

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE

DIVADELNÍ FAKULTA

KATEDRA ALTERNATIVNÍHO A LOUČKOVÉHO DIVADLA

OBOR HERECTVÍ

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

SUVERENITA HERECKÉHO PROJEVU

MARTIN BELIANSKÝ

Vedoucí práce: Mgr. Karolina Plicková

Oponent práce: MgA. Petra Tejnorová, Ph.D.

Datum obhajoby:

Přidělovaný akademický titul: Bc.

Praha, 2020

THE ACADEMY OF PERFORMING ARTS IN PRAGUE

THEATRE FACULTY

DRAMATIC ARTS

ACTING OF ALTERNATIVE AND PUPPET THEATRE

Bachelor´s thesis

ACTING WITH CONFIDENCE

Martin Belianský

Thesis supervisor: Mgr. Karolina Plicková

Opponent: MgA. Petra Tejnorová, Ph.D.

Date of defense:

Academic title allocation: Bc.

Prague, 2020

PROHLÁŠENÍ

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma

SUVERENITA HERECKÉHO PROJEVU

vypracoval samostatně pod odborným vedením vedoucího práce a s použitím uvedené literatury a pramenů.

Praha, dne.....

.....

Podpis diplomanta

Upozornění

Využití a společenské uplatnění výsledků diplomové práce, nebo jakékoliv nakládání s nimi je možné pouze na základě licenční smlouvy, tj. souhlasu autora a AMU v Praze.

PODĚKOVÁNÍ

Můj velký dík za hodně trpělivosti, za všechny rady a připomínky, které jsem dostal při vypracovávání mé bakalářské práce, patří Mgr. Karolině Plickové.

ABSTRAKT

Práce se zabývá tématem herecké suverenity a sebevědomí na jevišti.

Je rozdělena na 4 kapitoly. V té první se věnuji suverenitě na teoretické bázi a opírám se o několik teoretických knih od slovenských a českých psychologů. Ve druhé kapitole píš o své osobní zkušenosti s prací na suverénním výkonu během zkoušení. Ve třetí reflektuji stejné téma během přípravy před představením. A ve čtvrté přímo během představení (v této poslední fázi vstupuje do procesu divák).

Všechny zkušenosti a příklady, o kterých píš, čerpám z inscenace *Zápisky z volných chvil*, která měla premiéru 23.2.2018 v divadle Disk.

ABSTRACT

This thesis deals with strategies for becoming a confident actor. It is structured into four chapters, where I cover different perspectives.

The first section explores the theoretical principles of confidence via examples from several Slovak and Czech psychology materials. Next chapters are then divided by application of several methods during various stages of production process and dissecting these moments with insights I've gained from researching this topic. In the second chapter, I share my personal experience with an onstage presence during rehearsals. The third chapter investigates the actor's preparation before each performance. And the fourth chapter deals with methods leading to a confident onstage presence during the performance (one of the main influencing factors being the audience).

Each example I emphasise is brought from the production called *Zápisky z volných chvíľ*, which premiered in the Disk Theatre in Prague, 23rd February 2018.

OBSAH

ÚVOD	10
1. SUVERENITA A VĚDOMÍ JÁ	11
2. TVŮRČÍ PROCES	14
2.1. Důvěrné sešity dámy Sei Šónagon.....	14
2.2. Zápisky poustevníka Kamo no Čómeie.....	16
2.3. Herecká komunikace.....	19
2.4. Pojmenování sebe sama.....	20
2.5. Přední linie.....	21
3. PŘÍPRAVA PŘED PŘEDSTAVENÍM	23
3.1. Včasný příchod.....	23
3.2. Rekvizity.....	24
3.3. Aktivace těla a mluvy.....	25
3.4. Osobní kontrola.....	26
4. PŘEDSTAVENÍ	28
4.1. Oči.....	28
4.2. Jevištní mluva.....	30

4.3. Scénografie.....	31
4.4. Vnitřní nejistota.....	32
5. ZÁVĚR.....	35
OBRAZOVÁ PŘÍLOHA.....	36
LITERATURA.....	40

Úvod

V této bakalářské práci pojmenovávám svůj osobní problém se suverenitou a sebedůvěrou na jevišti. Během studia a práce na divadelních inscenacích jsem zjistil, že hereckou suverenitu dokáží negativně ovlivnit vlivy jak ze strany herce, tak i diváka. V krajním případě mohou tyto faktory zmařit veškerou snahu o provedení kvalitního hereckého výkonu.

Věnovat se vlastnímu sebevědomí vnímám jako pozitivní krok k sebepoznání. Když pak herec víc pozná sebe sama, může se na jevišti cítit mnohem suverénněji. K celkové suverenitě mohou pomoci cviky, osobní rituály anebo také důvěra v lidi kolem.

Kde suverenita začíná a kde končí? Jakým způsobem probíhá práce na osobní suverenitě? Lze ji vůbec získat a vylepšit? Co všechno ji může ovlivnit? Kdy má sebevědomí na herecký výkon pozitivní vliv, a kdy ho naopak může ovlivňovat negativně? Všechny tyto otázky jsem se snažil zpracovat na příkladu inscenace *Zápisky z volných chvil*, která měla premiéru v režii Anny Klimešové a kol. dne 23.2.2018 v Divadle Disk.

1. Suverenita a vědomí Já

„Jednou zo všeobecne akceptovaných charakteristík človeka je jeho sociálnosť, spoločenskosť, čo nachádza vyjadrenie v jednoduchom a zaužívanom výroku: Človek je tvor spoločenský.“¹

Člověk patří mezi nejvyvinutější tvory na světě. Může za to sociální kontakt v podobě vztahů, který se samozřejmě vytváří i mezi jinými živočichy, ale mezi lidmi má mnohem vyšší kvalitativní formu. Každý člověk byl a je součástí sociálního prostředí, které jej nevyhnutelně obklopuje. Žije v něm, komunikuje, dostává se do různých vztahů, spolupracuje atd.

„Sociálne prostredie plní voči svojim členom viacero funkcií – vytvára podmienky ich existenčného zabezpečenia, sociálnej a emocionálnej istoty, v rámci výchovno-vzdelávacieho systému prispieva k rozvoju osobnosti, umožňuje uspokojovať záujmy alebo dáva priestor na realizáciu schopností, vytvára podmienky spoločenských a neformálnych kontaktov, poskytuje priestor na spoločnú činnosť i na zaujatie postavenia jednotlivých členov,“ jak píše psycholog Teodor Kollárik.²

Je však suverenita vrozená? Rodíme se s ní, nebo se k ní člověk musí dopracovat? *„Životní běh člověka nezačíná až jeho narozením, porod je jen jedním – i když velmi významným – časovým bodem v průběhu vývoje.“³*

Psychiku člověka lze prý podle J. Langmeiera a D. Krejčířové ovlivnit už v prenatálním věku dítěte. Ve věku šesti měsíců po početí dítě např. reaguje na pláč, začíná rozlišovat zvuky čistě akustické od těch lidských a ke konci těhotenství dokonce rozlišuje hlas své matky i s jeho různými emocionálními odstíny. Reaguje však i na negativní podněty jako jsou např. neobvyklé a nepříjemné zvuky z rušného prostředí, nepříjemné pohybové omezení při změnách polohy matky, nedostatek kyslíku, je-li matka v dusném prostředí apod. Všechny tyto podněty, jak pozitivní, tak i negativní, ovlivňují psychiku dítěte.

„...a: dobrý psychický stav matky je pro základy psychiky dítěte jistě významný, třebaže zatím dobře neznáme mechanismy tohoto působení,

¹ Teodor Kollárik a kolektív. *Sociálna psychológia*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave vo Vydavateľstve UK, 2008, s. 19.

² Tamtéž, s. 20.

³ Josef Langmeier – Dana Krejčířová. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2006, s. 23.

*b: jako se připravuje dítě in utero na svět po narození, tak se svět – především rodiče – připravuje na dítě.*⁴

Mluvíme tady zatím o skutečnostech, které člověk – pokud chce – může ovlivnit. Existují však i jiné faktory, které dokáží ovlivnit nás samotné, aniž by o to někdo aktivně usiloval? Zajisté. Říká se jim kořeny osobnosti, což jsou určité rysy člověka, se kterými se člověk už rodí. Avšak: „*Vrozené, resp. zděděné vlastnosti intelektu a temperamentu limitují vlivy výchovy a zkušenosti vůbec... Vztah dědičnosti a zkušenosti je nutno uvažovat jako navzájem závislé činitele, v jejichž interakci za normálních podmínek se s přibývajícím věkem stále více uplatňují vlivy zkušenosti.*“⁵

Intenzita suverenity a sebevědomí se podle M. Nakonečného formují už v raném věku dítěte. Jde také o negativní zážitky a vlivy výchovy našich rodičů. Primární vliv v roli dítěte má tedy rodina, do níž se dítě narodí. Jednou z jejích funkcí je uvést dítě do života v rámci konkrétního kulturního prostředí, tj. naučit ho orientaci ve světě symbolů a předmětů denní potřeby, ve světě společenských zvyklostí a hodnot, naučit ho kulturním návykům slušného chování, tělesné hygieny atd.

