

Opinnäytetyö (AMK)

Esittävätaide

Sirkus

2010

Hanna-Maarit Utriainen

Keho ja varmuus esiintyjällä



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

Esittävätaide | Sirkus

30.4.2010 | 23

Minna Karesluoto

Hanna-Maarit Utriainen

KEHO JA VARMUUS ESIINTYJÄLLÄ

Pohdin työssäni kehoa ja itsevarmuutta. Käsittelen kehoa ja kehollista työskentelyä koskevaa palautetta, miltä sen saaminen tuntuu, mistä itsevarmuus syntyy ja miksi se on tärkeää. Olen ajatellut näitä asioita paljon omien opintojeni aikana ja halusin nyt ottaa käsittelyyni nämä asiat uudesta näkökulmasta käsin, valmistuvana opettajana. Miten voin tukea opiskelijaa hänen pohtiessaan omaa kehoaan ja se ulkomuotoa, vai pitääkö minun ottaa asiaan kantaa mitenkään?

Lähestyn aiheitani kokemusten pohjalta; sekä omieni että muiden esiintyvien artistien, naisten ja miesten. Olen ottanut tämän lähestymistavan, koska opettajanakin lähestyn oppimista oppilaan näkökulmasta.

Tätä työtä kirjoittaessani minulle on tullut yhä selvemmäksi, että jokainen meistä ottaa palautteen ja kritiikin omalla tavallaan. Peilaamme aina kaiken omiin aiempiin kokemuksiimme ja näin ollen jokaista oppilasta on aina ohjattava yksilönä.

Asiasanat: keho, ulkomuoto, itsevarmuus, esittävä taide, esiintyminen, sirkus, kokemukset

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Performing arts | Circus

04.30.2010 | 23

Minna Karesluoto

Hanna-Maarit Utriainen

ARTISTS BODY AND SELFCONFIDENCE

In my thesis I have been thinkin over the body and self-confidence. I handel the feedback about body and bodyworking and how we take it, where the self-confidence comes and why it is important. I have been thinking about these things a lot during my own study and now I want to process these things from a new perspective, as a graduating teacher. How can I support students in considering his own body and appearance, or do I have to take a side in any way?

I approach my subject of experience; my own and other performing artists, men and women. I took this approach because of as a teacher I approaching learning from students perspective.

During writing this thesis for me it has become increasingly clear that each of us take feedback and criticism in his own way. We reflect always on our own previous experiences. Therefore, I think everyone should take every student as an individual.

Keywords: body, selfconfidence, performing arts,performing, circus, experience

SISÄLTÖ

1 ALUKSI	5
2 FYYSISET OMINAISUUDET	6
2.1 Neutraali vartalo	8
3 KEHON MUUTOKSET	10
4 KEHO PUHUU	11
5 PUVUSTUS	13
6 OMA KÄSITYS KEHOSTA	14
7 ITSEVARMUUS JA ITSENSÄ TUTKISKELU	16
8 NAISELLISUUS, SEKSUAALISUUS JA OMA PERSOONA	19
9 PALAUTE	22
10 LOPUKSI	23

1 Aluksi

Miltä kehoni näyttää? Mihin voin kehossani vaikuttaa ja mitkä seikat minun tulee vain hyväksyä? Ja kuinka hyväksyn ne?

Jokaisella esiintyjällä on keho, joka on ja pysyy. Jokainen keho on erilainen ja saa siten aikaan erilaisia mielikuvia ja ajatuksia katsojille. Joillekin esiintyjille ja niiksi opiskeleville on vaikeaa käsitellä näitä kysymyksiä ja hyväksyä niiden vastauksia. Toisilla taas ei ole tämän seikan suhteen ongelmia lainkaan. Mistä tämä ero johtuu? Ja kuinka opettajan tulisi ottaa nämä ajatukset huomioon opettaessaan tulevia esiintyjä?

Olen opiskellut neljä vuotta sirkusalaa ja huomannut, että kehosta puhuminen on meille aina vaikeaa. On kyseessä sitten palautteen anto esityksestä tai harjoitteesta tai vain normaali keskustelu koulupäivän lomassa. Työskentelemme kehomme kanssa päivittäin, mutta puhuminen siitä on hyvin yksipuolista. Tanssitunneilla opettaja on korjailut asentoamme ja puhunut linjoistamme, mutta kehon malleista ja ominaisuuksista on raapaistu pintaa vain klovnerian tunnilla. Ilma-akrobatiatunnilla kehosta puhuttiin enemmän. Vierailva opettajamme tahtoi määrätä luokkamme seitsemästä tytöstä viisi laihdutuskuurille, koska hänen mukaansa yleisöstä on inhottavaa katsoa lihavia ihmisiä lavalla. Puvustusta mietittäessä esityksiä varten on mietitty kinnaako asu jostain, vilkkuuko mahdollisesti jotain ja pysyykö puku päällä. Pukujen istuvuudesta tai niiden luomasta kuvasta ja illuusiosta ei ole käyty keskusteluja. Saati että olisimme pohtineet kehojemme suhdetta toisiinsa ollessamme yhdessä lavalla.

Isäni avasi silmäni tästä aiheesta valmistumistani edeltävänä syksynä. Erään esityksen jälkeen hän totesi: ”Onpa hassua, miten skrodelta sä näytät tuolla kankaassa, mutta kuinka sä aina muutut tosi pieneksi, kun sä tulet Jarmon vierelle ja te teette pariakrobatiaa.” Olin ihmeissäni. Näytinkö minä skrodelta kankaassa? Tai muuttuuko minun kehoni yleisön silmissä, kun seisoin

itseäni pidemmän miespuolisen esiintyjän vierellä? Nämähän ovat itsestään selviä asioita nyt, mutta täysin uutta itselleni silloin.

Lopputyössäni halusinkin pohtia, kuinka tärkeitä näistä asioista on puhua ja kuinka ne voisi ottaa esille opetus- ja ohjaustilanteessa. Lähteenä ovat ensisijaisesti omat nuoren naisen kokemukseni, mutta myös muiden esiintyvien taiteilijoiden haastattelut.

2 Fyysiset ominaisuudet

Ihminen astuu lavalle. Näemme heti, onko hän nainen vai mies, lapsi vai aikuinen. Onko hänen kehonsa malliltaan pitkä, lyhyt, harteikas, luikku, kurvikas, rampa, pitkäselkäinen vai sopusuhtainen. Entä olemus; sisäänpäin kääntynyt, tilanottaja, miellyttävä, aggressiivinen, läsnä oleva vai häpeilevä? Monet näistä ovat ominaisuuksia, joihin emme voi vaikuttaa, osa on niitä joita voimme pyrkiä muuttamaan ja osa niitä, jotka muuttuvat tahtomattamme.

Opiskelun aikana me oppilaat olemme olleet suhteellisen turvassa voimakkaalta kehon kritisoinnilta, yhtä opettajaa lukuun ottamatta. Mutta näistä asioista ei ole myöskään puhuttu yhdessä, rehellisesti asioiden oikeilla nimillä, joten pienetkin kehoon liittyvät kriittiset huomautukset ovat tuntuneet suurilta henkilökohtaisilta iskuilta. Paniikkitunnelmat ja itkut pukuhuoneessa ovatkin meille opiskelijoille kovin tuttuja.

