

Metodika herecké práce a její využití před kamerou

Alexandr K. Pondikas

Bakalářská práce
2008

 Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta multimediálních komunikací

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně

Fakulta multimediálních komunikací

Ústav animace a audiovize

akademický rok: 2007/2008

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Alexandr Konstantinos PONDIKAS**

Studijní program: **B 8206 Výtvarná umění**

Studijní obor: **Multimedia a design – Audiovize**

Téma práce: **1. Teoretická práce:
Metodika herecké práce a její využití před kamerou**

**2. Praktická práce:
Scénář hraného filmu "Setkání"**

Zásady pro vypracování:

1. Teoretická část práce:

Rozsah práce: minimálně 25 normostran textu bez započítání obsahu, rejstříku a obrazových příloh. Formální podoba 1 ks v pevné vazbě s popisem na hřbetu i horní desce spolu s CD-ROM. Dále 2 ks práce, které mohou být v kroužkové vazbě. Práci je třeba rovněž odeslat do knihovny UTB Zlín v elektronické podobě ve formátu pdf. Součástí teoretické práce je scénář.

Pokyny k vypracování: prostudujte a analyzujte dostupné materiály z profesního hlediska a formulujte závěry a získané vědomosti.

2. Praktická část práce:

Audiovizuální výstup předložte na 3 ks DVD a 1 ks MiniDV (nosiče řádně popište).

Součástí celé práce budou vyplněné formuláře pro OSA, NFA a Licenční smlouva k audiovizuálnímu dílu z webových stránek ÚAA.

Rozsah práce: viz Zásady pro vypracování
Rozsah příloh: viz Zásady pro vypracování
Forma zpracování bakalářské práce: tištěná

Seznam odborné literatury:

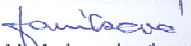
Literatura vychází z profesního a tematického zaměření práce.

Vedoucí teoretické části: **Mgr. Tomáš Binter**
Ústav animace a audiovize
Vedoucí praktické části: **prof. Mgr. Zuzana Gindl-Tatárová, ArtD.**
Ústav animace a audiovize
Datum zadání bakalářské práce: **25. března 2008**
Termín odevzdání bakalářské práce: **9. května 2008**

Ve Zlíně dne 25. března 2008


doc. Ing. Jaroslav Světlík, Ph.D.
děkan




doc. Mgr. Jana Janíková, ArtD.
ředitel ústavu

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci napsal samostatně.

Ve Zlíně 8.5. 2008

.....

podpis

ABSTRAKT

Práce začíná popisem přípravy mladých adeptů herectví na budoucí povolání. Pokračuje analýzou správné mluvní techniky a neverbální komunikace. Dále se věnuje nejznámější herecké metodě. V poslední kapitole se pokouší vypíchnout podstatné rysy herecké tvorby použitelné pro práci před kamerou.

Klíčová slova: metoda, metodika, výchova, umění, herec, mluva, technika, komunikace

ABSTRACT

The study begins with a description of the preparation phase of young dramatic art novices to future career. It is followed by an analysis of proper speech techniques and non-verbal communication. Further on it focuses on the most popular dramatic method. The last chapter tries to point out to the main characteristics of acting used in moviemaking.

Keywords: method, methodics, education, art, actor, speech, technique, communication

Poděkování

Děkuji rodině za podporu a přátelům za obětavou pomoc při shánění materiálů.

OBSAH

	ÚVOD.....	7
1	VÝCHOVA MLADÉHO HERCE.....	8
1.1	Já a všichni ostatní.....	10
1.2	Cvičení, etudy a jiné pokusy.....	11
1.3	Druhá polovina studia.....	12
1.3.1	Rozbor hry a role.....	13
1.3.2	Spolupráce herce s režisérem.....	13
1.3.3	Herecká etika.....	14
2	ZÁKLADY SPRÁVNÉ MLUVNÍ TECHNIKY.....	16
2.1	Tvorba hlasu.....	17
2.2	Správná výslovnost.....	20
2.3	Libozvučnost slovního projevu.....	24
3	NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE.....	26
3.1	Mimika a testíka.....	26
3.2	Pantomimika.....	28
3.3	Haptika.....	28
3.4	Proxemika.....	29
4	O METODĚ.....	30
4.1	Herecká psychotechnika – umění prožívání a představování.....	30
4.2	Kdyby a dané okolnosti.....	31
4.3	Představivost a fantazie.....	32
4.4	Emocionální paměť.....	32
4.5	Svalové napětí a uvolnění.....	32
4.6	Psychofyzické jednání.....	33
4.7	Styk s partnerem na jevišti.....	33
4.8	Hlavní úkol a průběžné jednání.....	34
4.9	Gesto – prvek charakterizace.....	34
5	HERECTVÍ PŘED KAMEROU.....	35
	ZÁVĚR.....	37
	SEZNAM LITERATURY.....	38

ÚVOD

Když jsem se rozhodoval, jaké téma pro svou bakalářskou práci zvolit, položil jsem si otázku: Existuje něco, o čem ve svém oboru (režie a scenáristika) vím aspoň o trochu víc než moji spolužáci? Odpověď zněla: herectví. Jako absolvent Konzervatoře Brno jsem se setkal se základy herecké práce a praktikami brněnských divadel – zkušenost malá, hořkosladká, leč velmi přínosná. Vzal jsem tedy vše, co vím (co ví herec) a začal skládat svou mozaiku o herecké práci. Už po prvním týdnu jsem ale pochopil, že úvod by měl znít nějak takto:

Tato práce si nedává za cíl objevit něco nového, ale zformulovat postupy, která já osobně považuji při práci s hercem za podstatné. Mladý režisér by si měl uvědomit, co přináší herec na plac, jakým prošel tréninkem a s jakým nasazením je schopen pracovat pod dobrým vedením. Herec není stativ, který může hodiny stát v dekoraci. Není nástroj ale je to rovnocenný tvůrce a hlavně lidská bytost. Přistupujme k němu s úctou a respektem, ale nenechme si ho přerůst přes hlavu.

Tvůrčí postupy herecké práce jsou aplikovatelné na veškerou tvořivou práci. Nejčastěji jsou tyto postupy spojeny s hercovou prací v divadle. Film z divadla vyšel, herci jsou převážně divadlem živi, a proto není od věci znát, jakým způsobem divadlo s hercem pracuje. Jedině potom mu můžeme být rovnocennými partnery.

1 VÝCHOVA MLADÉHO HERCE

Na území České republiky působí dva typy státních a soukromých institucí, zabývajících se přípravou mladých lidí na dráhu profesionálního herectví. Mezi nejznámější patří pražská DAMU, brněnská JAMU a Konzervatoře v Praze, Brně a Ostravě. Každá z těchto institucí má svůj specifický přístup k práci, závislý na místě, kde se nachází, a společné osnovy, přetvářené lidmi, kteří podle nich učí. Nicméně všechny se shodnou, že v prvních dvou letech je potřeba mladého frekventanta herectví vnitřně otevřít a nenásilně zformovat.

Frekventant tedy ještě není veden ani seznamován se žádnou hereckou metodou nebo technikou jevištní tvorby. Je totiž zapotřebí, aby se *rozbalil*, získal důvěru v kolektiv a vedení. Tvorba je v této fázi čistě samostatná záležitost. Vše by mělo být respektováno jako možnost, pokus, hledání. Vychází se tak z předpokladu, že existuje herecká průprava, která člověka uvede a připraví pro všechna divadelní a jemu podobná směřování. Především ale pro vlastní svobodné hledání a objevování herecké tvorby.

Na začátku by měl frekventant dosáhnout jak psychického, tak fyzického uvolnění. Lidé nepopsaní prací v nějakém kroužku či souboru jsou ostýchaví a mají tendenci se příliš kontrolovat. Ti, kteří již něčím prošli, si často přinášejí nějakou manýru, zlovyk, který je zapotřebí odstranit. Nejlepším prostředkem k takovému uvolnění je improvizace, která rozvíjí hercovu kreativitu, představivost a koncentraci prostřednictvím hry a radosti ze hry.

