UNIVERZA V LJUBLJANI
AKADEMIJA ZA GLEDALIŠČE, RADIO, FILM IN TELEVIZIJO

Dramska igra

**SVIT STEFANIJA**

# Ponotranjenje besedila: proces v gledališču in filmu

Magistrsko delo

Ljubljana, 2026

UNIVERZA V LJUBLJANI
AKADEMIJA ZA GLEDALIŠČE, RADIO, FILM IN TELEVIZIJO

Dramska igra
Umetniška beseda

**SVIT STEFANIJA**

# Ponotranjenje besedila: proces v gledališču in filmu

Magistrsko delo

Mentor: Aleš Valič

Ljubljana, 2026

**PODATKI O DELU:**

**Ime in priimek:** Svit Stefanija

**Naslov diplomskega/magistrskega dela:** Ponotranjenje besedila: proces v gledališču in filmu

**Kraj:** Ljubljana

**Leto:** 2026

**Število strani:** 46

**Naziv visokošolske ustanove:** Akademija za radio, film, gledališče in televizijo

**Program in smer študija:** Dramska igra, smer umetniška beseda

**Mentor:** prof. Aleš Valič

**Jezikovni pregled:** Melita Moretti

*Zahvala kolegom Ani Pavlin, Nacetu Koroščcu, Petru Alojzu Marnu, Mini Švajger in Urbanu Grudnu ter profesorju Alešu Valiču.*

## Povzetek

Magistrska naloga obravnava pojem ponotranjenja besedila v igralskem procesu. Raziskuje, kako se mora igralec soočiti z dramskim besedilom, da njegova interpretacija deluje avtentično, organsko in prepričljivo. Naloga analizira različne igralske metode priznanih pedagogov, kot sta Ivana Chubbuck in Eric Morris, ter jih skozi lastne igralske izkušnje preizprašuje in vrednoti. Eno izmed temeljnih izhodišč naloge je primerjava igralskega procesa v gledališču in filmu, pri čemer analizira zakonitosti obeh medijev in načine, kako se z njimi soočiti. Poseben poudarek je namenjen analizi osebnih mehanizmov, ki ovirajo avtentičen izraz na odru in pred kamero, za boljše razumevanje in izboljševanje lastnega igralskega procesa. Snemanje radijske igre *Locke* je predstavljalo kreativni prostor za raziskovanje procesa ponotranjenja besedila, zakonitosti radijske igre in prilagajanje interpretacije temu mediju. Namen naloge je bil globlje razumeti igralski proces in metode, ki igralcu omogočajo čim bolj temeljito ponotranjenje besedila, ter analizirati mehanizme, ki zavirajo avtentičen in organski igralski izraz.

**Ključne besede: ponotranjenje besedila, avtentična interpretacija besedila, igralski proces, koncentracija, podtekst**

## Abstract

This master's thesis explores the concept of text internalization in the acting process. It examines how an actor should approach a dramatic text in order to achieve an authentic, organic, and convincing performance. The thesis analyzes acting methods of renowned acting teachers such as Ivana Chubbuck and Eric Morris, while evaluating them through personal acting experience. One of the central premises of the thesis is a comparison of the acting process in theatre and film, examining the characteristics of both media and the ways in which actors have to adapt their work to the demands of the specific media. Particular attention is devoted to the analysis of personal mechanisms that hinder authentic expression on stage and in front of the camera, with the aim of gaining a deeper understanding of the acting process.

The recording of the radio play *Locke* served as a practical field for exploring the process of text internalization, investigating the specific characteristics of radio drama, and adapting

performance to the requirements of that medium. The purpose of the thesis is to deepen the understanding of the acting process and the methods that enable actors to internalize a text as thoroughly as possible, while also analyzing the mechanisms that inhibit authentic acting expression.

**Key words: internalization of the text, authentic interpretation of the text, acting process, concentration, subtext**

# Kazalo vsebine


**1 Uvod ..... 7**

**2 Ponotranjenje ..... 8**

2.1 Besedilo ..... 9

2.2 Razlika med mehanskim učenjem in ponotranjenjem besedila ..... 10

2.3 Mehansko učenje besedila ..... 10

2.4 Ponotranjenje besedila ..... 10

2.5 Ponotranjeje besedila v gledališkem procesu ..... 12

2.6 Ponotranjenje besedila v filmskem procesu ..... 13

**3 Igralska orodja ..... 16**

3.1 Substitucija ..... 16

3.2 Podtekst ..... 18

3.3 Motivacija ..... 19

3.4 Dane okoliščine ..... 21

3.5 Čustveni spomin ..... 22

3.6 Mentalna slika ..... 23

3.7 Koncentracija ..... 25

3.8 »Let it go« ..... 26

**4 Ovire pri ponotranjenju besedila ..... 27**

4.1 Učenje besedila z vnaprej določenim rezultatom ..... 27

4.2 Biti v stiku s samim seboj ..... 28

4.3 Ukvarjanje s samim seboj namesto z zunanjimi okoliščinami ..... 31

4.4 Sproščenost ..... 32

4.5 Poslušanje ..... 33

4.6 Glas ..... 34

4.7 Glas in telo ..... 35

**5 Snemanje radijske igre ..... 37**

5.1 Kratek opis glavne vloge ..... 38

5.2 Prevajanje besedila *Locke* ..... 39

5.3 Delo na besedilu *Locke* ..... 39

5.4 Snemanje ..... 41

5.5 Liza ..... 42

5.6 Damjan ..... 43
5.7 Primož ..... 44
**6 Spoznanja ..... 45**
**7 Literatura in viri ..... 46**

# 1 Uvod

Ponotranjenje besedila je glavna naloga vsake igralske interpretacije in bistvo igralskega poklica. V nalogi se bom posvetil vprašanju, kako dano besedilo interpretirati na način, ki zveni organsko, avtentično in iskreno. Raziskal bom načine, kako se spopasti z besedilom, ga usvojiti oziroma ponotranjiti tako, da postane del nas. Prav tako bom raziskal, kaj o tej temi pravijo znani teoretiki igre, kot so na primer Ivana Chubbuck, Eric Morris in Sanford Meisner. Raziskal bom metode, ki igralcu omogočajo interpretacijo besedila na način, ki je avtentičen in organski, ter jih postavil pod vprašaj z lastnimi igralskimi izkušnjami. Zastavil si bom vprašanje, kako priti do te točke interpretacije in ali sploh obstaja splošen način, ki bi koristil vsem. Hkrati bom izhajal iz lastnih igralskih izkušenj pri filmskih in gledaliških procesih ter izkušenj pri snemanju radijske igre *Locke*. Primerjal bom proces ponotranjenja besedila pri filmu in gledališču ter raziskal, kako se medija med seboj razlikujeta. Ena od osrednjih tem naloge bo raziskovanje lastnih mehanizmov, ki ovirajo avtentičen igralski izraz, in načinov, kako se z njimi spopasti.

Cilj naloge je opredeliti pojem ponotranjenja besedila, analizirati njegov pomen v igralskem procesu ter ugotoviti ključne razlike in podobnosti med gledališko in filmsko igro. Prav tako je namen pridobiti globlje razumevanje igralskega poklica in lastnega igralskega izraza z analizo mehanizmov, ki igralcu onemogočajo pristno življenje na odru ali pred kamero.

# 2 Ponotranjenje

Ponotranjenje besedila razumem kot ključni trenutek v igralskem procesu, saj predstavlja fazo, ko igralec besedilo v celoti razume, sprejme in internalizira do te mere, da postane del njegovega notranjega sveta. Besede tako niso nekaj, kar izgovarja zgolj mehansko, temveč nastanejo kot naravna posledica igralčevih misli, občutkov, ciljev in notranjih porivov. Dialog preneha delovati zgolj kot mehansko naučeno besedilo, temveč nastaja spontano v odnosu in dialogu z drugimi igralci. Takšno ponotranjenje omogoča igralcu, da se namesto s tem, kako nekaj pove, ukvarja s tem, kaj želi povedati in komu je besedilo namenjeno. Šele takrat lahko svojo pozornost zares usmeri na partnerja in začne delovati spontano v odnosu do drugih oseb ter okoliščin. Igralčeva interpretacija tako postane avtentična, organska in predvsem živa, kar je bistvo igralskega poklica. Zato pojem »ponotranjenje« razumem kot ključni del igralske umetnosti, pri kateri igralec stremi k pristni in živi reprezentaciji življenja na odru ali pred kamero.

Pot do takšne interpretacije vidim kot presečišče razumske analize besedila in podzavestne oziroma instinktivne plasti igralskega procesa, ki prihaja iz igralca samega in interpretacijo naredi osebno in avtentično. Razumska analiza predstavlja temelj ustvarjalnega procesa, saj igralcu omogoča poglobljeno razumevanje besedila, odnosov, okoliščin, podteksta, ciljev ter notranjih stanj lika. Vendar zgolj intelektualna analiza besedila ni dovolj za nastanek prepričljive igralske interpretacije. Igralec mora na neki točki preseči raven analize in dovoliti, da se besedilo z vsem, kar zajema, preplete z njegovimi lastnimi izkušnjami, čustvi, asociacijami in intuicijo. Prav ta instinktivna plast daje interpretaciji avtentičnost in neponovljivost. Šele ob stiku med podrobno analizo in spontanimi notranjimi odzivi lahko nastane organska igra, pri kateri igralec ne producira vnaprej zamišljenih rezultatov, temveč resnično deluje v trenutku in v skladu z življenjem lika. Da lahko igralec doseže to raven, mora razviti sposobnost izjemne čuječnosti, koncentracije in popolne prisotnosti v trenutku. Hkrati mora biti v stiku s samim seboj, svojimi impulzi, občutki in mislimi.

Ključni in najtežji element igralskega procesa vidim v sposobnosti igralca, da v trenutku izvedbe pozabi oziroma opusti vso analizo, opravljeno med vajami, ter prepusti instinktu, da prevzame vajeti. Ko stopi na oder ali pred kamero, mora zaupati, da je priprava postala del

njega samega, in pozornost preusmeriti navzven. Šele takrat se lahko spontano odziva na vse, kar se dogaja v danem trenutku. V tem prehodu od razumske analize k zaupanju v predpripravo in instinkt vidim enega ključnih pogojev za nastanek avtentične, organske in prepričljive igralske interpretacije.

## 2.1 Besedilo

Besedilo je temelj vsake igralske interpretacije, saj igralcu omogoča prvi in najpomembnejši stik z likom, njegovimi motivacijami, okoliščinami in odnosi z drugimi liki. Z besedilom igralec vstopa v svet lika in začne proces razumevanja, analize in postopnega ponotranjenja danega besedila. Namen analize je torej globoko razumevanje podteksta, notranjega dogajanja lika, okoliščin, v katerih se v danem trenutku nahaja, in odnosov lika do drugih oseb v besedilu.

Stella Adler v svoji knjigi *The Art of Acting* piše, da igralčeva naloga ni izgovarjanje besed, temveč temeljito razumevanje notranje motivacije lika: zakaj te besede govori in kaj želi z njimi povedati.

Ker besede niso nikoli izolirane, temveč so vedno v stiku z drugimi igralci oziroma liki, je eden najpomembnejših vidikov analize besedila definiranje odnosov danega lika do drugih oseb v besedilu. Zato je pri analizi besedila ključno razumevanje, kako lik vpliva na druge osebe in kako te vplivajo nanj.

Poleg samega govora besedilo vpliva tudi na fizični izraz, saj se z globokim razumevanjem besedila interpretacija prenese tudi na čustveni in fizični svet igralca. Igralčevo telo in glas postaneta nosilca besedila, ki se preslika skozi njegovo lastno razumevanje lika in okoliščin.

Besedilo je torej osnova, ki se skozi igralski proces preoblikuje v filmsko ali odrsko resničnost in predstavlja temelj, na katerem igralec gradi lik, razvija interpretacijo in odnose. Zato je kakovost igralske interpretacije v veliki meri odvisna od globine igralčevega razumevanja in ponotranjenja besedila.

## 2.2 Razlika med mehanskim učenjem in ponotranjenjem besedila

Proces učenja besedila je ena ključnih faz vsakega igralskega procesa. Kakovost igralske interpretacije se močno razlikuje glede na način, kako igralec besedilo usvoji oziroma si ga zapomni. Ključna razlika se pojavi med mehanskim učenjem besedila ter resničnim razumevanjem in ponotranjenjem motivacij, okoliščin in odnosov, ki jih besedilo nosi. Procesa se med seboj ločita predvsem po kakovosti interpretacije – mehansko učenje besedila prinaša igralske interpretacije, ki so predvidljive in neživljenjske, medtem ko ponotranjenje besedila in globlje razumevanje danih okoliščin pripomoreta k interpretaciji, ki je živa, nepredvidljiva in organska.