Muutoksia tapahtuu kehossa itsessään ja tavassa, miten sitä kannamme. Muutoksiin voi vaikuttaa, mutta myös niistä, joihin emme voi vaikuttaa, tulee olla tietoinen. Kehon muutokset murrosiässä ja fyysisen työskentelyn voimakas lisääntyminen aiheuttavat kehossa suuren määrän muutoksia, joita emme osaa odottaa ja jotka tuntuvat erittäin kummallisilta. Omia opiskeluni aikana kokemiani fyysisiä muutokset ovat olleet naiseksi kasvaminen ja lihasmassan lisääntymisestä johtunut ruumiin mallin muuttuminen. Näiden lisäksi suuren muutoksen elämäni on tuonut se, että esiintyjänä joudun olemaan jatkuvasti muiden katseiden kohteena.

Kouluni aikana olen kokenut erittäin vaikeaksi pysyä näiden kahdesta eri syystä tapahtuvien kehollisten muutosten mukana. Eikä pääni ole pysynytkään. Olen onnellinen, etten ole ollut yksin tämän myllerryksen keskellä, vaan olen saanut jakaa kokemuksiani ja tunteitani kehollisen melskeen keskellä kohtalotoverin kanssa. Mielestäni kuitenkin opettajien rooli on erittäin merkittävä kehollisia muutoksia kokevien nuorien tukena. Nuoret olisi hyvä ottaa erityisen huomion alle ja kertoa heille, mitä kehossa tulee tapahtumaan fyysisen harjoittelun tuloksena ja kuinka fyysinen harjoittelu tulee vaikuttamaan normaaliin kehitykseen. Tällaisista keskusteluista ei toki olisi pahitteeksi aikuistenkaan kesken.

Kehosta puhuminen ja niiden vertailu ovat tällä hetkellä kulttuurissamme polttavia aiheita. Fyysisellä alalla opettajan tulee ottaa oppilas huomioon sekä oppilaana, jonka tulee oppia hahmottamaan oma kehonsa että yhtenä tässä kulttuurissa elävänä yksilönä. Näin ollen keskusteltaessa tai annettaessa palautetta kehosta ja kehollisesta ilmaisusta tulee olla erittäin varovainen ilmaisujen kanssa. Jotkut meistä ovat erittäin herkkiä, jos arvioinneissa viitataan eläimiin tai vastakkaiseen sukupuoleen, esimerkiksi ”sä kävelet iha ku pingviini” tai ”sun hartiat on todella miehiset/naiselliset”. Nämä ovat kuvaavia ja varmasti tosia kuvauksia joidenkin kohdalla, mutta palautteen tulee olla rakentavaa ja perusteltua. Kehomme on osa meitä koko elämämme, emmekä halua aiheuttaa kenellekään ongelmia sen suhteen. Uusien oppilaiden kanssa olisikin aluksi hyvä tutkia esimerkiksi heille tuntemattomien esiintyjien ja roolihahmojen kehoa ja heidän tapaansa liikkua. Arviointitilanteesta tulee silloin tuttu ja sen jälkeen voi siirtyä kuvailemaan oman ryhmän jäseniä.

On vaikeaa sanoa yleisesti kuinka kehon ulkomuotoa tulisi ruotia, kaikki kun olemme yksilöitä ja otamme eri asiat eri tavalla vastaan. Tärkeintä on olla rehellinen, mutta ottaa toisen tunteet huomioon.

Olen kokenut koulun aikana kehossani myös paljon sellaisia muutoksia, joihin olen pyrkinyt. Niitä ovat ryhdin, kehonlinjojen, lättäjalan ja notkoselän tiedostettu korjaaminen sekä kehoni monipuolisuuden ymmärtäminen ja monipuolinen käyttäminen. Skolioosi-potilaana olen ollut

erittäin vino ja toispuoleinen kauttaaltaan. Harjoittelun ja symmetrisen lihaskuntoilun ansiosta ovat linjani suoristuneet ja ryhtini parantunut, vaikka kävelenkin edelleen kuin ankka.

Olen pyrkinyt oppimaan pois huonosta ryhdistäni ja epäsuorista linjoistani terveydellisistä syistä. Mutta myös koska esiintyjän on hyvä omata kyky tehdä ja toimia asenteettomalla ja persoonattomalla tavalla. Kutsun tätä asenteetonta ja persoonatonta tapaa neutraaliksi vartaloksi. Neutraali vartalo on hyvä tiedostaa, koska tehtäessä hahmotyöskentelyä hahmo rakennetaan suhteessa neutraaliin vartaloon. Vaikka tarkoitus olisikin tehdä itsestään korostettu pilakuva, tulee esiintyjän ensin tietää, mikä on täysin neutraalia, jotta hän tietää millaisia eleitä ja kulttuurivammoja hänellä itsellään on. Silloin niitä voi lähteä korostamaan.

”Maan vetovoimahan vie meidän kehon osia, vetää kehonosia, imee niitä. Jotkut antavat periksi ja jotkut pysyvät ruoto suorana, jotkut ei. Niistä osista; jotka ovat antaneet periksi niin pitää vielä vähän liioitella, jolloin siitä omasta kropasta tulee karikatyyri. Ja sillä tavalla me opeteltiin näkemään ne omat virheemme ja tehtyä pilakuva omasta kropastamme.” (Martti Suosalo)

Taiteellisessa opinnäytetyössäni tutkin osaltaan outouksia, joita tiedän kehossani olevan. Näiden outouksien olemassaolon myöntäminen, hyväksyminen ja vielä niillä leikkiminen ovat helpottaneet omaa oloani omassa kehossani ja siten myös olemistani lavalla. Tiedän miltä näytän ja olen oppinut hyväksymään, että se on se, mitä myös yleisö näkee.

2.1 Neutraali vartalo

Lähdetään kaiken perustasta. Kehosta ja sen rakenteista; ihosta, lihaksista, luista, luurangosta, selkärangasta. Luuranko kannattaa koko kehoamme ja antaa sille perusmuodon sen mukaan, miten rakennamme

luurankomme asettamalla luut paikoilleen, toistensa päälle. Teemme usein ylimääräistä työtä lihaksillamme jo vain seistessämme. Seisomme joko päkiöillä tai kantapäillä (tai jalkapohjien ulko-/sisäsyryillä). Hyvässä ja ekonomisessa asennossa paino jakautuu tasaisesti koko jalkapohjalle. Jalkapohjat kannattelevat lantiota, lantio selkärankaa, selkäranka kylkiluita, kylkiluut hartioita, hartiat niskaa ja niska päätä. Näin ollen koko kehomme rakentuminen lähtee jalkapohjista.

Kun ajattelemme ylösvedon lähtemään kallonpohjasta ja päästämme hartiat laskeutumaan rennosti on perusasentomme sekä taloudellinen että asenteeton. Vaihdellessa tätä asentoa omaan normaaliin ryhtiimme, huomaamme mahdollisesti suuriakin eroja. Olenko toispuoleinen, mistä kohdin selkäni on notkolla tai mutkalla, suljenko rintakehäni tai olenko erittäin avoin. Kaikki nämä muutokset saavat aikaan asennemuutoksen kehossamme. Lättäjalka vie esiintyjän ryhdin. Eteen painuneet hartiat saavat esiintyjän näyttämään pelokkaalta ja ehkä laiskalta. Notkoselkä sisäänpäin kääntyneiden jalkaterien kanssa saa aikaan lapsellisen vaikutelman. Esiintyjän katseen ajautuessa alatasoon ja/tai leuan laskiessa tai esiintyjän välttellessä katsekontaktia yleisön kanssa, tulee katsojalle olo esiintyjän häpeästä tai uskalluksen puutteesta.