Pojítkem mezi touto průpravou a *dospělými* metodami je jednání, činnost a konání. Člověk se prý pohybuje, aby mohl poznávat. Jde hlavně o činnost, která je tvořena a buzena lidskou motivací. Motivaci člověk potřebuje pro udržení duševní a tělesné rovnováhy, přežití, reprodukci, udržování a fungování zdraví. Dále pro po-

třeby, jako je láska, uznání, souhlas, opora a kulturní potřeby směřující k uplatnění v umělecké tvorbě či vědecké činnosti. Centrem, které to všechno řídí, je lidské JÁ.

JÁ nebo JÁství je jednotící komponentou duševního života člověka. Má schopnost jednak uvědomovat si a prožívat sebe sama, jednak řídit duševní procesy lidského chování: sebevědomí, sebehodnocení, sebeúcta. Ale zpět ke hře. O hře se uvažuje jako o prostředku k rozvoji osobnosti, a to proto, že skýtá člověku, co mu život odírá. Hra je spojena s pocitem svobody: Dělán proto, že chci. Existují hry, které jsou prací a práce, které jsou hrou. U herectví lze s jistotou říct, že se obojí často prolíná.

Herecká tvorba má svůj širší výchovný smysl, protože hledá tvůrčí přístup člověka ke světu i k sobě samému. Jak už bylo řečeno, na začátku se nejde cestou žádné metody či systému, ale hledají se cvičení a pokusy, které aktivují frekventantovu tvořivost. Střídají se společné etudy s etudami jedince a do hledání je zapojena celá skupina, včetně toho, kdo vede. Od profesionálního divadla si skupina v tomto období bere jen jednu jedinou zásadní věc, a to je kázeň a disciplína. Co se tohoto týče, musí být vedoucí striktní, všechno ostatní může být hrou. U vedoucího se záměrně snažím vyhnout pojmenování jako učitel, profesor či režisér. Herectví většinou *učí* ostřílení herci s pedagogickými ambicemi – ale často ne vlohami – které se mi pro změnu nechce označovat jako pedagogy. Protože mentor by zase bylo příliš silné slovo, budu se držet pro mě z hlediska slovního základu nejbližšího označení *vedoucí*.

Ateliér herectví (jako ostatně i jiné ateliéry a ústavy) by měl být laboratoří, ve které se pomocí individuálně míchaných směsí vytvoří člověk, vnímající a chápající sám sebe natolik, aby mohl začít tvořit. Teprve potom mohou nastoupit metody.

1.1 Já a všichni ostatní

Ačkoli se lidské JÁ zdá být zcela uzavřené, v podstatě je dialogické. JÁ, to je vždycky nárok na samostatnost. Přesto, ať je člověk sebesamostatnější, utváří ho názory a formy života referenčních skupin: rodina, škola, kamarádi, spolupracovníci.

V případě školy se zaměřením na výuku herectví jde o skupinu frekventantů, a to je od začátku velmi dynamické seskupení. Každý jedinec přináší svou psychologii, svou tvořivost a společná tvořivost skupiny pak zpětně ovlivňuje jedince. Nejdříve se hledá společné gesto, výraz, rytmus, což pomáhá ke stmelení. Při tomto hledání je sice tvořivost jedince do jisté míry omezena, ale na druhou stranu dává prostor k rozvinutí jeho originality. Některé gestické, pohybové, zvukové i mimické nápady se stávají majetkem skupiny. Jsou tací, kteří se brání, když někdo přebírá jejich nápady, nebo naopak nechtějí přijímat nápady ostatních.

Postupem času dochází k odlišování mezi členy ateliéru a tím taky k rozkladu skupiny. Ono totiž už samo prostředí hry a hravosti s sebou nese soutěživost a snahu vyniknout. S rivalitou přichází konfliktní situace, které musí vedoucí zvládnout tak, aby z nich vytěžil to nejlepší pro skupinu i jednotlivce. Především by měl držet na uzdě ty, kteří se snaží prosadit za každou cenu, a projevovat zájem o vývoj všech členů ateliéru. Takzvané hvězdy jsou v kolektivu potřeba, ale nesmí vzniknout pocit, že ostatní převyšují. V praxi to ovšem neznamená, že vedoucí bude vodit ty méně progresivní za ručičku. Spíš by je měl podněcovat k intenzivnější práci.

Období, kdy se začne drát na povrch ono *odpoutané* JÁ, je jedním z nejsložitějších. Vedoucí musí postupovat citlivě a obezřetně sledovat celou skupinu. Proto je vždy dobré, když jsou vedoucí dva a rozdělí si role na nekompromisního otce a kamaráda, se kterým se dá mluvit o všem. Lze říci, že rivalita a soutěživost je druhý prvek, který si skupina vezme od profesionálního divadla.

1.2 Cvičení, etudy a jiné pokusy

Cvičení, etudy a jiné pokusy, které zde uvádím, nejsou nic nového pod sluncem a slouží jako příklad. Vedoucí udá skupině směr a frekventanti sami pak mohou přinášet svoje vlastní nápady a etudy. Hra je zde hlavně kvůli rozvíjení tvořivosti, hereckých dispozic a dovedností.

Před zahájením práce je nutné, aby se frekventanti uvolnili a očistili od stereotypu každodennosti. Někdo doporučuje pozdrav Slunci, někdo pustí relaxační hudbu a nechá posluchače deset minut ležet a soustředit se postupně na všechny části těla. Každý herec má svůj vlastní postup k dosažení soustředěnosti, která je nezbytná. Nemůže se totiž jen tak přepnout a hrát na povel.

Po uvolnění se pokračuje cvičením na rozehrátí. To rozvíjí především fyzickou a pohybovou zdatnost, ale i představivost. Moje oblíbená je hra na tlupu goril. Během této hry se skupina nejen rozehrěje, ale projeví se i vzájemné vztahy a reakce mezi frekventanty.

Kreativní cvičení klade větší nároky na představivost a fantazii. Zezačátku jsou nejlepší etudy na téma všednodenních činností. Frekventant objevuje každodennost z nového úhlu a tato reflexe mu přináší nové významy a objevy. Pěkný příklad je čištění zubů nebo třeba hraní ping-pongu, na kterém se už frekventanti učí nesledovat jen svoji akci, ale i to, co dělá partner.

K uvědomování si metafory život = divadlo, která frekventanta upozorňuje na význam rolové hry a budoucí akt vstupování do role, se provádí fantasmatické etudy. Tyto pomáhají pochopit propojení mezi reálným životem, prostorem, pohybem a časem. Frekventant si při nich uvědomí, že být sám sebou a stávat se někým druhým je neoddělitelné. Zdravým projevem člověka je zaujmout stanovisko druhého. Dosahuje se toho například cvičeními na téma: „Já a pes“ či „já a gramofon“.

Přítom nejde o to, napodobovat vnější znaky gramofonu, ale být gramofonem. Hledat způsoby jak se dorozumět, vyjádřit jeho touhy a potřeby.

Už jsem zmínil vnímání partnera při hře. Frekventant se musí naučit přejímat partnerův výraz, tempo a rytmus akce tak, aby jejich vzájemná komunikace na jevišti působila přirozeně a adekvátně. Proto se cvičí zkouška důvěry, při níž jeden posluchač padá jako omdlený na záda a druhý ho chytá. Popřípadě se naskakuje na partnera zepředu nebo se hraje hra na slepce a doprovod. Vše se musí provádět s hlasovým projevem: agresivita, radost, sexuální hravost.

Dále se hraje na přesouvání pozornosti. Skupina sleduje sportovní utkání. Všichni se postupně střídají v roli komentátora, který určuje objekt pozornosti. Frekventanti musí měnit tempo-rytmus a sledovaný objekt, aby se vyhnuli stereotypu.

Cvičení a etudy se postupem času prolínají a nabývají na virtuozitě. Aby se nezdokonalovala jen technická stránka jedinců, je potřeba nutit je k neustálému přemýšlení. Například po etudě pronásledování se nebude hodnotit provedení, ale položí se frekventantům otázka: Jak jste se cítili? Kdo vás pronásledoval? apod. Celá situace se analyzuje a potom se třeba vymění role, najde se jiný úhel pohledu nebo se nabourá struktura už zahraného příběhu.