## 2.3 Mehansko učenje besedila

Mehansko učenje pomeni predvsem pomnjenje besed brez poznavanja in razumevanja notranjih motivacij, ki stojijo za njimi. Igralec se v tem primeru osredotoča na reprodukcijo stavčne intonacije, ki ostaja na ravni zunanje forme. Tako učenje temelji predvsem na ponavljanju vnaprej zastavljene interpretacije, ne vključuje pa nujno čustvene in psihološke povezave z likom in njegovimi okoliščinami. Posledica takšnega načina učenja besedila je interpretacija, ki deluje navzven pravilno, vendar ne izraža ustrezne notranje motivacije, prepričljivosti in življenjskosti.

Na nevarnost mehanskega pristopa opozarja tudi Konstantin Stanislavski, ki poudarja, da mora igralec stremeti k čim globljemu razumevanju motivacij lika in se odvračati od zunanje reprodukcije besedila. Po njegovem mnenju besede same po sebi nimajo pomena, če niso povezane z notranjim življenjem lika. Mehansko učenje besedila je uničujoče za igralčevo spontanost, saj ostane igralec vezan na naučeno zunanjo formo, namesto da bi bile izrečene besede posledica notranjih impulzov ter odzivov na soigralce.

## 2.4 Ponotranjenje besedila

Ponotranjenje besedila predstavlja bistveno globlji in kompleksnejši proces soočanja z besedilom. Gre za trenutek, ko postanejo besede organski izraz igralčevega notranjega

doživljanja. Besedilo postane tako rekoč del igralčevega miselnega in čustvenega sveta. V tem primeru ostaja igralec prisoten v trenutku in se resnično odziva na situacijo in soigralce.

Podobno poudarja Sanford Meisner, ki pravi, da je bistvo igre delovati resnično pod imaginiranimi okoliščinami. Besede ne smejo biti rezultat vnaprej določene forme, ampak morajo biti ves čas v stiku s konkretno situacijo. Ko je besedilo resnično ponotranjeno, igralec neha izgovarjati besedilo, ampak začne komunicirati misel in namen, ki stojita za njim.

Razlika med mehanskim učenjem in ponotranjenjem besedila se kaže tudi v igralčevi prisotnosti. Pri mehanskem načinu je igralčeva pozornost obrnjena navznoter, saj ves čas nadzoruje pravilnost vnaprej naučene forme. Globlje razumevanje besedila pa omogoča, da se igralčeva pozornost obrne navzven – torej na soigralce, okoliščine in dani trenutek. Besedilo tako postane sredstvo komunikacije notranjih intenc lika in ne predmet nadzora.

Pomemben vidik ponotranjenja je tudi njegova psihofizična narava. Notranji človeški procesi se vedno izražajo tudi na telesni ravni. Ko igralec besedilo ponotranji, se njegove misli, čustva in telo povežejo v celoto. Besede oziroma okoliščine začnejo vplivati na dihanje, položaj telesa in igralčevo prisotnost. Telo ne deluje več kot ločena enota, temveč kot organski izraz notranjega dogajanja. Ta vidik poudarja tudi Michael Chekhov, ki pravi, da mora igralec razviti celostno psihofizično prisotnost, pri čemer notranje dogajanje neposredno vpliva na telesni izraz.

Popolno ponotranjenje besedila se ne zgodi nenadoma, temveč je proces, ki poteka skozi čas. Na začetku je igralčev odnos do besedila predvsem intelektualen, saj mora razdelati motivacije in odnose lika. Sčasoma pa se z analizo in vajami besedilo ponotranji in postane vse bolj osebno. Besedilo tako postane del igralca in ne obstaja več kot nekaj zunanjega.

Resnično ponotranjenje besedila je tako ključno za organsko in prepričljivo interpretacijo. Omogoča, da igralec preseže vnaprej naučeno formo in se poveže z notranjim dogajanjem lika, hkrati pa mu omogoča odzivanje na življenje na odru ali pred kamero. Proces učenja besedila se tako niti ne začne niti ne zaključi z mehanskim ponavljanjem besed, temveč s popolnim razumevanjem podteksta, motivacij, odnosov in situacij, v katerih se znajde lik. Tako postane

interpretacija živa in spremenljiva, igralec pa lahko vsakič znova ostaja v trenutku in se odziva na zunanje okoliščine.

## 2.5 Ponotranjeje besedila v gledališkem procesu

Ključna značilnost gledališkega procesa je, da igralcu omogoča dolgotrajen proces vaj, pri katerem postopoma uteleša in utrjuje besedilo. Za razliko od filma ali serij, kjer je proces po navadi močno časovno omejen, je gledališče prostor, kjer se z vajami in ponovitvami igralcu besedilo vsidra v telo. Igralec ima tako v gledališču na voljo veliko časa za poskušanje, ponavljanje in raziskovanje svoje vloge. Rezultat tega sta pogosto globoko razumevanje besedila in odnos do njega.

Ključna faza, ki jo vsebuje gledališki proces in je pri filmu pogosto ni, je skupinska analiza. Igralec skupaj z režiserjem in soigralci raziskuje in analizira različne plati besedila in lika ter tako pride do boljšega razumevanja vloge, kot če bi besedilo analiziral sam. Resnična povezava z likom in besedilom pa se po mojih izkušnjah zgodi takrat, ko se razumska analiza preslika v vaje v prostoru. Stanislavski meni, da lahko igralec resnično razume besedilo šele takrat, ko je to povezano s telesom in konkretno odrsko akcijo. Proces vaj v prostoru omogoča igralcu, da besedilo preide od intelektualne zasnove v spontano življenje na odru. Pomembno vlogo pri tem ima možnost ponavljanja, ki igralcu omogoča, da z vsako ponovitvijo pridobi novo izkušnjo in razumevanje besedila, kar vodi v vse večjo personalizacijo in internalizacijo lika.

Posebnost gledališkega procesa je tudi kontinuiteta dela. Večinoma se prizori vadijo v dramaturškem zaporedju, kar igralcu omogoča, da postopoma gradi dramaturški lok lika in se tako lažje poveže z likom in okoliščinami. Igralcu se za razliko od filmskega procesa s prizori ni treba soočati kot z izoliranimi deli, temveč lahko lik in zgodbo zajema kot celoto.

Igra tako v gledališču kot filmu temelji na interakciji med igralci v konkretnem odnosu. Igralec besedila ne govori izolirano, temveč kot odziv na partnerja in situacijo. Živ odnos na odru pomeni, da je lahko vsaka ponovitev drugačna in nastaja v trenutku tukaj in zdaj, saj je interpretacija vedno vezana na odzive soigralca. Že najmanjša sprememba v načinu izgovorjave soigralca lahko popolnoma spremeni način, kako se drugi igralec nanj odzove. Prav ta

neponovljivost daje gledališki igri poseben značaj, saj vsaka predstava nastaja na novo v konkretnem trenutku, igralci pa z živim odnosom besedila ne reproducirajo, temveč ga z vsako ponovitvijo soustvarjajo.

Proces ponotranjenja se ne zaključi s premiero. Igralec ima možnost, da s ponovitvami razvija svoj odnos do besedila in ga poglablja. Hkrati pa so ponovitve tudi izziv, saj obstaja nevarnost, da igralec zapade v avtomatizem. Zato mora biti ves čas aktivno prisoten in v stiku s soigralcem ter besedilom, da to ostane živo.

Na živost močno vpliva tudi prisotnost občinstva, saj se igra vedno odvija v odnosu z gledalci, katerih prisotnost ustvarja specifično atmosfero in vpliva tudi na igralca. To dejstvo pomeni, da mora igralec ob vsaki ponovitvi na novo oživiti besedilo, za kar sta potrebni izredna koncentracija in prisotnost. Jerzy Grotowski meni, da je bistvo gledališča prav v odnosu med igralci in občinstvom, kar zahteva popolno angažiranost igralčevega notranjega sveta.

Gledališki proces torej ustvari pogoje, ki omogočajo, da igralec z vajami, analizo in ponavljanjem ponotranji besedilo. Daljši obseg vaj in ponovitve prispevajo k temu, da se besedilo organsko integrira v igralca in tako postane del njega. Prav zato je gledališče odličen prostor za raziskovanje in utrjevanje igralskih veščin, ki jih je mogoče prenesti v filmski proces, ki ima za razliko od gledališča bistveno drugačne in pogosto zahtevnejše okoliščine ter pogoje dela.

## 2.6 Ponotranjenje besedila v filmskem procesu

Filmski proces predstavlja za igralca popolnoma drugačne delovne pogoje kot gledališče. To pomembno vpliva na celoten igralski proces in način ponotranjenja besedila. Ena izmed bistvenih značilnosti filmskega procesa je časovni okvir filmske produkcije, ki je v primerjavi z gledališčem veliko krajši. Igralec ima tako veliko manj časa za skupne vaje, postopno raziskovanje svojega lika in analizo besedila. Proces ponotranjenja se zato v večji meri zgodi kot del individualne priprave igralca, ki je pogosto odgovoren, da sam analizira besedilo in odnose ter ponotranji besedilo in lik.

Posebnost filmske igre je tudi prisotnost kamere, različnih objektivov in planov. Za razliko od gledališča, kjer je igralec v celoti izpostavljen občinstvu, na filmu kamera določa, kaj in na kakšen način bo gledalec nekaj videl. Medtem ko širši plani igralcu omogočajo veliko večjo telesno izraznost, bližnji plan od igralca zahteva izjemno natančnost in zadržanost telesne govorice, saj lahko že zelo majhen gib v bližnjem kadru deluje kot ogromen premik. Na njegovo interpretacijo močno vplivajo tudi številni drugi tehnični elementi, kot so luč, mikrofoni, označene pozicije, postavitev kamere itd. Naloga igralca tako ni samo prepričljivo odigrati prizor, temveč ga odigrati na način, ki omogoča uspešno delo vseh filmskih sektorjev. Zato se mora ves čas zavedati specifik kadra, v katerem se nahaja, in temu primerno prilagajati svojo interpretacijo.

Ker kamera zazna in poveča tudi najmanjše obrazne spremembe, sta za filmsko igro potrebni izjemna iskrenost in čustvena resničnost. Vsako prisiljeno čustvo ali mehansko ponavljanje deluje neprepričljivo. Igralec mora biti zato ves čas v stiku s tem, kar čuti, in biti popolnoma iskren. Sanford Meisner poudarja, da je bistvo igre »živeti resnično v namišljenih okoliščinah«, kar je pri filmski igri še toliko pomembnejše, saj kamera neposredno in izjemno podrobno zajema igralčevo doživljanje (Meisner, 1987).

Filmski proces je zahteven tudi zato, ker ga spremljajo številne prekinitve, ki razkosajo igralčevo doživljanje. Prizori se snemajo v več kadrih, snemanje pa se prekinja zaradi različnih tehničnih težav itd. Igralec mora zato isti prizor odigrati večkrat zaporedoma, hkrati pa ves čas ohranjati koncentracijo in živost interpretacije, kar je pri čustveno intenzivnih prizorih zelo izčrpavajoče.

Zaradi nelinearnosti snemanja posameznih prizorov mora igralec razviti natančno notranjo strukturo lika ter jo ohranjati skozi celotno snemanje. Zavedati se mora, v kateri fazi razvoja lika se posamezni prizor odvija, in natančno razumeti, kako prejšnji prizori vplivajo na lik in njegov odnos do drugih oseb. Poleg čustvene se mora igralec zavedati tudi fizične kontinuitete. Telesna govorica, kretnje, energija prizora in mizanscena morajo ostati enake iz kadra v kader, ti pa so lahko posneti tudi v večtedenskem razmiku.

Igra v filmskem procesu je zato tesno povezana z igralčevo sposobnostjo koncentracije in ohranjanja kontinuitete lika, hkrati pa od igralca zahteva dobro poznavanje tehničnih zahtev filmskega medija in prilagajanje tem zahtevam.

# 3 Igralska orodja

- Substitucija
- Razumevanje podteksta
- Razumevanje motivacije
- Dane okoliščine
- Čustveni spomin
- Mentalna slika
- Koncentracija
- »Let it go«

## 3.1 Substitucija

Substitucija je ena najpomembnejših igralskih tehnik, ki igralcu omogoča ponotranjenje besedila in raziskovanje različnih interpretativnih možnosti. Je tehnika, pri kateri osebo, odnos, predmet ali situacijo v besedilu zamenjamo z izkušnjo ali osebo iz lastnega življenja. S tem se ustvari vzporednica med lastnim življenjem igralca in življenjem lika. Substitucija je koristna, ker omogoča preslikavo lastne izkušnje v interpretacijo ter dostop do čustev in odnosov, ki jih besedilo od nas zahteva. S substitucijo lahko zelo hitro ustvarimo čustveno nabit odnos z drugim likom ali situacijo, saj nanj »pripnemo« čustva, ki jih gojimo do resničnih oseb ali dogodkov iz svojega življenja. Z uporabo resničnih oseb in dogodkov postane odnos do drugih likov in okoliščin v besedilu veliko globlji in kompleksnejši, kot če bi poskusili zgolj ponazarjati odnos do drugega lika ali dogodka. Še posebej pri filmskih procesih se pogosto zgodi, da moramo s človekom, ki smo ga pravkar spoznali, igrati intimen odnos, ki naj bi obstajal že leta. V tem primeru se izkaže, da je substitucija lahko zelo uporabno orodje.

