

KOZMA GÁBOR VIKTOR

## A SZÍNÉSZI KONTROLL ÉS KONTROLLVESZTÉS RÉTEGEI

■ Egy színházi szerep létrehozása összetett folyamat. A hagyományos munkafolyamatban az író, rendező és a dramaturg közös munkája alapján létrejön egy szöveggönyv, amely rögzíti a szerep mondatait. A látványtervező(k) létrehozza a teret, a jelmezt és egyéb vizuális jeleket hoz(nak), amelyek meghatározzák a szerep környezetét. A zeneszerző megalkotja az auditív teret, amely hol közvetlenül a szerep valóságához kapcsolódik (diegetikus zene), hol közvetetten, atmoszférikusan járul hozzá a szerep megképződéséhez. A koreográfus segíti kidolgozni a karakter mozgás- és táncrendszerét. A fénytervező az egész színházi alkotás élményét és hangsúlyát újraakertezi. A színész jelenlétével és játékával összeköti a többi alkotó munkáját, és végül a néző befogadja mindezt és létrejön benne a szerep képe: egy fiktív identitás, amelyet a jelentésképződés folyamatában a színész teste jelképez.

Mindeközben a színész tapasztalata konkrét: megéli a szerep érzelmi és gondolati impulzusait; érzi a kimondott szó rezonanciáját; az izommunkát, ami ahhoz szükséges, hogy felsétáljon a díszlet lépcsőjén átizzadt, műbőr jelmezdzsekijében; együtt rezeg a mélynyomókból lüktető basszussal; izomláza van a szteptáncbetétől; és elvágja a fejjét, ami a karzatról szemébe világít. A színész valós teste – amit sorozatos döntések szabályoznak – teszi tapasztalhatóvá a színházi fikciót. Ezekbe a döntésekbe a színésznek változó mértékben van beleszólása.

Ebben az írásban azt vizsgálom, hogy az alkotófolyamat során milyen szinteken adja át a színész a kontrollt saját teste fölött, és ennek milyen vetületei vannak. Írásom gondolati keretét elsősorban a (poszt)fenomenológia és buddhista filozófia adja. Ezek alapján három testelme-koncepciót mutatok be.

### Három testelme-koncepció

■ Test és elme nem szétválasztható egységet képeznek. Bár az európai kultúra – a keresztény-zsidó kultúrkör testábrázolása<sup>1</sup> és a kartézianus<sup>2</sup> gondolkodás hatására – évszázadokon keresztül elválasztotta egymástól a testet és az elmét, mára a test-elme dichotómia fölötti diskurzus értelmét veszítette.

A 20. század test felé fordulása, a Körperkultur, a távolkeleti, transzcendens diszciplínákon – jóga, harcművészetek, meditációs technikák stb. – keresztül beszűrődő holisztikus emberkép, valamint a kognitív tudományok kutatási eredményei olyannyira formálták át az emberről alkotott általános képet, hogy a testelme [bodymind] szemlélet létjogosultságát nem tekintem vita tárgyának. „A »pszichofizikalitás« és a »testelme« fogalmi ma már ugyanazt a helyet foglalják el, mint a tudattalan, a jelrendszer és a társadalmi osztályszerkezet az emberi tudás más területein (...)”<sup>3</sup>

(I.) A fenomenológia korábbi elméletei alapján<sup>4</sup> Philip Zarrilli a színész munkáját vizsgálva négy testkoncepciót különböztet meg:<sup>5</sup>

(1) Önkívületi test: az érzékszervi szinten megélt test, ami által kapcsolatba lépünk a világgal.

(2) Lappangó test: A belső, zsigeri test, ami a bőrfelszín alatt, a szervek által dolgozik az egész test funkcionalitásáért és egészségéért.

(3) Esztétikus, belső testelme: egy pszichofizikai diszciplína (jóga, színházi tréningek, meditáció, harcművészetek) gyakorlásán keresztül felébreszthető, egyre finomodó, nem hétköznapi testelme.

(4) Esztétikus, külső test: látható, külső test, ami a színész esetében nem csak az előadó testének tárgyi valósága, hanem a karakter konstruált teste is.

A négy testkoncepció folyamatos kereszteződésben és kölcsönhatásban áll egymással. Valójában egy egységes testi tapasztalat különböző területei, amelyek folyamatosan hatnak egymásra és újradefiniálják egymást.

