulaa kuvaa”, tällä tarkoitan että opiskelija alkaa tuottaa ääntä ja liikettä materiaalinaan se, mitä kuva hänessä herättää. Tässä harjoitteessa myös tavallisesti ”virheellisenä” ajatellut äänet määrittyvät opiskelijan ja materiaalin välisenä suhteena. Orasmaa rohkaisi meitä siihen, että antaisimme itsemme vaikuttua yhä lisää ja katsoisimme mihin se vie. Harjoitteen pohjalta olen alkanut ajatella että materiaaliksi laululle voi soveltuu mikä tahansa materiaali. Orasmaan harjoitteessa laulu oli ”improvisatorista”, mutta harjoitetta voi yhtä hyvin toteuttaa ennalta sävellettyä kappaletta laulaessaan, jolloin laulun ruumiillinen ilmaisu ja tulkinta vaikuttuu ja määrittyä laulajan ja ympäristön välisestä suhteesta.

Voisin kuvailla edellä mainittuja ruumiintekniikoita meditatiivisiksi, sillä kaikissa niistä tulen hyvin tietoiseksi itsestäni subjektina, joka pyrkii lokeroimaan ja ymmärtämään harjoitteisiin sisältyvää toimintaa. Erilaisten harjoitteiden tarjoamat ohjeet auttavat kuitenkin hiljentämään

¹⁴ Teimme tätä harjoitetta Orasmaan kurssilla 1.10.2014. Materiaalina vaikuttumiselle toimi videotykillä seinälle heijastettu valokuva. Lähde: Mikkelsson, *työpäiväkirja*, 2014.

tämän vaativan subjektin ja keskittymään kokemukseen ja tuntemukseen. Kaikki nämä ruumiintekniikat ovat minulle jonkinlaisia ei-tekniikoita, joissa en toimi vaan annan itseni vaikuttua, tuntea ja kokea. Minä tietoisena subjektina voin lähinnä astua syrjään ja antaa asioiden tapahtua ja tuntua. Niissä ei ole sijaa lyhytnäköiselle hyödyn tavoittelulle ja pyrkimykselle edistymiseen. Ne antavat mahdollisuuden vaikuttua ja nähdä itseni ja kokemukseni aina uutena, mutta pakoilevat kontrollia ja hallintaa.

Taiji, chi kung ja Alexander-opiskelulla on vielä eräs yhteinen tekijä, jonka voi ajatella liittyvän myös laulamiseen. Niissä kaikissa ajatellaan että ihmisellä on jonkinlainen ”luontainen” tapaa olla. Tämä ”luontainen” yhdistyy näissä tekniikoissa mielestäni optimaaliseen energiankäyttöön. Haetaan sitä että lihasjännitystä käytetään optimaalinen määrä suhteessa painovoimaan tai toiminnan tarjoamaan vastukseen, ja tämä toteutuu kaikessa olemisessä ja tekemisessä. Tässä prosessissa edistyminen antaa minulle kiinnostavan filosofian suhteessa harjoitteluun, sillä kaikissa tekniikoissa oppiminen on ollut minulle kokemuksen tai tuntemuksen hyväksymistä. Tietoinen mieli on tässä prosessissa mukana, mutta vain väliaikatarjoilijana teatterin lämpiössä todistamassa muutosta, joka minussa kokemuksen myötä tapahtuu. Tekniikoissa pyritään vapauttamaan ruumiista jännityksistä, jotta ruumiin omat prosessit ja suhde painovoimaan vievät kohti ruumiille sopivaa tapaa olla.

Esiintyjäntekniikkani

Kuvailen tässä kappaleessa omaa esiintyjäntekniikkaani sellaisena jollaiseksi se on muodostunut kohtaamieni esiintyjäntehtävien myötä, eli esityksissä esiintyjänä työskentelemisen myötä. Ajattelen oman produktiokohtaisen kuljetukseni syntyvän suhteessa ohjaajaan, työryhmään ja materiaaleihin, mutta oman dramaturgisen ajatteluni ja esiintyjän tekniikkani tuloksena. Dramaturgisella ajattelulla tarkoitan sitä mitä esiintyjänä valitsen materiaaleikseni ja mihin järjestykseen materiaalit asetan. Esiintyjän tekniikalla tarkoitan sitä miten kohtaan materiaalien kanssa, miten annan itseni vaikuttua niistä ja miten liikun materiaalien välillä. Dramaturginen ajatteluni ja esiintyjän tekniikkani käyvät esityksen valmistamisprosessissa jatkuvaa vuoropuhelua, jossa dramaturginen ajattelu vaikuttaa käyttämästäni tekniikasta ja tekniikka dramaturgiasta. Jaottelu dramaturgiaan ja tekniikkaan on peräisin Hulkon *Nykynäyttelijän taide* -kirjaan kirjoittamasta artikkelista *Ruumiinsyntaksista näyttelijändramaturgiaan*. Olen soveltanut jaottelua oman esiintyjyyteeni, koska se on tukenut sitä miten olen esiintyjyydestäni jo aikaisemmin ajatellut. *Viritys*¹⁵ -sana on vakiintunut käyttööni Hulkon luotsaamilta kursseilta erityisesti siitä syystä, että se on auttanut minua jäsentelemään sitä osaa tekniikastani joka oli kehittynyt jo ennen uutta

¹⁵ "Viritys on psykofyysinen (mielen)liike tai liikesarja, jolla herätetään ja otetaan käyttöön ruumiin psykofyysisiä voimavaroja ja avataan aistikenttiä. Virittäminen on viritysten keksimistä ja tekemistä". (Nykynäyttelijän taide, Kirkkopelto, Tervo, Tapper, Hulkko, Tuisku, Silde, 2011, 211)

koulua. *Virityksellä* tarkoitan yksittäistä esiintyjänteknistä keinoa, jota käytän materiaalista vaikuttumiseen.

Kandidaatin opinnäytteessäni *Virtaava näyttelijä - produktiokohtaisen joen uomassa* jäsentelin henkilökohtaista tekniikkaani ja käytän silloin tekemiäni huomioita apuna selventääkseni tekniikkani muodostumista.