Substitucija se uporablja na različne načine. Med najpogostejšimi in po mojem mnenju najučinkovitejšimi je iskanje značilnosti naše mame, očeta, moža, žene itd. pri soigralki ali soigralcu, ki nam služijo kot oprijemališče, da odnos do njih preslikamo na soigralca ali soigralko. Tako na primer na obrazu soigralca ali soigralke najdemo potezo, ki nas spominja na osebo, do katere imamo podoben odnos, kot ga od nas zahteva besedilo. Ob tem se spomnimo

celotne osebe, tako dobrih kot slabih vidikov našega odnosa do nje, in dovolimo, da nas preplavi občutek, ki ga gojimo do te osebe.

Treba je najti osebo, ki v nas sproži podobne čustvene in fizične odzive kot oseba v besedilu. Pri izbiri osebe si lahko pomagamo tako, da se vprašamo, kaj je naš cilj v prizoru oziroma kaj želimo doseči. Če je cilj »zapeljati« ali »dobiti ljubezen«, se vprašamo, kdo v našem življenju bi lahko »sprožil« to motivacijo. Od koga na primer potrebujemo ljubezen in koga bi želeli zapeljati? Pomembno je, da je substitucija čim močnejša in da sproži čim močnejše čustvene odzive.

Nevarnost substitucije je, da se igralec osredotoča samo na lastno izkušnjo, ki jo uporablja kot substitucijo, in pri iskanju želenega čustva pozabi na soigralca in situacijo. Substitucija je tehnika, ki je koristna med vajami, saj lahko pripelje do ustreznih notranjih impulzov in stanj. Vendar mora igralec med prizorom vseeno ostati tukaj in zdaj.

Koncept substitucije je razvil že Stanislavski, pozneje pa so ga dodatno razvili njegovi nasledniki, kot je Lee Strasberg. Stanislavski je poudarjal pomen igralčeve osebne identifikacije z likom, pri čemer naj bi igralec uporabil lastne izkušnje kot sredstvo za ustvarjanje intenzivnega in resničnega notranjega sveta. Substitucija je še posebej uporabna v zgodnjih fazah igralskega procesa, ko igralec začenja vzpostavljati osebni odnos do besedila.

V kontekstu ponotranjenja besedila je torej substitucija močno orodje za ustvarjanje osebnega odnosa do besedila. Besedilo s pomočjo substitucij postane del igralca in njegovih lastnih izkušenj, ki aktivirajo ustrezne in avtentične notranje impulze. Prav to pa je temelj prepričljive in predvsem avtentične igralske interpretacije.

Substitucije, ki bi jih lahko uporabil pri delu na besedilu *Locke*:

- Namesto žene in otroka bi si lahko predstavljal nekoga, ki mi je blizu.
- Ne delam na gradbišču in ne vem, pod kakšnimi pritiski se nahaja Ivan, lahko pa bi si predstavljal, da bom zaradi rojstva otroka zamudil na pomembno premiero v gledališču.
- Za substitucijo odnosa z Lizo bi lahko našel osebo, ki mi gre hkrati na živce in se mi hkrati smili.

- Odnos do očeta bi lahko nadomestil z odnosom do nekoga, ki me je zelo razočaral.

## 3.2 Podtekst

Podtekst predstavlja enega ključnih elementov pri analizi in ponotranjenju besedila. Je vse, kar si lik misli, želi in sporoča, vendar ni dobesedno izraženo z besedami. Besedilo ne predstavlja celote notranjega dogajanja lika, ampak se ta skriva v podtekstu, ki ga je treba razkriti in interpretirati. Prav razumevanje in interpretiranje podteksta dajeta besedam njihov resnični pomen, podtekst pa postane del notranjega življenja igralca. Resnična igralska interpretacija nikoli ne temelji zgolj na besedah, temveč na mislih in namenih, ki se skrivajo pod njimi. Besede so le rezultat notranjih impulzov, ki jih mora igralec priklicati s pomočjo substitucije ali katerega od drugih orodij.

Razumevanje podteksta je tesno povezano z igralčevim razumevanjem odnosov, motivov in ciljev lika. Ker ljudje pogosto ne izrečemo tega, kar si zares mislimo in čutimo, je treba besedilo natančno analizirati in ugotoviti, kaj lik zares hoče in kaj zares čuti. Vsaka beseda ali stavek mora biti izrečen z določenim namenom in odnosom. Razlika med tem, kaj lik govori, in tem, kaj dejansko želi povedati, je lahko ogromna in je bistvena za ustvarjanje dramske napetosti.

Ko igralec ponotranji, kar njegov lik v resnici čuti, postanejo besede le posledica njegovih notranjih impulzov. Cilj dobro ponotranjenega besedila je, da se igralec neha ukvarjati s tem, kako nekaj izreče, temveč se interpretacija besedila zgodi sama kot posledica notranjih impulzov. Besede tako postanejo nujen izraz notranjega dogajanja, igralec pa se neha osredotočati na to, kako njegove besede zvenijo, saj interpretacija nastaja organsko.

Dobro ponotranjen podtekst vpliva tudi na igralčevo fizično prisotnost. Tudi ko igralec ne govori, se podtekst prenaša s telesno govorico in ustvarja napetost. Besedilo tako preseže zgolj literarno predlogo in postane del življenja na odru.

Igralec si mora v fazi analize odgovoriti na čim več vprašanj, kot so: Zakaj moj lik to počne? Kaj hoče? Kakšen odnos ima do posameznih oseb v besedilu? Kakšne so njegove oziroma njene okoliščine? Kaj si najbolj na svetu želi in kaj je njegova glavna motivacija? Kakšen je njegov

pogled na svet? Kakšen je po naravi – ima velik ego? Je bojazljiv? Se hitro spusti v konflikt? In tako dalje. S pomočjo takšnih vprašanj igralec vzpostavi osebni odnos do besedila in razvija razumevanje notranjega sveta lika.

Prvo branje

Mislim, da je prvo branje besedila pogosto najproduktivnejše, saj temelji na nekakšni neobremenjenosti z besedilom. Ko besedilo beremo prvič, si sproti ustvarjamo slike v glavi, ki se ob naslednjih branjih pogosto ponavljajo, zato se mi zdi prvo branje besedila najpomembnejše in po mojih izkušnjah naredi največji vtis. Opazil sem, da je zelo pomembno, v kakšnem stanju sem, ko se prvič lotim branja besedila, ali sem sproščen ali pa sem v zakrčenem stanju in poskušam samo čim prej končati branje. Če sem sproščen in umirjen, imam občutek, da veliko lažje intuitivno razumem podtekst in da besedilo nasploh hitreje postane bolj osebno. Če pa sem v stanju napetosti, pogosto hitim, besede in podtekst pa gredo mimo mene.

Dogajalo se mi je, da sem med procesom zaradi napetosti in tesnobe pogosto zašel v pregloboko analizo besedila. Želel sem natančno in racionalno razumeti vse, kar lik počne. S tem sem si rušil sposobnost prisotnosti v trenutku, saj sem tudi med izvedbo za vsako mislijo in repliko zavestno iskal podtekst. Če ob branju besedila nisem sproščen, podtekst in razumevanje besedila nasploh veliko težje intuitivno razumem ter začnem razumsko analizirati dogajanje, kar ni vedno najbolje. Zato se mi zdi umirjeno in sproščeno stanje še posebej pomembno pri prvem branju, saj smo tako tudi bolj prisotni in osredotočeni. Pogosto je občutek ob prvem branju pravi, saj izhaja iz intuicije in še ni »onesnažen« s pretiranim intelektualiziranjem.

## 3.3 Motivacija

V življenju vse počnemo z določenim namenom. Ko se obuvamo, vemo, zakaj to počnemo; vemo, kam gremo in posledično, kaj obujemo, ali se nam mudi oziroma ali želimo z izbiro obutve narediti vtis itd. Pri izbiranju obleke vemo, kaj želimo z izbiro doseči, za kakšen dogodek se oblačimo in kdo bo tam. Ko se pogovarjamo z določeno osebo, se z njo pogovarjamo z določenim namenom oziroma ciljem.

Cilj je lahko povsem banalen, kot na primer »izvedeti, kaj se trenutno dogaja v njegovem oziroma njenem življenju«. Lahko pa je bolj izrazit in čustveno nabit, kot na primer cilj »zapeljati«, ko se pogovarjamo z osebo, do katere gojimo čustva. V vsakem trenutku svojega življenja imamo pred seboj nekakšen cilj ali namen, zaradi katerega počnemo, kar počnemo. Prav zato je pomembno, da pri analizi besedila določimo in ponotranjimo notranje motivacije in cilje lika, ki jih razberemo iz besedila.

Ivana Chubbuck (2004) motivacijo razdeli v dve kategoriji: glavno motivacijo lika, ki se nanaša na celotno besedilo in ostaja ves čas enaka, ter motivacijo lika v določenem prizoru, ki se iz prizora v prizor spreminja. Do glavne motivacije pridemo tako, da se vprašamo, kaj si neka oseba v besedilu želi doseči v življenju oziroma kaj je glavna in največja motivacija, ki jo poganja. Glavni cilj je najmočnejša želja ali potreba, ki liku daje zagon in smisel v življenju.

Vsa čustva, ki jih v življenju doživimo, so posledica uspešnega ali spodletelega poskusa, da bi dosegli svoj cilj. Če je na primer glavna motivacija »biti ljubljen«, bo naša čustvena reakcija odvisna od tega, ali nam uspe to uresničiti. Če nam uspe, bomo veseli; če nam spodleti, bomo žalostni in jezni. Iz tega izhaja, da je večina čustev posledica uspešnega ali spodletelega doseganja cilja. Opredeljena motivacija nam pomaga, da v prizor vstopimo, ne da bi morali siliti čustva, saj z jasno motivacijo omogočimo, da ta nastanejo organsko in brez prisile.

S ponotranjenjem glavne motivacije se bomo v vsakem prizoru na tak ali drugačen način borili, da bi jo uresničili. Glavna motivacija mora biti preprosta in predstavljati eno od glavnih človeških potreb. Tako zagotovimo, da nas bo želja po uresničitvi cilja gnala naprej in nam dajala notranji zagon. Ko igralec poskuša uresničiti svoj cilj in se zanj iz prizora v prizor bori na različne načine, se rodi organsko in resnično obnašanje. Medtem ko se igralec bori, da bi dosegel svoj cilj, se ustvarja dramska napetost, ki gledalca pritegne, igralec pa postane oseba, s katero se gledalec poistoveti, saj si delita podobne cilje. Tako se ustvari povezava med gledalcem in likom, saj začne gledalec upati, da bo liku uspelo uresničiti svoj cilj. Z zavestno koncentracijo na zastavljeni cilj igralec pozabi nase in dovoli, da pridejo na dan njegovi osebni manirizmi.

Druga vrsta motivacije je motivacija lika v določenem prizoru, ki mora vedno podpirati glavno motivacijo. Ker v življenju uporabljamo različne taktike, da bi dosegli to, kar si želimo, se lahko cilj lika iz prizora v prizor spreminja. Vedno pa mora podpirati glavno oziroma osnovno željo, ki jo ima lik v življenju. Če je na primer glavni cilj lika »najti pravo ljubezen«, je lahko v enem prizoru trenutna motivacija »zaprositi za roko«, v drugem pa »zahtevati ločitev«. Obe motivaciji podpirata glavno, ki je »najti pravo ljubezen«, saj so prizori koščki sestavljanke, ki tvorijo celotno besedilo.

Pri delu na radijski igri *Locke* sem veliko časa namenil razumevanju glavne motivacije Ivana. Sčasoma se mi je vse bolj zdelo, da se odgovor skriva v monologih, namenjenih očetu. V njih se je po mojem mnenju skrival ključ do vprašanja, kaj je Ivanova največja želja, odgovor na to vprašanje pa je postal: »narediti vse, kar moram, da ne bom podoben očetu«. Glavna motivacija je tako zame postala ključna za razumevanje tega lika, saj si Ivan v vsakem prizoru na različne načine prizadeva, da bi jo uresničil. Jasno je postalo, da vse, kar Ivan počne, počne z namenom, da bi sam sebi dokazal, da ni kot njegov oče. Ključno za lik pa je, da je način, kako Ivan uresničuje svojo željo, samodestruktiven. Želja je tako velika, da bo za njeno uresničitev naredil vse, kar mora, in žrtvoval vse, kar ima. Prav zato je Ivan kot lik tako zanimiv in kompleksen.