Frekventantům je třeba vysvětlit, že to, co dělají, dělají především proto, aby si řekli a pochopili, kdo jsou. Pokud se toto poznávání nepodcení, formální zdatnost přijde sama.

1.3 Druhá polovina studia

V druhé fázi studia se frekventant seznamuje s pravidly profesionální herecké práce. Prvním krokem je přechod od improvizace a hledání sebe sama ve hře k dramatickému textu. Začíná se zpracováním vlastní povídky a seznámením s veršem v uměleckém přednesu. V hodinách herecké výchovy (nyní už to tak lze jmenovat) se zkouší první divadelní hra. Většinou se jedná o nějakou českou klasiku, jako Tylovy hry *Strakonický dudák* a *Paličova dcera* nebo Stroupežnického *Zvíkovský rarášek*. V těchto dramatických dílech jsou charaktery postav přesně vymezeny, navíc vychází z českého prostředí a měly by tudíž být frekventantům blízké. Ohled se bere i na fakt, že jazyk hry není zatížen překladem, tudíž je přijímán ve svém plném významu. Dramatické texty se inscenují ve zkrácené podobě. Nepovažuje se za důležité připravit dospělé divadelní představení, ale spíš frekventanta seznámit s postupem práce v divadle. V hodinách jevištní mluvy a jevištního pohybu průběžně probíhá zdokonalování technických aspektů herectví. Vše by mělo být provázáno s přípravou aktuálního představení. Frekventantům jsou vštípeny pravidla a postupy, které shrnu v následujících podkapitolách.

1.3.1 Rozbor hry a role

Pro hereckou práci je důležité zvládnout proces poznávání hry a role – jejich rozbor a analýza. Rozbor analyzuje hru po stránce vnější: fabule, fakta, žánr, literární styl. Dále rozebíráme stránku vnitřní: psychologickou oblast a citové vnímání, náplň hry, její ideové, filozofické a etické jádro. Herec by hru měl přečíst několikrát a důkladně. Musí z textu vyčíst myšlenky, představy, city, prožitky a podtexty role. Nejde jen o obsah hry, ale o vše, co vidí, slyší a cítí pod slovy a mezi řádky textu, tedy i to, co se vztahuje k minulosti a poukazuje na budoucnost jednajících postav. Při rozboru role musí herec najít k faktům a událostem hry svůj lidský vztah a postoj. Než myslet na city a prožívání, měl by si odpovědět na otázku: co budu dělat? Jak budu jednat v daných okolnostech?

1.3.2 Spolupráce herce s režisérem

Herec je závislý na kolektivu, ve kterém pracuje. Většinou bývá pro roli vybrán (film, televize, hostování) nebo je mu určena (stále divadelní angažmá). Má-li herec možnost volby, je jeho pozice tvůrce usnadněna, protože může zvážit své předpoklady pro určenou roli a je na jeho rozhodnutí, zda na herecký úkol stačí, zajímá ho a tudíž jestli ho přijme. Také může odhadnout způsob práce režiséra a celého kolektivu. Pokud už se rozhodne pro nějakou spolupráci, měl by vědět, proč mu byla nabídnuta a sám si vyřešit, čím ho vlastně zajímá. Koneckonců herec zaměstnaný v divadle se musí se ctí a s největším nasazením vyrovnat i s rolemi, které by sám v životě nepřijal.

Ať už herec pracuje v divadle nebo je na volné noze, potkává se za svou kariéru se spoustou režisérů. Způsob práce každého režiséra je odlišný, tudíž by herec měl být přizpůsobivý a natolik technicky vybavený, aby mohl splňovat různé režijní požadavky. V praxi to znamená, že herec od prvních zkoušek a rozborů textu soustředěně a vnímavě poslouchá, aby pochopil režisérův záměr a hlavně se s ním ztožnil, což je podmínka k tomu, aby práce směřovala ke stejnému výkladu a výsledku. Je ideální, pokud se text naučí z paměti ještě před aranžovacími zkouškami a do prostoru přichází sice *nahý*, ale osvobozený psané formy textu.

Optimální spolupráce mezi hercem a režisérem nastává, když se oba navzájem doplňují, režisér určuje mantinely a herec přináší nápady a podněty.

1.3.3 Herecká etika

Vstupuje-li herec do divadla, na plac, do dabingu či rozhlasu, je jeho povinností odložit všechny soukromé starosti, protože nedostatek sebeovládání ovlivní práci ostatních. Herec musí pečovat o svoje technické prostředky (hlas, fyzická kondice) stejně jako hudebníci či operní pěvci. Umělecká etika a disciplína ho zavazuje, aby se na každou zkoušku připravil doma, aby považoval za zahanbující, musí-li mu

režisér říkat dvakrát jedno a totéž. Pokyny a připomínky režiséra si musí herec poznamenat, aby z nich při práci na roli mohl vycházet.

Skutečný herec se chová pozorně a s úctou ke kostýmu a rekvizitám. Vše odkládá na své místo nebo do povolaných rukou. Při představení či během natáčení nemá právo odchýlit se od nastavené linie, protože nejde jen o jeho práci, ale o práci celého kolektivu. Nekázeň a rozptylování těsně před výkonem je zvláště u mladých herců velkým problémem.

Ačkoli se tyto požadavky můžou zdát přehnané, tak nejsou. Herci jsou vidět v divadle, ve filmech, v televizi, jsou slyšet z rozhlasů a čte se o nich v časopisech. Doba je jimi v podstatě posedlá, takže je na místě v závěru kapitoly o výchově mladého herce dodat, že: *„Herec musí být i v životě nositelem a hlasatelem krásna. Jinak bude jednou rukou stavět a druhou bořit. Pochopte to včas a připravte se na své poslání. Vychovávejte v sobě potřebnou vytrvalost, etiku a disciplínu veřejného činitele, který přináší světu krásu, vznešenost a ušlechtilost.“* (Lukavský, 1978, s. 156).

2 ZÁKLADY SPRÁVNÉ MLUVNÍ TECHNIKY

Každá osoba pravidelně vystupující na veřejnosti by měla dbát na kulturu řeči. Herec, pro něhož je řeč uměleckým nástrojem, by tak měl činit dvojnásob. Ale nejen on. Mluvené slovo živí moderátory, spírkry a další, jejichž řeč se lidem denně vtiskuje do podvědomí. V neposlední řadě jsou tu ti, kteří by měli práci profesionálně školených lidí organizovat a korigovat: režiséři, zvukaři, redaktori ad. Nicméně, jak napsal mistr mluveného slova pan Radovan Lukavský: *„Stav tohoto obecného povědomí nezáleží ovšem jen na profesionálech slova. O patřičnou úroveň své mateřštiny v mluvní praxi bychom měli usilovat všichni. Kultura řeči je pro nás součástí životního prostředí a patří tedy k ekologii ducha! A bojím se, že ohrožení tu není o nic menší, než v jiných oblastech. Tady ovšem můžeme každý něco udělat hned. Uvědomit si třeba, do jaké míry sám znečišťuji jazykové prostředí konvenční frází, citovou lhostejností, ledabylostí myšlenek i leností mluvidel. A zejména na to můžeme dohlédnout u dětí v rodině i ve škole. Děti by měly slýchat od učitelů dobrou češtinu a samy by k ní měly být vedeny při hlasitém čtení či přednášení z paměti dobrých textů a při pokusech o vlastní mluvní projevy. Ovšem kultura řeči by měla být součástí výchovného zájmu ve všech předmětech, nejen v hodinách češtiny.“* (Lukavský, 2000, s. 7)

Bohužel ani na některých středních školách zaměřených na výuku herectví není na kulturu řeči dbáno dostatečně. Pro zorientování v problému jsem vybral opravdu jen ta nejzákladnější pravidla, jak dosáhnout správné výslovnosti. Vedly mě k tomu dva důvody. Tím prvním je fakt, že čeština je velmi náročný a komplexní jazyk na to, aby se dala analyzovat na několika stranách. Tím druhým důvodem je, že denní praxe nevyžaduje kompletní logopedické znalosti, ale schopnost odstranit chyby vyvolané línými mluvidly, nervozitou či špatným výrazem.