*„Protože emoce hrají v upevňování zkušeností rozhodující význam a protože zkušenosti formují osobnost dítěte, je období tzv. raného věku dítěte (tj. období do 3-4 let jeho věku) rozhodujícím formativním obdobím, kdy se mohou, např. v podmínkách masivní citové deprivace (strádání z nedostatku projevů lásky rodičů dítěti), vytvořit již nezvratné rysy osobnosti, jako je agresivita, citová labilita, sebedoceňování a další.“*⁶

To, v jakém stavu se ocitá naše suverénnost v dospělosti, má tedy na svědomí z velké části výchova našich rodičů, vzdělání a mnoho dalších faktorů, jakými jsou třeba vztahy, společnost, ve které vyrůstáme, a média, která sledujeme.

*Geneze osobnosti je spojena se vznikem Já a tento vznik Já a jeho vývoj k sebepojetí (egó) jsou základními aspekty fungování osobnosti, jejího dalšího utváření, neboť osobnost funguje jako otevřený systém, který je ve stálé interakci se svým životním prostředím.*⁷

Za vytváření osobnosti člověka může interakce vrozených biologických činitelů a zkušeností, které člověk získává v rámci určitého sociálního prostředí, v němž se odehrává jeho život. S narůstajícím věkem je těchto osobních zkušeností čím dál tím více a zvýrazňuje se pak i individualita jedince.

⁴ Tamtéž, s. 27.

⁵ Milan Nakonečný. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 1998, s. 25-26.

⁶ Tamtéž, s. 28.

⁷ Tamtéž, s. 39.

„Individuální pojetí sebe sama a světa je v kontinuitní interakci s daty z vnějšího světa, a tak obojí podléhá znovu-modelování a readaptaci jako reakce na proměnlivé prostředí, ale uplatňuje se tu tendence k rezistenci vůči změnám, což se projevuje aktivní manipulací s životními podmínkami, reinterpetací dat a dalšími způsoby.“⁸ To znamená, že vnímání sebe sama se skutečně mění každou chvíli. Každodenní prostředí, ve kterém se pohybujeme, má na sebeuvědomování obrovský vliv.

⁸ Tamtéž, s. 189.

2. Tvůrčí proces

Tvůrčí proces s jeho specifickými podmínkami považuji za jednu z nejdůležitějších cest k dosažení suverenity. Už během zkoušení se herec může – a měl by – vynasnažit, aby co nejlépe pochopil, nastudoval a vnitřně vstřebal téma, na kterém se chystá pracovat. V konečném důsledku pak může pocítit na jevišti více sebevědomí.

„Příprava může trvat jen pět minut jako v případě improvizace, může ale také trvat několik let jako u jiných forem divadla. To není důležité. Příprava obsahuje vědomé rigorózní studium všech překážek a způsob, kterým je možné se vyhnout nebo je překonat. Cesty je třeba zamést. Zda pomalu či rychle už záleží na jejich stavu...Příprava, to je prověřování, testování, čištění,“ píše Peter Brook.⁹

Během zkoušení si herec formuje svůj názor na téma. Herec by měl být „chodícím subjektivním názorem“ na danou věc. Proto pokud se chceme s tímto názorem podělit s diváky, a chceme abychom jím diváka oslovili, zaujali nebo naopak pobouřili, je nevyhnutelné poznat jej ze všech stran. Koneckonců i forma, jakou si herec svůj osobní postoj vytváří, může v důsledku za to, že se herec pak na jevišti cítí sebevědomější a s tímto svým dosaženým názorem pak souzní.

2.1. Důvěrné sešity dámy Sei Šónagon

Jak jsem se již zmínil v úvodu, svoje zkušenosti budu popisovat na inscenaci *Zápisky z volných chvílí*¹⁰. Projekt vznikl jako autorská inscenace na KALD DAMU pro Divadlo Disk, a to pod vedením režisérky Anny Klimešové a ve spolupráci s dramaturgyní Klárou Flekovou. Scénografii vytvořila Vendula Bělochová a o hudbu se postarali Matouš Hejl, Michal Cáb a Michal Grombířík. Poslední jmenovaný se jako hudebník účastnil jako jeden z aktérů i samotných představení, a to spolu s herci Anitou Gregorec, Kateřinou Císařovou a Martinem Belianským (autorem této práce). S pohybovou stránkou nám pomáhal Tomáš Wortner. Ke zrození inscenace jsme jako inspiraci využili důvěrné sešity dvorní dámy Sei Šónagon z konce 10. století a zápisky

⁹ Peter Brook. *Pohyblivý bod*. Praha: Nakladatelství studia Ypsilon, 1996, s. 19.

¹⁰ *Zápisky z volných chvílí*, Divadlo Disk Praha, premiéra: 23.2.2018, režie: Anna Klimešová a kolektiv.

poustevníka Kamo no Čómeie z 13. století. Spolu se třetí částí Psáno z dlouhé chvíle, kterou jsme při vzniku inscenace nevyužili, jsou tato tři literární díla – patřící neodmyslitelně ke klasice japonského deníkového žánru *zuihicu* – součástí stejnojmenné knížky *Zápisky z volných chvíl*.¹¹

Ve své podstatě se tyto dvě inspirace vůči sobě hodně liší. Důvěrné sešity dvorní dámy popisují život na královském dvoře. Na tomto dvoře se pohybují lidé z vyšší společnosti, kteří žijí rychlý a rozmařilý život. Dvorní dáma však nepopisuje jenom život na dvoře. Popisuje také všelijaké poryvy počasí a život zvířat. Nejpodstatnější, a zároveň jednoduše a bystře napsané jsou pro nás její výčty na různá témata, jako třeba: „Co je vzácné“, „Co rozbuší srdce“ anebo „Co je dojemné“. Tyto výčty jsme doplnili našimi vlastními seznamy, aby téma této autorské inscenace, to, o čem hrajeme, bylo divákovi blíže.

Příklad: Co rozbuší srdce?

1. Náhlé probuzení s domněním, že padáte dolů.
2. Když se osoba, která se vám protiví, objeví někde poblíž.
3. Když se člověku splní dlouholetá přání.
4. Ranní běhání v parku....

Ke svým popisům využívá dvorní dáma také haiku, což je lyrický útvar nejčastěji s přírodní tematikou, ve kterém se nacházejí verše se slabikami v počtu 5-7-5. Verše znějí v tomto metru zvukomalebně, mají v sobě lehkost a jemnost.

Už během čtení útržků z knih se nám hodně zalíbil způsob, jakým jsou napsány. I po přečtení pouhých 5 až 7 slov se člověku dokázala navodit krásná a přesná představa. Je to tím, že forma, kterou jsou haiku napsána, je jednoduchá, výstižná a častokrát i vtipná – a divákovi nestojí v cestě nic, co by mohlo tuto představu zkazit. Tento konkrétní styl psaní jsme v naší inscenaci nakonec nevyužili, bylo však pro nás poučné a inspirativní si ho vyzkoušet.

¹¹ *Zápisky z volných chvíl: Starojaponské literární zápisníky paní Sei Šónagon, Kamo no Čómeiho, Jošidy Kenkóa. Z různých japonských originálů přeložili Miroslav Novák a Petr Geisler. Praha: Odeon, 1984.*

2.2. Zápisníky poustevníka Kamo no Čómeie

Zápisky poustevníka popisují muže žijícího klasický život ve společnosti, který utíká před lidmi do hor. Tam nachází přesně to, co tak potřeboval a co mu scházelo. V tichosti se může věnovat svým myšlenkám.

Mnoho lidí nám u připomínek po představení říkalo, že se během představení vymanili z rychlého životního koloběhu, který právě žijí, a alespoň na chvíli měli možnost se zastavit. Zastavili se, odevzdali své já tomu našemu a opačně. Uvěřili nám a my jsme jim na oplátku ještě potvrdili, že to, co právě cítí, to, nad čím přemýšlí, je absolutně normální. Že zastavit se je normální a čím dál tím víc nutné.