## 3.4 Dane okoliščine

Dane okoliščine so eno najpomembnejših igralskih orodij in začetna faza vsake analize besedila. So vse okoliščine, v katerih se lik nahaja in ki nanj vplivajo. Razumevanje danih okoliščin je že samo po sebi pogosto dovolj za intenzivno in avtentično igralsko interpretacijo. Gre za vse informacije, ki jih ponuja besedilo in ki določajo svet lika. Vključujejo čas in prostor dogajanja, odnose, družbeni kontekst in vse druge dejavnike, ki posredno ali neposredno vplivajo na življenje lika. Okoliščine so tesno povezane s cilji in motivacijami vloge. Nekdo, ki je na primer reven, ima drugačne cilje kot nekdo, ki je bogat. Nekdo, ki mu je vroče, bi se rad ohladil itd.

Pomemben vidik danih okoliščin so tudi odnosi do drugih oseb, ki igralcu dajejo temelj pri oblikovanju vloge. Igralec mora imeti odnos do vsega, kar ga obdaja. Razumeti mora, kaj si lik misli o določeni osebi ali stvari na odru, in s tem razumevanjem vstopati v odnos in resnično

življenje na odru. Iz danih okoliščin se gradi tudi razumevanje tega, kako se odnosi med liki spreminjajo.

Osebno mi razumevanje danih okoliščin predstavlja temelj, na katerem lahko gradim interpretacijo. Pogosto se igralec zaplete v razumevanje lika kot od sebe ločene entitete. Dane okoliščine so način, s katerim se lik in resnično življenje na odru in pred kamero rodita iz igralca, saj ta okoliščine ponotranji in se nanje avtentično odziva s svojimi lastnimi manirizmi.

Igralec mora zato za dobro interpretacijo popolnoma razumeti okoliščine, v katerih se njegov lik nahaja. Razumeti mora odnose, prostor in čas dogajanja ter kako vplivata na lik, motivacije lika ter vse, kar vpliva na človeško obnašanje. Tako lahko igralec doseže svojo nalogo, ki je, da se z razumevanjem in ponotranjenjem okoliščin začne obnašati na način, ki služi besedilu. To pa se doseže samo s popolnim razumevanjem in popolno predajo danim okoliščinam.

Dane okoliščine pri besedilu *Locke*:

- Glavni lik Ivan je naredil nezakonskega otroka, medtem ko ima doma ženo in otroka.
- Odgovoren je za večmilijonski projekt, ki je v zelo občutljivi fazi, v kateri je na nitki veliko denarja.
- Ima zelo kompleksen odnos s pokojnim očetom, do katerega še vedno goji določene zamere.
- Odloči se, da bo prisoten pri rojstvu otroka in v oporo Lizi.
- Ta odločitev izhaja iz odnosa do očeta in želje, da naredi, kar je prav. Hoče si dokazati, da ni kot njegov oče.
- Ženi mora povedati, kaj je naredil. Zaveda se, da bo verjetno sledila ločitev.
- Odločitev, da zapusti projekt, ga bo stala službe in kariere.
- Vse je pripravljen žrtvovati, da si dokaže, da ni kot oče.

## 3.5 Čustveni spomin

Čustveni spomin je ena najbolj znanih in tudi kompleksnih tehnik v igralski umetnosti. Gre za tehniko, pri kateri igralec iz lastnih izkušenj prikliče čustva, ki jih zahteva vloga. Tehniko je razvil Stanislavski, pozneje pa jo je dodatno razvil Lee Strasberg. Za čustvo, ki ga vloga zahteva od igralca, si igralec izbere spomin iz preteklosti, ki v njem prebudi podobna čustva. Ni treba,

da je spomin resničen ali da ga je igralec sam doživel. Lahko se spomni nečesa, kar je prebral ali videl kot otrok in kar v njem prebudi zahtevano čustvo. S spominjanjem na določene podrobnosti, kot sta vonj prostora ali temperatura pijače, ki jo je v tistem trenutku pil, se lahko v človeku prebudi občutek ali čustvo, ki ga je čutil ob tistem dogodku.

Metoda je bila deležna številnih kritik, saj igralca pogosto sili v podoživljanje travmatičnih izkušenj iz preteklosti, kar ni vedno koristno niti za igralca niti za vlogo.

Zdi se mi, da je lahko za nekatere igralce ta tehnika uporabna, sam pa je nikoli nisem znal uporabljati. Mislim, da je domišljija enako dober, če ne še boljši ključ za dostop do čustev, ki jih zahteva vloga. Prav tako se mi ne zdi produktivno obujati spominov, ki so lahko boleči, saj lahko s takšnim pristopom igralec ustvari več škode kot koristi. Zgodi se lahko, da se do prizora ali celotnega besedila ustvari odpor, ki se vsidra v mišični spomin igralca.

## 3.6 Mentalna slika

Ustvarjanje mentalnih slik je zame eden najkoristnejših načinov, kako ponotranjiti besedilo in si približati svet lika. V vsakdanjem življenju se nam pred očmi ves čas prikazujejo slike. Bodisi so to spomini oziroma dogodki iz preteklosti bodisi namišljene situacije v prihodnosti. Slike se nam prikazujejo kot nekakšen film, ki se neprestano vrti. Zato ima tudi lik ali oseba, ki jo podoživljamo, neprestano pred očmi svoje lastne slike, svoj film.

Ker besede in življenje lika niso naši, ampak si jih je izmislil dramatik, si moramo po navadi sami s pomočjo domišljije ustvariti asociacije in mentalne slike, ki se nam izrisujejo, ko govorimo besedilo. Tako si besedilo in svet lika približamo ter začnemo izhajati iz lastnih izkušenj. Če med podajanjem besedila nimamo natančnih asociacij, bodo naše besede zvenele prazno in brez odnosa. Naša naloga pa je, da besedilo, ki ga je napisal dramatik, personaliziramo do te mere, da bo interpretacija zvenela, kot da prihaja iz našega lastnega življenja.

Slike, do katerih imamo določen odnos, lahko izvirajo iz naše preteklosti ali pa jih ustvarimo v domišljiji. Pogosto sem opazil, da se mi pri učenju in ponotranjanju besedila slike ustvarijo same od sebe. To je po navadi znak, da sem besedilo že do neke mere ponotranjil.

Naš »imaginarni film« se neprestano odvija. Ko smo v dialogu s človekom, si neprestano predstavljamo to, kar nam govori. Ko beremo knjigo, se nam pred očmi odvija imaginarni svet, ki ga nosi besedilo. Ko poslušamo zgodbo prijatelja, si jo sproti predstavljamo. Ko se spominjamo otroštva, se nam pred očmi izrisujejo spomini v obliki slik. Tako si moramo tudi na odru ali pred kamero ustvariti slike, ki ustrezajo izkušnjam in pričakovanjem lika. Dober primer tega je, ko nam nekdo reče: »Nekaj ti moram povedati.« Pred očmi se nam takoj zavrti nešteto prizorov in asociacij, kaj bi to lahko bilo, saj takšnemu stavku po navadi sledi nekaj neprijetnega.

To pomeni, da je igralčeva naloga, da za vsak stavek, dogodek ali osebo v besedilu ustvari mentalno sliko, ki mu pomaga, da si besedilo in dogodke v njem približa ter jih naredi za svoje.

Mentalne slike so močno povezane s substitucijo. Če na primer za substitucijo neke sobe uporabljamo svojo otroško sobo, bomo pred očmi videli slike svoje sobe, v kateri smo živeli kot otrok. Videli bomo posteljo, parket, zavese, okna, pod kakšnim kotom pada svetloba v sobo itd. Te slike morajo biti čim bolj specifične in morajo imeti določen čustveni naboj.

Bolj ko so mentalne slike oziroma objekti, ki si jih predstavljamo, specifični in čustveno nabiti, bogatejša je lahko interpretacija in več čustvenega naboja bo za našimi besedami. Slike morajo biti tako kot substitucije osebne in morajo imeti čim večjo težo. Če je dialog »mislim, da sem zbolel«, si moramo predstavljati najhujšo možno obliko bolezni, ki se je dejansko bojimo. Namesto da si predstavljamo prehlad, si lahko predstavljamo, da smo zboleli na primer za rakom, ki ga je imela že naša babica in se ves čas dejansko bojimo, da ga bomo dobili. Tako se bo za povedjo »mislim, da sem zbolel« dejansko skrival strah, besede pa bodo čustveno nabite, saj bodo temeljile na resničnem strahu. Če izbira mentalnih slik ne izhaja iz naše preteklosti in ne nosi resničnega odnosa, interpretacija ne bo imela resnične teže.

Slike se nam ne prikazujejo samo takrat, ko sami govorimo, temveč tudi, ko poslušamo druge. Ljudje poslušamo »v slikah«. Če se človeku med poslušanjem dejansko prikazujejo slike, pomeni, da je prisoten in da zares posluša. Veliko režiserjev se pritožuje, da igralci ne znajo poslušati in da samo čakajo na svoje replike. To ne pomeni, da igralci ne slišijo besed, temveč da do slišanega nimajo odnosa. Odnos pa se ustvarja z notranjimi slikami in mislimi. Ko

poslušamo, si ne predstavljamo njihovega sveta, temveč vse preslikamo v svoje življenje. V dialogu si ne predstavljamo, kako so videti njihove slike, temveč pred seboj vidimo prizore iz svojega življenja in lastnih izkušenj. Če nam na primer prijatelj pove, da njegova mama umira, si ne predstavljamo njegove mame, temveč pred očmi vidimo nekoga, ki nam je blizu. Predstavljamo si, kako bi bilo, če bi nam umrla lastna mama. Da bi na odru zares lahko poslušali, kot to počnemo v življenju, si sogovorčeve misli prilagodimo tako, da pred seboj vidimo svoje življenje. Tako se vživimo v njegovo notranje dogajanje in se z njim poistovetimo (Chubbuck, 2004).

## 3.7 Koncentracija

> Koncentracija je ključ in skupni dejavnik vsake dobre interpretacije. Koncentrirati se ne pomeni, da o neki stvari močneje razmišljamo. Ko se skoncentriramo, se »poženemo« k predmetu ali mentalni sliki. Igralec, ki je skoncentriran, naredi ogromen vtis na občinstvo, saj se s koncentracijo gradita prisotnost in energija, ki pri gledalcu vzbudita pozornost. Vsaka vloga in interpretacija, kot tudi vse, kar v življenju počnemo, zahteva koncentracijo. Ko opazujemo nekaj, kar nas privlači, imamo občutek, da nas nekaj vleče k tej stvari. To je koncentracija, ki se zgodi sama od sebe. Igralec mora imeti zmožnost zavestne koncentracije na kar koli si želi. Mora se znati »pognati« k objektu in z njim postati eno, tako pa se lahko psihološko poistoveti z objektom (Petit, 2010).

Opazil sem, da je sposobnost koncentracije eden najpomembnejših elementov igre, bodisi na odru bodisi pred kamero. Je med najpomembnejšimi igralčevimi »mišicami« in zahteva neprestano urjenje.

Živimo v času, ko smo neprestano bombardirani z informacijami. Telefoni, družbena omrežja ter drugi mediji so nam občutno oslabili koncentracijo, zato je še toliko pomembneje, da se kot igralci tega zavedamo. Mislim, da so vaje za koncentracijo, kot je meditacija, ena ključnih oblik igralske higiene. Igralec mora imeti sposobnost globoke osredotočenosti na določeno stvar, saj se le v takem stanju gradita odrska prisotnost in pristno poglabljanje v vlogo.

## 3.8 »Let it go«

Eden izmed glavnih pristopov k besedilu in pripravljalnemu procesu, ki mi je osebno zelo pomagal pri interpretaciji, je ideja Ivane Chubbuck – »Let it go«. Chubbuck pravi, da je treba na dan premiere ali snemanja, torej ko pride čas za interpretacijo besedila, spustiti oziroma pozabiti celotno fazo priprave in se prepustiti trenutku. Pripravo, ki je lahko trajala več mesecev, je treba nekako odmisliti in zaupati, da je ponotranjena. Če se igralec ne prepusti trenutku in se osredotoča na malenkosti ter različne ideje, ki so se nehote porodile med vajami, ga to odvrača od trenutka tukaj in zdaj. Če je bila priprava dovolj poglobljena, bodo pravi impulzi prišli na dan organsko, ko bo to potrebno. Edino, na kar se je treba osredotočiti, je »scene objective« ali »motivacija lika v prizoru«. Ko spustimo in pozabimo pripravo, se glava neha vmešavati z racionaliziranjem in obsesivnim ukvarjanjem z vnaprej določenimi rezultati.