Virtaava näyttelijä – kandidaatin opinnäyte

Kandidaatin opinnäytteessäni *Virtaava näyttelijä – produktiokohtaisen joen uomassa* pyrin luomaan esiintyjäntekniikkaa joka tekisi esiintymisestä mielekästä. Tein huomioita omasta työskentelystäni, joita sovitin yhteen flow-psykologi Mihaly Csikszentmihalyin ajattelun kanssa.¹⁶ Käytin opinnäytteessäni ”joen uomaa” vertauskuvana esiintyjän produktiokohtaisesta kuljetuksesta. Ajattelin että eri materiaalit ovat joen pohjakiviä ja mutkia, jotka vaikuttavat esiintyjään hänen asettautuessaan esityksen virran vietäväksi. Ennalta määritetty kuljetus on joen uoma ja esiintyjä on vesi joka virtaa uoman läpi aina uudella tavalla. Kehittelin termin *päähuomion kehomuistillinen kartta*, kuvaamaan sitä miten rakennan itselleni keskittyneen kuljetuksen esityksen sisälle. *Päähuomio* on ”esiintyjän ensisijaisen huomion kohde, myös psyykkisfyysisen vaikuttumisen anturi. *Päähuomiota* voi kuljettaa yleisössä, vastaanäyttelijässä tai kuvitteellisessa ympäristössä, tai oman puheensa energiassa ja esiintyjä voi antaa kehonsa vaikuttua aistimastaan”.¹⁷ Kirjoitin silloin että tätä *päähuomiota* suunnataan *vaikuttumispintoihin*, jotka ovat ”kohteita joihin esiintyjä voi suunnata *päähuomiotaan* niin, että huomion kohde heijastaa esiintyjälle psyykkisfyysisiä impulsseja. Tuloksena on vuorovaikutuksellinen kontakti. *Vaikuttumispintoja* voivat olla jo päähuomion kohdalla mainitut yleisö, vastaanäyttelijä, kuvitteellinen ympäristö, tai puheen energia.” Puhuessani *kehomuistillisesta kartasta* tarkoitin sitä miten asiat joihin suuntaan huomioni ja joista valitsen vaikuttua asettuvat impulssien ja toimintojen ruumiilliseksi

¹⁶ Csikszentmihalyin mukaan keskeisintä elämän laadun parantamisessa on toiminnan muovaaminen iloa tuottavaksi toiminnaksi. (Csikszentmihalyi, 1990)

¹⁷ *Virtaava näyttelijä*, Mikkelsson, 2014, 17.

partituuriksi, eli kuljetukseksi. Nykyään ajattelen että mainitut yleisö, vastaanäyttelijät, mielikuviteltu ympäristö ja puheen energia ovat materiaaleja joista voin antaa itseni vaikuttua. Näiden lisäksi mainitsen kandidaatin opinnäytteessäni mahdollisina materiaaleina erilaiset näyttämölliset leikit ja jonkinlaisen improvisatorisen kohdan asettamisen kuljetukseen. Tätä improvisatorista kohtaa kuvailen kandidaatin opinnäytteessäni näin: "Sanoin tai painotin jotain erilailla, täysin eri ajatuksella, liikuin tai tein jotain ja katsoin mihin se lähti viemään. Tämä paransi läsnäoloa, antoi uusia tulokulmia ja piti virkeänä kohtausta treenattaessa. Se myös kasvatti kohtauksessa käytettävän mahdollisen materiaalin määrää"¹⁸ Voin siis dramaturgisesti ajatellen asettaa kuljetukseeni kohdan jossa en täysin tiedä mitä teen ja annan asioiden syntyä siinä hetkessä, minkä annan myös näkyä katsojalle. Edellinen sitaatti kuvaa harjoitustilannetta, mutta olen käyttänyt tällaista viritystä myös esityksissä.

Tärkeä osa henkilökohtaista tekniikkaani on mielikuvittelu, erityisesti eräänlainen "tila-tilassa" -ajattelu. Näillä kahdella tilalla tarkoitan aineellista esiintymistilaa yleisöineen ja mielikuviteltua tilaa joka elää aineellisen todellisuuden ympärillä, sisällä ja ulkopuolella, päällä ja alla. Kuvailen kandidaatin opinnäytteessäni sitä miten mielikuvaa käytetään vaikuttumisen materiaalina: "Läsnäolon löytäminen mielikuvista oli apukeinonani monien repliikkien ja laulujen ratkomisessa. Laulaessani meriaiheista Laivat ne seilaa -kappaletta, kuvittelin sataman. Joka kerta asiat, jotka sinne kuvittelin olivat sidoksissa siihen hetkeen, siihen päivään. Mielikuvituksellinen ympäristöni antoi kehoni elää vuorovaikutuksessa mielikuvan kanssa antaen sille impulsseja, ja olemiseni suuntana oli sillä hetkellä kuvitella ja vaikuttua siitä. Tällainen 'kuvitteellinen tila' -tilassa, on yksi keinoni tehdä näyttämöllä olemisesta mielekästä".¹⁹ Olennaista tässä mielikuvassa oli meren äärellä olemisen eli kuvitellun tilan avaruuden vaikutus ruumiiseeni. Kuvitellun tilan mittasuhteet vaikuttivat ruumiiseeni, toki mukana oli myös sataman yksityiskohtien, laivojen ja ihmisten vaikutus. Kuvaamassani kohdassa mielikuva sulautui aineelliseen tilaan niin, että seisomme vastaanäyttelijäni kanssa katolla joka on lavaste, ja katselen edessäni avautuvaa maisemallista mielikuvaa.

¹⁸ Mikkelsson, 2014, 14.

¹⁹ Mikkelsson, 2014, 11. Sitatit kertoo Ollin oppivuodet -produktiosta, ohj. Hanno Eskola, Näty, 2104

Laulu on meren laulu - lähdön ja paluun balladi ja Kapteeni Aalto

Meriteatterin esitys *Laulu on meren laulu – lähdön ja paluun balladi* esitettiin ja harjoiteltiin Naatalin Rymättylässä, entisen sillitehtaan vanhassa kylmätilassa kesällä 2014. Harjoitusten ja esitysten aikana koko työryhmä asui ja eli sukuni kesämökillä Rymättylässä. Esitys harjoiteltiin parissa viikossa (n. 15 työpäivää), ja teksti rakentui harjoituskauden aikana. Harjoitusten alkaessa ohjaaja-käsikirjoittaja Anni Mikkelsson, joka on myös sisareni, esitteli kohtausten ja laulujen tekstiaihioita, hahmotelman kokonaisrakenteesta. Nämä materiaalit jäsentyivät ja jalostuivat esitykseksi kahden viikon aikana.

