

2.

A CÉLPONT

Irina

Ismerkedjünk meg Irinával, aki Júlia szerepére készül. Az erkély-jelenetet próbálja a partnerével, és úgy érzi, nem tudja, mit csinál. Igazságtalannak tűnik, hogy megfeneklett, hiszen minden előkészítő munkát becsülettel elvégzett. Okos, szorgalmas és tehetséges – miért érzi magát mégis úgy, mint a partra vetett hal? Minél őszintébben szeretne játszani, minél mélyebb érzelmeket próbál mozgósítani, minél inkább arra törekszik, hogy „odategye magát” a mondatai mögé, annál inkább befeszül. Mit tehetne Irina, hogy kikeveredjen ebből a kátyúból? Nos, ha minden erőfeszítése ellenére sem bír előrelépni a munkájával, akkor érdemes másik csapáson elindulnia, kilépnie a megszokott keretek közül és fontolóra vennie az alábbiakat.

Ha azt a kérdést tennék fel Irinának, mit csinált tegnap, valami efféle választolna: *„Felkeltem, fogat mostam, aztán főztem egy kávét...”* – és így tovább. A válasz elején feltehetőleg egyenesen ránc néz. Aztán, ahogy elkezd felidézni a tegnapi eseményeket, a tekintete elkalandozik – a szeme mégis mindig fókuszál valamire. Irina vagy minket néz, vagy valami mást, például a kávét, amit tegnap ivott. Egy valóságos dolgot néz vagy egy elképzelt dolgot – de valamit mindig néz. Elménk tudatos része soha nem veszíti el a kapcsolatot ezzel a bizonyos „valamivel”. Ahogy a memóriájában kutat – *„Munkába mentem, megírtam egy levelet”* –, Irina tekintete újra meg újra egy rajta kívül eső pontra fókuszál. A józan ész azt diktálná, hogy minden emlé-

künket odabent őrizzük, valahol az agyunkban, Irina mégis kifelé tekint, hogy felidézze őket. Nem fordul be a szeme, nem az agykérget kezdi el fürkészni. De kifelé se tétován, bizonytalanul mered, valahová a messzeségbe – a tekintete mindig egy konkrét pontra szegeződik, aztán egy másikra, ahonnan a tegnapi nap eseményei visszakereshetők és újranezhetők:

„Elolvastam az újságot.”

„Ittam egy kávét.”

Mindkét emlék rátalál a maga konkrét célpontjára. Lehet, hogy Irina végül feladja, és így szól:

„Ennél többre nem emlékszem.”

De a tekintete még most is különböző helyeken kutat a szerfefoszló emlékek után. Ami véletlenszerű pásztázásnak tűnik, az valójában számtalan különböző pont felfedezése, elvetése és újbóli kiválasztása. Ebből következik a célpont hat szabálya közül az első:

1) Célpont mindig van

Soha nem tudhatjuk, mit csinálunk, amíg nem tudjuk, mi a cselekvésünk tárgya. A színész minden cselekvésének irányulnia kell valamire. A színész semmit sem tehet a célpont nélkül.

A célpont lehet valóságos vagy képzelt, konkrét vagy elvont, de az első és megfellebbezhetetlen szabály szerint célpontnak mindig, minden körülmények között lennie kell.

„Figyelmeztetem Rómeót.”

„Rászedem Capuletnét.”

„Kötekszem a Dajkával.”

„Kinyitom az ablakot.”

„Kilépek az erkélyre.”

„Megkeresem a holdat.”
„Felidézem a családomat.”

A célpont mi magunk is lehetünk, például:

„Megnyugtatom magam.”

A színész semmit sem tehet a célpont nélkül. Nem játszhatja el például, hogy „meghalok”, mert nincs célpont. Eljátszhatja viszont a következőket:

„Üdvözlöm a halált.”
„Ellenállok a halálnak.”
„Kigúnyolom a halált.”
„Küzdök az életemért.”

Lenni

Bizonyos dolgokat soha nem játszhatunk el. A színész nem tud tárgy nélküli igét eljátszani. Jellemző példája ennek a „létezés”: a színész nem tud egyszerűen csak „lenni”. Irina nem játszhatja el, hogy boldog, szomorú vagy dühös.