Martti Suosalo kertoo tutustumisestaan ihmiskehon käyttöön teatterikoulun aikana. ”Me harjoiteltiin paljon pikkuvauvan tai tällaisen juuri kävelemään oppinen ihmisen kävelytyyliä ja istumista, kyykkyyntä, menemistä, miten se selkä on, kun sehän on vielä tavallaan virheetön. Reagointia, kun osuu palikka päähän, että se ei heti ala itkee, vaan siinä menee vähän aikaa. Ja se on juuri näyttelemistä. Se hetki, kun tajuaa, että se alkaa sattumaan pikkuhiljaa, niin samalla tavalla reagoiminen johonkin asiaan niiku ettei se oo heti, vaan siinä tapahtuu jotain siinä ihmisessä. ... Me ruvettiin matkimaan toistemme kävelyä ja kulttuurivammoja, eli miten ihmiset muotoutuu sen myötä, mitä yhteiskunta ja kaikki tämmöinen meitä muovaavat. Esimerkiksi koulun pulpetti muovaa meidät tiettyyn asentoon, kulttuuriasiat vaikuttaa meidän ryhtiin. Opettelimme myös tarkkailemaan ympäristöstämme erittäin pieniä ja

merkityksettömiä asioita, jotka kuitenkin ovat erittäin tärkeitä näyttelijälle. Esimerkiksi kuinka vanha väsynyt rouva nousee raitiovaunuun, tai missä hänen kielensä sijaitsee, kun hän maksaa matkaansa, tai kuinka hän tarttuu kiinni pylvääseen.”

3 Kehon muutokset

Murrosikä, ikääntyminen, elämäntapamuutokset, kuntoilu, raskaus. Ihmisen keho muuttuu jatkuvasti suuntaan jos toiseenkin. Nämä muutokset ovat normaaleja ja niitä tapahtuu kaikille. Sirkusalalla, varsinkin kouluaikana, keho muuttuu uskomattoman paljon. Painoa tulee hurjasti lisää sekä lisääntyneestä energian tarpeesta johtuvana lihomisena että lihaksina. Yhtäkkiä tuleekin (esim. esitysten harjoitus-)kausi, kun paino putoaa ja kaikki vähänkään ylimääräiseltä tuntuneet kilot katoavat. Ja sitten yhtäkkiä, ne tulevat takaisin. Tyttöjen rinnat katoavat ja yhtäkkiä pelmahtavat takaisin. Vyötärö katoaa, reidet leviävät ja oma pää on viimeinen, joka pysyy kaikessa perässä.

Kehossa ja ulkonäössä tapahtuvat muutokset koetaan usein vaikeiksi. Kun muutos on vielä sen verran uusi, ettei oma pää vielä sitä käsitä ja hyväksy, muilta saatu huomio saattaa tuntua erittäin kiusalliselta. ”Se ei tuntunut kivalta, kun piti värjätä kaljua, ettei se näkyisi näyttämöllä ja kun se sitten kuitenkin näkyi. Eli se kalju näytti peitetyltä kaljulta. Lisäksi kun kaljuuntuminen oli aika tuore tapaus elämässä, niin se oli arka paikka itselle,” paljastaa Sampo Kurppa.

Aloittaessani Turun ammattikorkeakoulun sirkuslinjalla olin 19-vuotias. Teini-ikään liittyvä kehossa tapahtuva kehitys ei ollut millään tavoin vielä ohi ja koin itseni pikkutytyksi. Minua oli aina ihmetelty laihaksi ja pieneksi. Nyt neljä vuotta myöhemmin laiha ja pieni on muuttunut harteikkaaksi ja skrodeksi. Vaatteiden koko on kasvanut kahdella ja leukani voittaa leveydessään isäni leuan. 19-vuotiaasta työstä on kasvanut 23-vuotias ilma-akrobaatti. Läheiseni ovat nähneet muutoksen minussa myös ollessani lavalla.

Levinneen lantion lisäksi muutosta ovat tuoneet nuorisosirkusojennusten ja hammasrivistön paljastavan hymyn jääminen sivuverhoihin. Niiden tilalle ovat tulleet rauhallisuuden ja rentouden löytyminen ja niistä seurannut rintakehän avautuminen.

Koulun aikana olen ollut ristitulella kehoni kanssa. En ole koskaan vaatinut keholtani tai ulkomuodoltani mitään ennen tätä koulua, kunnes eräs vieraileva opettaja muutti oman käsitykseni ruumiistani täysin. Onneksi olen myöhemmin onnistunut pysymään omissa ajatuksissani ja mielipiteissäni. Tämä opettaja halusi määrätä luokkamme tytöistä yli puolet laihdutuskuurille. Huomautus yksinään ei ollut paha, sillä siihen osasimme suhtautua, mutta jatkuvat ivalliset huomautukset lounaan tai viikonlopun treenaamattomuuden jälkeen, tai kuinka ”se äskeinen suklaapala varmaan tuntuu”, saivat aikaan epävarmuutta ja lopulta itseinhoa. Kaikista pahinta oli vertailu, johon opettaja sai luokkamme tytöt ajettua, ja ystäväni saaman höykytyksen kuuntelu. Pukuhuoneessa käydyt epävarmuuden sävyttämät keskustelut ja itkut eivät myöskään jääneet yhteen tai kahteen kertaan.

Sirkus on jo itsessään kilpailusävytteinen ala. Sitä suuremmalla syyllä tarvitsemme kouluaikana ympärillemme turvallisen ympäristön, jossa voimme kehittyä, oppia tuntemaan ja hyväksymään itsemme ja kokea muiden hyväksyntää. Tämä siksi, että siirryttäessä työelämään esittävällä alalla, tulee esiintyjällä olla rakennettuna itsevarmuus ja positiivinen omakuva, joka kestää julkisissa medioissa käydyt puinnit esiintymisestä, luomisesta ja olemisesta. Siksi opettajan tulisi aina luotsata ryhmää ja ihmisiä yhteen ja tukemaan toisiaan eikä kylvää vertailua, kilpailua tai muuta skismaa ryhmän sisälle.