Priprave ne moremo zares odmisliti, če ne zaupamo, da bo tam, ko jo bomo potrebovali. Pogosto se pojavi občutek, da bo vsa priprava »izginila« in da se moramo ves čas osredotočati na vse »odločitve«, ki smo jih med vajami nabrali. Paradoks pa je, da se šele takrat, ko odmislimo vso predpripravo, naša čustva in intence zares prebudijo. Igralec je šele takrat sposoben organsko reagirati na dane okoliščine in soigralce. To dosežemo tako, da ne mislimo na nič drugega kot na motivacijo lika v prizoru. Ne poskušamo se spomniti vseh interpretativnih odločitev, ki smo jih sprejeli med vajami. Zaupati je treba, da bo priprava organsko vplivala na impulze in da bo tako delo, ki smo ga opravili pred samo interpretacijo, nevidno.

Igralec, ki je v svoji glavi in razmišlja, kaj bi moral narediti, je že izgubil stik s trenutkom in soigralcem. Tak igralec ni zanimiv, saj se mu vidi, da »igra« in ne »živi« v trenutku. V življenju ne razmišljamo, kako se obnašamo, kako govorimo, katere besede poudarjamo itd., temveč se to zgodi spontano. Sposobnost, da pred samim nastopom pozabimo na pripravo, nam omogoča organsko odzivanje na okoliščine in impulze, ki prihajajo od zunaj. Novi odzivi se bodo organsko in predvsem podzavestno rojevali zaradi podrobne in poglobljene predpriprave. To pomeni, da se brez obsežnega dela pred samo interpretacijo ne bo veliko zgodilo (Chubbuck, 2004).

# 4 Ovire pri ponotranjenju besedila

Za igralca se mi zdi bistveno, da se zaveda lastnih mehanizmov, ki ga zavirajo in mu otežujejo polno in pristno življenje na odru in pred kamero, ter se z njimi sooča. V nadaljevanju bom govoril o svojih izkušnjah z igralskimi ovirami in o tem, kako sem se z njimi spopadal in se še vedno spopadam. Nekaterih mehanizmov verjetno nikoli ni mogoče dokončno odstraniti, zato je pomembno, da se jih kot igralci zavedamo in se naučimo tehnik, ki nam pomagajo, da te mehanizme čim bolj umaknemo iz igralskega procesa. Zdi se, da je odstranjevanje ovir, ki nas omejujejo, ena glavnih, če ne glavna naloga vsakega igralca. Ko ovire uspešno odstranimo, ostane le še sproščena in kreativna energija, ki je ne omejujejo tesnoba, strah in zakrčenost. Bistveno za odstranjevanje igralskih ovir se mi zdi stanje sproščenosti, ki ga je mogoče doseči na različne načine. Samo s sproščenostjo se lahko igralec polno zaveda svojega telesa in čustev, hkrati pa je zmožen pozornost zavestno usmerjati na soigralca in zunanje okoliščine. Hkrati je pomembno, da igralec razvije način priprave in analize, ki mu omogoča temelj, na katerem lahko zgradi prepričljivo vlogo, hkrati pa dopušča spontano in organsko igro. Mislim, da se prav v pripravi skrivajo pasti in navade, ki igralca omejujejo in onemogočajo igralski proces.

Zanimivo je, da se mehanizmi, ki nas omejujejo na odru, pojavljajo tudi v življenju. Zato je nujno, da se igralec zaveda pasti, ki ga na odru zavirajo, in se jim poskuša izogibati tudi v življenju. Mislim, da je to ena bistvenih veščin, ki bi se jim morali med študijem igre posvečati in se jih učiti. Pogosto se pravi problem, ki se skriva za neorgansko igro, ne naslovi, temveč se rešujejo samo simptomi pravega problema. Ti simptomi so lahko posledica več dejavnikov, kot so negotovost, tesnoba, zakrčenost, slaba priprava, ponavljanje intonacije itd.

## 4.1 Učenje besedila z vnaprej določenim rezultatom

Učenje besedila je nujen korak v vsakem gledališkem ali filmskem procesu. Je eden bistvenih začetnih korakov, pri katerem igralec začne proces ponotranjenja besedila. Opazil sem, da je zelo pomembno, kako se učenja besedila lotim – način, kako si besedilo zapomnim, mi postavi temelj, na katerem lahko gradim živo in organsko interpretacijo. Ključno za takšen način priprave pa je, da igralec nikoli ne zapade v ponavljanje besedila in intonacij, ki jih je vnaprej določil. Besedilo je treba znati ravno toliko, da o njem ni treba razmišljati, interpretacija pa se

z razumevanjem odnosov in podteksta zgodi sama od sebe. Problem nastane, ko se igralec osredotoči na določen način interpretacije, za katerega misli, da je pravilen. Tako nastanejo interpretacije, ki so predvidljive in stereotipne, saj igralec ne živi v trenutku, temveč »recitira« način interpretacije, ki ga je določil vnaprej.

Za učenje in raziskovanje besedila radijske igre *Locke* so mi zelo koristile metode, ki nam jih je na akademiji predstavila prof. Alida Bevk. Na njenih urah sem spoznal, da si besedilo lažje in bolje zapomnim, ko sem v stiku z lastnim telesom in s tem, kar trenutno čutim. Besedilo se tako organsko usidra v mojo podzavest, podtekst pa se pogosto razvije sam od sebe. Na dan pridejo tudi plasti besedila, na katere zavestno ne bi nikoli pomislil.

Učenje besedila za mizo, pri katerem je razum pretirano vključen, pogosto pripomore k temu, da sem »v glavi« – osredotočati se začnem na to, kako nekaj povem, in ne na to, kaj želim sporočiti, pozornost pa usmerjam samo nase. Na akademiji sem imel obdobje, ko sem določeno besedilo tolikokrat ponovil, da se mi je intonacija vtisnila v mišični spomin. Besedilo sem se učil z vnaprej določeno intonacijo in ga ponavljal toliko časa, da je moja interpretacija izgubila vso živost in spontanost. Mislil sem, da bolj ko ponavljam besedilo, več »delam« in da bo posledično tudi interpretacija boljša. Seveda se je zgodilo ravno nasprotno. Namesto da bi bil prisoten v prizoru in se odzival na soigralca, sem se ukvarjal sam s seboj in s tem, kako besedilo podajam.

Pomembno pri pripravi na interpretacijo določenega besedila se mi zdi prav iskanje ravnovesja med temeljito pripravo, razumevanjem podteksta, ciljev, odnosov in okoliščin ter hkratnim puščanjem dovolj prostora za improvizacijo in impulze, ki se pojavijo v trenutku.

## 4.2 Biti v stiku s samim seboj

Morris (1979) pravi, da je imel pri poučevanju igre dolgo težave z metodami, ki se jih je naučil pri priznanih igralskih pedagogih, saj je opazil, da večina ljudi sploh ne ve, kaj v resnici čuti. Igralec, ki ne izhaja iz svojega dejanskega čustvenega stanja, v katerem se nahaja, temveč zgolj poskuša prikazati določeno čustvo ali vedenje, deluje prisiljeno in neverjetno. Vsak človek ima določene mehanizme, ki ga zavirajo pri spontanem, resničnem in organskem odzivanju. Zato je

po njegovem mnenju treba najprej priti do nekakšne čustvene osnove, se je zavedati in iz nje graditi resnično obnašanje, ki se sklada z besedilom. Da bi igralcem omogočil globlji stik s samim seboj in s tem, kar resnično čutijo, je Morris razvil vaje, ki igralca osvobajajo.

Biti

V svoji knjigi poudarja pojem »being« ali »biti«. »Biti« je v smislu, kot ga uporablja Morris v svoji knjigi, stanje, ko je igralec popolnoma v stiku s samim seboj in deluje iz čustvene resnice, ki jo doživlja v tem trenutku. Opazil je, da so igralci iz tega stanja na njegovih urah dosegli najbolj resnične in polne trenutke življenja na odru. Takoj ko so bili igralci najbližje temu, kar so resnično čutili, je njihova igra dobila večdimenzionalno življenje, postala je nepredvidljiva in organska. Celo čustva, ki jih je mogoče jasno opredeliti, kot so jeza, strah in žalost, so dobila plasti, ki so bile obarvane z različnimi odtenki in so zato postale veliko bolj človeške in zanimive.

Ko poskuša igralec na odru ali pred kamero doseči specifično čustvo, ki si ga je zastavil vnaprej, je njegova reprezentacija tega čustva pogosto enodimenzionalna, saj poskuša doseči rezultat »na prvo žogo«. Posledica tega je, da njegovo obnašanje ne vsebuje vseh plasti, ki bi lahko bile prisotne, če bi bil zares v stiku s samim seboj. Ko so igralci delovali iz stanja »biti«, je njihova igra vključevala vse, kar so v tem trenutku čutili, vso resnico in čustva, ki bi jih drugače skrili ali pa se sploh ne bi zavedali, da so prisotna. Opazil je, da so igralci, ki so dosegli to stanje, postali veliko bolj zanimivi – na dan so prišli njihovi lastni manirizmi in osebnost, njihova igra pa je paradoksalno postala veliko bolj v skladu z zahtevami besedila. Igralci so se začeli »obnašati« namesto »igrati«, njihova igra pa je dajala vtis, da se vse dogaja prvič. Postala je nepredvidljiva celo zanje same. Samo iz stanja »biti« lahko gradimo organsko resnico na odru ali pred kamero.

»Biti« je stanje, ki ga je mogoče doseči z različnimi vajami. Da bi ga dosegli, moramo sprejeti in izraziti vse, kar v tem trenutku čutimo. To stanje temelji na izražanju vsakega impulza, ki ga v trenutku dobimo, brez cenzure. Vsi elementi čustvenega doživljanja morajo biti vključeni v naše obnašanje. Ko igralec doseže stanje »biti« – to pomeni, da sprejema in izraža vse, kar v tem trenutku čuti –, ga lahko spreminja in preoblikuje v stanje, ki služi besedilu. Morris trdi, da

je »igra« samo prehod iz enega stanja »biti« v drugo. Če je na primer trenutno stanje igralca takšno, da se počuti nelagodno, utrujeno in žalostno, zahteva besedila pa je, da je v veselem in sproščenem stanju, mora igralec najti način, kako preiti iz enega stanja v drugo. Včasih je stanje, ki ga zahteva besedilo, popolnoma nasprotno stanju, v katerem se igralec nahaja. Takrat je pomembno, da ne poskuša »skočiti« iz enega stanja v drugo, temveč ta prehod naredi postopoma. Da bi naredil prehod iz stanja, ki je popolnoma nasprotno trenutnemu, na primer iz žalosti v veselje, je včasih treba narediti več vmesnih korakov. S pomočjo različnih metod, ki jih Morris navaja v svoji knjigi, je mogoče postopoma spremeniti svoje razpoloženje in se približati zahtevam besedila.

Igralec, ki vnaprej načrtuje svoje reakcije, stremi samo h končnemu rezultatu. Tako je osredotočen na uresničitev zastavljenega cilja, da ni več občutljiv za dražljaje in impulze, ki prihajajo do njega. Če se situacija na odru spremeni v smeri, ki je ni načrtoval, se ni zmožen odzvati organsko. Svoje obnašanje tako rekoč zavira, rezultat tega pa je predvidljiva in nezanimiva igra. Zaradi tega lahko pride do verižne reakcije, pri kateri se igralec popolnoma odtuji od situacije na odru in se začne ukvarjati samo s samim seboj. Ko pa doseže stanje, ki ga Morris poimenuje »biti«, se je zmožen odzivati na vse impulze, ki jih dobiva od zunaj. Tudi če se pojavi trenutek, ko se neha odzivati na zunanje impulze, ga to stanje ponovno vrne v trenutek.

Ko igralec že doseže stanje »biti«, se lahko pojavijo določene omejitve, ki mu preprečujejo, da bi se svobodno izražal. Pri ljudeh, ki so po naravi bolj introvertirani, je pogosto problem, da niso zmožni ničesar izraziti. Čeprav so zelo občutljivi in imajo bogato domišljijo, jih nekaj zavira, da bi se svobodno izrazili. Opazil sem, da sem se zelo poistovetil s to skupino ljudi, in na odru sem imel pogosto težave pri svobodnem izražanju vseh impulzov. Imel sem občutek, kot da me nekaj drži nazaj. Na drugi strani spektra so ljudje, ki so po naravi bolj ekstrovertirani. Njim se je na odru lažje izraziti v polnem pomenu besede, vendar so včasih nekoliko manj občutljivi. Ne glede na omejitev, s katero se sooča igralec, je stanje »biti« osnova, iz katere lahko deluje. Pomeni vključevanje in izražanje vseh impulzov, vključno s problemi in dvomi, ki se na tak ali drugačen način pojavljajo. Naslednja vaja je bila ključna za moje razumevanje igre in delo pri praktičnem delu magistrske naloge.