A színész kizárólag igéket játszhat el, de ennél is fontosabb, hogy minden igének egy adott célponthoz kell kapcsolódnia. Ez a célpont valamiféle tárgy, konkrétan vagy átvitt értelemben, de mindenképpen egy meghatározott dolog, amit látunk vagy érzékelünk, és amelyre bizonyos mértékig szükségünk van. Az, hogy a célpont *éppen* micsoda, pillanatról pillanatra változik. Számptalan lehetőségünk van. De célpont nélkül a színész az égvilágon semmire sem megy, mert a célpont minden színészi élet forrása. Amikor tudatunknál vagyunk, mindig kapcsolódunk valamihez – ez a bizonyos valami a célpont. Abban a pillanatban, amikor a tudatunkban semmi sincs jelen, öntudatlanok leszünk. Az öntudatlanságot pedig nem lehet eljátszani.

A spét

Ha górcső alá vesszük a hírhedt „spét” fogalmát, rögtön világosabbá válik, mit értünk célpont alatt. A spét a régi színházi zsargonban annyit tesz, valamire késve reagálni; elnevezése a német „spät”, „késő” szóból ered, angolul viszont úgy nevezik, „double-take”, a lényege ugyanis az, hogy a komikus hatás érdekében valamit kétszer veszünk észre.

Egy példa: épp a krizantémokat metszed, amikor beront a plébános.

Első lépés: „*Jó reggelt, plébános úr!*” – és ránézel.

Második lépés: visszanezel a krizantémokra.

Harmadik lépés: még mindig a krizantémokat nézed, amikor rájössz, hogy a plébános úron nincs nadrág.

Negyedik lépés: döbbenten visszanezel a plébánosra.

Mikorra várható az első nagy nevetés? Művelt nemzetközi szaktekintélyek egybehangzóan állítják, hogy az első nagy nevetés a harmadik lépés során következik be. A harmadik lépés az a pillanat, amikor a kép átváltozik a színész szeme előtt.

Vegyük sorra a négy lépést!

Első lépés: „ránézel” ugyan a plébánosra, de nem őt „látod”. Azt képzeled, most is megszokott, tiszteletet parancsoló valójában áll előtted.

Második lépés: úgy véled, túlestetek az üdvözlésen, úgyhogy visszatérsz a krizantémok nyirbálásához.

Harmadik lépés: az erényes plébános hamis képét felváltja a pettyes alsónadrágot viselő plébános valódi képe.

Negyedik lépés: visszanezel rá, hogy megbizonyosodj róla, az a két remegő, bütykös térd csakugyan maga a kínos valóság.

Nadrágot viselő plébánosra számítunk, ezért azt „látjuk”, amit normál körülmények között látnunk kellene. A közönség vidám izgatottsággal lesi, hogy a realitás rákényszerítsen minket olyannak látni a célpontot, amilyen valójában – az egyik célpont a szemünk láttára változik át egy másikká, és a közönség gurul a nevetéstől. De ami a legfontosabb: a közönség nem azért nevet, mert mi változtatjuk meg a célpontot. A közönség azért nevet, mert látja, amint a célpont megváltoztat minket.

2) A célpont rajtunk kívül van, mérhető távolságban

Mint megállapítottuk, tekintetünknek mindig irányulnia kell valamire, legyen ez a bizonyos valami valóságos vagy képzelt. És az impulzus, az ösztönző energia, amely arra készlet minket, hogy kijelentsük,

„Rántottát reggeliztem”,

vagy akár azt, hogy

„Nem szoktam reggelizni”,

meghatározott képekből fakad, amelyek az agyunkon kívül találhatóak, nem pedig benne. A szem különféle célpontokra fókuszál, egyikre a másik után, mintha nem egyszerre az adott emlék után kutatna, hanem az után a konkrét hely után, ahonét az a bizonyos emlék előhívható. Sőt, mintha a hely, ahol az emlék rejtőzködik, a zug, ahol eleve ott van, ugyanolyan fontosnak érződne, mint maga az emlék.

De mi a helyzet akkor, amikor a célpont, úgy tűnik, mégis a koponyánkban rejtőzik, mint például egy kínzó fejfájás? Hogy állíthatnánk, hogy ez is a fejünkön kívül található?