4 Keho puhuu

Keho kertoo enemmän kuin suullinen kerronta tai ilmeet. Se, miten kannamme kehoamme lavalla, kertoo heti yleisölle, olemmeko sujut tilanteen eli esiintymisen ja itsemme kanssa, vai jännitämmekö. Näytelmässä hahmojen väliset suhteet tulevat nopeasti esiin käyttäen vain kehon kieltä. ”Näyttelijän

työssä kaikki liike muuttuu tärkeäksi, jokainen ele saa merkityksen. Tai ainakin sanattomassa ja naamiotyöskentelyssä kaikki näkyy ja turha liike puurouttaa kerrontaa.” (Sampo Kurppa)

Ihmissuhdetyöskentelyssä rinta ja vatsan alue ovat erittäin tärkeitä, sillä ne ovat meidän arka paikkamme. Alitajuisesti koemme sen haavoittuvaisimmaksi alueeksemme kehossamme ja pelkäämme sen paljastamista. Kun tapaamme toisen henkilön suoraan ja pidämme tämän alueen täysin ja helposti avoimena viestimme ”En pelkää sinua”, ”Et ole uhka” tai ”Luotan sinuun”, ”Minä pidän sinusta”, ”Olen täysin tyytyväinen tähän tilanteeseen.” Jos ristimme kädet vatsamme tai rintamme päälle suojelemme itseämme jollain tavoin. Hartioiden tuominen eteen ja pään painaminen alas ovat myös suojaavia eleitä. (The body speaks s.212) Tästä johtaa myös sirkuksessa esiintyjän itsensä esittely ennen numeronsa alkamista. Hän kävelee yleisön eteen kädet levitettynä, kämmenet yleisöön kohdistettuna, täysin avoimena. Näin esiintyjä viestittää itsevarmasti olevansa täysin yleisön ”armoilla”. Hän haluaa antaa itsensä ja osaamisensa yleisölle.

”Mielestäni kaikki liike näyttämöllä tulisi olla tarkkaan mietittyä. Mietin kehoni suhdetta yleisöön, näyttämöön, esineisiin ja vastaanäyttelijöihin, suuntia, polvia, lantiota, rintakehää, olkapäitä ja päätä. Kaikkia liikkuvia osia kehossa jotka ”puhuvat”, ”kertovat” tai antavat katsojan ymmärtää jotakin.” (Sampo Kurppa)

Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemian sirkuslinjan ja Ecole Internationale de theatre Jacques Lecoqin koulun käynyt Sampo Kurppa kertoo kehon tutkimisen seuraavan mukana arjessa ympäristön tarkkailuna ja omien totuttujen tapojen rikkomisena. ”Koitan tarkkailla ympäristöä kulkiessani kaupungilla, seurata ihmisvilinää suhteessa omaan liikenopeuteeni. Kuinka ihmiset vilisevät ohitseni, kun liikun hitaasti tai kuinka luovin muita nopeammin ihmismassan lävitse. Kuinka voin astella hitain askelein portaita alas ottaen kaksi porrasta kerralla, kun vieressä kulkeva menee kaksinkertaisella rytmillä astuen jokaiselle askelmalle, silti kulkien samaa nopeutta tai jopa hitaammin.

Kuinka käsi kiertää kadulla kävellessä jonkin tolpan. Nojailu liikennevaloihin, tasapainon menettäminen ennen kuin valot vaihtuvat.”

5 Puvustus

Vartalon muotoa pystytään muokkaamaan muun muassa puvustuksella. Sirkuksessa ei yleensä pystytä käyttämään massiivisia pukuja, joissa käytetään paljon kangasta, kehikoita tai suuria koristeita, joilla kehoa pystytään muokkaamaan suurestikin. Näin ollen keskityn tässä kappaleessa perusasioihin, jotka on helppo ottaa huomioon yksinkertaisemmassakin puvustuksessa.

Puku rakennetaan aina vartalon ylle. ”Puku on kappale, jonka rakenne perustuu ihmisvartaloon. Naisen puvun osien koko ja tilavuus määräytyvät vartalon eri osien luonnollisten suhteiden ja koon mukaan. Ihannevartalo on tilavuuden, muotojen ja linjojen muodostama sopusuhtaisuuden esikuva. Ihmisvartalossa on luonnollinen pystysuora symmetria-akseli: selkäranka. Kaikki vartalon osat sijoittuvat symmetrisesti suhteessa selkärankaan.” (Teatteripuku, s.10)

”Naisvartalossa lantio on tilavuudeltaan suurin osa. Olkapäät ja rinta ovat lantiota pienempiä, minkä vuoksi syntyy vaikutelma, että muoto liikkuu vähitellen alhaalta ylöspäin. Tämä antaa vartalolle keveyttä ja solakkuutta. Jos olkapäät ja rinnat ovat leveät mutta lantio kapea, vartalo näyttää epäsuhtaiselta ja miesmäiseltä. Naisen suhteellisen pieni jalkaterä antaa vartalolle jonkinlaista epävakaisuutta. Tällöin muoto näyttää liikkuvan ylhäältä alaspäin.”(Teatteripuku, s.15)

Esiintymispuku voidaan tehdä joko kantajansa vartalolinjojen mukaisesti tai niitä vastaan. Esimerkiksi ilma-akrobaattina halutessani saada vartalostani keveämmän vaikutelman, tulee minun keskittyä lantionalueen korostamiseen, jotta leveä hartiaosasto ei vie liikaa huomiota. Yleensä tässä on puvustuksellisesti se ongelma, että ylimääräinen kangas, jolla lantiota voisi

korostaa tulee tielle ja sotkeutuu ilma-akrobatia välineisiin, tai alamiehen käsiin. Onneksi vaikutelman voi tehdä myös leikkauksilla, väreillä ja kuvioinnilla.

6 Oma käsitys kehosta

Tervettä ja paikkansapitävää kuvaa omasta kehosta on vaikea luoda ainaisen katseenalaisuuden alla. Peilistä näemme itsemme aina subjektiivisesti eikä se muutenkaan kerro koko totuutta. Jokainen meistä ottaa palautetta myös eritavoin vastaan, jolloin palaute muuttuu aina palautteen antajan ja sen saajan välillä.

Keho on myös nyky-yhteiskunnassa alituisen kritiikin kohde eikä täydellistä vartaloa löydy millään. Ulkonäkö on tässä ajassa erittäin suuressa huudossa, mutta yhtä yhtenäistä mielipidettä ei tunnu löytyvän siitä, millainen sen pitäisi olla. Mallikuvissa keikistelee kalanruotoa muistuttavia onnellisuuden kadottaneita androgyynejä ihmispoloja, mutta mediassa huudetaan terveen ruumiinmuodon, erilaisuuden ja terveen asennoitumisen perään. Jo itsensä hyväksyminen tuntuu välillä vaikealta, saati sitten terve itsensä tutkiskelu. Miten itsensä katseenalaiseksi asettava ihminen luo itselleen sen varmuuden, millä hän tiedostaa oman kehonsa, sen monipuolisuuden, kauneuden ja heikkoudet ja asettaa sen myös näyttille?

Kysyin asiasta Martti Suosalolta. ” Ihminen pitää itseään aina kauniimpana kuin mitä todellisuudessa on. Mä olen hyvin varhaisessa vaiheessa tyytynyt ja oppinut käyttämään hyväkseni ja tekemään jopa numeroita omalla vajavaisella ulkomuodollani. Sit teatterikoulun aikana huomasin, että mä pystyn hurmaamaan naisia sillä tavalla, että mä näyttelen hyvin ja saan nauruja ja aplodeja.” Oman kehonsa vajaavaisuuksia ja ”vajavaista ulkomuotoaan” hyväksikäyttäen hän on sekä hauskuuttanut yleisöä teattereissa että luonut tragediaa elokuvaan delirium- tai mielenterveyspotilaan. Suosalon mukaan palaute ja kommentit, jotka ovat koskeneet hänen kehoaan, ovat koskeneet vain hänen kehoaan eivätkä häntä ihmisenä.