Žijeme v rychlé době, kdy si nestíháme užívat maličkostí. I já jakožto člověk žijící ve velkoměstě žiju v této zrychlené době, a proto pokud chci hrát v představení, které akcentuje fokus na každodenní maličkosti, vybízí k vnitřnímu zpomalení a chce docílit toho, aby si divák vyzkoušel, jaké to je, když může zpomalit, musím se na to sám patřičně připravit.

„...současný jedinec je vystaven nebývalé multiplicitě časových tlaků a následkem toho ve zvyšující míře zažívá kompresi a nedostatek času. Někteří sociální psychologové v této souvislosti upozorňují, že nejčastějšími projevy této zkušenosti jsou chronická absence času, tzv. spěchavá nemoc, nebo dokonce tzv. syndrom vyhoření (burnout) a vzrůstající míra stresu.“¹²

Žijeme v době, kdy zastavit se je vnímáno jako něco špatného, zpomalení jako chyba, která se nedělá. Ovšem tato inscenace přesně toto vyžadovala. Bylo třeba ukázat divákovi, že naše konání na jevišti myslíme vážně. Rozkládání pláštěnky, které místo pár vteřin trvá přibližně minutu? Kdyby se rozložila třeba za 5 vteřin, fokusu na zvuk pláštěnky, který byl pro tuto situaci důležitý, by si nikdo nevšiml. Jde o konkrétní příklad takové typické věci, kterou znají všichni, ale vědomě se nad tím možná nikdo nikdy nepozastavil. A přitom ten zvuk byl pro diváka zásadní, aby mu pomohl vybavit si situaci, kdy tyto klasické pláštěnky používal jako dítě.

Musím se však přiznat, že i když je zpomalený temporytmus podle mého názoru jednou z nejdůležitějších složek této inscenace, ze začátku jsem s ním měl velký problém. Jsem totiž přesně ten typ člověka, který všude chodí pozdě. Který se nedokáže těšit z maličkostí, pokud mu to někdo nepřikáže. Který by měl pláštěnku, kterou Anita Gregorec rozkládala 60 vteřin, rozloženou za pár vteřin několika pohyby jedné ruky. Pak by se však ztratilo to, co jsme pomalostí a soustředěností chtěli vyjádřit, a to jsem si plně uvědomoval.

¹² Tomáš Dvořák a kol. *Temporalita (nových) médií*. Praha: NAMU, 2016, s. 211.

Knížka poustevníka, který odešel do hor, mě velmi zaujala, a proto jsem využil příležitosti a odešel do přírody. V lesích, téměř na samotě jsem vydržel 5 dnů. Odchod do lesa jsem chtěl pojmut jako inspiraci pro praktické zkoušení inscenace. Musím se přiznat, že i těch 5 dnů mi dalo zabrat, ale hodně jsem se naučil. Samozřejmě, nemohu se srovnávat s poustevníkem. Do hor jsem šel připravený, chatrč jsem si nemusel stavět, jídlo bylo pořízené v obchodě a žádný lov se nekonal. Nejdůležitější bylo, že jsem věděl, že se po pár dnech vrátím do „reálného života“ a nemusím se tedy bát, že takto budu muset žít po zbytek svého života.

Musím se také přiznat, že zůstat sám se svými myšlenkami dá zabrat. Ze začátku jsem měl přesně promyšlené, co budu a mohu dělat. Tak jsem se držel svého promyšleného programu. Udělat si jakž takž pohodlí, uklidit, jít pro dřevo, udělat oheň, uvařit jídlo. Tyto základní situace vám však zaberou jenom minimální část z celého dne. Když uděláte všechno, co jste chtěli udělat, stane se něco, na co jsem já osobně nebyl připravený. Tou věcí je, že nevíte, co dělat. Mobil s sebou nemáte, a tím pádem je mnohem těžší najít si nějakou činnost.

Cítím, že mám potřebu se nějak zabavit. Nad něčím přemýšlet. Je však divné, když si uvědomím, že přemýšlím nad tím, nad čím bych mohl přemýšlet. Jste se svými myšlenkami sami a ony ne a ne odejít. Jsem věznem svého vlastního mozku. Po chvíli si uvědomíte, že jste skutečně sám a nikdo nepřijde, protože primární důvod, proč jste teď sám, byl ten, že jste sám být chtěl. Začínáte si povídat sami se sebou, ale ne proto, že chcete, ale proto, že nemáte na výběr. Zjištění z mého prvního negativního zážitku bylo jednoznačné. Není jednoduché být sám se sebou.

Mým zlomovým dnem byl den třetí. Den, kdy se mi začalo dařit si vnitřních myšlenkových pochodů méně všimnout, a místo toho jsem se mohl soustředit na věci kolem sebe. Věci, které se děly i předtím, ale kvůli „hluku“ v mé hlavě jsem je přehlížel.

Jak krásný zvuk vydávají kmeny stromů, když se v jemném větru pohupují ze strany na stranu. S pohledem nahoru bych vydržel i půl hodiny, kdybych předem nevěděl, že mi pak odejde zadní strana krku. Jak fascinující je uvědomění si, že jsme tak malí oproti přírodě. Nedokážete to přesně pojmenovat, ale cítíte to. Něco je jinak. Tyto emoce mi nejsou známy. Člověk si začíná uvědomovat, v čem spočívá krása.

Těchto 5 dní mi dalo šanci zastavit se. Na stoprocentní vypnutí hlavy „nebyl čas“, toho času by bylo potřeba mnohem víc, ale byla tam jiskřička naděje, že se vám mnohem lépe daří vnitřně prožívat obyčejné věci. Uvědomění si, že se pořád dokážete těšit z maličkostí. A že tyto maličkosti ve výsledku vůbec maličkovitými nejsou. Právě naopak.

Zajímavým poznatkem, ke kterému jsem došel, byl fakt, že i když mě tyto maličkosti zasáhly mnohem víc, než bych byl čekal, v divadle jsem této osobní zkušenosti jakéhosi hledání sebe sama nemohl využít, protože po návratu do zaběhlého života mi zpomalení dělalo stejný problém jako předtím. Jakmile jsem si na scéně měl užívat běžných věcí a jakmile jsem si uvědomil, že něco dělám pomalu, přestalo to pro mě být zajímavé a obával jsem se, že to tím pádem nebude zajímat ani diváka. Potřeboval jsem pořádnou akci. Něco, u čeho budu mít pocit, že žiju, že to, co dělám, má smysl. Necítil jsem žádnou víru v to, že akce, které se na jevišti odehrávají, by mohly někoho zajímat a vtáhnout ho do děje.

Britský režisér Tim Etchells, šéf divadelní skupiny Forced Entertainment, o tomto tlaku, který se přenáší z diváka na herce píše: *„V divadle panuje jistá tyranie. Musíte odehrát představení během pouhé hodiny a půl a divadlo je plné očekávání – s těmito danostmi se musíte poprat.“*¹³

Prostředí, ve kterém žijete, lidé, se kterými se setkáváte, minulost, kterou jste prožili, a mnoho dalších věcí ovlivňuje vaši přítomnost, v níž se právě nacházíte. Je absurdní myslet si, že mohu divákovi nabídnout pocity, které jsem prožíval, když jsem byl v horách. Bylo pro mě smutné uvědomit si, že divákovi budu muset lhát. A že koneckonců nebudu lhát jenom jemu, ale i sobě. Cítím tlak, který se ve mě začíná vytvářet a který v sobě postupně přikrmuji. Jak mohu chtít od diváka, aby mi uvěřil, když si nevěřím já sám? To, co jsem v průběhu několika dní v lesích našel, jsem snad ještě rychleji ztratil. Jak mohu mít pocit a čekat od diváka, že ho bude bavit scéna, v níž se dlouze a pečlivě věnuji čištění sklenic? Povídání o tom, co rozbuší srdce? Anebo krátká etuda na téma: čeho se lidé bojí?

*„Proces zvládnutí svých vlastních energií je mimořádně dlouhý, je to vsutku nová podmíněnost. Na začátku je herec jako dítě, které se učí chodit a pohybovat, které musí donekonečna opakovat nejjednodušší pohyby, aby je proměnilo v automatické pohyby při jednání.“*¹⁴

Jedna z věcí, která mi pomohla v nalezení sebedůvěry a vnitřního tempa, byla praktická zkušenost, co se týče opakování situace. Když čistíte sklenice několik hodin, přestanete přemýšlet nad tím, jestli to diváka bude bavit nebo ne. Soustředění je stoprocentní. Samozřejmě nejde o vypnutí sebe sama, ale vědomé přesunutí

¹³ Adrian Heathfield. „As if Things Got More Real: A Conversation with Tim Etchells“. In Judith Helmer – Florian Malzacher (eds.). *Not Even a Game Anymore: The Theatre of Forced Entertainment*. Print on demand Edition. Berlin: Alexander Verlag Berlin, 2012 [1.vyd.2004], s. 86-88.