1. Personal Inventory

Bistvo te vaje je, da se igralec poveže s samim seboj in se začne zavedati svojega trenutnega čustvenega stanja. Začne se z vprašanjem »Kako se počutim?«. Nato si ob vključevanju vseh impulzov in motečih dejavnikov na to vprašanje odgovori. Ni nujno, da je odgovor na vprašanje glasen, lahko je tudi samo vzdih. Vaja je dobra, ker jo je mogoče izvajati večkrat na dan, kjer koli. Če smo dosledni, je dober način, kako priti v stik s samim seboj in kako se naučiti izražati vse, kar v tem trenutku čutimo (Morris, 1995).

Vse to pišem iz dveh razlogov. Prvič, ker se mi zdi biti v stiku s samim seboj in sprejemati vse, kar čutimo, obvezna veščina, ki jo mora imeti vsak igralec in je ključna za organsko igro. Drugič, ker sem med študijem opazil, da se sam sploh ne zavedam trenutnega čustvenega stanja, v katerem sem. Akademija je lahko prostor velikih pritiskov in tesnobe, ki se ju je težko znebiti, tudi če se ju zavedamo. Problem nastane, ko se igralec niti ne zaveda oziroma ne prepozna resničnega mehanizma, ki ga zavira pri spontanem življenju na odru. Tukaj se mi zdi, da bi morali ključno vlogo imeti profesorji in prepoznati omejitve vsakega študenta. Morrisovo stanje »biti« mi je dalo vpogled v lasten problem, s katerim sem se soočal med študijem.

## 4.3 Ukvarjanje s samim seboj namesto z zunanjimi okoliščinami

To je ena glavnih težav, s katerimi se sooča veliko igralcev in s katero sem se sam soočil med študijem. Igralec, ki je osredotočen nase, ne more biti v pravem odnosu z drugimi osebami. Posledica tega je, da se neha naravno odzivati na zunanje impulze – osredotočen je samo na to, kako misli, da bi moral prizor potekati. Deluje po nekakšni začrtani smeri, ki je nezanimiva in predvidljiva, igralec pa deluje negotovo in nenaravno.

Pretirana osredotočenost nase se po mojem mnenju tesno povezuje s samozavestjo in sposobnostjo prepustiti se trenutku. Pri tem so mi bile v veliko pomoč meditacija in različne vaje, ki igralcu pomagajo, da pozornost prenese navzven. Igralec mora imeti sposobnost koncentracije na impulze, ki prihajajo od zunaj. Prepustiti se mora trenutku in ne razmišljati o tem, kaj sporoča in kako bi morala njegova igra delovati. Šele ko opustimo vnaprej določene

interpretacije in se prepustimo vsemu, kar do nas prihaja v tem trenutku, smo lahko resnično živi in avtentični.

## 4.4 Sproščenost

Igralec, ki ni sproščen, ne more delovati. Odpravljanje tesnobe in zakrčenosti bi po mojem mnenju moralo biti ena najpomembnejših tem, ki se obravnavajo na akademiji. Tako kot v življenju nam sproščenost na odru omogoči, da živimo spontano v trenutku in da se organsko odzivamo na impulze, ki prihajajo do nas. V stanju sproščenosti se lažje spopademo z izzivi in lažje vračamo pozornost na dogajanje okoli nas, ko gre kaj narobe. Opazil sem, da globoka sproščenost omogoči, da se dvomi in pomisleki, ki se pojavljajo med igro, hitreje utišajo, pozornost pa se lažje vrne v tukaj in zdaj. Sproščenost je ključ do avtentične in nepredvidljive interpretacije, saj smo v stanju sproščenosti odprti za okolico ter sprejemamo vse, kar prihaja do nas.

Napetost oziroma nesproščenost je glavna inhibicija, s katero se sooča večina igralcev. Kaže se na različne načine. Lahko se pojavi kot zakrčenost mišic v različnih delih telesa – v ramenih, hrbtu, vratu itd. Lahko se pokaže kot tresavica, potenje dlani ali težave pri dihanju. Igralec se počuti nelagodno in zelo nesproščeno. Vse to so simptomi fizične napetosti. Mentalna napetost se kaže kot divjanje misli. Je stanje, ko je igralec »v glavi«, saj se ne more osredotočiti na okolico in razmišlja samo o tem, kako bi moral prizor potekati. Pojavi se vrtinec misli, ki igralca zavira pri organskem življenju. Igralec se ne more osredotočiti in vsaka misel ga lahko vrže iz tira. Napetost se lahko kaže tudi kot odsotnost misli, ko igralec ni zmožen razmišljati o ničemer in je popolnoma otopel. Fizična in mentalna napetost se po navadi pojavita skupaj. Obe stanji igralca ovirata na odru ali pred kamero in mu onemogočata organsko doživljanje.

Kot pravi Morris, veliko igralcev nikoli ne odkrije svojega pravega potenciala, saj se nikoli zares ne znebijo napetosti. Vedno delujejo v skladu s svojimi pričakovanji, napetost pa jim preprečuje, da bi se zares sprostili in organsko delovali v celoti. Razlogov za napetost je veliko. Med najpogostejšimi so igralčev ego, negotovost vase, želja po uspehu in strah pred neuspehom. Pomemben vidik je tudi samozavest. Ko ima igralec nizko samozavest, ima

posledično velik strah pred neuspehom in veliko tesnobe. Pomembno je, da si igralec na neki način povrne zaupanje vase in posledično zmanjša napetost (Morris, 1995).

## 4.5 Poslušanje

Intenzivno poslušanje je ena temeljnih veščin, ki jih mora obvladati vsak igralec. Je zmožnost, da pri vsaki ponovitvi soigralca posluša, kot da njegove besede sliši prvič. Samo tako se lahko nanj resnično odziva v trenutku in ohranja živ odnos. Aktivno poslušanje omogoča pristno komunikacijo med igralci in ustvarja pogoje za verodostojno odrsko ali filmsko igro.

Čeprav se igralčevo delo pogosto povezuje predvsem z govorom in interpretacijo besedila, je sposobnost poslušanja enako pomembna kot sposobnost govorjenja. Igralec namreč nikoli ne deluje v izolaciji, temveč je del odnosa s soigralci, zato mora neprestano zaznavati in sprejemati njihove reakcije ter se nanje odzivati v trenutku. Aktivno poslušanje presega zgolj fizično zaznavanje izgovorjenih besed, saj gre za zavestno in osredotočeno spremljanje sogovornikovega govora, intonacije, ritma, telesne govorice in čustvenega stanja. Igralec ne posluša le vsebine izrečenega, temveč tudi in predvsem podtekst, ki se skriva za besedami. Z aktivnim poslušanjem lahko zazna spremembe v energiji soigralca ali soigralke ter se nanje organsko odzove.

Pri igralskem procesu je aktivno poslušanje tesno povezano z načinom pomnjenja in ponotranjenja besedila. Kadar igralec svoje besedilo zgolj mehansko reproducira, obstaja nevarnost, da izgubi stik s trenutkom ter s partnerjem na odru ali pred kamero. Njegove replike lahko zato hitro zvenijo naučeno in mehansko, saj jih podaja z isto intonacijo ne glede na okoliščine, v katerih se prizor odvija. Nasprotno pa igralec, ki aktivno posluša, dopušča možnost, da ga soigralčeva igra vsakič znova nagovori drugače ter vpliva na njegovo interpretacijo besedila. Čeprav ostaja besedilo enako, se lahko njegov pomen, intenzivnost in čustvena obarvanost spreminjajo glede na dogajanje v danem trenutku.

Pomen aktivnega poslušanja se v določeni meri razlikuje pri gledališkem in filmskem procesu. V gledališču, kjer se predstava ponavlja, igralcu aktivno poslušanje preprečuje, da bi igra postala rutina, saj mu omogoča, da pri vsaki ponovitvi ohranja živ odnos s soigralcem in

spontanost v svoji interpretaciji. V filmskem procesu pa je pomen aktivnega poslušanja še izrazitejši zaradi bližine kamere, ki zazna najmanjše spremembe v pogledu, obrazni mimiki in telesnih odzivih. Gledalec lahko hitro prepozna razliko med igralcem, ki zgolj čaka na svojo repliko, in igralcem, ki soigralca zares posluša ter njegovo igro v danem trenutku organsko vključuje v svojo interpretacijo.

## 4.6 Glas

Glas predstavlja eno temeljnih izraznih sredstev igralca, saj z njim posreduje in razkriva misli, čustva, odnose in notranja stanja lika. Barva glasu, tempo govora, intonacija, jakost in ritem pomembno vplivajo na to, kako gledalec doživlja izgovorjeno besedo. Zato glas ni zgolj tehnično sredstvo sporazumevanja, temveč pomemben nosilec igralske interpretacije. V procesu ponotranjenja besedila ima posebno vlogo, saj vzpostavlja povezavo med notranjim svetom igralca in njegovo zunanjo izraznostjo. Kadar igralec besedilo resnično ponotranji, besede ne zvenijo več kot naučeno besedilo, temveč kot spontane misli, ki nastajajo v danem trenutku. Glas tako postane odraz notranjega impulza in avtentičnega doživljanja, ne pa zgolj reprodukcija zapisanega besedila. Gledalec pogosto intuitivno zazna razliko med besedami, ki so izrečene zgolj tehnično pravilno, in besedami, ki izhajajo iz resničnega notranjega doživljanja igralca.

Pri gledališki in filmski igri veljajo različne glasovne zakonitosti. V gledališču mora igralčev glas doseči celotno občinstvo ne glede na oddaljenost gledalcev od odra. Zato so v gledališču zelo pomembni jasna artikulacija, ustrezna projekcija glasu in glasovna vzdržljivost. Igralec mora ohraniti razumljivost govora tudi v velikih dvoranah, pri tem pa njegova interpretacija ne sme izgubiti organskosti in prepričljivosti. Gledališki glas zato pogosto zahteva večjo izraznost in energijo, saj je eden izmed ključnih nosilcev odrskega dogajanja.

Na filmu pa veljajo nekoliko drugačne zakonitosti uporabe glasu. Zaradi uporabe mikrofona in bližine kamere ni potrebe po močni glasovni projekciji. Igralec lahko tako uporablja veliko bolj subtilne glasovne odtenke, saj način snemanja in tehnična sredstva omogočajo zajem tudi zelo tihega govora. Kamera in mikrofon gledalca približata igralcu, zato postane pomembnejša

pristnost njegovega notranjega doživljanja kot zunanja glasovna ekspresivnost. Tudi najmanjša sprememba v tonu glasu lahko na filmskem platnu pridobi velik pomen.

Filmski govor pogosto deluje bolj intimno in vsakdanje kot gledališki. Igralec si lahko privošči tišji govor, krajše premore in bolj zadržane kretnje. Prav zato mora biti besedilo še toliko bolj ponotranjeno, saj kamera hitro razkrije vsako neiskrenost ali mehanskost igre. Če gledališče od igralca zahteva širjenje energije navzven, film pogosto zahteva njeno poglabljanje navznoter. Glas tako postane izraz notranjega procesa, ki ga kamera ujame v najmanjših podrobnostih. Podobno velja tudi za radijsko igro, ki prav tako ponuja določeno intimnost. Osebno se mi zdi radijska igra zelo zanimiv, a zahteven medij, saj je edino orodje, s katerim igralec deluje, prav glas.

## 4.7 Glas in telo

Pri snemanju radijske igre *Locke* sem si veliko pomagal s telesom, saj mislim, da je povezava med telesom in glasom izjemna. Ko sem v preteklosti snemal radijske igre, se mi je zgodilo, da sem glas »potegnil vase«. Nisem govoril iz prepone, posledično pa sem bil slabše razumljiv, hkrati pa nisem mogel uporabljati glasu v polnem razponu. Imel sem občutek, kot da sem glasovno zaprt vase. Glasovno sem se »skril«, saj sem mislil, da bo tako interpretacija delovala bolj intimno in prepričljivo. Hkrati pa sem s tem izgubil barvo in moč glasu ter interpretacije.

Menim, da glas ni ločen od telesa, temveč je odvisen od njegovega stanja in položaja. Na igralčev glas in posledično na interpretacijo močno vplivajo dejavniki, kot so dihanje, telesna drža, mišična napetost oziroma sproščenost ter splošna telesna pripravljenost. Zato se mi zdi povezava med telesom in glasom zelo pomembna in hkrati pogosto spregledana.

Eden ključnih dejavnikov, ki vplivajo na glasovno izražanje, je prav dih. Če je dihanje zaradi mišične napetosti ali položaja telesa plitvo, glas ne dobi prave energije. Nasprotno pa sproščeno in poglobljeno dihanje omogoča večjo glasovno svobodo ter boljšo povezavo med notranjim impulzom in izgovorjeno besedo. Velik vpliv na dih ima tudi telesna napetost, ki se pojavlja na različnih mestih v telesu. Pretirana napetost v ramenih, vratu, čeljusti ali prsnem košu lahko omejuje pretok dihanja in posledično negativno vpliva na moč glasu in interpretacijo. Le v

telesu, ki je sproščeno in pretočno, se lahko zares organsko odzivamo na notranje impulze in ohranjamo stik s samim seboj.