Sampo Kurppa on myös kokenut iän tuovan lisää varmuutta ja hyväksyntää omaa kehoaan ja tekemistään kohtaan. ”Nuorempana olen ottanut (kehosta saadun) palautteen henkilökohtaisemmin, en välttämättä aina rakentavalta kannalta vaan negatiivisena kommenttina. Johtuen varmasti siitä, etten ole osannut ajatella kehoani kehittyvänä osana itseäni, vaan pelkästään teknisen suorituksen suorittajana. Virhe on mielestäni selkeämmin ollut tekniikassa, ei niinkään kehossa tai siinä miltä kehoni mahdollisesti näyttää tekniikkaa suorittaessani. Nyttemmin osaan mielestäni paremmin asettua itseni ulkopuolella ja ajatella tekniikkaa selkeämmin työkaluna eikä niinkään itsetarkoituksena.”

Pienenä Suosalo on ollut sanojensa mukaan hyväluinen ja kaunis lapsi, mutta teini-ikään päästyään hänestä on tullut ruma. Tämän tiedostettuaan hän pakeni kaveriporukan pelleroolin taakse ja haki hyväksyntänsä nokkelilla sutkautuksilla ja vitseillä. Lavalle Suosalo ei ole koskaan halunnut nousta päästäkseen esittelemään itseään vaan nimenomaan viihdyttämään. ”Ihminen haluaa nähdä kaunista, mutta sitä kiinnostaa myös ruma.” toteaa Martti Suosalo.

”Näyttelijä on väline, jonka kautta tulee jotakin ja menee eteenpäin. On kyse vain siitä, minkä välineeksi haluaa mennä. Mä luotin niin paljon Irinaan (Krohn) ja mä ymmärsin, mitä se tarkoitti. Koska mä tein mielelläni meidän molempien puolesta jotakin, antauduin siksi välineeksi kyseenalaistamatta kontekstia. Kun mielsi itsensä välineeksi, oli syvä luottamus. Mä voin olla ruma, kaunis tai lihava. Koska ymmärsin mitä ollaan tekemässä, puuttui neuroottisuus siitä, olenko mä tarpeeksi hyvä, olenko mä tarpeeksi sitä tai tarpeeksi tätä.” (Leea Klemola, Katseen alaiset, s.83)

Omaamme kaikki omia manereita ja outouksia, mutta miten tiedostamme ne? ”Pään nyökyttelyn ja muminan olen tiedostanut muiden ihmisten kautta, eli varsin usein tulee vastaan ihminen, joka alkaa mumisemaan tai nyökyttelemään minulle. Piikittelyn kautta siis,” kertoo Kurppa. ”Jossain elämän vaiheessa aloin naputtelemaan sormiani julkisissa kulkuneuvoissa ja nyt naputtelu on viety näyttämölle.”

7 Itsevarmuus ja itsensä tutkiskelu

Kirjoitan tämän luvun kahdesta syystä. Siksi, että mielestäni esiintyjän itsevarmuus vaikuttaa suuresti esiintyjän läsnäoloon lavalla ja näin ollen myös kehon kantamiseen. Läsnäolo on asia, jota on erittäin vaikea selittää, mutta se joko välittyy yleisöön tai ei. Läsnäolo ja rehellisyys lavalla ovat perustavaa laatua asioita esiintymisessä ja yleisön ja esiintyjän välisen suhteen luomisessa, josta koko esiintyminen syntyy. Siksi itsensä tunteminen henkisesti ja fyysisesti sekä itsevarmuus ovat mielestäni koko esiintymisen peruspilarit. Itsevarmuus kasvaa meissä jokaisessa eri asioista. Yritänkin raottaa erilaisia tapoja kokea, tuntea ja ajatella itseään sekä itseään suhteessa muihin.

Oma varmuuteni lavalla kasvoi suuren askeleen, kun olin tehnyt kangasnumeron, jonka olin treenannut puhtaaksi, en valmiiksi mutta puhtaaksi, ennen kuin esitin sen koulutusohjelmamme avoimella lavalla Torakka-illassa. Tämä esitys videoitiin ja esityksen jälkeen katsoin videon. Ensimmäisen kerran eläessäni katsoin itseäni videolta kokematta fyysisiä kiputiloja. Näin, että osaan tehdä jotain kauniisti ja etten näyttänyt aivan niin kamalalta, kuin niissä ensimmäisissä avoinlavakokeiluissa, joita on tullut tehtyä. Näytin siltä, että tiesin mitä olin tekemässä. Vasta jälkepäin olen ymmärtänyt, kuinka tärkeää on ollut nähdä onnistuvansa jo harjoitusvaiheessa.

Itsevarmuuden lisääntymisen myötä (ja itse asiassa varsinkin sitä hakiessani) olen uskaltanut rikkoa omaa kuvaani lavalla. Tai pikemminkin jakaa yleisölle sitä oikeaa minää, jossa on myös säröjä. Varmaan tämä on ollut halua kokeilla, kelpaanko itsenäni yleisölle, vai en. Jos kelpaan lavalla, kelpaan ehkä myös omassa elämässäni. Olen uskaltanut asettaa itseni omien epävarmuuksieni ääri rajojen reunalle ja lopulta siitä vielä yli. Viedä itseni epävarmalle alueelle, jolla olen pelännyt epäonnistumista enemmän kuin mitään ikinä elämässäni. Olen jotenkin tiennyt aina, että kehittyäkseni esiintyjänä minun on itse siirrettävä ja rikottava omat rajani. Mutta se on täytynyt tehdä omasta tahdosta, ei koskaan pakon alla.

Haastattelin näyttelijä Martti Suosaloa kehon käytöstä, sen hyväksymisestä ja itseluottamuksesta. Hän kertoi itseluottamuksensa kasvaneen onnistumisien myötä teatterikoulun aikana ja oikeanlaisen asenteen löytymisen myötä. Nuorena Suosalo kertoo olleensa tuuliajolla. Jätettyään lukion kesken ja aiheutettuaan huolta suvulleen toimeentuloaan Ouluun saapui nuorimies Putkonen, josta Suosalo otti itselleen isovelihahmon. Putkonen auttoi Suosaloa pääsemään töihin, perusti nuorisoteatterin, johon myös Suosalo pääsi mukaan ja kylvi Suosaloon kavereineen omalla elämäntavallaan asenteen ”Kaikki on mahdollista, sen kun vaan niiku yrittää”. Teatterikoulussa Suosalo sai osakseen myös naisten suosiota, joka pönkitti aloittelevan taiteilijan itsetuntoa. Kun itsetunto kasvoi siviilielämässä, oli myös teatterissa työskentely helpompaa.