2.1 Tvorba hlasu

Lidský hlas vzniká tak, že proud vzduchu z plic rozechvívá sevřené hlasivky (svaly, vazy a chrupavky v hrtanu), čímž vznikají zvuky o různých kmitočtech. Jejich napnutím vzniká i nelineární zkreslení, které se spolupodílí na barvě hlasu. Takto vytvářené zvuky se dále mění rezonancí vzduchových sloupců v nosohltanové, hrudní a ústní dutině. Aby hlas zazněl co nejlépe a nejplněji, musí se výdechový proud opřít o tvrdé patro, čímž se rozezní všechny hlavové rezonanční dutiny. Výdechový proud nesmí sklouznout až k horní dásni, kde hlas získá nasládlý často parodovaný tón. Stejně tak by se neměl opřít o měkké zadní patro, kde vzniká dutý zadopatrový tón. Při cestě z měkkého na tvrdé patro pak výdechový proud může projít nosní dutinou, která by měla být normálně uzavřena. Pokud tomu tak není, vznikne nosové zabarvení hlasu.

Základní jednotka zvukové stránky řeči je hláska. Hlázky se dělí na **samohlázky** (vokály) a **souhlázky** (konsonanty). Rozdíl mezi nimi je v akustice. Samohlázky zní jako tóny a souhlázky jako šumy.

Samohlázky (*a, e, i, o, u*) se tvoří rezonancí v dutině ústní a otevřením ústního otvoru. Velikost rezonanční dutiny a ústního otvoru se mění v závislosti na tom, která samohláska je tvořena. Samohlázky mají své charakteristické tóny, které klesají od nejvyššího *i* k nejnižšímu *u*. Navíc jsou od sebe stejně vzdálené, tudíž mezi nimi neexistují žádné přechodné tóny (mezi *a* a *e* není žádný přechodný vokál *ä*). České vokály podobně jako italské zní čistě. Na jejich správnou artikulaci má velký vliv postavení jazyka a rtů. Mluví se o tzv. vokalickém trojúhelníku, podle kterého se určuje postavení jazyka v dutině ústní.

Při vokálu **A** se jazyk nachází v klidovém postavení uprostřed dutiny ústní, kde volně spočívá. Neposouvá se žádným směrem – říkáme mu proto vokál střední.

Při vokálu **E** je jazyk z horizontálního hlediska posunut do přední části ústní dutiny, jejíž objem se mírně zmenší. Naopak se zvětší objem dutiny hrdelní. Špička jazyka většinou volně spočívá za dolními řezáky, proto jej nazýváme předním vokálem.

Při vokálu **I** je, z hlediska horizontálního posunu, postavení špičky jazyka podobné jako u E, ovšem hmota jazyka se vysunuje vzhůru a tvoří tak vokál přední vysoký.

Při vokálu **O** se tělo jazyka posouvá horizontálně do zadní části ústní dutiny, svisle zůstává v klidové střední poloze – je to tedy vokál zadní středový.

Při vokálu **U** se vodorovně jazyk nachází na stejném zadním místě jako u O. Svisle se jazyk nachází poněkud výše – je to vokál zadní vysoký.

Spojením dvou samohlásek vzniká dvojhláska. Typická česká dvojhláska je *ou*. V nářečích a cizích slovech se objevují ještě *eu* nebo *au*.

Souhlásky jsou z hlediska artikulace pro většinu lidí samozřejmé. Podle tvorby jsou děleny do několika skupin, které se z hlediska mluvní praxe rozlišují:

1. Podle **místa artikulace** v češtině na:
 - **retné** – obouretné (*p, b, m*) a retozubné (*f, v*)
 - **zubodásňové** – zubné (*t, d, n, s, z, c, r, l*) a dásňové (*š, ž, č*)
 - **předopatrové** (*t', d', ň, j*) a **zadopatrové** (*k, g, x*)
2. podle **způsobu artikulace**:
 - **závěrové** (*p, b, t, d, t', d', k, g*) a **polozávěrové** (*c, č*)
 - **úžinové** (*f, v, s, z, š, ž, j, x, h*), **kmitavé** (*r, ř*) a **bokové** (*l*)

3. podle **průchodu dutinou:**

- **nosové** (*m, n, ň*) a **ústní** (*zbytek*)

4. podle **účasti hlasivek:**

- **znělé** (*b, d, d', g, z, ž, h, v, l, r, m, n, ň, j*) a **neznělé** (*p, t, t', k, s, š, c, č, f, x*)

Na artikulaci souhlásek se tedy podílí rty, jazyk, zuby, dásně a tvrdé patro. Rozdělení souhlásek do skupin se sice může měnit publikaci od publikace, ale týká se pouze reorganizace pojmů a nikoliv míst, kde se souhlásky artikulují.

Podmínkou správného tvoření hlasu je správné dýchání. Rozlišují se dva typy dýchání: dýchání hrudní a dýchání břišní či bránicové. Nikdo nedýchá čistě jedním nebo druhým způsobem. Většinou jeden ze způsobů převládá. Například při vodorovné poloze skoro vždy převládá dýchání břišní.

Technika dýchání se nejlépe trénuje cvičením převzatým od profesionálních operních pěvců a pro pochopení není nic jednoduššího než si ji vyzkoušet. Rychle a zhluboka se nadechněte a co nejpomaleji nekolísavým syčením vydechnete skrz zuby. Nejčastější chybou bývá, že se po hlubokém nádechu člověk opře do věty plnou silou a nabraný vzduch rychle ubývá, což vede ke ztrátě hlasitosti a k poklesu intonace věty až do ztracena. Proto je důležité naučit se ovládat výdechový proud tak, aby i poslední slabika zazněla srozumitelně.

Každá profese má techniku dýchání své požadavky. Operní pěvec využívá k nádechu jinou část těla než třeba baletní umělec. Herec umluví běžný dialog bez problému, ale při náročnějších textových pasážích musí vědět, kdy a jak se nadechnout.

2.2 Správná výslovnost

Základní výslovnostní norma spisovné češtiny je rozdělena na tři stupně: základní, nižší a vyšší. Pro účel této práce je nejzajímavější ten třetí. Vyšší stupeň vyžaduje zvláště pečlivou výslovnost a volnější tempo mluvy s ohledem na projevy ve velkých prostorách či zhoršených akustických podmínkách. Stejně požadavky má na herce umělecký přednes, jevištní mluva ve velkých kamenných divadlech či práce před mikrofonem. Znalost základních pravidel je závazná jak pro herce tak pro režiséry.

Znění všech českých hlásek odpovídá jejich správnému tvoření a výslovnost většinou odpovídá jejich psané podobě. Existují vžitě vyjímky, jako například *dub*, *had*, *vůz*, které, aniž bychom si to mnohdy uvědomovali, vyslovujeme [dup, hat, vůs].

U samohlásek se musí dbát na správnou kvalitu a kvantitu. Kvalitu samohlásek určuje uzpůsobení mluvidel, kvantita je dána pravopisem, jehož pravidla vyžadují rozlišování samohlásek dlouhých a krátkých. K nejčastějším odchylkám a chybám dochází vlivem regionálních nářečí. Česká nářeční skupina například v některých případech zužuje *é* v *í*, respektive *é* v *ý* (např. *délka* > *dýlka*) nebo mění *ý* a *í* v *ej* (například *živý* – *živej*, *vozík* – *vozejk*). Středomoravská nářeční skupina mění hlásku *ý* na *é* (*mladý* - *mladé*, *dýchat* - *déchat*), dvojhlásku *ou* mění na *ó* (*stoupat* - *stópat*, *koupat* - *kópat*), hlásku *é* za spisovné *ej* a *aj* (*pejsek* – *pése*k, *hraj* – *hré*) či zaměňuje krátké samohlásky s dlouhými (*vím* – *vim*, *práh* – *prah*). Východomoravská nářeční skupina změkčuje *ý* na *í* (například *bík* místo *býk*), mění *ou* na *ú* (například *nesú* místo *nesou*) nebo zkracují samohlásky ve slovech (*prah*, *blato*, *rana*, *nama*, *vama*, *bit*, *dat*). Slezská nářečí se od sebe dost liší, tudíž jsou složitá na zmapování. Nicméně na západě se blíží lužické srbštině a na jihovýchodě přecházejí do moravských nářečí.