Akármilyen fájdalommal küszködünk, akármilyen mélyről fakad is a kín, a beteg és a fájdalom mindig különbözni fog egymástól. Akik gyötrő fájdalmat élnek át, megesküdnének

rá, hogy különös módon függetlennek érzik magukat a saját fájdalmuktól. Minél kínzóbb a migrén, annál inkább úgy tűnik, hogy az egész világon csupán ketten léteznek, a fájdalom és a szenvedő. Lehet, hogy a fájdalom elárasztja az agyat, de a tudatunkon akkor is kívül reked. Az alapvető távolság mindig megmarad.

3) A célpont már azelőtt létezik, hogy szükségünk lenne rá

Ha tovább faggatjuk Irinát és megkérdezzük, hogyan szeretné megünnepelni a születésnapját jövőre, különös dolog történik. A tekintete most is ide-oda cikázik, mintha rá akarna bukkanni valamire – arra, hogy mit szeretne csinálni jövőre. Ez roppant különös, hiszen az, amit egy év múlva szándékozik tenni, most még nem létezhet. A tekintete mégis olyan lázasan kutatja ezt a jövőbeni eseményt, mintha már megtörtént volna. A logika azt diktálná, hogy ott, a pillanat hevében találja ki, mit szeretne csinálni egy év múlva, eltölteni egy napot a tengerparton, vagy talán egy partit, tehát egy olyan eseménnyel rukkolna elő, ami még nem létezik – ennek ellenére úgy nyomoz utána, mintha már most is ott rejtőzne valahol. Mintha most, a jelenben kellene rábukkannia erre a jövőre irányuló, de már most is létező kívánságra, megkeresnie vagy felfedeznie, ahelyett, hogy valami újdonságot találna ki.

Mindez azért fontos, mert – mint látni fogjuk – mindig hasznosabb „felfedezni” a dolgokat, mint „kitalálni” őket.

Érzékek és látás

A „látás” és „látni” szavakat mostantól az összes érzékünk metaforájaként fogjuk használni, ahelyett, hogy minden alkalommal mind az ötöt felsorolnánk. Gloster megvakítása a *Lear király*

egyik legfélelmetesebb pillanata, csakhogy szörnyűbb végzet is leselkedhet az emberre annál, hogy kitépik a szemét – mégpedig az, ha tulajdon szemét tépi ki. Oidipusz rettentő sorsot mért magára: önmagát vakította meg. Ez pedig sajnos korántsem valamiféle ritka sorscsapás – önmagunk elvakítása a leblokkolás leggyakoribb oka.

A hely, ahol látunk

Amikor Irina úgy érzi, hogy leblokkolt, amikor „nem tudja, mit csinál”, valójában az történik, hogy nem látja a célpontot. Ez roppant veszedelmes állapot, a célpont ugyanis a színész egyetlen életető energiaforrása. Étel nélkül elpusztulunk. Minden élőlénynek muszáj valamit kívülről bevinnie magába, ha életben akar maradni. A színészt az hajtja és táplálja, amit az őt körülvevő világból lát. Maga a *teátrum* szó is a görög *theatron*-ból származik, ami annyit tesz: „a hely, ahol látunk”.

De valójában nem *egyszerre* táplál minket az, ami kívül van és ami belül van? Könnyen lehet, hogy ez igaz, viszont nem feltétlenül hasznos. Jobban segíti Irinát, ha minden belső folyamatot, minden késztetést, érzést, gondolatot, motívációt stb. kiemel magából, és mindezeket az ösztönzőerőket áthelyezi a célpontba. Cserébe a célpont energiával tölti fel Irinát, mint egy akkumulátor, amiből szükség esetén áramot nyerünk.

A pszichológia azt állítja, hogy amikor valami mélyen megérint bennünket, az intenzív érzelmek valójában *belőlünk* fakadnak. A színész számára azonban ennek az elvnek a fordítottja hasznosabb. Vagyis Irinát jobban segíti, ha elképzeli, hogy a *célpont* váltja ki belőle ezeket az intenzív reakciókat. Irina lemond az irányításról, és rábizza magát arra, amit lát. A színész átengedi a gyepőlőt a célpontnak.