Esiintyjäntehtävänä esityksessä sisälsi vanhan kapteeni Aallon roolin, sekä soitto- ja laulunumeroita, joissa hahmo on riisuttu ja esiintyjänä edustan muita asioita esityksen tematiikassa. Kapteeni Aalto on rakkaimpia hahmojani, erityisesti siksi että ohjaaja Anni Mikkelsson antoi minun vapaasti luonnostella hahmoa harjoitustilanteessa. Ajattelen hahmoa selkeänä esimerkkinä omasta esiintyjän dramaturgisesta ajattelustani.

Lähdin työstämään hahmoa voimakkaan intuitiivisesti sen kummemmin rationalisoimatta minkälainen hahmo voisi olla. Ympäristö, jossa työskentelimme toimi voimakkaana minuun vaikuttavana materiaalina: Vanha satama, sillitehdas jonka yhteydessä museo, joka oli täynnä aiheeseen liittyvää materiaalia, kuten valokuvia ja kirjeitä.

Fyysisenä virityksenä hahmon ylläpitämiseen toimivat alaspäin osoittavat suupielet, suuret silmät, kumara ryhti, aukinaiset lonkat, jousto polvissa ja käsien seläntakana pitäminen. Tämä oli eräänlainen perustila johon saatoin palata saadakseni hahmosta kiinni. Perustila on selkärangan koonto, ja vastakohtana tälle hahmoon kuuluivat myös räjähtävä raajojen ojentelu ja erilaiset ruumiin ääriasennot. Nämä fyysiset yksityiskohdat aiheuttivat välillä lihasjännitystä, jonka koin esteenä ergonomiselle ilmaisulle, ja siksi lisäinkin hahmolle hytkyttelevää ravistelua, joka auttoi minua maadoittamaan ruumiini ja rentoutumaan. Virityksenä toimi myös hahmon ääni jonka perustila on matalaa raspia huutoa, ja tästä äänen perustilasta hahmon ääni saattoi liikkua mihin tahansa suuntaan, aina kuitenkin palaten

perustilaan. Hahmon kuljetus esityksen sisällä perustuu siihen että hahmo tuo kohtauksiin valtavasti energiaa kaiken aikaa.

Kapteeni Aallon hahmosta kehkeytyi varsin moniulotteinen ja poikkeuksellinen esityksen muihin roolihenkilöihin verrattuna. Voin paikantaa kolme tasoa joilla Kapteeni Aalto liikkui, kutsun niitä tässä nimillä: 1) *fiktio*, 2) *esitystapahtuma* 3) *fiktiivinen esitystapahtuma*. *Fiktiossa* hahmo elää esityksen tarinassa, kohtauksissa ja tilanteissa, reagoiden ja toimien tarinan tasolla. *Fiktion* tasolla kulkee vielä esiintyjänteknisesti ajatellen Kapteenin mielenmaiseman taso, jolla tarkoitan viritystä, jossa hahmo unohtuu selostamaan muistojaan ja ajatuksiaan. Tässä virityksessä annan hahmon fysiikan ja tilanteen synnyttää mielikuvaa, jota verbaalisesti tilanteessa selvennän, usein improvisoiden. Tavallaan oma esiintyjäntekniikkani suhteessa mielikuvitteluun muuttuu hahmon ominaisuudeksi ja osaksi hänen persoonaansa. *esitystapahtuman* tasolla hahmo saattoi paljastaa aineellisessa tilassa tapahtuvan teatterin, jossa näyttelijät näyttelevät yleisölle, esimerkiksi sanomalla: ”Mitä siellä takanäyttämöllä oikein melskataan?”. *Fiktiivisellä esitystapahtumalla* tarkoitan sitä kun yleisö päätyy *fiktion* sisään. Tämä tarkoittaa sitä että esitystapahtuman tasolla esiintyjänä muodostan vuorovaikutuksellisen suhteen yleisöön, ja *fiktion* tasolla roolihenkilöni suhtautuu yleisöön kuin he olisivat esityksen *fiktiossa* vastaan tulevia olentoja. Tästä esimerkkinä on kohta jossa *fiktion* tasolla sillisaalis nostetaan laivan kannelle. *esitystapahtuman* tasolla näyttelijät nostavat yleisön syliin heitä ympäröivän köyden ja yleisövalo nousee, jolloin yleisö muuttuu sillisaaliiksi. *Fiktiossa* Kapteeni päätyy ylistämään sillisaalista mikä on esiintyjänä ajatellen kiinnostava kokemus. Voin nimittäin kommentoida vaikka eturivissä istuvaa pariskuntaa ”sieväksi sillipariksi”, jolloin esitystapahtuman tasolla näyttelijänä teen huomion katsojista, ja *fiktion* tasolla se muuttuu Kapteenin kiinnostukseksi sillejä kohtaan. *Fiktio* ja *esitystapahtuma* sulautuvat yhdeksi *fiktiiviseksi esitystapahtumaksi* ja katsojat osallistetaan tavalla joka ei vaadi heiltä kuin henkisen suostumisen teatterileikkiin. Nämä tasot ovat syntyneet vuorovaikutuksessa ohjaajan ja työryhmän kanssa mutta minulle ne edustavat olennaisesti sitä, miten esiintyjänä dramaturgisesti ajattelen.

Esiintyjän luonto

”Mutta miten voisimme olla olemassa, jos ei ensin olisi tätä planeettaa, joka on antanut meille oman erityislaatuisen muotomme? Elinolosuhteittemme kaksi tekijää – painovoima ja jäätyminen ja kiehumisen välillä oleva elinkelpoinen lämpötila – ovat antaneet meille lihamme ja ruumiinnestemme. Puut joissa kiipeilemme, ja maankamara, jonka päällä kävelemme, ovat antaneet meille sormet ja varpaat. ’Paikka’, jossa elämme, on antanut meille kauaksi näkevät silmät; virrat ja tuulenviri ovat antaneet taipuisan kielen ja kiehkuraiset korvat. Maa antoi meille kyvyn kävellä ja järvi kyvyn sukeltaa. Ihmettelytaito antoi meille mielen joka on itsemme näköinen. Meidän pitäisi olla kiitollisia tästä kaikesta ja ottaa luonnon ankarat oppitunnit vastaan kunnioituksella.”²⁰