Hkrati se povezava med telesom in dihom kaže tudi na ravni čustvenega izražanja. Čustva se pogosto najprej izrazijo v telesu in se prenašajo skozi glas. Zato se mi zdi pomembno, da se igralec pri ponotranjanju besedila posveča tudi telesu in skozi telo odkriva vse možne interpretativne možnosti, ki jih ponuja besedilo, ter jih preoblikuje v avtentičen in organski igralski izraz.

Tako v gledališču kot filmu je povezava med telesom in glasom izjemno pomembna, čeprav ima nekoliko drugačne razsežnosti. V gledališču mora telo predvsem podpirati moč glasu in omogočati, da glas doseže celoten prostor. Na filmu pa so telesni premiki pogosto manjši in subtilnejši, saj kamera zazna tudi najmanjše spremembe v telesu, ki vplivajo na glasovno izraznost. Ne glede na medij, v katerem delujemo, je pomembno, da glas ne deluje ločeno od telesa, temveč kot njegov naravni podaljšek. Šele ko sta telo in glas povezana, lahko igralec doseže prepričljivo in avtentično interpretacijo besedila.

# 5 Snemanje radijske igre

Za osrednje praktično delo na magistrskem študiju sem se odločil posneti radijsko igro, katere besedilo temelji na scenariju filma *Locke*, ki sem ga prevedel in adaptiral. Film me je očaral predvsem zaradi izjemne igre in načina snemanja. Celotna zgodba se odvije v avtomobilu, protagonist pa z vsemi liki komunicira po telefonu. Koncept se mi je tako že od začetka zdel na presečišču radijske igre in filma.

Za snemanje radijske igre sem se odločil, ker sem si želel zadati izziv, da zgodbo povem samo z glasom. Prav tako sem želel skozi to besedilo raziskati vse tehnike, ki sem jih opisal v magistrski nalogi, in z njihovo uporabo ponotranjiti besedilo. Medij radijske igre se mi je vedno zdel zanimiv, a hkrati zastrašujoč, saj sem imel med snemanjem po navadi občutek, da ne razumem zakonitosti tega medija, glas pa se mi je pogosto skril vase, tako da sem postal nerazumljiv in pretih. Pri radijski igri se po mojem mnenju skriva past, da igralec poskuša z glasom ustvariti nekakšno intimnost, s tem pa si zapre veliko interpretativnih možnosti, saj ne more uporabljati glasu v polnem razponu. Raziskovanje lastnih ovir pri radijskem mediju mi je dalo še dodatno spodbudo, da sem se odločil za interpretacijo besedila skozi ta medij in raziskovanje njegovih potencialov.

Pri gledanju filma *Locke* me je pritegnila predvsem prisotnost glavnega igralca ter način, kako je igro prilagodil načinu snemanja. Skozi celoten film ohranja nekakšno koncentracijo, ki jo usmerja v reševanje problema. Nikoli si ne dovoli močne čustvene reakcije in vedno odgovarja premišljeno in natančno. Tudi ko gre vse narobe, ostane miren in ne dovoli čustvom, da bi prevzela nadzor. Zdelo se mi je, da se je igralec zelo dobro zavedal svoje glavne motivacije in ji dosledno sledil skozi film. Prav tako je dobro razumel in ponotranjil odnose do drugih oseb v besedilu, ki so se med seboj močno razlikovali.

Veliko vrednost v njegovi interpretaciji sem videl v tišinah, saj z njimi pove vse, česar ni mogoče povedati z besedami. Med snemanjem radijske igre sem želel, da se tišine pojavijo organsko. Želel sem raziskati, ali zavestna uporaba daljših tišin deluje tudi v tem mediju. Na filmu imamo pred seboj ves čas igralca, ki tišine napolni s svojo prisotnostjo in fizičnostjo, zanimalo pa me je, kako deluje in kakšen učinek ima tišina pri radijski igri. Prostor in atmosfero

sem vseeno želel napolniti z zvoki ceste in dežja, ki v nasprotju s protagonistovo situacijo delujeta spokojno.

## 5.1 Kratek opis glavne vloge

Osrednji lik radijske igre *Locke* je Ivan – uspešen inženir, zaposlen na vodilnem položaju v velikem gradbenem podjetju. Svoje življenje živi po strogo zastavljenih načelih ter tako v zasebnem kot poklicnem življenju vzdržuje strogo disciplino in doslednost.

Njegovo življenje je močno zaznamovano z odnosom do pokojnega očeta, ki je bil nezanesljiv alkoholik in nesposoben prevzeti odgovornost za svoja dejanja. Ivan do njega goji določeno sovraštvo in zamero, ki ju nosi vse od otroštva. Njegov strah pred tem, da bi postal podoben očetu, predstavlja eno izmed osrednjih gonilnih sil zgodbe *Locke*. Vse, kar v življenju počne, izhaja iz neprestanega prizadevanja, da bi sebi in drugim dokazal, da ni tak, kot je bil njegov oče. Iz te želje izhaja tudi motivacija, da bi bil dober in zanesljiv partner, oče in inženir.

Celotno dogajanje v besedilu sproži dejstvo, da je Ivan drugi ženski spočel otroka. V tem dejanju prepozna del sebe, ki ga je vse življenje poskušal zanikati, in v sebi prepozna očeta. Sooči se z dejstvom, da je na neki način podoben očetu, pred katerim je vse življenje bežal. Iz želje, da bi samemu sebi dokazal, da ni tak kot oče, se odloči prevzeti odgovornost za svoja dejanja, za kar pa je pripravljen tvegati vse, kar ima – zakon, odnos s sinom, ugled in kariero.

Ivan vse probleme v življenju rešuje racionalno. Ko se mu začne podirati osebno življenje, se odziva podobno kot pri problemih v službi. Poskuša ostati miren, razmišljati trezno in poiskati naslednji praktični korak. Navzven deluje zbrano in umirjeno, hkrati pa je v njem mogoče zaznati močan notranji konflikt. Prav ta razkorak med tem, kar čuti, in tem, kar pokaže navzven, se mi zdi eden najzanimivejših elementov lika. Pri tem liku se mi je interpretacijsko zdelo zanimivo prikazati človeka, ki navzven ne kaže čustev. Vse odločitve sprejema racionalno in ne dovoli čustvom, da bi imela vlogo pri odločanju. Tak način soočanja s problemi je razvil prav iz želje, da bi bil drugačen od očeta. Želel sem prikazati človeka, ki je vajen velikih pritiskov, zato sem se odločil, da bo njegov govor vedno umirjen in pod nadzorom. Tudi ko se okoli njega podira ves svet, Ivan ohrani nadzor in racionalno išče naslednji praktični korak.

Prava čustva pokaže šele v monologih, namenjenih očetu. V teh trenutkih se pokaže tak, kot v resnici je, saj pred sodelavci in ženo ves čas nosi nekakšno masko. Pred njimi ohranja videz človeka, ki ima vse pod nadzorom. Šele ko se obrne na očeta, lahko gledalec v njem zazna resnična čustva in problem, ki ga nosi. Želel sem ustvariti človeka, ki je ranjen, a to zelo dobro skriva. Nekoga, ki je pred svetom ustvaril podobo človeka, ki je »pravilen«.

## 5.2 Prevajanje besedila *Locke*

Pri prevajanju sem opazil, da se besedilo veliko hitreje ponotranji, ko ga prevedem v svoj jezik, ter da se je veliko lažje približati liku, ki ga tako rekoč oblikujem po svoje. S prevajanjem sem veliko lažje razumel podtekst ter odnose do drugih oseb. Opazil sem, da je besedilo postalo del mene veliko hitreje in na povsem drugačen način.

Čeprav mora igralec večinoma uporabljati jezik, ki mu ni blizu oziroma je vsaj nekoliko oddaljen od njegovega osebnega govora, sem želel videti, kaj se zgodi s ponotranjenjem besedila, ko je jezik čim bližje osebnemu govoru igralca. Čeprav to ni vedno mogoče, saj igralci delamo z ogromnim spektrom besedil različnih avtorjev, obdobij in žanrov, sem v tem primeru čutil, da bi osebni govor veliko bolje deloval kot zborni. V tem pogledu sem se jezikovno veliko bolj približal filmskemu govoru. Ker se v Sloveniji mešajo različni naglasi, sem tudi drugim igralcem naročil, naj si besedilo čim bolj približajo in govorijo tako, da jim bo jezik čim bolj domač. S tem sem želel ustvariti tudi določeno stopnjo realizma in situacijo približati poslušalcem.

Govorno sem poskušal poudariti, da Ivan in Liza prihajata iz popolnoma različnih okolij. Z uporabo dolenjskega naglasa in hkrati pravilnejšim govorom sem želel ustvariti nasprotje Ivanovemu osrednjeslovenskemu govoru.

## 5.3 Delo na besedilu *Locke*

Prvi korak pri ponotranjenju besedila se je zgodil že med samim prevajanjem, saj sem nehote hkrati s prevajanjem opravljal tudi analizo besedila. Odnose in situacije sem veliko bolje

razumel, kot če besedila ne bi prevajal, saj sem se moral med prevajanjem posvetiti dramaturški logiki vsakega prizora in odnosom, ki so se sami od sebe oblikovali hkrati s prevajanjem.

Veliko časa sem namenil odnosu do očeta, saj se mi je zdel ta odnos najpomembnejši za razumevanje glavnega lika. Iz njunega odnosa sem izluščil Ivanovo glavno motivacijo in razlog, zakaj se je odločil žrtvovati vse, kar ima. Monologi z očetom so mi predstavljali vstopno točko do razumevanja njegovega notranjega sveta in pogleda na svet. Zadnji monolog z očetom, v katerem ga Ivan opiše v zeleni majici in športnih supergah, mi je ponudil mentalno sliko, ki me je spremljala med vsemi pogovori z očetom. Nazorno sem si lahko predstavljal človeka, ki me je izdal in razočaral ter se mi pravzaprav gabi. Vsakič, ko sem si ga predstavljal, sem začutil nekakšen bes in nastrojenost. Slika, ki se mi je sama od sebe pojavila med branjem zadnjega monologa, je bila zelo nazorna. Predstavljal sem si moškega v srednjih letih, ki sključen stoji na vratih. Na sebi ima zelen športni dres in kratke hlače. Celotno polt ima bledo, kot da nikoli ne bi videl sonca. Je neobrit, obraz pa ima poraščen z rahlo rdečkasto brado, pod katero se vidi bleda in nezdrava koža. Je suh in zanemarjen, s čevlji, ki nikakor ne pristajajo njegovi starosti in situaciji. Videti je kot nekdo, ki je popolnoma zašel s poti, a se vseeno vede, kot da je vse v redu. Prav ta izraz na obrazu mi je povzročil nekakšen odpor do tega človeka, ki me je zapustil, ko sem bil še otrok. Monologe z očetom sem tako videl v povezavi z mentalno sliko moškega na vratih, do katerega sem čutil sovraštvo. Videl sem ga kot manjvrednega, kot nekoga, ki ni vreden naziva oče.

Prav tako se mi je zdelo smiselno, da Ivan potrebuje nekoga, ki bi ga krivil za svojo napako. Zaradi lastne slabe vesti išče krivca in ga najde v očetu. Na dan privre vse, kar ni bilo izrečeno v času njegovega življenja, ter vse, kar bi mu želel povedati v obraz, ko je bil še živ. Ivan se dolgo ni ukvarjal s svojim očetom. Želel je pozabiti nanj in vse življenje nameniti temu, da ne bo tak, kot je bil on. Ko pride do situacije z nezakonskim otrokom, pa se je prisiljen soočiti z resnico, da je na neki način podoben očetu. Spozna, da je tudi on sposoben sebičnih dejanj in da košček očeta še vedno živi v njem. Iz tega spoznanja se odloči dokazati, da temu ni tako, in prevzeti odgovornost.

Interpretacijsko sem želel prikazati nekoga, ki mu je postalo vseeno, kaj se z njim zgodi. Čeprav gre vse narobe, si ne poskuša rešiti kože, temveč naredi korak, ki ga najbolj razlikuje od očeta.

Ne glede na vse in ne glede na posledice je njegova želja, da ne bi bil kot oče, tako velika, da je pripravljen tvegati vse. Na neki način se je, ko se je usedel v avtomobil, sprijaznil z usodo. Zaveda se, da se najverjetneje zanj ne bo dobro izšlo.