¹⁴ Eugenio Barba – Nicola Savarese. *Slovník divadelní antropologie: O skrytém umění herců*. Praha: Divadelní ústav a Nakladatelství Lidové noviny, 2000, s. 245.

pozornosti na aktuální činnost. Je potřeba si tuto situaci užívat. Najít si v ní smysl. Jde samozřejmě jenom o „rutinní činnost“, ale pokud má mít taková činnost význam pro diváka, musí mít význam i pro mě jako herce. Čím déle tuto situaci opakuje, tím víc se v ní cítíte komfortně.

K nalezení správného vnitřního tempa během zkoušení mi pomohlo několik věcí. Mezi ty nejzásadnější pro mě patřila rozcvička, kterou nám ukázal a již nás naučil Tomáš Wortner.

Rozcvička začala jednoduše tím, že jsem si já, Anita Gregorec a Káťa Císařová sedli do kruhu, takže každý měl před sebou prázdno. Celá rozcvička sestává ze 40 krátkých cviků. Začne se ze zavřenýma očima. Základem těchto cviků bylo hluboké nadechování se a vydechování tak, abychom se společně i se zavřenýma očima dokázali všichni herci na sebe napojit. Bylo krásné pozorovat, jak náš dech zpomaloval ve snaze přizpůsobit se tomu druhému. Po několika minutách nalezení společného dechu rozcvička pokračovala protažením celého těla, mírným strečinkem a posilováním, teď už však s očima otevřenýma. Dýcháme pořád společným jednotným tempem.

2.3. Herecká komunikace

Další věc, která mi pomohla přiblížit se k suverénnímu výkonu, bylo napojení se na mé herecké partnery na jevišti. Míru výsledného zasažení diváka má na svědomí také herecká spoluphra.

Na jeviště nevstupujete sám. Spolu s vámi se tu nacházejí i další lidé. Co může herci pomoci napojit se na ostatní herce je třeba citlivost, naslouchání a větší soustředěnost, o čemž píše i Jiří Havelka: *„Pokud přijdu na zkoušku s vědomím, že vstupuji na minové pole, že se vrhám do nebezpečného dobrodružství, že jdu riskovat, potom se mi smysly nastaví na nejvyšší citlivost. Moje tělo se stane seismografem. Přijímačem i vysílačem časoprostorových vln a kolektivní energie.“*¹⁵

¹⁵ Jiří Havelka. *Zmrazit čerstvé ovoce: Útržky úvah o divadelní zkoušce*. Praha: NAMU, 2012, s. 122.

Člověk permanentně cítí. Každou vteřinou ze sebe posílá energii ven z těla, ta se pak objevuje v prostoru a dotýká se dalších lidí. Při zkouškách proto bylo potřeba ovládat své emoce, svoji energii, protože se jednoduše mohlo stát, že tím, jak nejste zvyklí fungovat ve zpomaleném režimu, špatně ovlivníte svého kolegu, ztratíte temporytmickou nit a situace a pak i celé představení nemusí fungovat pro diváka tak, jak jste chtěli.

Důvěra v komunikaci s partnerem. Je někdy těžké pamatovat si energii a tempo konkrétní situace. Velmi rychle se proto může herci stát, že vybočí ze zafixované cesty a sám se pak může ocitnout ztracený. Je však dobré být k sobě upřímný, jednoduše si přiznat, že je něco v nepořádku, a pak se můžete zkusit napojit na svého hereckého partnera. Samozřejmě není to tak jednoduché, jak se může zdát, ale je to určitá oběť pro diváka, který pak nebude muset tuto cestu hledat sám (resp. divák ji nebude muset hledat vůbec, protože vy tuto úlohu uděláte za něj). Obrovskou zásluhu na tom, jak velká je vaše suverenita na jevišti, mají kolegové, s nimiž se na něm nacházíte.

2.4. Pojmenování sebe sama

A právě se dostávám k dalšímu prvku, který napomáhá tomu, aby divák herci jeho jevištní konání uvěřil. Mluvím o osobní výpovědi. Jsem zvyklý, že v autorských inscenacích netvoří základní kostru inscenace primárně scénář, který byl napsán někým, koho v podstatě ani nemusíme poznat, ale že jde o scénář vytvořený námi všemi, kteří se na tomto představení podílejí. Skupinové napojení se na sebe, brainstorming našich názorů a pohledů na věc, našich nápadů, které můžeme nebo nemusíme uspořádat. To je spouštěč společné práce na inscenaci.

Samozřejmě, i tady má pro mě zásadní a poslední slovo režisér, ale kdyby přišel člověk na zkoušku, tak by ani nemusel uhodnout, kdo tím režisérem je.

Přiznávám, že autorská neinterpretovaná kolektivní tvorba (tzv. devised theatre) je mi bližší než interpretace předem daného textu. Tím, že do inscenace vkládáme naše myšlenky, nápady, osobní názory nebo vlastní texty, stane se pro nás inscenace něčím mnohem silnějším. Pokud já jako herec mám k tomu, co na jevišti dělám, vztah, i když jde třeba jenom o technické činnosti, které by zvládl i neherec, a vím stoprocentně, proč je dělám, nemám strach, že by si k nim nenašel vztah i divák.

Dalším faktorem, který ovlivnil moji práci, bylo pojmenování si naší činnosti na jevišti. Nešlo o jednu předem domluvenou diskusi s režisérem, ale o vícero konverzací během celého zkoušení mezi všemi účastníky.

Jaké je mé poslání jakožto herce této inscenace? Kým na jevišti jsem? *Zápisky z volných chvil* jsou autorská inscenace, v níž my herci nehrajeme někoho jiného. Pojmenování si svého postavení v inscenaci, ve smyslu, kdo jsem, co dělám a jakým způsobem to dělám, mi hodně pomohlo. Nehraju vlastně žádnou "roli" a jsem tu proto, abych divákům s pomocí různých situací "technicky" znázornil, jak krásné je se na chvíli zastavit a užívat si každodennosti. Emoci nahrazuje v této inscenaci tempo, jakým vykonáváme aktivity. Neznamená to však, že žádné emoce nemáme, jde spíš o volnost, kterou dáváme divákovi, aby si vytvořil vlastní subjektivní názor sám.

Jak jsem už zmínil, v *Zápisích* jsme se inspirovali tradičními japonskými haiku k tomu, abychom vymysleli v češtině ta svá. Ta, která se budou týkat našeho života a světa, ve kterém žijeme. Tady a teď. Přibližně polovina textů, které zazněly v inscenaci, jsou našimi osobními výpověďmi a představami o hezkém poklidném světě, který se v nás na chvíli zastavil.

Před představením my herci čekáme na výstup kousek od jeviště. Neskrýváme se za závěsy. Chceme, aby nás bylo vidět. Netváříme se, že diváky, kteří vstupují do sálu, nevidíme. V tomto představení nejde o nás, ale o to, co děláme. My nejsme překvapením, překvapením je inscenace. Každá její vteřina. Někteří herci si masku před představením na obličej nasazují, my ji sundáváme.

2.5. Přední linie

„Představte si, že divadelní zkouška je jako zamrzlé jezero. Musíte přejít na druhou stranu, ale netušíte, jak je led silný. Prasknout může kdykoli. Kdykoli se kdokoli z vás může ocitnout ve smrtelném nebezpečí. Vzájemně jste propojeni rizikem, rozloha váhy vás všech je zásadní. V takové situaci je každý krok otázkou života a smrti. Každý krok na jevišti by měl být takovým rizikem.“¹⁶

Aby se divák cítil během představení příjemně, musí se i herec v prostoru jeviště cítit příjemně. Každý pohled, gesto, pohyb, cokoliv, co může divákovi naznačit, že herec je zmatený, nachází se v nesnázích, neví, co následuje a co má

¹⁶ Jiří Havelka. *Zmrazit čerstvé ovoce: Útržky úvah o divadelní zkoušce*. Praha: NAMU, 2012, s. 120.

dělat, ho ovlivňuje natolik, že to může být konec předem promyšlené snahy o sdělení celého představení – jímž je v tomto případě harmonie.

Když jsme začali zkoušet v prostoru, tedy na čtvercovém jevišti, na kterém se pohybujeme během celého představení, zjistili jsme, že 80 procent z celkového času tohoto bytí se nacházíme v zadních částech jeviště co nejdál od potenciálního diváka. Diváci totiž byli usazeni nezvykle blízko scény, a navíc v hledišti, které mělo tvar písmene L a těsně čtvercovou scénu lemovalo.