Nincs belső erőforrásunk, ami lehetővé tenné, hogy semmi mástól ne függjünk. Nincs belső dinamó, ami a külvilágtól függetlenül működne. Nem önmagunkban vagyunk – csakis kontextusban létezők, különféle összefüggésekben. Badarság azt képzelni, hogy kontextusok nélkül életben maradhatunk. A színészeknek muszáj egy rajta kívül eső dologgal viszonyba kerülnie ahhoz, hogy játszani tudjon – ez a célpont.

4) A célpont mindig konkrét

A célpont nem lehet általánosítás. A célpont mindig konkrétum. Már tudjuk, hogy a célpont fogalom is lehet, például: „*Nem akarok szembenézni a jövővel.*” Itt a „jövő”, noha absztrakció, mégsem általánosítás, hiszen a „jövő” konkrét mozzanataival „*nem akarok szembenézni*”.

Azt is megállapítottuk, hogy „*Az életemért harcolok*” esetében „az élet” a célpont. Az életéért küzdő, sebesült katona előtt nagyon is konkrét kép lebeg a következő, életben töltött pillanatról, amelyre szüksége van. Nem holmi általánosságért harcol. A katona igyekezetében vagy küzdelmében nincs semmi általános. Az erőfeszítést, a küszködést, a köhögést a következő élő pillanat képe ösztönzi, amit lát és amire szüksége van; csak még egyet nyeljen, még egy korty levegőhöz jusson, csak még ezt az egy rohamot bírja ki, és akkor talán marad még remény.

Mindannyian más és más célpontot látunk, még akkor is, ha történetesen ugyanazt az egy dolgot nézzük. Az az Orlando tehát, akit Rosalinda lát, egészen más, mint az az Orlando, akit Olivér, a féltékeny testvér néz. A célpont mindannyiunk számára más és más módon konkrét. Erről részletesen beszélünk majd később, az 5. fejezetben.

A külvilág mindig sajátos, egyedi és konkrét. A rajtunk kívül eső dolog, a célpont, csakis konkrétum lehet.

5) A célpont folytonos változásban van

Láttuk az imént, hogy nem elég, ha Rosalinda „Orlandót” szereti. Muszáj egy konkrét, sajátos Orlandót látnia benne. Csakhogy ez a konkrét Orlando hamarosan egy másik konkrét Orlandóvá alakul át. Rosalinda eleinte talán egy kétségbeesett, ifjú szájhóst lát, aki a Herceg birkózójával is megmérkőzne, aztán egy romantikus Dávidot, aki legyőzi a maga Góliátját, még később talán egy tévelygő fiatalembert. Orlando újra meg újra átalakul az *Ahogy tetszik* során, számtalan különböző Orlando alakját ölti magára, és Rosalinda majd megszakad, hogy ezekkel a folyton változó Orlandókkal lépést tartson. Vajon megcsókolja a fiút, harcol vele, kötekszik vele, kigúnyolja, elcsábítja, összezavarja vagy meggyógyítja? És nemcsak Orlandóról van szó: Rosalindának az őt körülvevő világ összes többi, folyamatosan változó célpontjával is meg kell birkóznia. Közönséges pásztorok neurotikus költökké válnak, az arisztokratákból száműzöttek lesznek, még Rosalinda tulajdon teste is fokról fokra a szerelem és a vágy megfoghatatlan tárgyává alakul át. Rosalinda univerzuma, és benne az összes célpont, soha nem maradhat ugyanaz, mindig újabb meg újabb változásokon megy keresztül. A színésznő tanúja lesz e folytonos átalakulásnak, és ebből nyeri a szabadságot ahhoz, hogy eljátszhassa Rosalindát.

6) A célpont mindig aktív

A célpont nemcsak szakadatlan változásban van, de folyton csinál valamit. És akármit csinál a célpont, azt meg kell változtatni – mégpedig nekem. Ahelyett, hogy egyszerűen csak ki akarná oktatni Orlandót arról, mi a szerelem, szerencsésebb, ha Rosalinda egy érzelgős Orlandót lát, aki a saját szerelmében tetszeleg, és Rosalindának meg kell próbálnia változtatni ezen. Ahelyett, hogy meg akarná fojtani Desdemonát, szerencsésebb, ha Othello egy olyan hitvest lát, aki a pusztulásba hajszolja őt, és meg kell

próbálnia változtatni ezen. Ahelyett, hogy szembesegülne Gonerillel, szerencsésebb, ha Lear egy olyan lányt lát, aki megalázza őt – egy lányt, akit meg kell változtatnia.

