

Strejčková, Hana

## **Tělo, hercův nástroj**

*Theatralia*. 2023, vol. 26, iss. 2, pp. 117-136

ISSN 1803-845X (print); ISSN 2336-4548 (online)

Stable URL (DOI): <https://doi.org/10.5817/TY2023-2-8>

Stable URL (handle): <https://hdl.handle.net/11222.digilib/digilib.78986>

License: [CC BY-NC-ND 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

Access Date: 21. 02. 2024

Version: 20231130

Terms of use: Digital Library of the Faculty of Arts, Masaryk University provides access to digitized documents strictly for personal use, unless otherwise specified.

# Tělo, hercův nástroj

## The Body, The Actor's Instrument

Hana Strejčková

### Abstrakt

Studie se zamýšlí nad průsečíky dvou systémů herecké přípravy 20. století. Komparace novátorských postupů Vsevoloda Emiljeviče Mejercholda a systematického metodického přístupu k divadelní pedagogice Jacquese Lecoqa poukazuje na styčné body tréninkových schémat. Ačkoli oba průkopníci od sebe dělila vzdálenost, období praxe i odlišné životní zázemí, snažili se oba vyvinout novou gramatiku pohybu, efektivní koncept pro jevištní práci, ve kterém se herec, který mistrně ovládá své tělo, stane nejvýraznějším komponentem divadelního představení. Výzkumné šetření Divadelní biomechaniky V. E. Mejercholda a Analýzy pohybu dle J. Lecoqa se metodologicky opíralo o postupy kvalitativní komparativně-deskriptivní evaluace a PBR (*Practise Based Research*).

### Klíčová slova

Divadelní biomechanika, Analýza pohybu, Vsevolod Mejerchold, Jacques Lecoq, fyzická příprava herce

### Abstract

The study considers the intersections of two systems of 20<sup>th</sup> century acting training – Vsevolod Meyerhold's innovative methods and Jacques Lecoq's systematic methodical approach to theatre pedagogy. The article highlights the points of contact between the two training schemes. Although the two pioneers were separated by distance, periods of practice, and different backgrounds, they both sought to develop a new grammar of movement, an effective concept for stage work in which an actor, who masterfully controls the body, becomes the most expressive component of a theatrical performance. The research of Meyerhold's Theatrical Biomechanics and Lecoq's Movement Analysis was methodologically based on the procedures of qualitative comparative-descriptive evaluation and Practice Based Research.

### Key words

Theatrical Biomechanics, Movement Analysis, Vsevolod Meyerhold, Jacques Lecoq, physical acting training

---

Výzkum byl podpořen z grantu uděleného v rámci projektu Zvyšování kvality grantových schémat na AMU, reg. č. CZ.02.2.69/0.0/0.0/19\_073/0016938, spolufinancovaného Evropskou unií z Operačního programu Výzkum, vývoj a vzdělávání.

*Zrození herce? Ne, herec se musí vyšlechtit!*<sup>1</sup>

Vsevolod E. Mejerchold

*Život je neustálý pohyb, nerovnováha zachycená v pevném bodě.*<sup>2</sup>

Jacques Lecoq

[ yorick ]

V evropském divadle se od druhé poloviny 19. století vedle dramatických autorů výrazně upevňovala pozice režiséra (KOTTE 2022: 323). Nezřídka se okolo vůdčích osobností soustředily jak konzervativní, tak experimentující kolektivy, které vytvářely podmínky pro utváření ansámblového herectví, jakožto základu jedinečného uměleckého díla, kterým se stala inscenace. V tomto období také zesilovalo volání po systematické výchově herců, divadelní pedagogice (MISTRÍK 2006: 54). Ve dvacátých letech 20. století začaly v kultuře těla obecně převládat tendence k terminologickému sjednocování těla a jeho exprese, k pojmenovávání gramatiky tělesného pohybu, k analýze pohybového kontinua. V tanečním, hereckém i mimickém odvětví vznikaly slovníky, abecedy pohybu, školy a systémy, které charakterizovaly tělesný pohyb jako umělecký materiál a tělo jako nástroj k dosažení výkonnostní a estetické harmonie. Pohyb, tělesné projevy byly strukturovány a organizovány do vyšších celků a mezi mnoha jinými průpravnými systémy vykrytalizovala Mejercholdova Divadelní biomechanika a později Lecoqova Analýza pohybu.