Očekáváme od diváka, že bude sedět co nejbližší k nám, a my jakožto herci se pak bojíme k němu přijít a hrajeme si na svém písečku co nejdál od něj. Všechna tato nežádoucí distance ovšem doposud přetrvávala jenom proto, že jsme s naším prostorem nebyli vnitřně propojeni. Je potřeba si na nové věci zvyknout, ohmatat si je, poznat je celým tělem a celým svým bytím. Nestačí vědět, kde se např. nachází naše rekvizity, je potřeba si situaci, kdy si беру rekvizitu, vyzkoušet. Aby si mozek, nohy, ruce, celé naše tělo zapamatovalo, jaký to je pocít.

Je zvláštní, že už během zkoušek jsme se všichni herci báli pohybovat na místech nejbližší divákovi, i když se v tomto prostoru nacházelo maximálně 5 lidí, a to navíc takových, které jsme osobně znali, z našeho inscenačního týmu. Z čeho tento strach pochází? Jak jsem již řekl, prostor, ve kterém hrajete, je potřeba si „ochodit“ a poznat ho. Divák potřebuje cítit, že herec je na jevišti jako doma.

Proto jsme se rozhodli na tomto problému zapracovat. Během zkoušení v prostoru jsme měli příkázáno na tuto skutečnost myslet a cíleně jsme se snažili, aby jeden z nás tří herců na jevišti vždy vyplňoval tento přední prostor. Aby prostor nebyl prázdný, ale živý. Museli jsme této části prostoru vdechnout důležitost, aby si divák uvědomil, že to, co se zde odehrává, myslíme vážně, že se diváka nebojíme a jsme tady s ním, uvědomujeme si ho a nedělá nám problém na něj pohlédnout zblízka. Pohybovat se v prostoru způsobem vyplňování jednotlivých částí scény naší trojjedinou energií bylo poněkud obtížné, ale potřebovali jsme tuto skutečnost přijmout, přemoci a zvládnout, abychom se cítili v prostoru komfortně. Abychom se cítili suverénně.

Představte si situaci, když vstanete v hodinu, ve kterou obvykle nevstáváte, a jdete do kuchyně udělat si čaj a jídlo. Mozek ještě spí, ale tělo pracuje. Ví přesně, kde co najít a jak to udělat. Docílit toho samého efektu na jevišti bylo i naší prioritou. Být si stoprocentně jistý v tom, co dělám, a kdy to dělám.

3. Příprava před představením

Příprava před představením je při stavbě herecké suverenity klíčovým faktorem.

Popíšu, co taková příprava obnáší. Co mě z vlastní zkušenosti pomáhá. Jak taková aktivní příprava vypadá a proč je dobré ji absolvovat před každým představením bez výjimky.

3.1 Včasný příchod

Musím podotknout, že samotný příchod do divadla vnímám jako osobní přípravu. Do divadla proto přicházím minimálně hodinu před představením. Co se týče představení *Zápisky z volných chvil*, šlo dokonce o hodinu a půl před začátkem představení. Je to kvůli několika důležitým skutečnostem.

V představení figurujeme tři herci. V *Zápisích* však nehrajeme žádnou roli. Jsme na jevišti sice tři, ale snažíme se docílit toho, aby se divák nesoustředil ani tak na nás, ale na naše konání. Právě proto musíme být stoprocentně sladění tak, abychom na jevišti tvořili jakoby jednu bytost. I když jde o naše názory a postoje, ego opouštíme a necháváme představení plynout bez toho, abychom na sebe upozorňovali.

Tím, že se na jevišti snažíme být na sebe napojeni a tvořit tak svým způsobem jednoho člověka, je zapotřebí si na sebe zvyknout. Za to, co ze sebe vyzařuji, jakou energii posílám ze sebe ven, může to, co se mi právě děje v životě. Co prožívám. To, čeho jsem si všiml cestou do divadla. Koho jsem potkal. Může za to všeobecné dění. Nebo také minulost. Ovlivňuje to nespočet faktorů, každý den.

Proto chodíme do divadla o poznání dřív. Proto, abychom se všech myšlenek, pocitů a minulosti, které mohou negativně ovlivnit naši akci na jevišti, aspoň na pár hodin aktivně zbavili. Je to svým způsobem služba. Oběť. Ale z této oběti nemá zážitek jenom divák, ale i my herci. Protože si znovu a znovu můžeme připomínat, jaké to je, když se svět zpomalí. Alespoň na hodinu.

Na jevišti pracujeme jako jeden. Právě proto si musíme na sebe zvyknout. Propojit se, naladit se na toho druhého, přijmout ho. Je to síla skupiny. Když za něco bojujete ve skupině, má to mnohem větší sílu, než kdybyste za tu samou věc bojovali sami. Víte, že jakkoliv představení *Zápisky z volných chvil* může na někoho působit pateticky a klišovitě, vaši herečtí partneři k němu (i k vám) mají vytvořené stejně silné osobní pouto a víte, že si můžete tyto pocity připomínat znovu a znovu a nepřestane to bavit ani jednoho z vás.

3.2. Rekvizity

Dalším důležitým úkolem, který je potřeba absolvovat, je příprava rekvizit. V představení používáme šuplíčky zabudované ve spodní části jeviště ze všech jeho stran, a v nich jsou ukryté naše rekvizity, které během představení využíváme. Tyto rekvizity nám předem nechystá nikdo jiný, chystáme si je my herci sami.

Můj postup při přípravě rekvizit na představení je následovný. V hlavě si nejdřív promítám představení od samého začátku, od své první situace, a snažím se vzpomenout si, s jakou rekvizitou pracuji a z kterého šuplíku ji vytahuji. Když si v hlavě promítám průběh situací, zjišťuji, že první rekvizitu, kterou používám, nevytahuji z šuplíku, ale z kapsy, takže si ji musím připravit hned teď, abych na to nezapomněl.

Důležité ovšem není jenom to, v kterém šuplíku se moje rekvizity nacházejí, ale také, kde přesně v konkrétním šuplíku jsou. Protože každá rekvizita má své vlastní místo. Když vím bez rozmyšlení, kam přesně sáhnout, vnímá divák tento pohyb jako mnohem suverénnější než u situace, kdy bych měl rekvizity, se kterými hraju, nějakou dobu hledat. Je to technická záležitost, ale jde o hodně. Nemůžeme dát na sobě znát, že se děje něco, na co jsme nebyli připraveni.

Každá rekvizita má své přesné místo nejen kvůli tomu, abych já osobně věděl, kde se nachází, ale také proto, aby byl připravený i můj herecký partner, protože i jeho rekvizity jsou připraveny ve stejném úložišti.

Představení trvá přibližně hodinu. Rekvizit je poměrně hodně a šuplíky jsou celkem čtyři. Stává se pak, že během představení otevírám kvůli rekvizitě box hned na začátku (když vytahuji sklenice, které následně leštím), a pak stejný box otevírá Anita na konci představení (když si bere příbor). Proto je třeba, abychom rekvizity neházeli v boxu kamkoliv, ale aby každá měla své vlastní neměnné místo.

Proč je potřeba vědět i o rekvizitách svého hereckého partnera? Káťa Císařová v jedné situaci využívá sklenici s vodou a vytahuje ji ze stejné skrýše, v níž se nachází obrovský ubrus světlé barvy. Kdyby se tento ubrus omylem potřísnil, i když jenom vodou, která ovšem neuschne hned, během akce by byl tento problém vidět a estetickou stránku by to narušilo.

Já jsem tak trochu typ člověka, kterému nestačí zkontrolovat si vše jednou, ale musí to udělat vícekrát. Další věc je, že na přípravu potřebuji hodně času, protože si věci chystám, co nejprecizněji to jde. Využívám u toho vlastní tempo, abych se náhodou nespletl. Vždycky potřebuji docílit takového pocitu, který mi potvrdí, že jsem s tím, jak jsem si rekvizity připravil, skutečně spokojený. Víím, že mi nic nechybí a všechno mám na svém místě.

Jsou to sice technické věci, ale jsem toho názoru, že na nich velice záleží. Člověk se pak může soustředit na svůj výkon, na záležitosti, které se nedají technicky ovlivnit na sto procent. Herec se pak cítí svobodnější a v jednotlivých situacích zákonitě suverénnější.

3.3. Aktivace těla a mluvy

Rozmlouváme se všichni společně a souběžně s tím se snažíme protahovat své tělo a bránici. Pokud slyšíme anebo vidíme, že někdo dělá něco špatně, upozorníme ho a pokračujeme dál.

Dalším krokem k nastolení suverénního výkonu je společné nalezení vnitřního rytmu. Popisoval jsem časově náročný cvik, který jsme aplikovali během našich dennodenních zkoušek. Tyto cviky se staly součástí i naší přípravy těsně před každým představením.