Beat-runoilija Gary Snyder tarjoilee kokoelmassaan *Erämään opetus* kiinnostavan näkökulman ruumiimme kehittymiseen. Monesti puhuttaessa ihmisen evoluutiosta, ruumiimme muotoutuminen saadaan näyttämään jotenkin oman ylivertaisen älymme ansiolta. Snyder on näkökulmassaan nöyrempi ja kuvailee ihmisen ruumiin ympäristönsä luomuksena, kuin savenpalana, josta maapallo ajansaatossa muovasi tällaisen kiinnostavan möhkäleen joka se nyt on ollut viimeiset 200 000 vuotta. Snyder näkee ihmisruumiin ei-inhimillisen luonnon ”omaksi kuvakseen” luomana olentona. Ajattelen itse hahmottavani ympäristöä ruumiini kautta, ja ruumiini toimivan vuorovaikutussuhteessa ympäröiviin olosuhteisiin. Ajattelen ruumiillisen kokemuksen olevan perustana omille unelmilleni,

²⁰*Erämaan opetus*, Gary Snyder, 2010, 62-63.

ajatuksilleni ja mielikuvittelulleni. Snyderin tapaan ajattelen myös, että ihmisruumis on muotoutunut lähtökohtaisesti ei-inhimillisen luonnon kautta, ja vasta toissijaisesti reagoanut ihmisen muovaamaan aineelliseen todellisuuteen.

Ajattelen luontokokemuksen olevan ruumiillisena kokemuksena mielikuvitteluni perusta, ja suurin opettajani ainutkertaisessa, ruumiillisessa ja hetkeen sidoksissa olevassa kokemisessa. Meriteatterin esitystä harjoiteltaessa olin lapsuuteni ympäristössä, ja työmatkat juosten metsän läpi mahdollistivat aina uuden luontokokemuksen. Ajattelen että tämä voimakas, ruumiillinen side ympäristöön ruokki mielikuvitteluani, ja toimi siten väkevänä materiaalina esiintymiselleni. Kapteeni Aaltoa määritti henkilönä eniten hänen suhteensa ei-inhimilliseen, maan vankeuteen, meren ja tuulen antamaan vapauteen ja erityinen rakkaus sillinkalastukseen hänen elinkeinonaan ja siten myönnettyyn riippuvaisuuteen ei-inhimillisestä. Tämä on tietenkin monelta osin seurausta esityksen tarinan aiheesta, mutta myös sillä on merkitystä mihin seikkoihin esiintyjänä huomioni suuntasin ja mistä vaikutuin.

Tämän esiintyjän kuljetukseni muotoutumisen näen seurauksena siitä aineellisesta ja mielikuvittelusta ympäristöstä, jonka kanssa toimin elävässä vuorovaikutussuhteessa. *Laulu on meren laulua* esitettäessä en pyri pelkästään presentoimaan mitään rationaalisesti ratkottua psyykkis-sosiaalista henkilöahmoa, vaan ruumiillistan omaa mielikuvitteluani jonka inspiraationa on ei-inhimillinen luonto. Ruumiini neuvottelee sekä aineellisen että mielikuvittelun ympäristöni kanssa. Ne vastustavat ja tukevat toisiaan luoden toisensa aina uudestaan ainutkertaisina tässä neuvottelun prosessissa.

Meriteatteri on vierailut *Laulu on meren laulun* kanssa Teatteri Vanhassa Jukossa, Korjaamo Teatterissa ja Teatteri Telakalla. Nämä vierailuesitykset asettivat omalle esiintymiselleni haasteen erityisesti siitä syystä, miten voimakkaasti koen esityksen ja oman esiintyjän kuljetukseni olevan sidoksissa siihen ympäristöön, jossa esitys muotoutui. Vierailuesityksissä esitys ei enää viitannut paikalliseen ympäristöön, eli ei ollut historiallisessa suhteessa tilaan, jossa sitä esitettiin. Pelkäsin menettäväni jotakin siitä kokemastani ainutlaatuisuudesta, jolla esitys ja oma esiintyjänkuljetukseni oli suhteessa ympäristöönsä. Mutta näyttämöllä olivat silti ne samat sillilaiva Saukon aivot, tynnyrit ja kalaverkot. Kaikilla esiintyjillä oli kokemuksellinen suhde siihen ympäristöön johon esitys fiktion tasolla viittaa. Oma kokemukseni vierailuesityksistä oli että vaikka esityspaikka vaihtui, esitys säilytti yhteytensä

alkuperäiseen ympäristöönsä ja toi esityksen muodossa paikallisen kokemuksen uuteen ympäristöön.

Luontokokemus materiaalina ei välttämättä vaadi työskentelyä ei-inhimillisen luonnon ympäröimänä, vaan on rajoitetusti siirrettävissä mihin tahansa ympäristöön. Esityksessä *Rechnitz -tuhon enkeli* on kohta jossa käytän virityksenä kokemustani tunturin laelle kiipeämisestä.²¹ Virityksen materiaali on periaatteessa muisto, mutta tarkemmin kuvailtuna se on jotain kerran ruumiillani kokemaa, jonka tunnun voin ruumiiseeni palauttaa. Tämä tuntu on pohjana mielikuvalle, jonka ympärilleni kuvittelen, ja josta ruumiini vaikuttuu. Tunturiin kiivetessä koin voimakasta iloa ja vapautta, ja ympärillä valtavana avautuva erämaa sai minut konkreettisesti haukkomaan henkeä.

Teatteri ja esiintyminen on siinä mielessä radikaalia että se mahdollistaa ihmisessä piilevän ei-inhimillisen paljastamisen. Siten ei-inhimillisen näyttäminen ihmisessä voisi ohjata määrittelemään uudestaan koko inhimillisen käsitettä. Esseessään *Bioregionaalisia näkökulmia* Gary Snyder kirjoittaa: ”Tanssin avulla voimme näyttää esittää lukuisia inhimillisiä ja ei-inhimillisiä puoliamme sekä toisillemme että kotiseudullemme. Seutu toimii uhrilahjana itselleen”.²² Snyderin ajattelun mukaan voidaan ajatella että esiintyjän vaikuttumiseensa käyttämissä materiaaleissa on tietty paikallisuuden etiikka, jossa esiintyjä juhlistaa työllään yhteisön elämälle tärkeitä asioita. Jos materiaalien valinta ajatellaan eettisenä valintana ja tietyistä materiaalista vaikuttumisen olevan eettisesti kestävämpää kuin toisesta, täytyykö myös kokemukselle ajatella eettinen ulottuvuus? Kokemuksen etiikka? Ei-inhimillinen luonto esiintyjän kokemuksellisenä materiaalina tarkoittaa esiintyjän eettistä suhdetta ei-inhimilliseen luontoon. Voidaan ajatella että ihminen asettuu puolustamaan sitä ympäristöä joka on hänelle rakas, joka on hänen elämänsä ehto. Jos ajattelen esiintyjäntyöni perustuvan luontokokemukselle ja ymmärrän sen elämäni edellytyksenä, en voi antaa sen tuhoutua.