Frank Camilleri szerint a testelme önmagában nem, csak a környezettel való folyamatos együtt hatásában értelmezhető. „Hogyan lehet például a világról szerzett tapasztalatom »teljesen emberi«, ha azt a ruhák és a szemüvegek közvetítik, amelyeket viselek; a klimatizált tér, ahol edzek és fellepek; a felszerelések és tárgyak, amelyeket használok; a többnyire feldolgozott ételek és italok, amelyeket elfogyasztok; a levegő, amelyet belélegzek, és a hangok, amelyeket hallok, különösen a városi környezetben?”<sup>6</sup> Camilleri arra irányítja a figyelmet, hogy az emberi tapasztalat csak a környezet viszonyában és az azzal való kapcsolódásban jön létre, amelyet „testvilágnak” [bodyworld] nevez.<sup>7</sup>

(II.) A buddhizmusban, a jógácsára (yogācāra) filozófiai iskolája nyolc alapvető tudatformát különböztet meg.<sup>8</sup>

(1-5) Öt érzékszervhez kötött tudatot (pañca vijñāna), amik a látás, hallás, tapintás, szaglás és ízlelés információit dolgozzák fel.

(6) A fogalomalkotásért, értékítéletért és elemzésért felelős tudatot (mano-vijñāna), aminek az elsődleges tapasztalása a gondolkodás.

(7) Az énkötő tudatot (manas), ami reflexión keresztül hozza létre az énképet (ahamkāra).

(8) A tárház tudatot (ālaya-vijñāna), vagy tudattalant, ami a test és szellem (testelme) minden tapasztalatát, vagy lenyomatát tárolja.

(III) Saját meglátásom, hogy a színész figyelmét három testtudati szinten érdemes edzeni:

(1) Képes tudatosan irányítani a testét. Ez a készségfejlesztés szintje, ahol a színész motorikus és koordinációs készséget gyakorol. Ekkor a propriocepción keresztül érzékeli és irányítja testét.

(2) A színész tapasztalja saját testét és annak külvilággal való kapcsolódását. Ezen a szinten a tudat elsősorban tapasztaló és nem irányító funkciót lát el.

(3) A színész testének saját, belső tudatához kapcsolódik.<sup>9</sup> Ezen a szinten a színész saját testének rejtett, ösztönszintű, tudatalatti tudásához kapcsolódik, és az alapján vesz rész a munkában.

A szintek, csakúgy, mint a fenomenológiai testkoncepciók folyamatos kereszteződésben és egymásra hatásban állnak egymással: a szétválasztás nem a testelme, vagy testvilág széttagolását célozza, csak segíti az elemzés mélyebb rétegeit megérteni.

### A kontrollátadás különböző rétegei

■ A színész, amikor instrukciót hajt végre, mindig összetett tudatszint-változásokat él meg, ezért a kontrollról való lemondása is több rétegben jelenik meg. Egy egyszerű példán keresztül: a rendező megkéri a színészt, hogy emeljen fel egy almát az asztalról, harapjon bele, majd mondja ki, hogy „Lenni vagy nem lenni...”. A színész beleegyezik és megteszi.

Zarrilli kategóriái szerint (I./1) a színész önkívületi teste kapcsolatba lép az alma tárgyi valóságával: látja az alma színét, érzi a hőmérsékletét, az alma héjának viaszos felszínét, keménységét és szagát stb. A színész a rendező uta-

sításait közvetíti saját testének, ami reagál: az almát szájához emeli, beleharap, hallja az alma roppanó hangját, érzi annak lédús ízét, az alma pedig eltűnik a nyelés aktusában. A színész érzékszervei által éli át az instrukciót. (I./2) A színész lappangó teste reagál az alma elfogyasztására, elkezd emészteni a gyümölcsöt, ami majd részévé válik: jó esetben egészséges funkciókat támogat, negatív esetben, ha például az alma nem volt megmosva esetleges diszfunkciót – hányást vagy hasmenést – hoz létre. (I./3) A színész mindeközben felébreszti belső esztétikus testelméjének tanult tapasztalatát. Miközben elvégzi a cselekvést, figyel mozdulatainak milyenségére, az ebből kapott érzetekre, légzése által kapcsolódik a mozgáshoz, tudatosítja az alma ízét, a színpadon elfoglalt helyét, a fényeket, a jelmezét, és ezek összetett tapasztalatát saját érzékenységén átszűrve kimondja a mondatot. A rendezői instrukció ebben az esetben nem elemző támpontot ad számára, hanem számtalan tapasztalható információt rögzít a cselekvés és színpadi tér-idő adottsága által. Ezeket a színész bevonja a közlési helyzetbe. (I./4) A színész mindeközben valamilyen látszatot kelt: látjuk testét mind esztétikai, mind szemiotikai értelemben. A színész kinézete mellett a néző azt is észleli, hogy ez a szerep és ez a színész olyan, amelyik almát eszik. A cselekvés hozzáadódik a testképéhez. A példában is kirajzolódik a testvilág teljessége: a színész tapasztalata nem önmagában létező, hanem az adott térben és időben tapasztalt kapcsolat alapján jön létre, aminek egyenlő alkotóelemei a színész testelméje, a tér, az alma, a jelmez és utána a kimondott szöveg.