Jde o poslední a jednu z nejdůležitějších aktivit před představením. Je potřeba do tohoto cviku dát všechno. Soustředit se na sebe a na své kolegy. Vytvoříme kruh, zavřeme oči a začínáme dýchat. Zhluboka, tak abychom se slyšeli a bylo tak pro nás snadnější napojit se na sebe. Toto cvičení trvá přibližně hodinu. Vyžaduje si mnoho času a energie, kterou si musíme šetřit pro diváky, a proto si projdeme z celého cyklu tohoto cvičení základních 10 krátkých cvičení. Cvičení nejsou fyzicky jednoduchá,

a proto cviky zakončíme tak, jak jsme začali, a to společným klidným dýcháním se zavřenýma očima.

Zcela poslední cvičení před představením je takovým menším otestováním faktu, jak se nám podařilo na sebe napojit. Toto cvičení spočívá v tom, že si všichni v kruhu zavřeme oči. Snažíme se znovu na sebe naladit a začneme počítat. Snaha je vyslovovat číslice bez toho, aby dva lidé řekli nahlas a najednou to stejné číslo. Čím vyššího počtu číslic skupina společnou silou dosáhne, tím pozitivnější je to signál o našem vzájemném napojení.

Samozřejmě toto poslední cvičení člověk nemůže brát stoprocentně vážně. Častokrát jde jenom o štěstí a náhodu. Několikrát se nám stalo, že i když jsme mezi sebou cítili silné vnitřní propojení, nedosáhli jsme vyšší číslovky než 10. Jde spíš o proces. O snahu aktivně vnímat partnery vedle sebe.

3.4. Osobní kontrola

Po těchto cvičeních přichází osobní generální kontrola, kdy si musím postupně – situace po situaci – projít všechny rekvizity, které v představení využívám. Pak se usadím a čekám, až přijdou diváci.

I když si text procházím před představením nahlas několikrát, můj vnitřní strach se začne téměř vždycky ozývat těsně před výstupem. Dokážu se „vypsychovat“ takovým způsobem, že si texty začnu zkoušet pár vteřin před výstupem.

Popíšu na situaci. Největší problém mi dělá strach, že pomotám hned své první texty. Vždycky si je pár vteřin před scénou začnu opakovat – a častokrát je to spíš špatný nápad. V tomto případě vám příprava textů nepomůže, protože moc dobře víte, že jde o vaši psychiku a momentální stres. Tito dva činitele lžou vašemu mozku, protože před půl hodinou jste texty ovládali na sto procent. Ovšem i v tomto ohledu se dá docílit toho, aby na vás nebylo poznat, co právě prožíváte, a také, aby to neovlivnilo samotný výstup.

Je zapotřebí najít vnitřní klid. Herci se může stát, že se „ztratí“. Je to naprosto normální, i když by se to dít nemělo. Začnu dýchat, zhluboka celým tělem. Snažím se, aby se můj dech zklidnil a zpomalil.

„Abych mohl slova dobře použít, musím si představit, co můj partner slyší a co neslyší. Musím si představit slyšené i neslyšené. Musím pečovat jenom o cíl. Mám na starosti jedině cíl... I ty nejchytřejší výrazy najednou znějí jako nesrozumitelná hatmatilka, když je oddělím od cíle.“¹⁷

Co pak dělat, pokud se skutečně stane, že herci vypadne text? Improvizace v této chvíli je nezbytnou součástí představení. I ta však má své hranice, za které by herec neměl jít. Cílem herce v takové chvíli je, aby svojí chybou nedal divákovi možnost zapochybovat. Neznamená to ale, že herec musí silou moci začít improvizovat. Znamená to, že i upřímně přijmout chybu někdy může znamenat víc, než snažit se ji skrýt.

Splést se je lidské, a i herci se to může stát. Někdy však snaha o to, aby si toho divák nevšiml, je přehnaná a dochází nakonec k pravému opaku. Může to narušit naši suverenitu a ovlivnit zbytek představení.

¹⁷ Declan Donnellan. *Herec a jeho cíl*. Přeložil Julek Neumann. Praha: Nakladatelství Brkola, 2007, s. 46.

4. Představení

„Ovšem i při zkouškách nadejde čas, kdy potřebujeme diváky zvenčí, kdy se vždycky jeví jako nepřátelské obličej, vytváří nové dobré napětí a toto nové dobré napětí dává novou dobrou koncentraci,“¹⁸ píše Peter Brook.

“Publikum asistuje herci a současně scéna asistuje publiku.”¹⁹

Představení je pak naším nejlepším a nejpravdivějším zrcadlem a odpovědí na otázku, do jaké míry jsme využili zkušeností ze zkoušení. V představení se ukáže, nakolik je herec připravený.

Na některé věci se však předem připravit nelze. S některými skutečnostmi se herec musí popasovat přímo v situaci a přímo na jevišti.

4.1. Oči

„Reč pohľadov, reč očí je najčastejším neverbálnym prejavom správania a sociálnej komunikácie...Dokonca oči sú, “aj prostriedkom na regulovanie vzťahov v skupine. Napríklad očami môžeme prosiť o pomoc, očami vyzývame ľudí k zapojeniu sa do diskusie, o ich súhlas apod. Oči sú najčastejším prostriedkom na nadviazanie kontaktu.”²⁰

Oči patří v tomto představení pro mě k jednomu z nejdůležitějších faktorů budování důvěry v to, co dělám. Diváci, herci a hudebník mi svým pohledem dávají na vědomí, že tady nejsou se mnou jenom fyzicky, ale i psychicky. Dodává mi to energii. energii a chuť pokračovat. Popisoval jsem situaci, kdy na začátku představení přicházím na jeviště a očima se přiznaně pozdravím s hudebníkem, který je na jevišti již připraven.

Pozdravení je přímé a rázné. Pozdrav z očí do očí netrvá ani milisekundu. Divák si jej nemusí ani všimnout, ale pro herce je klíčový. I tento pozdrav z očí do očí vnímám jako neoddělitelnou a velmi důležitou součást představení.

¹⁸ Peter Brook. *Prázdný prostor*. Přeložil Alois Bejblík. Praha: Panorama, 1988, s. 61.

¹⁹ Tamtéž, s. 70.

²⁰ Teodor Kollárik a kolektiv. *Sociálna psychológia*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave vo Vydavateľstve UK, 2008, s. 338.

Co však tento pohled z očí do očí znamená? *Zápisky* rozhodně nepatří mezi klasická představení, s jasně čitelným příběhem, konfliktem a charaktery. Vnímám je spíš jako takovou událost, se kterou se chceme s diváky podělit a společně ji s nimi prožít. My, kolegové na jevišti nehrajeme mezi sebou „hry“. Hry ve smyslu řešení otázky, co znamená být hudebníkem a co být hercem. Kdo má v tomto představení navrch. Čí role je důležitější. Kdo má víc textu a kdo víc pohybových akcí. Všichni jsme na stejném levelu. Nic, absolutně nic nemůže narušit tok akcí během představení.

Na druhé straně je velmi příjemné, když vám herecký kolega na jevišti ukáže, že o vás ví, že jste tady a s ním, že s vaším příchodem začíná další situace v představení a že se spolu s vámi začíná něco měnit, formovat v něco jiné a nové. Je to tak trochu, jako když vám partner vzdá hold. Upřímný pozdrav, žádná hra ani slovíčkaření.

Delší pohled z očí do očí, který znamená hodně. Se stejným pohledem se pak otáčím i na diváky. Obzvláště tento moment mi přijde jako velmi intimní záležitost.

Říká se, že uvědomění si delšího vzájemného pohledu z očí do očí pro člověka musí něco znamenat. Chápu a rozumím lidem, kterým tento pohled nemusí být zrovna nejpříjemnější. Je skvělé si ale všimnout, jak dokáže člověka ovlivnit jeden obyčejný pohled, který přijde od „cizince“.

„Je známe, že priemerný účastník komunikácie udržuje väčší zrakový kontakt, keď počúva, a menší, keď hovorí. Avšak v prípade signalizovania našej dominancie alebo moci sa tento model obracia. Dominantný človek sa väčšmi usiluje udržiavať zrakový kontakt vtedy, keď hovorí, a menej, keď počúva.“²¹

Během tohoto pohledu se mi stávají dvě situace. Nejčastěji diváci s pohledem neuhnou, ale vydrží a dívají se mi do očí dál. V tomto případě stoprocentně víte, že vám divák věří, že nepochybuje a v tichu čeká na to, co přijde.