Jouko Turkan oppilaana Martti Suosalo ei ole saanut kehuja opiskelunsa aikana. Turkan opetusmenetelmät ovat olleet lähellä primaaliterapiaa, jossa ihminen rikotaan henkisesti ja rakennetaan uudestaan pikkuhiljaa puhtaalle alustalle. ”Meitä tosin oli sillä luokalla monta eikä Turkka ehtinyt kaikki uudestaan kokoamaan. Osa kokosi itsensä ja osan Turkka nerouden hullun sommitelmalla muodottomaksi, mutta osa on jäänyt ihmis-zombeina kulkemaan tänne meidän keskuuteemme.” Suosalo sanoo olleensa aina sivustaseuraaja ja osannut aina miettiä, mihin soppaan lähteä mukaan ja mihin ei ja säästynyt näin jäämästä Turkan murskaamaksi. ”Huumorilla me pärjättiin teatterikoulusta, niin kuin armeijastakin,” Suosalo naurahtaa.

Kiitosta ei herunut myöskään Ryhmäteatterissa, johon Suosalo pääsi teatterikoulusta. ”Hommat tehtiin ja sitten mentiin kaljalle. Jos jokin meni todella pahasti mäntyyn, ohjaaja saattoi sanoa sanan tai puolikkaan. Palaute oli se, että sain näytellä niiden mestareiden kanssa.”

Itse olen kokenut kiitoksen, kehuja ja rakentavan kritiikin erittäin tärkeäksi, jotta olen uskaltanut kokeilla jotain uutta aina uudestaan. Kun tietää mahdollisesti onnistuvansa, uskaltaa kokeilla. Vaikka joskus floppaisikin tietää, että olen myös onnistunut. Toisaalta olen aina myös potkinut itseäni kaikkea vastaan. Mitä suurempia ennakkoluuloja tai tyrmäyksiä olen kokenut, sitä

suuremmalla tarmolla olen puskenut niitä kohti. Jos en ole onnistunut, olen ainakin tiennyt yrittäneeni. Onnistuessani olen tiennyt näyttäneeni, enkä vähiten itselleni. Tästä potkimisesta poikineet positiiviset kokemukset ovat kasvattaneet itsevarmuuttani ja siten myös avanneet uusia ovia, joita kokeilla ja potkia auki. Epäonnistumiset eivät ole myöskään johtaneet kuolemaan tai muun elämän kaatumiseen päälleni, joten suurempaa stressiä ei siitä ole jaksanut ottaa.

Ainoa asia, jota olen onnistumisten jälkeen pelännyt on, että kokeilenko asioita enää itseäni varten rehellisesti vai vain näyttääkseni ”Hei uskallan kokeilla myös tätä.”

Itsevarmuuden ansiosta olen nyt myös oivaltanut, ettei aina tarvitse olla kaunis ja ihana - ei edes sirkuksessa. Yleisö haluaa nähdä myös rumuutta. Siloposkisuus yksinään ei ole mielenkiintoista. Kun kuoreen tulee naarmu, mielenkiinto herää. Sirkus kiehtoo ihmisiä, koska vaarantunne on kokoajan käsillä, vaikka kaikki näyttääkin helpolta. Teatteriin mennään, jotta nähdään jonkun olevan ongelmassa ja ratkaisevan tilanteensa.

Hymyily lavalla on helppoa, mutta yleisön myötätunnon ostaminen vaatii heittäytymistä epämukavuusalueelle, epävarmalle pohjalle. Sirkuksessa tämä on tiedetty pitkään, mistä juontaa myös se yksi tahallinen moka ennen vaativaa temppua. Teatterissa tämän asian ajavat tahalliset tipahtamiset, joita Suosalon mukaan Ryhmäteatterissa kylvettiin jossain vaiheessa hiukan liikaakin.

Kaunis ja taitava on kaunis ja taitava, mutta jos esiintyjällä on esimerkiksi vamma, jokin kummallinen maneeritai hän vain näyttää erikoiselta, hänestä tulee heti inhimillinen ja hän saa herätettyä yleisössä tunteita. Nämä ovat kuitenkin vaikeita asioita tuoda lavalle, sillä ne pitää ensin myöntää itselleen ja kieltää itseään yrittämästä peitellä niitä. Suuri osa meistä haluaa kuitenkin olla edustuskelpoinen, kaunis ja ihana ja kun huomaakin omat outoutensa tai puutteensa (joita kaikilla on), ne halutaan peittää. Kuka ne nyt haluaisi lavalle viedä ja vielä revitellä omalla outoudellaan?

”Tämä työn salaisuus on, ettei koskaan voi olla varma mistään, itsestään kaikkein vähiten. Täytyy tietää, mitä tekee ja osata käsitellä itseään sillä tavalla, että voi käyttää erilaisia aineksia itsestään. Pitää tuntea omat hyvät ja huonot puolensa ja käyttää varsinkin niitä negatiivisia aineksia, koska niitähän ihmiset yleensä pyrkivät salaamaan. Se lapsi, joka minussa oli ja on – ja joka oli hirveän arka ja jolla oli kova miellyttämisen tarve – haluaa näyttämölle, se haluaa miellyttää katsojia ilta toisensa jälkeen. Sen lapsen täytyy kuitenkin oppia tekemään työtä myös sillä asenteella, että teidän ei tarvitse yhtään tippaa rakastaa minua, mutta minä aion nyt näyttää teille jotakin, mikä minun mielestäni on totta.-- Tahdon näyttää itsestäni varsinkin niitä kielteisiä puolia, jotka eniten rassaavat, tekevät ihmiset yksinäisiksi. Ne on haettava tutkimalla nöyryytetyksi tulemisen tunnetta, mustasukkaisuutta, huonommuuttaan suhteessa toiseen ja niin edelleen”. Näin kertoo Tuija Vuolle Aila Lavasteen haastattelussa Itseluottamus ja yksinäisyys näyttelijän työssä, esiintyjä – taiteen tulkki ja tekijä.

”Kaikkihan pelkää suuria negatioita itsessään, hirveitä asioita, joita voisi tulla ulos itsestään.” (Seela Sella, Katseen alaiset, s.142) Itse olen pohtinut juuri tätä pelkoa taiteellisen opinnäytetyöni kanssa. Jos teen esityksen, jossa nuori nainen on ongelmassa itsensä kanssa, näkevätkö kaikki katsojat minussa nämä ongelmat ja mahdollisesti vielä suurempia ongelmia, koska vien ne kaikki tuskat lavalle kaikkien eteen. Mutta tiedän sen, että niin kauan kuin itse uskon ja luotan tekemiseeni se toimii.