²¹ Rechnitz - tuhon enkeli, on Jalostamo-kollektiivin Elfriede Jelinekin näytelmän pohjalta valmistama esitys, joka kantaesitettiin Teatterimontussa keväällä 2015 Tampereella. Kyseistä viritystä käytin Kiasma-teatterissa keväällä 2016, esityksen toisella näytäntökaudella.

²² Erämaan opetus, Snyder, 2010, 93.

Vadén kirjoittaa:

”Siksi metsä ei ollakseen tarvitse pihaa eikä taloa, vaan ne tarvitsevat sitä. Siksi metsän merkitykset perustavat talon merkitykset, jotka yksinään ovat tyhjiä. Ihminen voi elää ilman yksilösubjektia, ilman länsimaalaisesti määriteltyä järkeä, ilman psykoanalysoitua eurooppalaista persoonallisuutta – jopa ilman taloa”.²³

Ympäristövallankumouksen näkökulmasta esiintyjänä voisin ajatella, että kestävä materiaalin käyttöä on hahmottaa Vadénin kuvailema ”metsä” edellytyksenä teatterille, joka tapahtuu lähinnä ”talon” ajatuksen sisällä. Jos vain ”metsä” on välttämätön, silloin koko siitä riippuvainen ”talo” on vaihdettavissa.

Se että hahmottaa myös ei-inhimillisen mahdollisena vaikuttumisen materiaalina ja keskustelukumppanina, mahdollistaa eettisen suhteen ei-inhimilliseen esityksen valmistamisprosessissa. Se mistä tulen vaikuttuneeksi on merkittävä kysymys, koska vaikuttuessani altistun tälle materiaalille, koen ja koettelen ja mahdollisesti opin kokemuksesta, laajennan käsitystä itsestäni ja maailmasta.

Mutta voiko esiintyjä valita mistä vaikuttuu? Esiintyjänä voin dramaturgisesti luoda kuljetuksen, johon olen vaikuttumisen kohteita hahmotellut, mutta vaikuttaminen on aina alistainen hetkessä oleviin vuorovaikutussuhteisiin. Kuten aiemmin kappaleessa *Vaikuttuva esiintyjä* sanoin: ”vaikuttumisen kokemus on aina ainutkertainen, ruumiillinen ja sidoksissa hetkeen”. Esiintyjänä en tee joka kerta tietoisista valintaa vaikuttumisesta, vaan valintani ohjautuvat myös omien arvostusten, omien herkkyyalueiden, itseä koskettavien, vahvojen, kokemuksellisten ja aistivoimaisten muistojen, havaintojen ja mielikuvien mukaan. Osittain kyse on siis enemmän siitä minkä omaksi olen jo valmiiksi antautunut. Valinta on aloittanut tapahtumisensa jo aikaa sitten, eli se on omaan kokemukseen perustuva seuraus pitkästä prosessista. Erityisesti vaikuttaminen on siis suhteessa ympäristöön, ja sen valitseminen missä ympäristössä toimii on mahdollista. Vadénia mukaillen: voimme valita oravat ennemmin kuin talouskasvun!

²³ Vadén, 2010, 30.

Jos ajattelen ruumiillisen ristiriitani olevan yhteydessä arvomaailmani ja elämäntapojeni välillä vallitsevaan ristiriitaan, voisi esiintyjän ympäristövallankumous olla näitä toisistaan risteäviä reittejä yhdistävä prosessi, jossa ruumiin tuntemus on apuna toiminnan muotoutumiselle oman arvomaailman mukaiseksi. Ruumiillisen tuntemuksen seuraaminen voisi tarkoittaa sellaisten ympäristöjen löytämistä, valitsemista ja luomista, jotka ovat ruumiille nautinnollisia. Jo nautinnollisuuden asettaminen päämääräksi sinänsä, esimerkiksi esiintyjänä, kantaa omaa etiikkaansa. Tere Vadén kirjoittaa: "[S]ellaiset asiat kuin rakkaus, lumoutuminen, uskonto ja eränkäynti ovat kaikki nautintoina hyödyllisen maailmanjärjestyksen kannalta haaskausta."²⁴ Luotokokemus itseisarvona on järjetön: se on haaskausta, tuhlausta ja nautintoa, ja palaaminen tällaisen kokemuksellisuuden alueelle muistuttaa aina siitä, että asiat voisivat olla toisin, loppupeleissä haluan valita ne oravat.

Kestävän elämäntavan näkökulmasta tämä saattaisi tarkoittaa myös toimimasta jättäytymistä:

"Talouskasvu, globalisaatio, modernismi ja postmodernismi henkisinä ja aineellisina ilmiöinä vaativat työtä, toteuttamista, tekoja, vieläpä suuressa mittakaavassa ja herpaantumattomasti. Tässä mielessä niiden pysäyttämiseen riittää niiden tukemisen lopettaminen".²⁵

Mitä tämä "tukemisen lopettaminen" tarkoittaisi esiintyjän dramaturgian muotoutumisen prosessissa? Entä esiintyjän tekniikan muotoutumisen prosessissa, esityksentekoprosessissa tai esiintyjän produktiokohtaisen kuljetuksen muotoutumisen prosessissa? Voisiko se tarkoittaa ainakin esityksen tekijöitten ja teoksessa käytettyjen materiaalien syvempää ja näkyvämpää suhdetta ei-inhimilliseen luontoon olemassa olevien rakenteitten sijaan? Esiintyjän mahdollisena työkaluna tämän suhteen luomisessa toimii vaikuttuminen, eli altistuminen kulloisenkin ympäristön merkityksille, ja ympäristön ja ruumiin aina-ainutkertaisen, avoimen kohtaamisen synnyttämän kitkan tunnustaminen, tunnusteleminen ja näyttäminen. Tämän modernin kehityksen tukemisen lopettamisen ei tarvitse tarkoittaa epäoikeudenmukaisille rakenteille alistumista, vaan niiden tunnustamista, kyseenalaistamista ja purkamista, vaihtoehtojen etsimistä. Esityksen kohdalla tämä voisi tarkoittaa esityksen