A jógácsára tudatszintjei szerint színészünk hasonlóképpen tapasztalja érzékei által az alma valóságát, és tudatát betölti ennek élménye (pañca vijñāna, II./1-5). A színész azzal, hogy elfogadja a rendező ajánlatát, arra az időre elfogadja annak értékítéletét (az almát megenni ebben a helyzetben rendben való) és elemzését (a szerep viszonyát az almához) is, amelyek már más tudatszinten hatnak (mano-vijñāna, II./6). Mindemellett a színész kettős tudatossággal van jelen (manas, II./7): egyrészt tudja, hogy ő egy színész, másrészt megtestesít egy karaktert, akinek más énkötő elemei (gondolatai, érzései, viszonyai) vannak, mint a színésznek. A színész, mielőtt beleharapott az almába, elfogadta, hogy a játék logikája szerint saját énképe háttérbe szorul, hogy több alkotói akarat eredményeként egy másik én képe jöhessen létre a színházi szituációban. Végül a színész *minden* átélt tapasztalata vele marad és lényének részévé válik (ālaya-vijñāna, II./8): az ő hasa fog menni, ha az almát nem mosták meg, ő lesz az a közönség szemében az, aki ezt a szerepet játszotta, és ő hordozza tovább az érzelmi és pszichikai intenzitás szomatizált hatásait. A színész ezen a szinten elfogadta az összes nem látható következményt, bármit is hoz a próbafolyamat, vagy az előadás.

Saját megközelítem szerint a színész meghallotta az utasítást, elfogadta, utasítást adott a testének (III./1): beleharapott az almába, majd kimondta a mondatot. Mindeközben a színész megtapasztalta a cselekvések sokszínű érzetét (III./2), és ez folyamatosan visszahatott a cselekvés milyenségére: az alma íze meghatározta a következő levegővételt és a mondat milyenségét. A színész az instrukció által elfogadta az alma élményét is. Mindezek mögött ösztönvilága, testének saját tudata (III./3) folyamatos biokémiai jelzéseket küldött, ami szintén meghatározta mind cselekvését (1), mind annak tapasztalatát (2). Ezáltal a színész elfogadta, hogy nemcsak egy jelen lévő almába harap bele, hanem asszociatív szinten számtalan más almába való beleharapás élményét is rekonstruálja.

Szándékosan választottam az alma egyszerű példáját, ami a hétköznapi miatt banálisnak tűnhet. Mi történik akkor, ha a rendező instrukciója ehelyett az, hogy a színész vetkőzzön meztelenre és intenzíven csókolja meg a

partnerét? Az elemzést követve a színész teljes pszichofizikai tapasztalata átéli a csók aktusát; a csók biokémiai anyagcserét indít be; a színész mélyen együtt rezeg az intim gesztussal; ő lesz az a színész, akit már láttak meztelenül, és az a szerep, aki meztelen volt a jelenetben; neki kell elfogadni a meztelenség helyénvalóságát, megküzdenie az összes ehhez tapadó korábbi tapasztalat lenyomatával, és kezelnie szemérmességének és szakmai elkötelezettségének esetlegesen felbukkanó konfliktusát; együttélnie a nyilvános intimitás tudatos és tudatalatti hullámvásáival stb. A színész nem önmagában végrehajt vagy nem hajt végre egy cselekvést a színpadon, hanem a megélés által teljes belső (fiziológiai), személyes (pszichológiai), valamint külső (szociális) tapasztalatának részévé teszi, és következményeit a felelősséggel együtt a továbbiakban ő tapasztalja.