U výslovnosti souhlásek nastává problém u sykavek, hlásek *r, l, d, t* nebo při oslabené artikulaci. Ta postihuje nejčastěji *v, j, h, d* a *m*: *pivovar* [piovar] nebo *pijte* [píte]. Odchytky dále vznikají nezalostí pravopisné podoby: *žloutek* [žloudek], *celer* [cere]. Výslovnostně nesprávné jsou změny znělých souhlásek v neznělé: *zemřít* [semřít], *zas* [sas]. Všechny chyby a nářečních odchylek lze funkčně využít v dramatických dialozích, ale tak, aby charakterizovaly postavu a nevypadaly jako chyba představitelů.

Splývání slov zabraňuje **ráz** a zajišťuje tak srozumitelnost mluvy. Označuje se čárkou nahoře před slovem. Jde o polohlásku, která se ozve při rozražení hlasivek dechovým proudem. Tvoří se přirozeně před samohláskou na počátku slova: *Udě-lám to – určité!* Pokud není ráz dodržen, dojde ke splývání slov: na místo *on`a`ona* uslyšíme *onaona*. To je pro správnou jevištní řeč nepřijatelné, přesto použitelné pro charakterizaci postavy.

Jsou-li všechny psané hlásky řádně artikulovány, nelze se dopustit chyby. Pečlivá výslovnost může sice působit přepjatě, ale jazykový cit by neměl člověku dovolit překročit hranici únosnosti. Pro tzv. **správnou výslovnost hláskových skupin** existuje mnoho pravidel, z nichž uvedu ty, které lze uhlídat i ne příliš cvičeným uchem.

Spojení dvou samohlásek může být v rámci jedné slabiky. V tom případě jsou vyslovovány jako dvojhlásky: *louka, auto, pneumatika*. Spojení v rámci dvou slabik se vyslovuje odděleně, a to s rázem, nebo bez: *po`ukázat – polukázat*. Je-li uvnitř slova samohláska *i* následovaná jinou samohláskou, vsouvá se někdy do slova přechodová hláska *j*, tzv. jotizace: *diář* [dijář], *Marie* [Marije], *hygiena* [higijéna]. To ovšem neplatí ve složených slovech – [třiadvacet] nikoliv *třijadvacet* – a na rozhraní slov [přišliaviděli]. V cizích slovech se potom k *i* buď domýšlí *j* [altrojizmus] nebo z *i* vytvoří *j* [celulojt].

Ke spojování souhlásek dochází ve třech případech. Jdou-li po sobě artikulačně stejné souhlásky, mluví se o **zdvojené a nezdvojené výslovnosti**.

U zdvojené výslovnosti se musí vyslovit obě souhlásky: *dvojjazyčný, poddaný, pár rukou, pod dubem*. Nezdvojená výslovnost je vžitá v základním a hovorovém stylu: *Anna* říkáme [Ana], *leccos* běžně [lecos], *měkký* [měkí]. Nicméně v některých případech vyšší stupeň výslovnosti vyžaduje přesnou artikulaci: koneckonců *hrdliččin* zní lépe než [hrdličin].

Při setkání znělých a neznělých souhlásek neboli u spodoby znělosti dochází k vzájemnému ovlivňování. Řada souhlásek tvoří dvojice. Říká se jim **párové znělé a neznělé**. Jsou to: *b – p, d – t, d' – t', g – k, v – f, z – s, ž – š* a *h – ch*. Znělé jsou taky *m, n, ň, l, j, r*. Ty však nemají neznělé protějšky a proto jsou označovány jako souhlásky **nepárové**.

Setkají-li se dvě znělé souhlásky, vyslovují se obě zněle: *chodba, brázda*. Setkají-li se dvě neznělé souhlásky, vyslovují se obě nezněle: *botka, schody*. Ke změnám dochází až v případě, kdy se setkají souhlásky rozdílné, a to vždy směrem do zadu. Setká-li se znělá s neznělou, vyslovují se obě nezněle: *všech* [fšech], *hladký* [hlatký], *lebka* [lepka]. V opačném případě – neznělá se znělou – se vyslovují obě zněle: *kdy* [gdy], *prosba* [prozba]. Samozřejmě, že existují výjimky jako například u spojení *sh*, kde neznělé *s* působí ztrátu znělosti u znělého *h*: *nashledanou* [naschledanou], *shoda* [schoda].

Nepárové souhlásky jsou vždy znělé, ale u neznělých spodobu nevyvolávají: *pluk, polka, rty, k jaru, k ránu*. Ke spodobě dochází u tzv. *moravizmů*, ale to je spodoba chybná: *k matce* [gmatce], *k večeru* [gvečeru]. Předložky zakončené znělou souhláskou jako *před, nad, pod, od* a *z* si před nepárovými souhláskami a před souhláskou *v* znělost uchovají: [předro~~k~~em], [od~~v~~ody], [zlesa].

Budete-li si uvedené slovní příklady číst nahlas, zjistíte, že je vyslovujete správně, aniž si uvědomujete hláskové změny. Chyby se většinou týkají lokálních nářečí a zlovyků, kterých se lze zbavit například soustředěnou četbou nahlas. Od stručného výčtu pravidel výslovnosti se teď přesunu k poslední disciplíně.

Přízvuk (*akcent*) je důraz na určitou slabiku slova nebo celé slovo. Existuje přízvuk slovní rozdělený na **hlavní** a **vedlejší**.

Hlavní přízvuk je vždy na první slabice: neseme, neneseme. Vedlejší přízvuk se výrazněji projevuje ve složených slovech a není závazný: modrooký, italsko-francouzský. Zvláště se pak objevuje ve verši a v rytmizované mluvě. O jeho umístění rozhoduje počet slabik slova: nevídáný (třetí slabika ve čtyřslabičných slovech), pohotového – pohotového (třetí nebo čtvrtá v pětislabičných), nejpohotovější (v šestislabičných slovech mohou být přízvučky dva).

Jednoslabičná slova jako *mi, ti, si, tě, se, ho, mu, -li, bych, by* a tvary pomocného slovesa *býti: jsem, jsi, jsme, jste, jsou* bezpřízvučná. Proto se přimykají k předchozímu slovu a tvoří s ním celek nazývaný **takt**. Přízvuk zůstává na první slabice a vzniká tak přízvuk taktový: / řekl mi /, / neprosím tě /, / Zůstal jsem / doma. /. Stejně se pracuje se spojkami *a, i*, které, ač nepřízvučné, mohou nést přízvuk: / a ten / člověk /, / i ta / paní /. Pokud je předložka ve spojení se slovem, jehož pádový tvar řídí, je přízvuk vždy na ní: / do školy /, / u lesa /, / se známými /.

Každá věta je uzavřený myšlenkový útvar, mající logický vrchol, jímž je dovršeno větné sdělení, které má svůj hlavní **větný přízvuk** neboli hlavní logický důraz. Na rozdíl od přízvuku slovního ve větě se zvýrazňuje nejdůležitější slovo či slovní takt. V klidné oznamovací větě bývá hlavní logický důraz na konci, proto je tam i větný přízvuk. Mění-li se postoj mluvčího ke skutečnosti, bývá důraz na jiném místě. Větný přízvuk má vliv i na význam sdělení. Ve složitých větných celcích jsou menší logické úseky a každý z nich má svůj přirozený vrchol, na němž stojí vedlejší logický důraz.

Jak už bylo řečeno, věta se člení na logické úseky, tedy na menší významové celky, čemuž se říká frázování. Mezi větnými úseky vznikají pauzy. Důvody jsou dva. Za prvé je to fyziologická potřeba (nadechnutí) a za druhé nutnost pochopení obsahu věty. Zanedbání nebo vynechání pauzy snižuje srozumitelnost věty a mění její smysl. Úseky bývají nestejně dlouhé, záleží na tempu řeči (pomalé tempo – úseky kratší, rychlé tempo – úseky delší).

Citového zabarvení či rozlišení otázky od prostého oznámení, se v mluvním projevu dosahuje intonací. Intonace je změna tónu v průběhu řeči, je to výškový pohyb hlasu. Například na konci větných úseků ve větách oznamovacích, žádacích a v otázkách doplňovacích je intonace klesavá. Ve větách tázacích naopak stoupavá. Mají-li věty formu zvolací, může být klesavá nebo stoupavě klesavá. Na nekoncových úsecích (projev pokračuje) bývá obvykle stoupavá.