A külső célpont

Az aktív célpont rajtunk kívül tárolja az energiát, így visszapatlanthatunk róla, reagálhatunk rá, töltekezhetünk belőle – a célpont külső akkumulátorunkká válik.

Ahelyett tehát, hogy azon morfondíroznánk, *„Mit csinálók én?”*, célravezetőbb azt a kérdést feltennünk: *„Mit csinál a célpont?”*, vagy még inkább ezt: *„Milyen cselekvésre készítet engem a célpont?”*

Az első kérdés elrabolja az energiát a célponttól, és az „én”-ben halmozza fel. Nem árt észben tartanunk, hogy a színész számára az „én” veszedelmes szó, célszerű óvatosan bánni vele. Többre megyünk azzal, hogy „engem”, „velem”, „rám”, „nekem”, és így tovább.

Minél több energiát hagy a színész a célpontban, annál szabadabb lesz ő maga. Ha viszont ellopja a célponttól az energiát, alkalmasint ő lesz az, aki lebénel. Ha Irina magához ragadja a célpontban munkálkodó erőket, és megpróbálja magában tartani őket, akkor leblokkol.

Irina millió dolgot elképzelve, amire a szerepe vágyik, többek között azt is, mi mindent szeretne Júlia megtenni Rómeóval. Lajstromba szedni, mi mindent akar Júlia Rómeótól, kétségkívül hasznos lehet a próbafolyamat kezdeti szakaszában. De Irina többre megy azzal, ha kitarja a képzeletét, hogy azt lássa, amit Júlia lát. És mit lát Júlia? Egy apát, akitől félnie kell, egy anyát, akivel meg kell küzdenie, egy jövőt, amit el kell kerülnie, és egy Rómeót, akit meg kell nyerni, meg kell szelídíteni, támogatni kell, figyelmeztetni, megijeszteni, felvidítani, fölfedezni, megnyugtani, megnyitni, le kell szidni, meg kell védeni, ösztö-

kélni kell, megnemesíteni, megzabolázni, felhevíteni, lehűteni, elcsábítani, visszautasítani és szeretni. Júlia számára a jelenet nem önmagáról szól vagy arról, hogy ő maga mit akar – számára a jelenet a különféle Rómeókról szól, akiket lát és akikkel meg kell birkóznia. Irina energiája nem belülről fakad, valamiféle sűrített, belső magból – az energia a külvilágból jön, mindabból, amit Júlia érzékel: a szellőből, amely a nyakát cirógatja, a házasságból, amelytől retteg, az ajkából, amelyekre vágyik. Minden a célpontból jön.

Mindebből világosan következik, hogy annak a színésznek, aki Rómeót játssza, olyanná kell formálnia az erkélyjelenetet, hogy az elsősorban Júliáról szóljon, ne pedig róla, Irinának pedig olyanná, hogy az Rómeó körül forogjon, ne pedig körülötte.

Gyakorlati értelemben tehát belső energiaforrás nincs. Minden energia a célpontból ered.

Nem csak egy

Irina tekintetének ettől még nem kell egyfolytában a partnerére tapadnia. Ha egy hosszú tengerparti séta közben folyton a beszélgetőpartneremet lesem, előbb-utóbb orra bukom. Úgy is beszélhetünk egymással, hogy közben máshová nézünk – a hírárokra, a sirályokra vagy a sziklamedencékre. Mindannyiunkkal előfordult már, hogy rossz híreket kellett közölnünk valakivel; ilyenkor rendszerint a kávénkba mélyedünk, elmerülten kavargatjuk, hogy a kellemetlen szemkontaktust elkerüljük. Azt jelentené ez vajon, hogy csak a kávé látjuk? Nem. Azt jelentené, hogy egyáltalán nem látjuk a kávé, mert folyton a másik elkomoruló arca lebeg előttünk? Nem. Egyszerre látjuk mindkettőt. Hogy erre miként vagyunk képesek, azt nem kell tudnunk. Elég annyit tudnunk, hogy célpont mindig van – előfordulhat, hogy egyszerre több is.