Druhým případem je moment, když divák trošku cukne, resp. když na vteřinku znejistí, ale oční kontakt přetrvává. Stává se taky, že se na sekundu podívá někam jinam, a pak zpátky na mě. V tomto případě si podle mého názoru divák jenom kontroluje, jestli se mu to nezdálo nebo jestli ten delší pohled má být tak dlouhý schválně.

²¹ Teodor Kollárik a kolektív. *Sociálna psychológia*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave vo Vydavateľstve UK, 2008, s. 338.

"Hrají-li spolu dva nebo tři herci a zakouší spolu skutečné soukromí, vzniká další překážka: mají tendenci zapomínat na diváky a chovat se prostě jako v životě. Stávají se soukromými, není jim rozumět a jsou odříznutí. Když se toto stane, zanedbali herci třetí a nejdůležitější aspekt své zodpovědnosti: vztah k obecnstvu, který vlastně dává divadlu jeho nejzákladnější význam."²²

Na všechny hledíme stejným pohledem. Nikoho nechceme povyšovat, takže každému věnujeme stejnou délku a intenzitu očního kontaktu. I my mezi herci se na sebe díváme stejně, a to z jednoho prostého důvodu. Protože jak jsem již řekl, divák se svým příchodem na představení stává jedním z nás.

4.2. Jevištní mluva

Pokud chcete docílit pro diváka čistého, ničím nerušeného zážitku, je potřeba se vyvarovat všeho, co dokáže diváka zmást a stáhnout ho na cestičky, které pro nás jakožto tvůrce, kteří chceme divákovi předat nějakou *message*, nejsou podstatné a mohou ohrozit podstatu všeho, co právě děláme.

Takovou potenciální překážkou je jazyk, jímž se v představení mluví. V *Zápiscích* je to čeština, navzdory tomu, že v představení účinkuje jenom jedna Češka.

Sto procentně zvládnutý jazyk, kterým se dennodenně v civilu dorozumíváte, patří podle mého názoru mezi základ vašeho pocitu, že patříte do společnosti, v níž právě žijete. Po jednom představení nám na diskuzi slečna položila otázku, proč, když jsem Slovák, nehraji ve svém rodném jazyce, a proč Anita (Slovinka) nehraje v rodné slovinštině.

Otázka mě ani trochu nepřekvapila. Sice jsem se podobného dotazu obával, něco podobného jsem očekával. Jazyk jako takový je velmi citlivým tématem pro každou národnost. Jde o několik století vývoje společnosti, která se v konkrétním jazyce odráží.

Mluvil jsem o tom, že *Zápisky* jsou pro nás tvůrce velmi citlivou záležitostí. A že bychom chtěli představení a jeho nejsilnější stránky zprostředkovat divákovi co nejupřímněji.

²² Peter Brook. *Pohyblivý bod*. Praha: Nakladatelství Ypsilon, 1996, s. 239.

Tady pak nastává háček v podobě ega při rozhodování, v jakém jazyce budu já jako Slovák mluvit. Slovenštinu jsem záhy vyloučil ve snaze učít se český jazyk a také proto, abych měl možnost docílit toho, že nejde poznat, že jsem cizincem. Nevím však, jestli to bylo nutné, když Vám pak diváci v podstatě vytýkají, že se očividně nemohli soustředit, protože přemýšleli odkud ten dotyčný herec, co právě mluví, asi tak pochází.

Pozornost diváka se skrze moji jevištní mluvu odklonila někam, kam nebyl náš záměr, aby směřovala. Toto je sice jeden z těch negativnějších příkladů, jak dokáže divák ovlivnit suverenitu herce až po představení. Ovšem současně pak slečna ovlivnila každé další představení, protože jsem se nemohl zbavit pocitu, že si této skutečnosti všímá každý divák na každém dalším představení.

4.3. Scénografie

Dalším faktorem, který může zapůsobit na suverenitu herce, je scénografie. V *Zápisích* jsme se inspirovali tradičním japonským *divadlem nó*, ve kterém má jeviště tvar čtverce a v jehož těsné blízkosti pak sedí diváci. Přesněji: ze dvou jeho stran. Abych nezapomněl na malou, ale důležitou věc: diváci během představení nesedí klasicky na židličkách, ale na polštářcích, které dostanou do rukou už u vchodu.

Jeviště v divadle nó je označováno za magický a posvátný prostor, který spojuje reálné s nadpřirozeným.

Chtěli jsme docílit toho, aby se divák cítil pohodlně a „jako doma“. Vyzkoušet, zda lze ovlivnit divákovy pocity už při vstupu do divadla. Jestli může být pro diváka rozdíl v zážitku, když sedí během představení na židli, nebo na polštáři na zemi.

Několik lidí mi říkalo, že když si uvědomili, že budou sedět na zemi, následovaly klasické otázky jako: „to mám sedět na zemi?“, „budou mě bolet záda“, „to nevydržím“ apod. Po několika minutách ale diváci na obavy dokázali zapomenout.

Vystoupit z vlastní komfortní zóny je někdy těžké. Když ale divák tento krok udělá, je to pro nás herce pozitivní signál, že nám divák věří a dává možnost pokračovat. Je to také určitý způsob komunikace. „Udělej to a něco bude následovat.“ „Když to neuděláš, o něco možná přijdeš.“

Další věcí, kterou skrývalo malé čtvercové jeviště, byly šuplíky, o nichž jsem už psal v kapitole o přípravě na představení. V těchto boxech máme ukryté rekvizity, které během představení podle potřeby vytahujeme. Všechno se děje před očima diváka. Divák při otevření šuplíku vidí i další rekvizity, které se v něm nacházejí, nic před divákem cíleně neskrýváme.

I tímto způsobem jsme se snažili docílit toho, aby se divák v tomto zvláštním prostoru necítil jako cizinec, ale právě naopak. Z naší strany vzešla iniciativa oba dva sektory, jeviště a hlediště, co nejvíce spojit, aby se divák cítil komfortněji a byl co možná nejvíce vtáhnutý do inscenace. Snažili jsme se, aby se cítil být její součástí.

4.4. Vnitřní nejistota

„Se strachem se můžeme vypořádat. Musíme si ovšem Strach napřed přiznat a vidět jej. Je lepší, když se na něj připravíme v klidu, než abychom se dusili v jeho objetí. Jedině když Strach vidíme, můžeme o něm přemýšlet, objektivizovat jej a překonat. To nám může pomoci.“²³

Suverenitu může pochopitelně výrazně podkopat, narušit anebo právě naopak i podpořit divák. V *Zápiscích* se mi to často stávalo hlavně ze začátku představení. Diváci přicházejí a sedají si. Na jeviště a hlediště svítí světla. Divák má možnost vidět kolem sebe úplně všechno. Začátek představení je signalizován vypnutím světla v hledišti. Publikum se utiší a na jeviště přicházím já. Jsem na scéně kromě cimbalisty sám. Očima se s ním pozdravím, pak se podívám do hlediště a dám divákovi svým pohledem na vědomí, že vím, že se tady nachází se mnou. Pak začíná situace čištění sklenic – čistá choreografie.

Pravou rukou si ze zadní kapsy kalhot vytáhnu kapesníček. Levou rukou si k sobě přisunu šuplík, v kterém se nachází sklenice. Vezmu jednu ze 3 sklenic, které se v něm nacházejí a začínám rozvíjet situaci leštění. Pomalu, bez zrychlování. Samotná situace se skládá ze tří kratších akcí. První z nich je nalezení potenciálního terče leštění a následné dýchnutí teplého vzduchu na toto místo, aby se sklenice orosila; druhou je leštění samo o sobě; a třetí akcí je zakončení situace leštění krátkým triumfálním zvukem, který dělám úderem prstu o sklenici.

²³ Declan Donnellan. *Herec a jeho cíl*. Přeložil Julek Neumann. Praha: Nakladatelství Brkola, 2007, s. 40.

Člověk čeká nějaký zvrat, a ten nepřichází. Až po chvíli si divák uvědomí, že žádná pointa na konci čištění sklenic asi nenastane. Je nutné však pokračovat s nejvyšším možným nasazením a tuto vnitřní zkoušku v podobě otázek vydržet, aby si divák uvědomil, že tato akce má svoje místo a je pro nás důležitá.

Bylo pro mě velmi těžké najít vnitřní klid. Zklidnit se a utvrdit se v tom, že to, co dělám, dělám správně. V tomto odhodlání mi právě hodně často, aniž by o tom věděli, pomáhali i diváci. Častokrát jsem na jevišti řešil vnitřní monolog, že situace, kterou dělám, trvá dlouho a měla by přijít změna. Anebo bych měl narušit tempo, třeba udělat něco, s čím divák nepočítá a s čím nepočítají ani kolegové na jevišti, a tím pádem představení na vteřinku vykolejit. Ovšem tím, že divák vydržel být pozorný a v napětí čekal, co přijde, pomohl mi udržet si myšlenky a vnitřní napětí.