Ruský divadelní reformátor Vsevolod Emiljevič Mejerchold (1874–1940), přední osobnost ruské avantgardy a jeden z významných průkopníků tělesné herecké přípravy, ve své době, která herectví nezřídka vnímala jako sošné deklamační umění či jako sestup do emočních hlubin (HYVNAR 2011: 11) a někteří pak význam herce<sup>3</sup> na jevišti dokonce zpochybňovali (RIBI 2008: 65), cítil nevyhnutelnost změn, usilujících o „zdivadelnění divadla“ (HYVNAR 1996: 87–165). Byl si vědom určité divadelní krize, kterou způsobovala staticita, předstírání a dominance slov. Scénické dění podle něj postrádalo dynamiku, vnitřní energii hry, fyzickou akci (MARTÍNEK 1963: 126). Nadužívání verbálního projevu potlačovalo plastickou povahu divadla, neboť podle Mejercholda (a totéž tvrdí i Lecoq ve své pedagogice) mělo slovo vyjadřovat pouze nevyhnutelná sdělení. „Pohyb, tanec, rytmické změny v zaplňování divadelního prostoru gestem jsou stejně působivými prostředky jako slovo“ (HONZL 1928: 40). Svými inscenacemi, v nichž se odklonil od psychologie a duchovní stránky herectví, a především pak se scénickým uplatněním konstruktivismu a využitím principů biomechaniky, výrazně přispěl k proměně dosavadního divadelního paradigmatu.

Francouzský divadelní pedagog Jacques Lecoq (1921–1999) svou činností již vstoupil do éry obrozující tělesný potenciál herce. Ve druhé polovině 20. století mohl těžit

1 (POLIŠČUK a SARABJAN 2017: 316).

2 (LECOQ 2016: 9).

3 Z důvodu srozumitelnosti a úspornosti sdělení volím nejobecnější označení ‚herec‘. S vědomím terminologické genderové nevyváženosti to však neznamená a ani nenaznačuje jakákoli genderová (a jiná) ohraničení obou systémů.

z vyzkoušených a ověřených principů svých předchůdců. Ideově navázal na novátorské snahy režiséra a pedagoga Jacquese Copeaua, jenž přistupoval k obnově divadelnosti celostním přístupem s důrazem na kvalitní hereckou výchovu, jejímž základem byla všestranně vedená psychofyzická průprava. Lecoqova pedagogika se zaměřuje nejen na rozvoj hereckých dovedností fyzickým výcvikem a porozumění tělu v pohybu, ale také ve všech ohledech učí divadelní tvorbě a kreativité (MURPHY 2019: 6).

Oba, ve své době a profesním zaměření inovátoři, Mejerchold a Lecoq, usilovali o herce živého, kreativního, komunikativního a schopného precizního, úsporného fyzického projevu. Herecké průpravné techniky ruského režiséra a francouzského pedagoga, obdobím svého vzniku od sebe vzdáleny přes tři desítky let a na vzdálenost více jak tři tisíce kilometrů, nezačínaly u introspekce, ale shodně u pozorování a strukturovaného pohybového tréninku. Režisér i pedagog čerpali inspiraci z italské komedie dell'arte a ze zkušeností s maskou, z antického divadla a orientálního umění. Obraceli se k pouliční divadelní tradici, poetice balagánu, velkým dramatickým teritoriím, cirkusu a sportu. „Mejerchold hledal samotnou esenci hry a divadelního pohybu, praobraz divadla, které by se nepodřizovalo literatuře, ale umožňovalo svobodnou interpretaci textu. A k tomu potřeboval herce-komedianta, který uměl improvizovat nebo používat masku“ (HYVNAR 2011: 153).