8 Naisellisuus, seksuaalisuus ja oma persoona

”Tanssia katsoessaan ihminen katsoo aina myös miestä tai naista, siis ruumiillisuuttamme ja sukupuolisuutemme ilmenemismuotoja yleensäkin. Samalla hän katsoo ihmistä, joka tuntee ja ajattelee, jossa tai jonka kautta kaikki henkisimmät ja abstrakteimmat käsitteemmekin ilmenevät. Näin ollen on luonnollista, että ne kaikki tietoiset, tiedostamattomat tai käsitteellistämisen ulkopuolella olevat tunteet ja ajatukset, jotka ovat olemassa omaa ruumistamme ja olemassaoloamme kohtaan, vaikuttavat myös tanssiin kohdistuneisiin

odotuksiimme ja katsomuksiimme.” (Kirsi Monni Avoimet mahdollisuudet – kehon henkisyys, hengen kehollisuus, Esiintyjä - taiteen tulkki ja tekijä, s.66)

Elsa Saision haastattelemat naisnäyttelijät ovat lähes kaikki kokeneet vaikeimmiksi asioiksi hyväksyä ja tiedostaa itsessään naisuus, kauneus ja eroottisuus sekä tällaisen naisen näyttelemisen. ”Se (kauniin ja naisellisen näyttelemisen) on tabu, koska siihen liittyy narsismia.--se kauneuden tabu liittyy myös suomalaiseen yhteiskuntaan.--Täällä sitä vastaan taistellaan, koska meissä on niin syvällä itsensä korostamisen ja koristelemisen häpeä. Se on myös luterilainen juttu. Tämä tabu voi olla hyvin paljon uskontoon liittyvä. Sitä on kuin huora, myy itseään tai antaa itsensä halvalla, jos koristaa itseään.” (Laura Malmivaara, Katseen alaiset, s.43)

Anna-Elina Lyytikäinen pelkää paljastavansa itsestään liikaa, jos hän uskaltaisi näytellä naisellista naista. ”Se on se mun kipeä kohta. Mä pelkään, että siinä vaiheessa katsoja rupee määrittämään *mua* eikä seuraa roolia. Kysymykseen omasta kehollisuudesta sellaisen naisellisen naisen näyttelemisen vaikeus paljonkin liittyy.” (Esiintyjä – Taiteen tulkki ja tekijä, s.49)

Naisellisuus tuntuu olevan siis erittäin kehollista. ”Ihmiset häpeävät paljon esimerkiksi omaa seksuaalisuuttaan. Me naiset varsinkin häpeämme helposti omaa aistillisuuttamme ja intohimojamme; yliarvostamme älyllisyyttä emmekä silloin myöskään pysty näyttämään intohimoa näyttämöllä.” (Tuija Vuolle, Esiintyjä – Taiteen tulkki ja tekijä)

”Eroottisia kohtauksia on vaikea harjoitella varsinkin miespuolisen ohjaajan alaisena, sillä näyttelijä kokee tehtäväkseen miellyttää ohjaajan henkilökohtaisia naismieltymyksiä”, summaa Leea Klemola. Itse olen kokenut kiusallisen tilanteen näytellessäni huoraa eräässä teatteri-opiskelijan harjoitustyössä Macbethin lapset. Näytelmässä oli kohtaus, jossa tarkoitukseni oli tanssia ja myydä itseni yleisölle. Harjoitustilanteet olivat minulle erittäin vaikeita, sillä näin itseni nimenomaan ulkopuolisin silmin enkä siksi pystynyt pitämään ajatuksiani roolissani. Jos ohjaaja olisi ollut nainen tai sellainen miespuolinen henkilö, jonka tunnen pitkältä aikaa ja johon luotan, tilanne olisi

ollut eri. Tunsin häpeää ajatellessani vain todellista minääni ja ihmisten suhtautumista siihen mitä MINÄ tein, eikä roolihahmoni. ”Mitä noi nyt ajattelee, kun mä keikistelen tässä lähes alasti ja yritän kaupata itseäni niille. Ei kai ne luule että oikeasti tekisin näin ja luulen tämän olevan jotenkin kiihottavaa.” En uskaltanut laittaa itseäni täysin likoon siinä tilanteessa, vaikka tiesinkin, että jos nyt jätän tämän homman puolitiehen, tästä kaikesta tulee vain naurettavaa.

”Kun me tehtiin Aurinkoteatteriin ekaa Irina Krohnin ohjaamaa juttua, musta oli aivan fantastista laulaa Walking After Midnight semmosessa mielettömässä iltapuvussa. Mulla oli jotain Diorin uskomattoman kiiltävää huulipunaa ja mä tämmöisissä korkokengissä näin. Se oli eka kokemus, että aivan puhtaasti nautti vain siitä, että on ihana. Sen koko kohtauksen tarkoitus oli, että mun piti olla ihan mielettömän ihana.

Mut se sisälsi hirveen suuren luottamuksen ohjaajaan. Kun se oli naisohjaaja, mä en epäillyt yhtään, että sitä tultaisiin käyttämään mitenkään mua vastaan. – En mä olisi varmaan mitenkään pystynyt sillä tavalla luottamaan miesohjaajaan tai halunnut ikinä antautua samalla tavalla miesohjaajalle.” (Leea Klemola, Katseen alaiset, s. 82)

Sirkuksessa esiintyminen tuntuu taas täysin vastakkaiselta. Nautin jopa itseni meikkaamisesta ja oikein kauniiksi laittamisesta. Lavalla olen kaunis. En tiedä näytänkö kauniilta, mutta tärkein on se olo, että tuntee itsensä kauniiksi ja flirtiksi. Mutta se olenkin minä. Minun ei pidä esittää olevani jotain, vaan olen. Flirtti on toiminut myös pakokeinona. Varsinkin opintojeni alussa käytin flirttiä täyttämään numeroni, koska en ole luottanut osaamaani tekniikkaan ja pelkäsin esiintymistä. Mitä enempi paljasta pintaa ja hymyä, sitä parempi, sillä silloinhan katsojat eivät näe, kuinka paniikissa ja epävarma olen, oli se ajatus. Niinhän sitä luuli. Kyllä se epävarmuus varmasti näkyi. Tämä on ollut alitajuista toimintaa. Mutta sirkuksessahan ollaan aina oltu kauniita ja komeita. Ihania ja rohkeita. Se on varmasti osa sirkuksen magiaa. Kauniiden ja taitavien esiintyjien vierellä ollaan esitelty entisaikoina kummajaisia, jotka ovat ajaneet rumien asian.

Lava on kummallinen paikka. En koe olevani kovinkaan kaunis luonnostani, mutta sirkusta tehdessäni se on pyrkimykseni. Sen sijaan näytellessäni Macbethin lapsissa ja Musigangs-musikaalissa (ohjannut Jonna Savolainen) roolejani ovat olleet lievästi kehitysvammaisen lapsi (josta tämä jo aiemmin mainittu huora muokattiin) ja kerjäläinen. Roolit tuntuivat minulle sopivilta, sillä kauniin naisen roolin näyttelemisen saattaisi tuntua vaikealta. Ensimmäisenä opiskeluvuoteni esitin tosin Illusian roolin nukketeatterinäytelmässä Pessi ja Illusia, joka ei tuntunut ollenkaan omalta jutulta, koska siinä roolissa piti olla vain niin ihana. Vaikeimmalta taisi tosin tuntua kevyen ja heiveröisen esittäminen kuin sen ihanuuden. Olen aina pitänyt itseäni ronskina. En fyysisesti, vaan olemukseltani. Vaikka ajatuksissani haahuilen jatkuvasti ja suhtaudun kevyesti elämään, fyysisesti olen ollut aina ronski. Muistan kun yritin esittää Illusian keveyttä varvastellen ja käsiäni levitellen. Pyrin pois siitä omimmalta tuntuvasta olemisesta, sillä se ei ollut mielestäni keijukaisen olemus. Minulla oli kova työ oppia kävelemään koko jalalla ja vain ajattelemaan otsasta lähtevää liikettä.

9 Palaute

Oman kävelynsä ja oman kehonsa näkeminen kaverin näyttelemänä koulussa harjoitustilanteessa on ollut Martti Suosalolle erittäin opettavainen hetki. ”Siinä vaiheessa rupee ymmärtämään sen oman hahmonsa ja omia kulttuurivammoja. Eikä sitä jaksakaan itseensä ottaa.”