²⁴ Vadén, 2000, 118

²⁵ Vadén, 2010, 62.

materiaalisen perustan tunnustamista ja tutkimista esitysprosessissa, ja täten syntyvän esityksen yhtenä aiheena. Aihe osana prosessia kuuluu niin kestävän elämäntavan rakentamiseen, kuin eettisesti kestävän esityksen tekemiseenkin. Tässä opinnäytteessä olen ensisijaisesti keskittynyt siihen, miten esiintymisen hetkeä voisi kestävän elämäntavan kannalta ajatella, tai miten esiintyjäntekniikkani voisi luoda kestävää henkistä pohjaa esityksentekoprosessissa, mutta kuten olen kuvaillut: esiintyjän ympäristövallankumous tapahtuu nimensä mukaan myös suhteessa ympäristöön, suhteessa rakenteisiin.

Hahmottaessani sitä mihin esiintyjän ympäristövallankumous suuntautuu, on minun pohdittava mitä ”luontoa” esiintyjyyteni jo valmiiksi kantaa mukanaan. Tarkastellaan ensin ruumiillista ristiriitaani, jonka juuret ovat lapsuuden luontokokemuksessa ja sen ”renessanssissa”. Lapsuuden luontokokemus on rakentunut pohjaksi esiintymiseni kokemuksellisuudelle. Ajattelen, että opiskelemani ruumiintekniikat ovat herkistäneet ruumistani tuntevana anturina, joka vaikuttaa ympäristöstään. Tämän herkistymisen ajattelen olevan syynä ruumiillisen ristiriidan kokemukseen. Ajattelen opiskelemieni ruumiintekniikoiden toimineen purkavina tekniikoina, palauttaen ruumistani lähemmäs sitä vaikuttuvaista tilaa, joka lapsena mahdollisti sulautumisen ympäristöön ja on nyt aikuisiällä saanut minut esiintyjänä kääntämään katseeni ”luontokokemiseni” historiaan. Ajattelen että koko vaikuttumisen tekniikkani olen velkaa luontokokemukselle ruumiillisesti herkistävänä ja purkavana voimana. Kappaleessa *Vaikuttava esiintyjä* totesin vaikuttumisen kokemuksen olevan aina *ainutkertainen, ruumiillinen ja sidoksissa hetkeen*.

Vadén kirjoittaa:

”Ihmiselämän yhteys paikallisen luonnon kanssa on ainutkertaista, koska se perustuu alati uuteen metsäkokemukseen. Metsä on hitaampi kuin talo sikäli, että ihminen, jopa yksi yksilö, voi muuttaa taloaan nopeammin kuin pihaa saati metsää, mutta silti vain metsä ja metsäkokemus ovat toistamattomuuden ja uutuuden lähteitä. Metsäkokemuksen ainutkertaisuus on vapauden juuri, joka näkyy metsäkokemusta kadottamattoman elintavan muuttuvana ainutlaatuisuutena”.²⁶

²⁶ Vaden, 2010, 69.

Minulle luontokokemus merkitsee ruumiillista ympäristötietoutta. Kokemalla ja vaikuttamalla ympäristöstä, tulen tietoiseksi siitä, alan ihmetellä sitä ja annan itselleni mahdollisuuden kohdata ympäristöni ilman ennakko-oletuksia. Sillä tavalla luontokokemus voi olla pohjana esiintyjän asenteelle materiaaleista vaikuttumisessa esityksentekoprosessissa. Materiaaleille altistuminen merkitsee minulle niiden kokemista tavalla, joka voi johtaa materiaalin olemuksen syvempään ymmärtämiseen. Tämä kokemus saattaa nostattaa kysymyksiä kuten: Mikä tuo on? Mistä se on tullut? Mihin se on menossa? Minkälainen vuorovaikutussuhde minun ja sen välillä on? Mitä olemme yhdessä? Arkielämässä tällainen ajattelu on minulle ympäristötietoisuutta, käsittelen samoja kysymyksiä kun yritän muuttaa elämäni ekologisesti kestäväälle pohjalle. Ajattelen suhdettani syömääni ravintoon, tavaroihin joita ostan ja palveluihin joita käytän, samalla tiedostaen että koko yhteiskunta- ja talousjärjestelmä joka asettaa minut kuluttajaksi, ja muuttaa elämäni välttämättömät ehdot tuotteiksi ja palveluiksi, nojaa kestävämmiin oletuksiin, kuten rajattomaan talouskasvuun rajallisessa maailmassa.

Jos siirrän nämä kysymykset esityksen tekemisen kontekstiin, ohjaavat ne ajattelemaan suhdettani minua näyttämöllä ympäröiviin elementteihin, kuten esityspaikkaan, tilaan ja esiintyjänä kohtaamiini materiaaleihin erilaisella aikakäsityksellä. Kuten taiteilija ja tutkija Tuija Kokkonen artikkelissaan *Kun emme tiedä*²⁷ asian esittää: ”Ruumiillisen tunnustelun etiikka edellyttää toimiakseen välittömyydestä irtoavan ulottuvuuden: ajallisuuden”. Tämän ajallisuuden kokeminen, pohtiminen ja hahmottaminen on mielestäni välttämätöntä ympäristövallankumoukselliselle esiintyjälle, sillä kestävämmät rakenteet ovat kestävämmiä ajassa, eli tulevat loppumaan ja suhteessa tähän tulee nyky muodossaan tuntemamme teatterikin näistä kestävämmistä rakenteista katoamaan. Tarkoitukseni ei ole lietsoa enempää post-apokalyptisia kuvitelmia, totean vain, että tietoisuus rakenteiden kestävydestä suhteessa aikaan vaikuttaa siihen miten esiintyjänä ja ihmisenä hahmotan ympäristöä jossa toimin.