Popíšu další situaci, kdy mě divák ovlivnil svým chováním naopak negativně a kdy bylo moje další sebevědomé vystupování během představení značně ohroženo. Nastoupila řada otázek, zda jsem neudělal něco špatně. Jestli divák toto téma skutečně zajímá. A kde vůbec nastala chyba.

Na jeviště přicházím s ptačí budkou na hlavě. Funguje jako zvláštní maska. Situace začíná tak, že vydávám ptačí zvuky. V budce se nacházejí otvory, dva pro oči a jeden pro ústa. Divák moje oči a směr mého pohledu nemůže vidět, protože sedí příliš daleko na to, aby to zpozoroval. Já však přesně vím, co kdo v hledišti dělá. Kam se kdo dívá a podobně. Tato scéna se objevuje asi 15-20 minut po začátku představení.

Když pak zpozoruji člověka, který spí s pusou dokořán v poslední řadě, je to pro vaši suverenitu rána.

Další věcí, kterou jsem zpozoroval tentokrát už sám na sobě, je fakt, že mě jako herce na jevišti mnohem silněji zasáhnou negativní reakce a situace, než ty pozitivní. Možná je to tím, že jsem ze začátku měl s inscenací problém. Měl jsem pocit, že to, co dělám, není pro diváka absolutně zajímavé a nemůže to udržet jeho pozornost déle než minutu.

O podobné zkušenosti píše i Tim Etchells: *„Existují lidé, kteří mohou jednoduše sedět v prostoru, anebo v něm zcela klidně stát, a přitom se zároveň vystavovat riziku, 'být vůči němu otevření' a držet v téže otevřenosti i mne. Performeři čelí určitému úkolu, zrovna tak jako bychom mu čelili my sami – zpovzdálí tak sledujeme*

*lidské bytosti, které nic nepředstavují, ale které něčím procházejí. Dávají se všanc... a nás to změní – nikoliv jako diváky představení, ale jako svědky události.*²⁴

Jak jsem již řekl, herec se přiživuje na reakcích diváka. Buď ho to posouvá vpřed, nebo vzad. Je důležité ale říct, že ho to nevyhnutelně ovlivňuje.

Další zvláštní emoci, resp. touhou herce, je „zalíbení se“ všem a za všech okolností. V představení *Zápisky z volných chvíl* je to však jiné. My herci, jakožto spoluvůrci, bereme mnohem vážněji to, jaký dopad může mít inscenace na diváka. Záleží nám na tom. Samozřejmě je těžké potlačit narcismus, když na vás hledí několik desítek lidí a vy máte obrovskou chuť udělat vtípek. Je těžké najít tu správnou míru, abyste nenarušili jemný průběh představení. Proto je míň někdy víc a tyto touhy musím v sobě potlačit.

Psal jsem o situacích, které z velké části nelze ovlivnit, jelikož se na ně nelze připravit. My jakožto herci nevíme, jak budou diváci reagovat, když jim bude něco nepříjemného. I pro nás je to tak trochu záhadou a častokrát se nemůžeme dočkat situace, která se bude vymykat normálu.

Jednou takovou je scéna sbírání jablek. Káťa již stojí na žebříku a já lezu nahoru za ní. Cesta je to však mírně nebezpečná, protože žebřík je starý a každou chvíli se může rozpadnout. S Kátou pak stojíme na vrcholu tohoto žebříku a snažíme se chytit jablko zavěšené na tenkém provázku vysoko nad námi. K tomu nám pomáhá využití sběráku, který jen tak tak dosáhne na náš cíl. Akce však byla častokrát mnohem delší, než jsme čekali (my sami i diváci), protože chytit jablko se nám prostě nedařilo. S pomocí žebříku, který vydává strašidelné zvuky praskání dřeva, se dostavuje adrenalin, který vnímá i divák, a současně nám přijde vtipná snaha o chycení jablka.

Divadlo je místo, kde se skutečně dějí nevídané věci. Nikdo ani divák ani herec se nemůže stoprocentně připravit na to, co se bude v příštích minutách představení odehrávat. Herec je však pánem situace a má moc ovlivňovat směřování svoje i divákovo. Může přinutit diváka stočit pohled přesně tam, kde jej chce mít. A pak mu může dát třeba svobodu rozhodnout se, co je pro něj zajímavější. Je to taková hra na obou stranách. Ne pro každého může být vždy nutně příjemná, ale i tato hra člověku – a ne jenom na jevišti – dokáže zvednout sebevědomí.

²⁴ Tim Etchells. *Certain Fragments: Contemporary Performance and Forced Entertainment*. London: New York: Routledge, 1999, s. 48-49.

5. Závěr

Cílem této bakalářské práce bylo pojmenovat si možné způsoby dosažení herecké suverenity. Všechny tři stěžejní kapitoly (po úvodním obecném vhledu do problematiky) zpracovávají témata, která se zásadně podílejí na stavbě suverénního hereckého výkonu. V té první reflektuji fázi, v níž se herec dozvídá o tématu, analyzuje, ptá se a zvyká si na bytí s ostatními herci na jevišti. V té druhé píš o vnitřním zklidnění se a naladění se na své kolegy po příchodu do divadla a také o tom, jakými způsoby tohoto stavu lze docílit. A v poslední kapitole popisují situace, v nichž se ocitám přímo na jevišti před diváky, tedy momenty, na které se nelze předem důsledně připravit. Ptám se, nakolik mohou různé faktory ovlivnit moji suverenitu, a hledám způsoby, jak s nimi pracovat.

Herec ve svém profesním životě řeší mnoho problémů, které mu brání posunout se dál. Řešení otázky suverenity se stalo pro mě osobně důležitým tématem, neboť se s ním setkávám v průběhu zkoušení velmi často. Bylo pro mě příjemné a osvobozující uvědomit si a konkrétně pojmenovat situace a akce, ve kterých se necítím komfortně a v nichž je suverenita na mrazivém bodu.

Jak jsem již zjistil, každý z nás se rodí s jinou mírou sebevědomí. Ještě důležitější zjištění však bylo, že k sebejistému bytí na jevišti se dokáže herec různými způsoby dopracovat, pakliže mu na tom záleží a pakliže skutečně chce.

Obrazová příloha

Obr.1 - Fotografie z představení *Zápisky z volných chvíl*



Obr.2 - Budka a pláštěnka, *Zápisky z volných chvíl*



Obr.3 - Budka



Obr.4 - Po scéně sklizně jablka za pomoci sběráku



Autoři fotografií:

Jakub Linhart a Jakub Barvínek

Zdroj:

Webové stránky Divadelní akademie múzických umění v Praze a Divadla DISK.

<https://www.damu.cz/cs/ukazky-praci/zapisky-z-volnych-chvil/>

<https://www.divadlodisk.cz/cs/repertoar/zapisky-z-volnych-chvil/>

Literatura a prameny

Barba, Eugenio – Savarese, Nicola. *Slovník divadelní antropologie: O skrytém umění herců*. Praha: Divadelní ústav a Nakladatelství Lidové noviny, 2000.

Brook, Peter. *Pohyblivý bod*. Praha: Nakladatelství studia Ypsilon, 1996.

Donnellan, Declan. *Herec a jeho cíl*. Přeložil Julek Neumann. Praha: Nakladatelství Brkola, 2007.

Tomáš Dvořák a kol. *Temporalita (nových) médií*. Praha: NAMU, 2016.

Etchells, Tim. *Certain Fragments: Contemporary Performance and Forced Entertainment*. London: New York: Routledge, 1999.

Havelka, Jiří. *Zmrazit čerstvé ovoce: Útržky úvah o divadelní zkoušce* Praha: NAMU, 2012.

Heathfield, Adrian. „As if Things Got More Real: A Conversation with Tim Etchells”. In Judith Helmer – Florian Malzacher (eds.). *Not Even a Game Anymore: The Theatre of Forced Entertainment*. Print on demand Edition. Berlin: Alexander Verlag Berlin, 2012 [1.vyd.2004], s. 77-99.

Kollárik, Teodor a kolektív. *Sociálna psychológia*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave vo Vydavateľstve UK, 2008.

Langmeier, Josef – Krejčířová, Dana. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada Publishing, 2006

Nakonečný, Milan. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 1998.

Zápisky z volných chvíl: Starojaponské literární zápisníky paní Sei Šónagon, Kamo no Čómeiho, Jošidy Kenkóa. Z různých japonských originálů přeložili Miroslav Novák a Petr Geisler. Praha: Odeon, 1984.