Mejerchold, obdobně jako Lecoq, si byl vědom svých předchůdců i soupeřů, kterým byl například Konstantin Sergejevič Stanislavskij, s nímž spolupracoval jako herec v rámci MCHT (Moskevského uměleckého divadla), dále se opíral o myšlenky Adolpha Appii, Georga Fuchse, Maxe Reinhardta. Obzvlášť se však netajil duchovní přízní k Edwardu Gordonu Craigovi, jenž odmítal zastaralé divadelní návyky<sup>4</sup> a věřil hlavně v umělecké scénické výkony. A aby jich bylo možné dosáhnout, domníval se Mejerchold, že je nutné usilovat o ekonomii a stylizovaný jevištní pohyb jako plnohodnotnou inscenační složku (BRAUN 1986: 25). Systém Divadelní biomechanika, jehož pilířem jsou Etudy, byl jednou z cest legalizace herecké techniky založené na důmyslné tělesné přípravě a hře<sup>5</sup>. Referenčním bodem Lecoqovy pedagogiky, která je základem pro styl „akční mim“ a celkově dramatickou tvorbu, je Analýza pohybu, jejíž nedílnou součástí je Dvacet pohybů.

Každý ze systémů podporuje hereckou všestrannost s důrazem na koordinované, pružné, silné a zdatné tělo, imaginaci a spontaneitu. Shodně vyžadují fyzickou připravenost, neboť v každém pohybu má být zapojeno celé tělo, naprostou angažovanost a tělesnou paměť, cit pro rytmus, smysl pro hru, povědomí o prostoru a partnerovi (subjektu i objektu). U Mejercholdových Etud i Lecoqových Dvaceti pohybů se jedná o neměnnou sestavu postojů a tělesných akcí, podobně jako jsou například v hudbě stupnice, ve kterých je třeba se vycvičit a neustálým opakováním se zdokonalovat. Jsou esencí divadelnosti, sdružují v sobě příklady funkčních divadelních principů a od počátku sloužily jako nevyhnutelný předstupeň k jevištní přítomnosti. „Etudy měly naučit

4 Mejerchold vzhlížel ke Craigovi i v základním pojetí herce, viz metafora: „Nadloutka je herec plus oheň a minus egoismus: oheň bohů a démonů, bez dýmů a výparů smrtelnosti“ (CRAIG 2006: 11).

5 „Hra herce byla pro Mejercholda kvalifikovanou prací, při které se zpracovával tělesný materiál“ (HYVNAR 2011: 155).

žáky orientaci v prostoru, soustředění, pružnosti těla, uvědomění si těžiště, schopnosti vytvářet výrazné postoje, umění výrazu očí a rukou, uvědomění si každého drobného pohybu, který měl rezonovat v celém těle a ve všech jeho částech“ (HYVNAR 2011: 159). Podobně tak Lecoq zastával názor, že hlavními principy Analýzy pohybu jsou: expanze a redukce, dech a vyvažování nerovnováhy.

Herec v systému Divadelní biomechaniky směřuje co nejrychleji k dosažení cíle a volí nejekonomičtější výrazové prostředky. Jeho postup začíná zvnějšku, poté přibírá intuici a skrze fyzickou akci, zahrnující obsah, ideu a energii ‚otiskuje‘ sdělení do prostoru. Základem Analýzy pohybu je pak odvíjení fyzické exprese od vztahu lidského těla a přírody, tělesnosti a každodenní reality. „Například, uváděním objektů nebo barev do pohybu lze vyvolat emoce. [...] V rámci hereckého výcviku Lecoq využívá své porozumění vzájemnému vztahu pohybu a emoce, aby u herce-tvůrce dosáhl toho, co považuje za cíl divadla: prostřednictvím pohybu divadelně ztvárnit život“ (MURPHY 2019: 89). Skrze pohybové trajektorie, které ústí do gest a postojů, proudí emoce, zobrazují se vášně, tělo v prostoru koná, chová se a jedná. V pohybovém divadle se dle Jana Hyvnara předpokládá, že dramatická chápání jako základní existenciální kategorie vzniká napětím mezi dvěma silami, mezi nutností a svobodou mezi „jsem jedním“ a „jdu“ (HYVNAR 2021: 102). Pro vznik emocí v rámci obou hereckých průpravných systémů jsou primárně uplatňovány fyzické předpoklady, jako například síly „tahat“ a „tlačit“, „jsem tažen“ a „tlačím“, „táhnu“ a „jsem tlačěn“, atp. K Lecoqově geometrickému světu siločar se základním principem „tahat“ a „tlačit“ je možné najít analogii v abstraktním umění, jako například v tvorbě Jacksona Pollocka, který jako by vznášel požadavek na různost úhlů pohledu, na vrstvení materiálů a udržení řádu v chaosu.