Hahmottaessani rakenteiden kestävyden suhdetta aikaan, voi ei-inhimillinen luonto jälleen toimia vertauskuvallisena opastajana esiintyjälle: ”Jos haluat nähdä suuren puun, niitä on oltava ennen syntymääsi; jos haluat lastesi näkevän, niitä on oltava ennen heidän

²⁷ *Posthumanismi*, Kokkonen, 2014, 203.

syntymäänsä”.²⁸ Miten tämä suhde aikaan hahmottuu omassa esiintyjyydessäni ja esityksissä joissa työskentelen? *Laulu on meren laulu* -esitys tapahtuu vanhassa satamassa jossa sillinkalastukseen perustuva elinkeino on kadonnut kalakantojen pienenemisen ja toiminnan kannattamattomuuden myötä. Esityksen rekvisiittaan kuuluu sillilaiva Saukon kalastusreissuilla mukana ollutta välineistöä ja vaatteita. Esiintyjän tekniikkani kannalta näyttäydyn esityksessä kahdella tavalla: fiktiivisenä hahmona joka toimii historiallisessa ympäristössä ja esiintyjänä joka katsoo tätä historiaa esitystapahtuman hetkestä käsin. Tämä ajallisuus on läsnä erityisesti esityksen loppukohtauksessa, jossa vastaanäyttelijäni Laura Halonen esittää monologin, jossa hänen roolihenkilönsä Lahja selvittää kuolinvuoteeltaan suhdettaan historiaan. Esityksessä nähdään Lahjan tarinan muotoutuminen kuolevan kalastuselinkeinon keskellä. Minulle esiintyjänä kohtauksen sisällä tapahtuva vaikuttuminen syntyy historialliselle ympäristölle ja tarinalle altistumisesta. Kuuntelen ja koen elettyä elämää, kerrotun tarinan historiaa, näyttämöllä olemisen hetkestä käsin. Esitys on myös aina kestollinen, aikaan sidottu, rajallinen ja katoavainen - illasta toiseen toistuessaankaan se ei ole koskaan sama, vaan aina uusi, ainutkertainen kohtaaminen materiaalien välillä. Tällainen toistuvuudessaan ja esityskauden jälkeen kadotessaan oman kiertokulkunsa näkyväksi tekevä taidemuoto on kiinnostava alusta tutkia materiaalisuuden ja rajallisuuden kysymyksiä rajallisessa maailmassa.

Minulle teatteri on rakasta siksi, että se kykenee aineelliseen ja henkiseen itsenäisyyteen. Teatterityö on radikaalin taantumuksellista koska se ei vaadi modernia yhteiskuntaa toteutuakseen. Minulle eettisesti kestävä teatteri tarvitsee vain ajattelutavan, joka tunnustaa esityksen materiaalisen perustan ei-inhimillisessä luonnossa, ja ottaa vakavasti luonnonvarojen rajallisuuden kysymyksen jokaisessa prosessin vaiheessa. Eli: jonka suhde ympäristöön on kestävä, luontoa tuhoamaton sekä aineellisesti ja henkisesti itsenäinen. Tämä itsenäisyys voisi olla, Vadénia lainatakseni, sitä että: ”elämän tarkoituksellisuus ja sen merkitykselliset tapahtumat saadaan koottua ilman turvautumista apuihin, joiden käyttö on ristiriidassa oman elämäntavan perustan kanssa”.¹ Minun unelmani on teatteri jonka perustana lepää luontoa tuhoamaton elämäntapa.

²⁸ Vadén, 2010, 53.

Aineellisen ja henkisen itsenäisyyden saavuttaakseen, teatterin tekijöiden on tehtävä todellisia, kriittisiä valintoja ja ajateltava uudelleen esityksen kaikki materiaaliset ulottuvuudet: ympäristöt, tuotantosuhteet, työnkuvat, materiaalit, sisällöt, aiheet, teemat, sekä henkilökohtaiset tekniikat. Filosofi Antti Salmisen sanoin: ”taide, joka toimii täysin teknologisen järjestelmän varassa, ei voi tuottaa sen uskottavaa kritiikkiä”.²⁹ Tarvitaan näyttöä, vaihtoehtoista elämäntapaa joka esittää todisteen puolestaan. Kaikki henkinen omavaraisuus vuotaa tyhjiin ilman aineellista omavaraisuutta, eli riippumattomuutta ei-inhimillistä luontoa tuhoavista rakenteista.

Teatteri on hedelmällinen alusta tutkia edellytyksiä tällaiselle elämän uudelleen järjestämiselle, sillä koen että teatteri on itsessään ”pieni maailma”, tai ”pieni luonto”. Ikään kuin pienoismalli, jossa todella on mahdollista kokeilla esimerkiksi täysin uutta tuotantorakennetta, maailman ja yhdessäolon järjestämisen tapaa, vaikka vaan yhden produktion ajan. Teatteri on alusta joka mahdollistaa myös epäonnistumisen. Samalla koen teatteria ympäröivät yhteiskunnalliset rakenteet jäykiksi ja hitaasti muuttuviksi. Haluankin nähdä esityksen tekemisen utopiana, en tehdä esityksiä utopioista.

²⁹ Salminen, 2015, 131.

Loppusanat

Tämän opinnäytteen kirjoitus- ja ajatteluprosessin myötä huomaan, että se mitä ekokriittinen, tai ekologinen, tai ympäristövallankumouksellinen näkökulma on antanut minulle esiintyjänä, on syvempi suhde ympäristöön jossa toimin. Koen tämän vapauttavan minua esiintyjänä siitä ajatuksen taakasta, että minun pitäisi olla jotain tietynlaista, edustaa jotain ideaalia. Olen oppinut ajattelemaan esiintyjää tai ihmistä ympäristönsä tekijöiden summana. Tämä ei poista vastuuta siitä ympäristöstä jossa toimii, ja jonka ehdoilla elää, vaan päinvastoin: syvempi suhde ympäristöön ja sen kokeminen ja kohtaaminen herättävät myös empatian ja tarpeen oikeudenmukaiselle toiminnalle.

Suunnitellessani opinnäytettäni koin vastenmieliseksi ajatuksenkin oman esiintyjäntekniikkani selventämisestä, niin merkityksettömältä se minusta ympäristökriisin keskellä tuntui. Kirjoitusprosessin myötä olen kuitenkin alkanut ajatella kaiken toiminnan muodossa piilevää voimaa ja etiikka. Kokemukseni koulutuksestani ja työstäni näyttävät minulle tärkeänä kokemusperäisenä tietona ja muotoina joita esiintyjän tai kenen tahansa ympäristövallankumous tarvitsee. Kirjoittaminen on selkeyttänyt minulle sitä mikä omassa työssäni ainakaan ei ole ristiriidassa arvomaailmani kanssa, ja siten voin paremmin ymmärtää vastaisuudessa kohtamiani tuntemuksia. Se mihin esiintymisessäni uskon, on oman tunnun ja ympäristön kokonaisvaltainen kokeminen.