Näyttelijäksi valmistumisen jälkeen ”naama” on kuulemma vaikuttanut Suosalon saamiin rooleihin. ”Roolit, joita olen saanut, ovat olleet lähinnä jätkämiehen, karskimman, elämän murjoneen miehen rooleja, alkoholisteja, rikollisia tai korkeintaan juoppopoliisi. Turkka sanoi kerran Seitsemää veljestä kuvattaessa: `Ei saatana, toi naamaki on kuin ruisrievä! Ei sitä voi läheltä kuvatakaan.` Mutta enempiä ei oikein palautetta ole tullut kun se on ollut niin selkeä tämä minun hahmo, kun ei mulla oo sellasia rooleja ollut, joissa pitäis esittää semmosta fyysistä kauneutta. Enkä olisi halunnutkaan. Mutta oon mä Romeon tehnyt 32-vuotiaana, ja sain tavallaan näyttelemällä

itseni näyttämään nuorelta ja siloposkiselta. ” Suosalolla ei ole ollut koskaan mitään traumoja omasta olemuksestaan, eivätkä saadut roolit ole olleet loukkaukseksi tai häpeäksi.

Pitkä ja hoikka Sampo Kurppa toteaa: ”Yleensä sanotaan että ”ku sä oot niin iso ni sä voisit...” tai jotain mikä liittyy isoon kokoon. Itse en pidä itseäni isokokoisena vaikka sitä mitä ilmeisemmin kuitenkin olen. - - Ei tietenkään aina tunnu hyvältä, jos kehon sanotaan olevan jonkinlainen minkäläinen sen ei itse koe olevan. Nämä asiat ovat mielestäni aina suorassa suhteessa sen hetkiseen elämäntilanteeseen, päivään tai tuntiin. - - Itseni ulkopuolelle asettuminen pätee nykyään myös palautteen vastaanottamiseen. Osaan ajatella kaiken palautteen (hyvän ja huonon) rakentavana ja valita palautteesta sen, mistä haluan ottaa opikseni. Pyrin olla ottamatta itseäni työssäni. Vaikeatahan tuo näin itsekeskeisellä alalla ajoittain on.”

10 Lopuksi

Kysymykseen ”miltä kehoni näyttää?” emme tule koskaan saamaan tyhjentävää oikeaa vastausta. Kaikki me näemme ja muodostamme mielipiteemme, mutta peilaamme näkemämme ympärillämme olevaan ja aiemmin kokemaamme. Kehollisessa työskentelyssä ja ilmaisussa on tiettyjä ohjenuoria ja ne helpottavat työskentelyämme oman kulttuurimme piirissä. Kauneus, rumuus ja muut estetiikan käsitteet ovat abstrakteja ja niiden määritelmät muuttuvat jatkuvasti. Näin ollen kysymykseen, miltä jokin näyttää, on mahdotonta antaa yhtä vastausta.

Joudumme kaikki kuitenkin pohtimaan omaa kehoamme, ulkomuotoamme ja niiden hyväksymistä työskennellessämme esittävän taiteen alalla. Tämä on täysin ymmärrettävää, onhan keho työkalumme. Vaikeuden tähän tuo se, jos omaa itseään ei osaa erottaa työkalustaan. Ja vaikeaaahan se on.

Sekä opettajan että oppilaan tulee ottaa opetus-, palautteenanto- ja keskustelutilanteissa asiat asioina ja jättää henkilökohtaisuudet pois. Se ei

kuitenkaan tarkoita, etteikö vaikeista ja kiusallisista asioista voisi puhua tai sanoa asioita rehellisesti suoraan. Olen sitä mieltä, että suora ja rehellinen palaute on aina paras palaute, kunhan se on perusteltu.

Varmaa on se, että tässä ollaan ja näillä mennään. Kuten muussakin elämässä, eniten saa irti kaikesta myöntämällä tosiseikat ja ottamalla niistä kaiken irti.

Lava on siitä ihmeellinen asia, että siellä ollessamme voimme olla mitä vaan. Yleisö ostaa sen mitä tarjoamme, jos vain uskomme itse siihen. Tästä mainitsi myös Martti Suosalo: ”Se on periaatteessa semmosta, että jos tossa on yleisöä niin mä sanon, että mä oon kettu. Ja se on siinä.” Sama pätee kaikkeen muuhunkin. Jos uskomme olevamme kauniita tai taitavia, olemme kauniita ja taitavia. Siihen uskoon tarvitaan tosin itsevarmuutta. Itsevarmuus taas tuntuu lisääntyvän hyväksytyksi tulemisen tunteen, kannustuksen, yhteisten päämäärien tavoittelun ja omien päämäärien saavuttamisen mukaan. Nämä kaikki taas lisääntyvät itsevarmuuden mukaan. Helpointa on aloittaa luottamalla itseensä. Mielestäni esittävää taidetta opettavan opettajan tulisi pohtia työssään kuinka mahdollistaa nämä asiat oppilailleen ja antaa heille mahdollisuus näihin kaikkiin.

Joskus kuulin jonkun viisaan ihmisen sanovan, että siinä vaiheessa kun lavalle nouseminen ei enää jännitä, pitää vaihtaa alaa. Jännittäminen ja epävarmuushan ovat syyt tehdä tätä; se adrenaliini ja itsensä voittaminen. Ja lavalta poistuessa tietää voittaneensa itsensä taas kerran, olevansa vahvempi. Esiintymistä tulee jännittää, mutta jännittäminen ei saa muodostua esteeksi esiintymiselle.

”Sen kun menee sinne (lavalle), uskaltaa mennä”, kannustaa myös Martti Suosalo. ”Semmonen rauhan löytäminen sehän on hyvin vaikeaa nuorille ihmisille, tai ainakin mulle oli. Ei kai nuorille pysty muuta sanoa kuin: ei tarvi hötkyillä. Mä oon aina sanonut noille omille nuorille, ettei teputella jaloilla, pysykää paikoilla. Esittäkää asianne ja menkää pois. Jos joku numero on harjoiteltu, niin pitää luottaa, et se on siinä ja tekee sen mitä on harjoiteltu.”

LÄHTEET

Kirja lähteet:

Gradova, K.V. - Gutina, E.A. 1987. Teatteripuku, ensimmäinen osa, naisen puku. Ammattikasvatushallitus ja Valtion painatuskeskus, Helsinki.

Lecoq Jacques. 2006. Theatre of Movement and Gesture. New York. Routledge.

Marshall Lorna. 2008. The Body Speaks, Performance and physical expression. London. Methuen Drama.

Ojala Raija (toim.). 1995. Esiintyjä – taiteen tulkki ja tekijä. Porvoo. WSOY.

Saisio Elsa. 2005. Katseen alaiset. Vantaa. WSOY

Utriainen Maarit. Toukokuussa 2010. Martti Suosalon haastattelu. Helsinki.

Utriainen Maarit. Sähköpostit vaihdettu toukokuun aikana 2010. Sampo Kurpan haastattelu.

Internet:

www.wikipedia.org ,hakusanana kauneus, viitattu 29.4.2010.