Dialoge z drugimi osebami v besedilu sem raziskoval predvsem skozi telo s pomočjo metode Fitzmaurice ter s tremorji iskal različne interpretativne možnosti. Z izhajanjem iz trenutnega občutja sem vsakič našel drugačen način, kako se odzvati na določene replike, ter se tako izognil mehanskemu ponavljanju enakih intonacij. Kljub temu sem se zavedal, da se bo prava interpretacija zgodila na dan snemanja. Želel sem ustvariti čim bolj naturalistične situacije, zato sem vedel, da bo velik del interpretacije temeljil na aktivnem poslušanju in odzivanju na sogovornika. Odnose do drugih oseb sem natančno opredelil in se ves čas zavedal, kdo Ivan je. Človek, vajen velikih pritiskov, ki mu je vseeno, kaj se z njim zgodi. Med snemanjem sem ohranjal nekakšno osredotočenost na zastavljeni cilj, pri katerem ni bilo pomembno nič drugega kot to, da ga uresničim.

## 5.4 Snemanje

Zaradi zasedenosti igralcev smo radijsko igro snemali nekontinuirano, tako da je bilo snemanje v nekem pogledu podobno filmskemu procesu. Od začetka se je pojavljalo vprašanje, kako bomo dialoge po telefonu posneli tako, da se bo jasno slišalo, da replike sogovornikov prihajajo iz telefona. Prišli smo do rešitve, pri kateri so bili vsi sogovorniki v drugem prostoru, pogovori pa so potekali po telefonu. Tako smo ustvarili pristen občutek, ki je bil v skladu z okoliščinami besedila.

Zaradi načina snemanja je bilo bistveno intenzivno poslušanje sogovornika. S podobnim načinom dela smo se srečali med epidemijo covida, ko smo se soočili z igro prek Zooma. Hitro sem ugotovil, da bo princip dela podoben, saj bo odnos temeljil izključno na poslušanju in odzivanju na slišano. Kot igralec se lahko v soigri nasloniš na odnos s soigralcem, ki izhaja iz dejstva, da je prisoten v istem prostoru. Pri snemanju radijske igre pa smo se lahko zanašali samo na slišano, zato je bila potrebna popolna koncentracija.

Z montažerjem sva želela ustvariti občutek, da Ivan sedi v avtomobilu, zato sva studio prilagodila tako, da sem imel med snemanjem občutek, da vozim. Pomemben mi je bil predvsem položaj telesa, za katerega sem želel, da je podoben položaju med vožnjo. Iz tega položaja je prišla določena ležernost v glasu, dobil pa sem občutek, da imam stvari pod nadzorom, kar mi je pri liku koristilo. Čeprav se Ivanu podira svet, še vedno ohranja določeno zbranost in analitično reševanje problemov.

Zaradi nekontinuiranega snemanja je bilo treba narediti natančno strukturo prizorov in dramaturgije lika. Tudi v tem smislu je bil način snemanja podoben filmskemu procesu. V vsakem prizoru sem moral natančno vedeti, kaj se je zgodilo prej in kako je prejšnji pogovor vplival na naslednjega. Zanimiva se mi je zdela postopna gradacija nemoči, ki se je Ivan na vsak način poskuša znebiti in jo skriti pred sogovorniki in samim seboj.

## 5.5 Liza

Snemanje smo začeli s prizori z Lizo. Bistveno za njun odnos se mi je zdelo, da se komaj poznata. Spoznala sta se na enem od projektov, kjer je Ivan nekaj mesecev delal kot inženir, Liza pa je bila njegova asistentka. Za interpretacijo Lize se mi je zdelo nujno, da je jasno razvidna njena obupanost. Do Ivana je zgradila iluzijo iz popolnega obupa in osamljenosti – na neki način ji predstavlja to, kar si je vedno želela – družino. Otrok in Ivan ji predstavljata rešilno bilko ter upanje. Pomembno se mi je zdelo, da se Liza poslušalcu hkrati smili in ga vznemirja. Želel sem, da poslušalec razume, od kod prihaja njena obupanost, in da se z njo poistoveti. Hkrati se mi je zdelo zanimivo, da ima do Ivana hladen odnos – ve, da je ne ljubi, a se s tem ne more povsem sprijazniti. Do njega ohranja nekakšno distanco, celo jezo, saj si želi, da bi jo ljubil, a ve, da je ne.

Ivanov odnos do Lize se mi zdi zelo kompleksen in večplasten. Interpretacijsko se mi je zdelo zanimivo, da mu gre v resnici na živce, a si tega ne dovoli pokazati, saj ima občutek, da je zanjo odgovoren, medtem ko bi mu bilo najlažje, če bi se pretvarjal, da ne obstaja. V nekem pogledu si Ivan želi, da bi naredila splav. Po eni strani do nje goji zamero, saj ima občutek, da mu je uničila življenje, ker se je iz lastne obupanosti odločila obdržati otroka. Ivan se vsega tega zaveda in prav zato želi prevzeti odgovornost, saj hkrati ve, da je otrok tudi njegova

odgovornost. V interpretaciji sem želel nakazati, da se Liza Ivanu na neki način smili. Zaveda se, da je osamljena in da ji otrok predstavlja edini smisel v življenju, hkrati pa do nje goji odpor. Ivan je v težkem položaju, ker se zaveda, da si Liza želi skupne prihodnosti, česar ji ne more dati. Zato ji poskuša biti v oporo, hkrati pa ji noče dajati upanja za njuno prihodnost.

## 5.6 Damjan

Snemanje smo nadaljevali s prizori med Damjanom in Ivanom. Ker je Damjan Ivanov nadrejeni, sem želel njun odnos zastaviti drugače kot z drugimi osebami, predvsem v primerjavi z Ivanovim odnosom do Primoža. Želel sem, da se v njunem odnosu prepozna dinamika med nadrejenim in podrejenim, ki pa se med seboj zelo spoštujeta. Bistveno se mi je zdelo, da je iz Damjanove interpretacije razvidno, kako zelo ga je situacija presenetila in da od Ivana nikoli ne bi pričakoval nečesa takšnega. V njunem odnosu sem želel prikazati, da gre za dolgoletno zaupanje, ki se pretrga. Ivan kljub svojemu zatrjevanju, da bo vseeno poskrbel za uspešno vlivanje, Damjana pusti na cedilu.

Ivan je v situaciji, v kateri dobrega izhoda ni, ne glede na to, kaj naredi. S tem, ko se odloči prevzeti odgovornost za otroka, se dobesedno odpove karieri, ki jo je gradil vse življenje. Prav tako se odpove Damjanovemu zaupanju in zaupanju celotnega podjetja. Želel sem, da se vidi, kako zelo Damjan spoštuje Ivana in da se kljub situaciji zaveda, v kakšni stiski se je Ivan znašel. Kljub temu da ga je Ivan na neki način izdal, mu obljubi, da bo naredil vse v svoji moči, da Ivan ne bi izgubil službe. Iz njunega dialoga je mogoče razbrati, da sta Ivan in Damjan na neki način kolega ter da sta zgradila medsebojno spoštovanje in zaupanje. V odnosu z nadrejenimi sta zgradila nekakšno zavezništvo, v katerem sta si bila v oporo. Prav zato je Ivanova odločitev za Damjana tako velik šok, ko izve, da ga ne bo in da je pripravljen žrtvovati projekt. Podre se mu celotna predstava o človeku, ki ga je poznal deset let.

Ivan prav tako spoštuje Damjana, saj je v podjetju edini, s katerim je zgradil globlji odnos. Zato mu tudi pove resnico o tem, kaj se je zgodilo. Zdi se mu pošteno, da izve resnico o tem, zakaj ga ne bo na gradbišču, hkrati pa je Damjan edini, ki mu je povedal za otroka. Njun odnos se skozi prizore počasi krha, dokler se na koncu popolnoma ne prelomi. Ivanova odločitev, da prevzame odgovornost za otroka, ga stane vsega, kar ima.

## 5.7 Primož

Primož je eden izmed redkih podrejenih v podjetju, ki jim Ivan zaupa. Prosi ga, da namesto njega prevzame vodenje vlivanja, s tem pa ga Ivan potisne v kot, saj je Primožu to popolnoma tuja situacija. Vajen je delati, kar se mu ukaže, prevzemanje odgovornosti pa mu je tuje. V njunih prizorih sem želel nakazati Primoževo spoštovanje do Ivana in Ivanov odnos do podrejenih. Čeprav bi ga najraje zavrnil, ima Primož občutek, da mu je dolžan pomagati, hkrati pa tudi on čuti odgovornost do projekta.

Ivan vidi v Primožu nekaj, česar drugi ne. Morda celo Primož sam ne razume, zakaj ga Ivan ceni. Med snemanjem sem dobil občutek, da je Primož edini, na katerega se lahko Ivan v trenutni situaciji zanese. Vse svoje upe položi v to, da bo Primož opravil vlivanje tako, kot je treba. Med njima se splete zanimiva dinamika nadrejenega in podrejenega, ki pravzaprav nista več v teh vlogah, saj so Ivana odpustili. Primož se zaveda, da Ivan nima moči nad njim, a mu še vedno pomaga. V njunem odnosu se mi je zdelo zanimivo prav to, kako njuni vlogi nadrejenega in podrejenega počasi propadata. Primož se vse bolj zaveda, da ni več v podrejenem položaju ter da Ivan nad njim nima več moči. Hkrati pa je edini, ki lahko Ivana reši iz situacije, zato mora Ivan s Primožem ravnati previdno. Ivan ves čas usklajuje situacije in odnose z različnimi ljudmi, da bi prišel do svojega cilja. Tako mora tudi v odnosu s Primožem požreti svoj ponos in se prilagoditi trenutnim okoliščinam, ki od njega zahtevajo, da je do njega čim bolj potrpežljiv.

# 6 Spoznanja

Magistrsko nalogo sem si že na začetku zastavil kot prostor za raziskovanje lastnega igralskega izraza in razumevanja igre. Nalogo sem videl kot priložnost, da svoje izkušnje na filmu in v gledališču strnem ter o njih razmišljam sistematično. Hkrati sem želel spoznanja o igralskem procesu, ki sem jih pridobil med pisanjem, uporabiti pri snemanju radijske igre *Locke* ter tako poglobiti svoje razumevanje igre in igralskega procesa. Zdelo se mi je koristno, da dosedanje izkušnje koherentno zapišem ter jih morda pogledam z druge perspektive. Za praktični del sem si izbral medij radijske igre, saj sem se lahko tako v celoti posvetil igralskemu procesu in raziskovanju besedila brez pritiska občinstva in premiere. Tako sem lahko o igri razmišljal teoretično in hkrati imel priložnost teorijo pretvoriti v prakso z interpretacijo radijske igre.

Ker je igra tako kompleksna umetniška oblika, se mi zdita bistvena raziskovanje in razumevanje lastnega instrumenta ter še posebej mehanizmov, ki nas zavirajo pri tem, da bi polno in organsko živeli na odru ali pred kamero. Zavedanje teh mehanizmov in soočanje z njimi se mi zdita ena najpomembnejših elementov igralskega poklica, zato sem magistrsko nalogo izkoristil za razmislek o lastnih zavorah, ki me omejujejo, ter morda naredil korak k temu, da se jih znebim oziroma jih obvladam. Ena večjih zavor, ki jih nisem omenil v magistrski nalogi, a me je vseeno spremljala med celotnim procesom, je strah. Strah nas omejuje tako v vsakdanjem kot poklicnem življenju in je eden najbolj nekoristnih ter hkrati najbolj omejujočih elementov igralskega poklica. Poklic igralca je v veliki meri povezan s sproščenostjo, saj lahko samo v sproščenem stanju zares vemo, kaj čutimo, ter ohranjamo živ odnos s soigralci in okoliščinami. Sproščenost pa je nemogoče doseči, če nas preplavlja strah. Obstaja veliko razlogov za strah, med glavnimi pa je strah pred tem, kaj si bodo ljudje mislili. Večinoma izhajajo iz preživetvenih mehanizmov, ki za igralca niso koristni, zato mora najti način, kako jih umakniti iz igralskega procesa. Da lahko igralec ustvarja v polnem pomenu besede, se mora soočiti s svojimi strahovi in ne dopustiti, da ga ohromijo. Samo z odpravljanjem strahu lahko polno zaživi v trenutku in se brez cenzure odziva na zunanje dražljaje. Zato vidim v odpravljanju strahu najpomembnejši vidik lastne poklicne poti.

# 7 Literatura in viri

Chubbuck, Ivana. *The Power of the Actor: The Chubbuck technique – The 12-step acting technique that will take ou from script to a living, breathing, dynamic character.* New York: Gotham Books, 2004.

Meisner, Sanford in Longwell Dennis. *Sanford Meisner on Acting*. London: Vintage Books, 1987.

Morris, Eric. *No Acting Please. Ermor Enterprises.* Kimball, MI: Ermor Enterprises, 1995.

Petit, Lenard. *The Michael Chekhov Handbook: For the Actor.* London: Routledge, 2010.