Herec by neměl vypouštět z úst větu, které neporozuměl. Musí se zorientovat v její výstavbě a teoreticky se vzdělat v přirozené větné stavbě. Jako pomocník a víc než partner by pak měl při práci s textem působit režisér.

2.3 Libozvučnost slovního projevu

Pro kulturu řeči nejsou důležitá jen pravidla správné výslovnosti, ale i to, aby živé slovo co nejlépe znělo. Pravidla pro libozvučný slovní projev se zaměřují dvojím směrem: první se týká **libozvučnosti mluvních prvků** lidské řeči, druhý **hlasové techniky**.

Co se týče libozvučnosti nebo nelibozvučnosti, tak ta je obsažena už v jednotlivých hláskách. Nelibě zní hlásky vyžadující velkou artikulační námahu: ř, h a ch. U h navíc dochází k velké spotřebě vzduchu. Nepříjemně zní i sykavky, a to obzvlášť při větším množství v jedné větě. Libě naopak zní například hlásky r, l, j,

m, n, které to mají ve své akustické povaze. Příjemné pro sluch jsou samozřejmě samohlásky. Libozvučnost jazyka jako celku určuje poměr počtu samohlásek (vokálů) a počtu souhlásek (konsonant). Přičemž libozvučnější je ten jazyk, v němž je procento samohlásek co nejvyšší. Jen pro srovnání: v italštině je to 48 %, ve staré řečtině 46 %, ve francouzštině 43 ½ %, v latině a češtině 43 %, v ruštině 41 % a v mnoha jazycích dokonce méně než 40 %.

O technické a fyziologické stránce mluvy jsem už hovořil. Na závěr tedy ještě několik upozornění. **Dobry hlas** je dar přírody. Přiměřeným cvičením a ošetřováním se dá zlepšit i méně obdařený hlas, ale nutno podotknout, že to, co nezní na jevišti, může znít za mikrofonem a naopak. **Síla hlasu** se musí přizpůsobit akustickým vlastnostem prostoru, ve kterém se mluví, s čímž souvisí i volba tempa řeči. **Dýchání** je základem všeho. Je třeba naučit se s dechem hospodařit, což znamená nadechovat se v logických pauzách a nemluvit do vypotřebování dechu. K tomuto účelu existuje mnoho dechových cvičení. Celá hlasová technika by měla po všech stránkách sloužit smyslu díla, v souladu s tvůrčím záměrem autora, básníka, či režiséra.

3 NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE

Neverbální komunikace je vývojově starší než komunikace verbální (slovní). Funguje automaticky, ale hůře se ovládá vůlí. Velice snadno prozradí, co člověk opravdu zamýšlí, nebo jaký má záměr. Právem je označována jako „řeč těla“. Radost a smutek, libost a nelibost, rozjařenost a úzkost, pohoda a zlost, bezprostřednost a ostych se vyjadřují ve všech kulturách stejně, bez rozdílu jazyka. Neverbální (mimoslovní) komunikací se rozumí všechno to, co slova doprovází - mimika, gesta apod.

3.1 Mimika a gestika

Mimika je spojena s obličejem, který je vlastně zdrojem informací o tom, co člověk opravdu cítí a prožívá, o jeho aktuálním stavu. Jedna lidová moudrost říká, že obličej člověka je zrcadlem jeho duše. K mluvení se používá celý obličej. Lze ho rozdělit na tři hlavní zóny: čelo a obočí, druhá zóna jsou oči, nos a ústa, a třetí je brada. Výraz tváře má silnou výpovědní hodnotu. Vnitřní stavy se bezprostředně odrážejí ve tváři. Mimické výrazy základních emocí jsou vrozené a obecně rozpoznatelné. Porozumění výrazu obličeje není zcela vědomým aktem (obličej je vnímán jako přátelský už dlouho před tím, než se dá přesně říci, které rysy tento prožívaný dojem vyvolávají). Ve vzájemném kontaktu lze někdy sledovat až výrazové vciťování: jeden partner sleduje mimiku druhého (např. bolest), nevědomě ji napodobuje a toto napodobování vyvolává odpovídající pocity. Komunikaci tváří v tvář provází řeč očí, která je mnohovýznamová a může signalizovat mnohé funkce. Pohledy zabírají 30 - 40% času komunikace. Jeden pohled mluvčího trvá 1-7 vteřin, je-li delší, je téměř podezřelý. Síla, kvalita a obsah pohledu souvisí s intimitou prostředí. Čím je partner bližší, tím je pohled obsahově bohatší a soustředěnější. Pro herce je nutné si uvědomovat, jak na ostatní působí, a při komunikaci svou mimiku fixovat, aby ji byl schopen při práci ovládat.

Gestika je označována jako *mluva rukou*. Gesta zvyšují názornost řečeného anebo naopak popírají to, co bylo řečeno. Pomocí gest dodává člověk své prezentaci váhu. Gesta se většinou předávají generačně (máme gesta stejná jako používali rodiče) nebo skupinově (dospívající lidé anebo určité profese). Existuje několik druhů gest, vztahujících se k různým situacím.

Synsémantická gesta se užívají, je-li třeba význam slova doplnit, retušovat, karikovat, dokreslit atd. Obyčejně se užívají mimovolně. Nejsou přesná.

Autosémantická gesta jsou základní nositelé významů a jsou srozumitelná sama o sobě, v řeči nahrazují slova.

Deiktická gesta mají hodnotu ukazovacích zájmen a zájmených příslovcí, mohou zastupovat celé výpovědi (Kolik je hodin?, Sedni si tady!).

Ikonická gesta imitují, napodobují věci, děje, vlastnosti atd. Jsou to gesta, jimiž *mluví* mimové (gesta znázorňující běh, psaní, prosbu).

Symbolická gesta se vážou obyčejně na určité kultury, civilizace a etnika. Jsou metaforická, abstraktní (projevy rozpaků – pokrčení ramen, souhlas – kývání hlavy /jinak na Balkáně).

Kontaktní gesta fungují obecně při vyjadřování zdvořilosti (při setkání, loučení atd.).

Mimiku a gesta se používají při charakterizaci postavy. Dobrým začátkem je u ní vyjít z herce samotného. Pro práci režiséra je dobré poznat jak civilní tak divadelní polohu herce, aby byl schopen odhadnout, kam až může při charakterizaci postavy zajít. Většinou je lepší, když herec ve výrazu přestřelí a režisér má z čeho ubí-

rat a co pilovat. Platí, že herec musí znát psychologii a motivaci postavy dřív, než začne tvořit její vnější prvky.

3.2 Pantomimika

Pantomimika je komunikace celkovým fyzickým postojem člověka (držení těla a jeho pohyb). Postoj člověka se mění s ohledem na situaci, ve které se nachází (odvrácení, otočení těla, naklonění těla apod.). Postoj také závisí na tom, zda je člověk sám nebo ve společnosti druhých osob. Pokud si člověk uvědomuje, že jej někdo pozoruje, mění svůj postoj držení těla atd. Svým postojem také vyjadřuje zájem o druhého člověka nebo naopak nezájem či dokonce odpor. Součástí této řeči jsou i pohyby končetin (jiné než gesta): strnulost, nakloněná hlava, sepjaté ruce, podupávání. Pantomimika je ovlivněna temperamentem, charakterem, emocemi, názory a sebevědomím člověka.

Chování člověka v různých sociálních situacích a skupinách patří do stylizace postavy. Tato stylizace je vlastní každému člověku a pro postavu je důležitá jako prvek vyjádření vztahů a nuancí v psychologii. Divák znalý životních situací se s postavou ztotožňuje a dozvídá se o ní víc. Režisér a herec si kladou otázku: Co by (postava) teď udělala a proč?, popřípadě Jak vyjádřit, co cítí, nachází-li se tam a tam?. Opět zde platí, že režisér musí mít koncepci jasnou a doufat, že se buď s hercem sejde, nebo ho nenásilně přesvědčí.