Kun tarkastelen omaa prosessiani esiintyjäntekniikkani muotoutumisessa, se näyttäytyy minulle paluuna niiden kokemusten pariin jotka olen elämässäni tärkeinä kokenut. Ajattelen olevani elävä esimerkki siitä miten luontokokemus voi muokata niiden valintojen suuntaa joita elämässään tekee. Olen aina ajatellut taiteen mahdollisuutena antaa niille ääni joilla ei sitä ole. Aion antaa ei-inhimillisen luonnon äänen näkyä taiteessani voimistuvana huutona: avunhuutona, kutsuhuutona, riemukkaan kiljaisun kaikuna, lohduttavana kuiskauksena, merkityksiä sitovana soperteluna. Luontokokemuksen muotoinen ja tuntuinen taide voi kasvattaa rihmastoja modernin elämän keskelle ja puhua puolestaan.

Kokemus ja kokemuksellisuus ovat muuttavia voimia ja tämä näkyy omassa esiintyjäntekniikassani. Minun on näyttämöllä tehtävä olemiseni omakseni, jotta voin seistä sen takana. En voi vaatia ketään ajattelemaan niin kuin minä, vaan mahdollistaa se että joku voi ottaa kokemukseni omakseen. Seuraava askel on tutkia kirjoitusprosessin nostattamia ajatuksia suhteessa esityksenteko prosessiin.

Suhteessa tulevaisuuteeni esiintyjänä minua kiinnostaa se miten voin vähentää riippuvuutta niistä rakenteista, joissa elän oman arvomaailmani vastaisesti. Minkälaista olisi esityksen valmistaminen työryhmän kanssa joka elää mahdollisimman omavaraista elämää? Miten tämä näyttäytyisi prosessissa ja esityksessä? Miten sosiaalisesti oikeudenmukaista elämää rakennettaisiin esitysprosessissa, joka syntyy aineellisesti omavaraisissa olosuhteissa? Ajattelen kasvaneeni todellakin oikeaan ammattiin, sillä siirryttäessä kohti ekologisesti kestävästä omavaraista elämäntapaa tarvitaan kokemuksellista tietoa. Lainaan vielä Salmista:

”Tässä prosessissa taiteella ei voi olla apupojan roolia, vaan se on erottamaton osa ruohonjuurisen vapautumisen ylisukupolvista jatkumoa. Kokeellinen elämä voi omavaraistaa ja omaperäistää sitä harjoittavan yhteisön ja vahvistaa tulevan elämän halua kultivoida oikeutettua outouttaan”.³⁰

Kestävä, aineellisesti omavarainen elämäntapa tarvitsee sitä juhlistavaa ja merkityksiä yhteen sitovaa henkistä omavaraisuutta. Aineellinen ja henkinen omavaraisuus ovat minulle yhtä ja

³⁰ Salminen, 2015, 126.

samaa, niin kuin ovat työ ja elämäkin. Olen päätenyt teatterin piiriin myös sen yhteisöllisyyden kautta ja tätä yhteisöllisyyttä olisin voinut käsitellä enemmänkin. Ei-inhimillisen luonnon tunnustaminen ihmisen perustana, merkitsee minulle myös uskoa ihmiseen. Ihmiseen joka on kaunis, herkkä, tunteva, aistivoimainen, eläväinen, kuolevainen, voimakas ja ruumiillinen olento joka kykenee hyvään. Ympäristövallankumouksellisen esiintyjän tehtävä on tehdä tämä ei-inhimillisen ehdoilla elävä ihminen näkyväksi.

Lähdeluettelo

- Vadén, Tere, 2010, *Kaksijalkainen ympäristövallankumous – pamfletti synnyistä*, Tampere: Books on demand, 1, 2, 3, 5, 18, 30, 53, 62, 69.
- Vadén, Tere, 2000, *Ajo ja jälki – filosofisia esseitä kielestä ja ajattelusta*, Jyväskylä: Atena kustannus oy, 118.
- Kokkonen, Tuija, 2014, ”*Kun emme tiedä: Keskustelemassa ’meitä’ uusiksi: lajienväliset esitykset ja esitystaiteen rooli ekokriisien aikakaudella*”, Lummaa, Karoliina & Rojola Lea(toim.). *Posthumanismi*, Turku: Eetos 15, 203.
- Salminen, Antti, 2015, *Kokeellisuudesta – historiallisesta avantgardesta jälkifossiiliseen elämään*, Helsinki: Osuuskunta Poesia, 73, 131,126.
- Hulkko, Pauliina, 2013, *Amoraliasta Riitaan – ehdotuksia näyttämön materiaaliseksi etiikaksi*, Helsinki: Teatterikorkeakoulu, 71.
- Hulkko, Pauliina, 2011, ”*Ruumiinsyntaksista näyttelijändramaturgiaan*”, Silde, Maria(toim.). *Nykynäyttelijän taide – horjutuksia ja siirtymiä*, Helsinki: Maahenki.
- Hulkko, Pauliina, Kirkkopelto, Esa, Silde, Marja, Tapper, Janne, Tervo, Petri, Tuisku, Hannu, 2011, *Ehdotus nykynäyttelemisen uudeksi kieliopiksi*, Silde, Maria(toim.) *Nykynäyttelijän taide – horjutuksia ja siirtymiä*, Helsinki: Maahenki, 211.
- Piippo, Aksu, 2014, *Eskolan estetiikka – Hanno Eskolan opetus ja taide Teatterityön tutkinto-ohjelman teatteriesityksessä ”zeitKleist”*, teatterin ja draaman tutkimuksen pro-gradu tutkielma, Tampereen yliopisto, 9, 10.
- Csikszentmihalyi, Mihaly, 1990, *Flow- elämän virta: Tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu*, Helsinki: Rasalas kustannus.
- Snyder, Gary, 2010, *Erämaan opetus*, Turku: Savukeidas Kustannus, 62-63, 93.
- Mikkelsen, Hannes, 2014, *Virtaava näyttelijä – produktiokohtaisen joen uomassa*, kandidaatin opinnäytetyö, Tampereen yliopisto.
- Mikkelsen, Hannes, Työpäiväkirjat.