Kitérő: kísérlet hipnózissal

Még ha nem is vagyunk tisztában a konkrét célponttal, akkor is előteremtjük valahonnét. A képzeletünk kerüli az általánoságokat és az ismeretlent. Ha nem volna célpont, kénytelek lennénk kitalálni egyet mi magunk. Sigmund Freud írja le azt a kísérletet, amelyben a pácienseket hipnózis közben arra utasították, hogy egy adott jelre pöcköljék meg a fülüket. A suggesztió végeztével az alanyok fölébredtek, majd adott jelre engedelmesen megpöckölték a fülüket. Természetesen fogalmuk sem volt róla, hogy miért. Freudot az nyűgözte le, hogy amikor rákérdezett, az alanyok minden esetben előálltak valamilyen konkrét magyarázattal. Ilyesmiket mondtak: „*Mert viszkett a fülem.*” Ez két lehetőséget vet fel. Egyrészt elképzelhető, hogy inkább hazudunk, mintsem hogy beismerjük tulajdon irracionálisunkat. Másrészt úgy tűnik – és a színész számára ez a hasznosabb –, hogy csakis konkrét célpontokban vagyunk képesek gondolkodni... és ha nincs kéznél egy sem, akkor előteremtjük mi magunk!

Ami nem célpont

A célpont nem valamiféle elhatározás vagy szándék, se nem terv, indíték, törekvés, célkitűzés, fókuszpont, és nem is motiváció. A motiváció a célpontból fakad. A motiváció egyfajta magyarázat arra, hogy mit miért teszünk. Kétségkívül roppant érdekes vállalkozás kideríteni, „miért” tesszük ezt vagy azt a dolgot – a színészt azonban gúzsba köti, ha folyton azt kérdegeti, „miért”. Miért szeret bele Júlia Rómeóba? Csakugyan, miért? Képes megmagyarázni bármelyikünk is, miért szeretünk bele valakibe?

Ha egy módfelett segítőkész barátunk elmagyarázná, „miért” épp a választottunkba szerettünk bele, úgy éreznénk, hogy lekezel minket. A színész soha ne kezelje felülről a szerepét. Amikor

kimerítő magyarázatokkal szolgálunk a „miért”-re, abban a hitben ringatjuk magunkat, hogy kézben tartjuk a dolgokat. Egy biztos: ha Irina képes maradéktalanul megválaszolni a kérdést, akkor elsiklott a lényeg felett. Soha nem lehetünk száz százalékgig tisztában azzal, miért teszünk bizonyos dolgokat. De a „miért” veszélyeivel majd később foglalkozunk.

A célpont továbbá nem az, amire „összpontosítok” vagy „fókuszálok”. A „fókusz” félrevezető fogalom. Úgy hangzik, mintha rettentő sok köze lenne a célponthoz. De azt állítani, „*fókuszálok valamire*”, lényegileg különbözik attól, mintha azt mondanánk: „*megláttam valamit*”. Megéri az időt, hogy eltűnődjünk a különbségen. A célpontot muszáj meglátnom, míg a „fókusz” azt sugallja, hogy az én döntésem, figyelmet fordítok-e valamire vagy sem. A célpont a főnök, a „fókusz” afféle szolga. A színész számára kényelmesebbnek tűnhet megszabnia, mire fókuszáljon, ahelyett, hogy különböző célpontokra kelljen reagálnia. „Én döntöm el, mire összpontosítok” – a korlátlan irányítás ígérete kétségtelenül csábító. Csakhogy ez a mindenek felett való kontroll hosszú távon nem jó barát, mert arra hajlamosítja Irinát, hogy visszaforduljon önmagába. A fókusz megválasztása elzárja előlünk a külvilágot és annak minden éltető ingerét, mert visszahelyezi a színészbe mindazt az energiát, ami sokkal hasznosabb volna odakint.

Mielőtt tovább foglalkoznánk a kontroll veszélyeivel, érdeemes fontolóra vennünk egy kellemetlen döntést.