3.3 Haptika

Haptika je to způsob předávání a přijímání informací prostřednictvím přímého doteku druhého člověka. Může mít různou formu a intenzitu, která závisí na pohlaví, věku i vztahu dvou osob. V praxi se nejčastěji setkáváme s podáním ruky – při seznámení, při pozdravu, při rozloučení, při stvrzení obchodu, při vyjadřování soustrasti, při gratulacích apod. V soukromém životě je pak dotyků více. Haptiku více používají ženy a děti (hlazení, štípání, stisk, poplácání, facka, polibek atd.).

3.4 Proxemika

Všichni mají okolo sebe určitou *únikovou vzdálenost*, neviditelný kruh, bezpečnostní vzdálenost, kterou si nechtějí nechat narušit. Tyto neviditelné kruhové zóny existují kolem každého člověka.

Intimní zóna je člověku nejbližší. Nachází se ve vzdálenosti cca 60 cm okolo každé osoby.

Osobní zóna je ve vzdálenosti 60 – 120 cm, což je vzdálenost na podání ruky. Je to hranice, kterou člověk dodržuje při kontaktu s cizím člověkem. Pokud se osoba příliš vzdálí od spodní hranice této zóny, působí na druhého chladně, arogantně.

Zóna respektu začíná vně kruhu ve vzdálenosti 120 cm. Tento odstup člověk zachovává, hovoří-li s nadřizenou osobou nebo jinou váženou osobou.

Veřejná zóna začíná ve vzdálenosti 200 – 240 cm od příslušného jedince. Tato zóna je typickou právě pro přednášky či prezentace. První řada účastníků by se měla nacházet přibližně v této vzdálenosti od řečníka (herec na jevišti a divák v hledišti, lektor a posluchači).

Vzdálenost jednotlivých zón je individuální (u každého jiná). Závisí zejména na pohlaví, věku, osobnosti, kultuře, náboženství a také na zalidněnosti kraje, v němž člověk žije. I zde platí použitelnost pro charakterizaci a stylizaci postavy. Narušení osobní zóny, či přílišná odtažitost vyjádřená kvalitně naaranžovanou scénou, může nahradit třeba celý dialog.

4 O METODĚ

Umělecký tvůrčí proces je cosi těžko vysvětlitelného. Talentem není obdařen každý. Ale i talentovaný umělec v kterémkoli oboru by měl znát určité zásady své umělecké činnosti, které vycházejí ze zkušeností předchůdců a z poznání skutečnosti. O metodě se smýšlí jako o systému, který shromáždil poznatky v oboru a postupuje od jednoduchých věcí ke složitějším.

První, kdo sestavil základy metody herecké tvůrčí práce, byl Konstantin Sergejevič Stanislavskij, režisér a pedagog moskevského divadla MCHAT. Jeho metoda se díky zájezdům rozšířila do Evropy i do Spojených států amerických. Principy této metody jsou dodnes uznávány a využívá se jich například v New Yorkském *Actors Studio*, jehož žáky byli Paul Newman, Marlon Brando, James Dean a mnoho dalších.

Východiskem a cílem *Stanislavského metody* je přirozený, tvůrčí proces. Zkoumá spoje mezi fyzickým a psychickým, vědomým a podvědomým. Umožňuje působit vědomými prostředky na podvědomí, což je základ herecké **psychotechniky**.

Stanislavského metodu nepřekonaly ani modernější systémy. Ani Brechtova poetika *epického divadla* ani Grotowského *chudé divadlo* nevypracovaly zásadnější metodu herecké práce, a tak *Stanislavského metoda* zůstává především jako základ k dalšímu tvůrčímu rozvíjení.

4.1 Herecká psychotechnika – umění prožívání a představování

Správný výsledek hraní je role prožita tak, že si herce i diváka podmaní. Ale tvořit živelně bez přestání nelze. Úkolem herecké psychotechniky je zapojit podvědomí do tvůrčí práce vědomými cestami. To je hlavní princip umění prožívání: pod-

vědomá tvůrčí práce vzbuzená vědomou psychickou činností. Znamená to logicky a důsledně lidsky myslet a jednat v životních podmínkách role – prožívat ji.

Jiný možný postup je umění představování. Představitelé tohoto umění také roli prožijí, ale doma nebo v průběhu zkoušek. Vnější formu prožitku potom zachytí svalovou pamětí a před divákem už jen předvádí reprodukci této formy. Vyžaduje to dokonalost, takže někdy bývá forma zajímavější než obsah. U vyjádření hlubokých vášní jsou prostředky buď příliš efektní nebo příliš povrchní. Divák je spíše obdivuje, než jim věří.

Hloubku a odstíny vnitřního života nejlépe vyjádří organický prožitek člověka – herce. Umění prožívání je základem i pro umění představování, ale kde není ani jedno, začíná deklamace, vedoucí k *šarži* (přemrštěný až afektovaný herecký projev) a *manýře* (zručně vyrobený, ale pořád stejný prázdný herecký projev).

4.2 Kdyby a dané okolnosti

Herec musí jednat účelně, produktivně, tj. opravdově. Ne hrát, ale jednat – vnitřně i vnějšně. Ani nehybnost (třeba jen sedět v druhém plánu) neznamena pasivitu. Fyzická nehybnost je někdy dokonce výsledkem zvýšené psychické činnosti. Každý konkrétní úkol, zdánlivě jednoduchý, může být herecky zajímavě zpracován. Vždy záleží na příčinách, okolnostech a vnitřních pohnutkách. Magické slovo *kdyby* přenáší herce do světa tvůrčí práce. Pobízí k aktivitě a je první popudem k rozvinutí představ o roli. Herec vychází z *daných okolností* – to jsou fakta, fabule hry, čas a místo děje, životní podmínky apod. Tyto okolnosti jsou dané autorem. Při spolupráci s režisérem si herec má klást před každou z *daných okolností* otázku *kdyby*, pomáhá to rozvinout fantazii. Z tohoto materiálu dodaného autorem a režisérem herec zkonstruuje své vztahy k lidem a životním podmínkám.

4.3 Představivost a fantazie

Hra a role jsou smyšlenky, proto v procesu tvorby hraje nesmírnou úlohu představivost a fantazie. Představivost vyvolává to, co je a co známe. Fantazie to, co ze skutečnosti neznáme. Pro umělce jsou oba faktory nepostradatelné. Herec se od autora nedozvídá všechno, co potřebuje vědět. Tedy, co se děje za scénou, odkud postava přichází, kam odchází. Ani režisérový požadavky nemusí prokreslit charakter postavy do všech odstínů. Aby postava opravdu plně ožila, pomáhá herci představivost se svým *kdyby* a *danými okolnostmi*. Představivost je vedoucí silou tvůrčího procesu. Herec si musí vše představovat konkrétně do všech podrobností, aby nesklouzl k přibližnosti a všeobecnosti. Používá fantazii, ale snaží se zachovat logiku a důslednost.

4.4 Emocionální paměť

Emocionální paměť člověku umožňuje vyvolat známé, už jednou zažité pocity. Vzpomínky se ukládají v paměti a herec si je musí umět vyvolat, každý může prožívat jen své vlastní emoce. Herec může roli pochopit, vžít se do své postavy a jednat jako ona tak, že si vyvolá analogické prožitky, které patří jemu samému. Kombinuje a skládá duši postavy ze svých emocionálních vzpomínek. Správný postup k vyvolání prožitků je nestarat se o cit sám, ale jen o podmínky, které ho vyvolaly. Čím je emocionální paměť rozsáhlejší, čím víc je v ní víc materiálu, tím je hercova tvůrčí práce bohatší. Tvůrčí materiál poskytují herci vlastní zážitky a citová zkušenost, kterou čerpá ze vzpomínek, knih a ze styku s lidmi. Všechny dojmy, radosti, vášně, zážitky jsou pro herce materiálem tvůrčí práce.

4.5 Svalové napětí a uvolnění

Velkým problémem pro tvůrčí práci může být svalová křeč. Před začátkem práce je nutno uvést svalstvo do normálního stavu. Veřejné vystoupení, divák, tréma, to vše vyvolává svalové napětí. Sebekontrola pomůže herci napětí uvolnit a správné zdůvodnění spolu s přirozeným jednáním, zbytečné napětí odstraní a nutné zesílí. Každá tělesná pozice, poloha zdůvodněná *kdyby* a *danými okolnostmi*, přestane být

jen polohou a stane se činností. Jen přirozenost dovede lidské svaly dokonale ovládat, účelně je napínat nebo uvolňovat.