### A kontrollátadás vetületei a színész szempontjából

■ A színész, amikor kipróbál egy ajánlatot, részlegesen vagy teljesen lemond az irányításról. Tapasztalja és átéli az instrukció tudatilag nem megérthető rétegeit, és ezeket saját pszichofizikumán keresztül játékba hozza. A rendező ötletéből a színész számára testesített tapasztalat jön létre. Olyan, mintha az alkotókkal közösen egy hullámvasutat építenének, amire végül csak a színész ül fel. A hullámvasút számomra azért is kifejező analógia, mert egyszerre izgalmas, stresszes, meglepő, ijesztő és mindemellett biztonságos. Csak arra a hullámvasútra ül fel az ember, amit biztonságosnak ítél meg. A színész bizalmat szavaz az alkotóközösségnek, hogy élménye „biztonságos”, még akkor is, ha az kétségbeejtő, izgalmas és felforgató. Ilyen szempontból a kontrollátadás fontos vetületének tekintem a folyamat etikai vonatkozását és a felelősség kérdését. A felfedezés öröme, kíváncsisága, valamint a szakmai elvárások iránti megfelelés mellett is fontos, hogy a színész tudatában legyen, minden tapasztalata egyedül az övé marad, ezért a határok felállítása is az ő felelőssége, akkor is, ha ez sokszor nem egyszerű.

A kontrollvesztés érzése gyakran összekapcsolódik a kiszolgáltatottsággal. Mivel minden tapasztalat előidéz az ahhoz fűződő korábbi tapasztalatok asszociációját, így a kontroll átadása aktivizálhatja a kiszolgáltatottság tapasztalatának archetipikus rétegét, azaz a gyermeként. Annak felismerése, hogy gyermekénének reflexei bekapcsolhatnak, segíthet, hogy tudatosítsa ennek munkára gyakorolt hatásait: a kontrollról való lemondás nem csak önátadást hozhat létre, hanem lázadást vagy behódolást is. A tudatosuló minták segíthetnek, hogy a színész ne hozzon létre sem akarattalan ellenállást, és olyan tapasztalatnak se adja át magát, amely számára már nem integrálható, vagy (újra)traumatizáló. A kontroll átadása mellett fontos mentális gesztusnak tekintem a kontroll érzetének fenntartását (lehetné az almat) és későbbi visszavételét (tudatosan kilépni az irányított szerepből). Ilyen szempontból szeretném felhívni a figyelmet a belépési technikák (tréning) és kilépési technikák (levezetés) fontosságára.

A színész paradox módon nem csak tapasztalója, hanem irányítója a folyamatnak. Habár a szerep eljátszása során lemond saját akaratának egy részéről – nem azt teszi, amit éppen szeretne, hanem azt, ami éppen szükséges – és teljes lényének tapasztalatává integrálja mind a próbát, mind az előadást, mégis szabadságának kiteljesítésén dolgozik. A színész megengedi magának, hogy lemondjon hétköznapi énjének akaratáról, és ebben a fenomenológiai transzformációban más tapasztalatok felé nyissa meg magát. A folyamat során tudatosan jelen lévő színész ebben a pillanatban *szabad*: tehetne mást, de nem teszi meg.

## ■ JEGYZETEK

1. A test és szellem hierarchikusan szétválasztott. Pl.: a test a földhöz, a bűnbeeséshez kapcsolódik és az aszkézis tárgyává válhat a szellem nemesedése érdekében.
2. René Descartes francia filozófus. Meghatározó gondolata: „(G)ondolkozom, tehát vagyok. (...) az az én, azaz a lélek, mely által az vagyok, ami vagyok, egészen más valami, mint a test (...). René Descartes: *Értekezés a módszerről*. Fordította Zemplén Jolán. web: <https://mek.oszk.hu/01300/01321/01321.htm> (2025. 07. 27.)
3. Frank Camilleri: „*Habitational action*»: *beyond inner and outer action*”. *Theatre, Dance and Performance Training*, 2013. 4 (1). 30–51.
4. Merleau-Ponty, Noë, Leder
5. Phillip Zarrilli: *Psychophysical Acting: An Intercultural Approach after Stanislavski*. Routledge, London–New York, 2009. 50–60.
6. Frank Camilleri: *Performer Training Reconfigured*. Methuen Drama, London–New York–Oxford–New Delhi–Sydney, 2020. 61.
7. Uo. 62.
8. Dan Lusthaus: *Buddhist Phenomenology*. Routledge Curzon, London–New York, 2002. 52–83.
9. Több transzcendens diszciplína hangsúlyozza ennek fontosságát, valamint a modern idegtudomány is kutatja az bélrendszer összetett ideghálózatát, ami önálló működéssel és akarattal bír: ez a bél-agy, vagy második agy. Michael D. Gershon: *The Second Brain*. HarperCollinsPublishers, New York, 1998.