Az első kellemetlen döntés: koncentráció vagy figyelem

Ez tehát a színészre váró kellemetlen döntések közül az első. A dilemma olyan alapfogalmak között húzódik, amelyek kebelbarátoknak látszanak, holott valójában kioltják egymást. Pedig olyan hasonlóknak tűnnek – nem lehetne mindkettőt megtartani,

hogy minden eshetőségre bebiztosítsuk magunkat? Sajnos nem. Az egyikhez le kell mondanunk a másiktól. Tehát: koncentráció vagy figyelem. De véssük eszünkbe, hogy a koncentráció kioltja a figyelmet. Nem tudunk egy dologra odafigyelni, és ezzel egy időben koncentrálni rá. Ez az első kellemetlen döntés: koncentrálni vagy figyelni. A döntés a mi kezünkben van, a lényeg csak az, hogy mindkettőhöz nem ragaszkodhatunk.

Mielőtt azonban meghoznánk a döntést, érdemes mérlegre tennünk a következőket. A figyelem a célpontról szól, a koncentráció pedig rólam. Ha erősen koncentrálni kezdek egy tőlem független tárgyra vagy egy másik emberre, különös dolog történik. Fokról fokra egyre kevésbé látom azt a bizonyos másikat, végül csak azt fogom látni, amit látni szeretnék – ahogyan ez a másik ember a képzeletemben él. Végeredményben tehát rólam szól az egész. A koncentráció úgy állítja be magát, mintha a másiktól szólna, de ez nem igaz. Úgy tesz, mintha a külvilágra irányulna, de nem arra irányul. Azért részesítjük előnyben a koncentrációt a figyelemmel szemben, mert a koncentrációt ki-be kapcsolhatjuk. A figyelem merőben más. Megadatik nekünk, csak rá kell találnunk. Préselhetjük magunkból a koncentrációt rogyásig, annak tudatában, hogy a kedvünk szerint jön-megy. Pontosan ezért nem megyünk vele semmire. A figyelmet viszont nem tudjuk irányítani, ezért olyan hasznos, és ezért olyan ijesztő. De a koncentráció is lehet félelmetes. A koncentráció hatása ahhoz hasonló, mint amikor a mesebeli rémkastélyból próbálunk megszökni: akármilyen messzire futunk, rejtélyes módon mindig ugyanott kötünk ki, ahonnan elindultunk.

Nincs semmi, amit Irina képes volna megtermelni pusztán önmagából. Nincs a kreativitásnak valamiféle belső magja, amit addig stimulálhatna, amíg megoldást nem gyárt a problémáira. Nem állíthat elő érzéseket, nem tervezhet meg gondolatokat.

Hát akkor mit tehet? Mindössze annyit, hogy meglátja a dolgokat és odafigyel rájuk.

Roppant dühítő, de Irina nem csikarhatja ki magából erővel ezt a bizonyos figyelmet. Hozzánk hasonlóan ő is legfeljebb csak arra veheti rá magát, hogy *ne* lásson: elvakíthatja magát. Arra is rákényszerítheti magát, hogy „megnézze” a dolgokat. Csakhogy valamit „megnézni” egészen más, mint valamit „meglátni”. Ez a megkülönböztetés „látás” és „nézés” között kulcsfontosságú a színész számára. A „megnézni” azt sugallja, hogy én szabom meg, mire fókuszálok. A „meglátni” azt jelenti, hogy észreveszem, ami már eleve ott van. Anélkül is ránézhetek valamire, hogy meglátnám, mint a gatyátlan plébános esetében. A látás magában rejtja a lehetőséget, hogy amit látok, az meglepetésként ér – hogy egész más lesz, mint amire számítottam.

Éhség

Képzjük el, hogy éhesek vagyunk, és nincs otthon ennivaló. Mindegy, hányszor kutatjuk át a hűtőt, akkor is üres marad. Egyetlen hely van, ahol ételhez lehet jutni: odakint. Ha bent maradunk, éhen halunk, akármennyit is kotorászunk a hűtő polcain. A színész számára „látni” annyi, mint kimenni. Otthon minden olyan biztonságosnak tűnik, az utcán minden olyan ijesztő. Csakhogy ez tévedés.

Odahaza nem biztonságos – csak az utcán biztonságos. Ne menjünk haza.