4.6 Psychofyzické jednání

V životě je pravda to, co je. Na jevišti je pravda to, co by se mohlo stát. Pocit pravdy vzniká v psychické oblasti, ale ta je těžko dosažitelná. Nejsnáze vyvoláme pocit pravdy v oblasti tělesné, v prostých fyzických úkonech. To je podstata herecké psychotechniky. Herec si musí úkoly rozdělit na části, musí vycházet z nejjednodušších fyzických akcí, které navodí pocit pravdy. Když má hrát okamžiky vrcholného prožívání, snadno upadne do křeče a řemeslné šarže. Zde právě může pomoci jednoduchý fyzický úkon. Dochází k vzájemnému působení těla a duše, jednání a citu – vnější pomáhá vnitřnímu a vnitřní vyvolává vnější. Tuto techniku si lze osvojit cvičením s imaginárními předměty. Vede-li herec důsledně vnější linii fyzických úkonů, paralelně s ní probíhá linie jeho pocitů. V každém fyzickém úkonu je něco psychického a v psychickém něco fyzického.

4.7 Styk s partnerem na jevišti

Divadelní umění je založeno na vzájemném styku jednajících osob. Herec se musí snažit o nepřetržitý proces vzájemného styku s partnery prostřednictvím svých citů, myšlenek, úkonů, které jsou analogické s city, myšlenkami a úkony postavy. Na jevišti také často dochází ke styku herce se sebou samým – k monologům. Psychotechnika monologu se dá vyložit jako rozhovor mezi rozumem a citem. Vzájemný styk s partnerem probíhá především v dialogu. Střídá se moment *dávání* a *přijímání*. Herec musí sdělovat partnerovi své myšlenky a současně pozorovat, jaký na něj mají účinek. Musí umět přijímat partnerova slova vždycky nově, jako by je slyšel poprvé. Materiálem vzájemného styku jsou myšlenky a prožitky, které vytvářejí na jevišti zajímavý proces dění.

4.8 Hlavní úkol a průběžné jednání

Scénické vyjádření autorových citů, myšlenek a snů je hlavním úkolem představení. Všechno, co se ve hře odehrává, směřuje k vyplnění hlavního úkolu dramatu. Také každá role má svůj hlavní úkol. Herec ho musí najít ve své duši. Stejný hlavní úkol jedné role vyzní u různých představitelů různě. Herec ho nikdy nesmí ztratit ze zřetele, aby nepřerušil životní linii postavy. Tato linie sjednocuje a propojuje všechny části role a všechny prvky herecké práce. Toto úsilí hybných sil psychického života herce a role nazýváme průběžné jednání. Průběžné jednání se skládá z jednotlivých drobných úseků života herce a jeho role na jevišti.

4.9 Gesto – prvek charakterizace

Bez vnější charakterizace postavy by divák nepochopil její vnitřní život a povahu. Je-li správně vytvořena vnitřní skladba charakteru postavy, zrodí se většinou u nadaných herců vnější podoba sama. Špatný přístup je předvádět všeobecná gesta, chůzi apod. Existují ustálená klišé, kterými se charakterizují třeba homosexuálové atd. Jen kopírovat vnějšek nestačí. Herec musí hledat podstatu. Například u stáří je to ochablé svalstvo, neohebnost, zpomalený rytmus. Opět tu platí, že vychází-li herec z pravdivého vnitřního prožitku, vyvaruje se strojených gest. V zásadě stačí, když herec najde tři až čtyři gesta, a pokud s nimi dobře hospodaří, charakterizace je hotova.

5 HERECTVÍ PŘED KAMEROU

Divadlo žije. Inscenace se v něm 6 týdnů zkouší, aby dostala formu, kterou pro ni vymyslel režisér a dramaturg spolu se scénografem, s kostýmním výtvarníkem, hudebním skladatelem atd. Premiérou přechází inscenace plně do rukou herců, kteří, jako správní profesionálové, drží a nesou zkouškami danou formu. Přesto rozdíl mezi první a dvacátou reprízou bývá markantní. Teprve s divákem se hra usadí a ukáže se, jestli zvolený postup vůbec někoho oslovuje. U divadla tak platí, že hercův výkon se posouvá s každou reprízou. Herec žije postavu, postava ožívá s hercem. I když jedno ze zásadních pravidel herecké etiky je, nechávat své osobní problémy před divadlem. I když herec během zkoušek všechny otázky o odpovědi potřebné k vytvoření postavy najde. I když půjde o stopadesátou reprízu. Co se bude představiteli Hamleta honit hlavou den poté, co mu zemřel otec? *Umění prožívání* říká, že otázky a odpovědi získají nový rozměr a dobrý herec ho tam – přes (nebo spíše pro) všechnu bolest – dostane.

Film z divadla přejal spoustu výrazových prostředků a přetvořil je čistě pro svou potřebu. Mnohé z nich jsou natolik autonomní, že zpětně ovlivnily divadlo. Herectví před kamerou vyžaduje především kontinuitu výkonu. Jen málokdy se točí chronologicky. Natáčecí dny jsou pro herce rozházeny do několika týdnů, během kterých hrají a zkouší v divadlech. Jednou natočené scény se už nedají změnit, a proto musí být postava při první klapce hotová.

V ideálním případě začne režisér s herci zkoušet dlouho před začátkem natáčení. Sejdou se nad textem, baví se o postavách, hledají nejlepší motivace pro jednotlivé situace. Potom jdou do prostoru, zkouší herecké akce a pilují vztahy mezi postavami. Režisér musí postavy dokonale znát, aby dokázal herce vést správným směrem, aby měl ještě i při šestém jetí na place herci co říct a neopakoval se. Argumentem pro tak komplexní přípravu je fakt, že jsou herci, co neustále nosí nové podněty a chtějí postavu stvořit sami, a naopak herci, kteří od režiséra vyžadují naprosto přesné vymezení postavy. Pro první případy je zapotřebí stále nových a nových ar-

gumentů proti lavině nápadů (třeba i dobrých). U druhého případu musí mít režisér odpověď úplně na všechno. Jakmile herec zjistí, že režisér neví a navíc se to ještě bojí přiznat, může to velmi narušit spolupráci. Mnohem horší pak je, když režisér nejeví o hercovy nápady a otázky zájem. Herec se totiž zablokuje a v daný den už z něj nikdo nic nedostane. Po poslední zkoušce by měl mít herec postavu dokonale zvládnutou, aby ho režisér na place jen nařukával ke zpětnému vyvolání už jednou nalezené, prožité a dobře zahrané situace. To je postup velmi podobný *umění představování*.

Pro filmové herectví je tedy východiskem syntéza mezi *uměním prožívání* a *uměním představování*. Herec postupuje podle první metody a ve chvíli, kdy společně s režisérem najde ten správný prožitek, zafixuje ho a na place už *jen* vyvolá. Úkolem režiséra je pomoci herci, aby se onomu nejlepšímu prožitku co nejvíce přiblížil a neztratil v průběhu natáčení kontinuitu ve svém výkonu.

ZÁVĚR

Domnívám se, že se mi podařilo shrnout to nejzákladnější o herecké práci. Přesto se na konci této práce musím pozastavit nad jednou věcí. Během jejího psaní jsem si totiž uvědomil, že vedení herce často bývá více technická než pocitová záležitost. Soustředění se na prožitek a správné technické provedení je – ačkoliv (nebo právě protože) se obojí prolíná – velmi složité a vyžaduje značnou zkušenost a teoretickou znalost. Vlastní práce mi tak otevřela nové obzory a byl bych více než spokojen, kdyby se tak stalo i mým spolužákům.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

VOSTRÝ, Jaroslav (1998): *O hercích a herectví*. Praha: ACHÁT.

LUKAVSKÝ, Radoslav (2000): *Kultura mluveného slova*. Praha: AMU.

LUKAVSKÝ, Radoslav (1978): *Stanislavského metoda herecké práce*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.