## Tvárný a tvůrčí aparát

Každé tělo je souhrnem svých možností. „Studium lidské anatomie mi umožnilo vyvinout analytickou metodu fyzické přípravy zaměřenou na expresivitu a citlivé využití potenciálu každé části těla pro dramatickou akci či hru: chodidla, nohy, boky, hrudník, ramena, krk, hlava, paže, ruce“ (LECOQ 2002: 69). Francouzský pedagog plně respektoval, že každý má „své tělo“, které jako takové vlastním způsobem vykazuje schopnosti, uplatňuje dovednosti, je ovlivňováno zdatností, vůlí a samozřejmě zdravotní kondicí, psychickou vyzrálostí a aktuálním stavem. „Mejerchold [se] snažil objevit zákonitosti hercova pohybu ve scénickém prostoru a experimentem chtěl odhalit ‚mechanickou pružinu dynamického projevu‘“ (MARTÍNEK 1963: 229). Pro ucelení obrazu z hlediska pojmu mechanika a anatomie pohybu je možné pohybový systém rozložit na podpůrný, výkonový, řídicí, zásobovací. Podpůrný systém zahrnuje skelet, klouby, vazy a v součinnosti s výkonovým (svalovým) je mechanickou bází pohybu. Centrální složkou motoriky jsou svaly, ve kterých dochází k přeměně chemické energie na mechanickou a díky tomu tělo generuje síly, které ho buď uvádí do pohybu (akce), anebo dokáže podržet ve stabilní pozici (aktivní nehybnost). Za řízení pohybových

funkcí pak zodpovídá nervový aparát, který vnímáním vyhodnocuje, na jaké podněty tělo pohybem zareaguje. Logistiku po vnitřní infrastruktuře pohybových funkcí zajišťuje zásobovací systém (VÉLE 2006).

Pro Mejercholda i Lecoqa bylo připravené tělo nejen primárním předpokladem dispoibility herce s chřením a vůlí, ale také objektem zájmu, instrumentem k výkonu, materiálem pro zpracování. Herec obou systémů musel přijmout, že základem je umět ekonomicky a funkčně organizovat tělo v prostoru, reagovat vůči gravitaci, tematicky jej modifikovat ve vztahu ke všemu okolnímu, dále distribuovat síly a energii tak, aby z linie jeho pohybu vyvěrala čitelnost, geometrická čistota a aby gesto ve smyslu „aretačního“ momentu (PAVIS 2003: 165) a postoje vycházely z ukotvené motivace, na základě i výše zmíněného vztahu sil. V obou případech je nezastupitelný princip kontrastu – tj. využití navzájem protilehlých nebo dokonce si odporujících trajektorií pohybů, například působení rezistence a tahu vpřed, nebo odporu a tlaku vzad.

Jednoduchým příkladem pro představu gestického nebo rytmického kontrastu může být situace, v níž se herec se vši energií a vůlí chce rozběhnout, ale nemůže se „odlepit“ od země. Pro vytvoření autentické tělové zkušenosti se například v obou zmiňovaných systémech pracuje nejprve ve dvojici, kdy se první herec snaží jít vpřed, zatímco druhý ho drží oběma rukama za boky a táhne zpět. První se dostává do náklonu, druhý, i když má pokrčené nohy v kolenou, udržuje vertikálu. Napětím protichůdných sil, současným působením jeden na druhého, vzniká dynamický bod nehybnosti<sup>6</sup>, v němž ale paradoxně pohyb neutichá, nýbrž graduje s narůstající intenzitou sil „tahat“ a „tlačit“. Podle Evy Kröschlové jde v tomto případě o pauzu v napětí, která navenek působí jako zastavený pohyb, jenž však dál proudí uvnitř.

Výdrže jsou užitečné v pohybovém tréninku nejen pro pěstování rovnováhy, ale rovněž pro vnitřní kontrolu vnějšího obrazu těla, pro schopnost sledování pravidel správného držení a zejména pro pěstování prostorového citu v trojrozměrné konfiguraci všech částí těla a jejich zaměření do různých směrů cvičebního prostoru. (KRÖSCHLOVÁ 2015: 137)

Analýza pohybu pracuje s vizualizací růžice sil ve směru vertikály, horizontály a sagitální osy (přeneseně určují výšku, šířku a hloubku). Mejerchold pohyb vedený z periferie k centru a shora dolů nazýval soustředným, ústil například do schoulení a jiných zavřených pozic. Druhý základní směr asocioval otevřenost, pojem excentrický charakterizoval pohyb zdola nahoru a zevnitř vně.

Celostní přístup k fyzické a mentální aktivaci herce byl v obou sledovaných školách veden s důrazem na nezbytnost kontinuálního tréninku. Cílem bylo dosažení pokroku ve smyslu přijetí techniky do takové míry, až se z viditelně uplatňované stane citelná, tj. ne na první pohled zjevná či nadřazená ostatním rovinám divadelní exprese. Obousměrná transpozice neviditelného ve viditelné je podle kognitivní teatroločky

6 V orientálním divadle je umění nehybnosti, konkrétně dynamické přerušování pohybu na vrcholu napětí, mistrovstvím. Nehybnost se děje v těle, ne tělem (BARBA a SAVARESE 2000: 64).

Maiyi Murphy dotykem samotné podstaty divadla – divadelnosti (MURPHY 2019: 89). Všechna cvičení obou systémů (od průpravných cviků po pohybové partitury, Etudy a Dvacet pohybů) sledují cíl a účel (záměr a důvod). Mají definovatelné postupy a využívají systémově ověřené prostředky. Je zřetelné, co rozvíjet, čemu věnovat pozornost a jak implementovat získanou dovednost do vyšších celků a posléze do scénické praxe. V rovině tělesné jde o strukturované budování pevné fyzické konstituce a současně o trénink maximálně flexibilního nástroje, aby trénované tělo zaručovalo herci vědomé a přirozené působení na scéně. Díky průpravnému systému by herec měl mít pod kontrolou svůj celkový projev (vnitřní stabilita, psychická odolnost). Žádný pohyb neměl klesnout na úroveň klíšé<sup>7</sup>, prázdné nápodoby nebo viditelně snadného řešení. Veškeré dění, chování, konání a jednání na scéně mělo obhájit svůj význam a být zcela oproštěno od letmých, zbrklých, nadbytečných či dokonce mimoděk realizovaných pohybů, tzv. „plevele“. Jakýkoli pohyb včetně aktivní nehybnosti (Mejerchold) či pevného bodu (Lecoq) měl mít své opodstatnění. Ani během tréninku by herec neměl upadat do mechanické repetice či manipulace, tzv. zvyknout si nebo se spokojit s pocitem „to stačí“. Naopak by se měl se zapojením imaginace ke studované frázi či etudě nebo akci nesčetněkrát vracet a prohlubovat ji na všech úrovních těla, a to nejprve s upřenou pozorností na každou část zvlášť a postupně se soustředit na jejich spojování. Oba systémy totožně předpokládají překračování osobních limitů a posouvání tělesných hranic. Kladou důraz na nosnost fyzické exprese trénovaného těla, radost z pohybu a významně pak najevo vystupuje nedostatečnost výlučného estetického traktování těla.

## Divadelní biomechanika: V každém pohybu je zakomponováno celé tělo

Divadelní biomechanika dle Mejercholda byla koncipována jako soubor cvičení, který poskytoval klíčový základ pro hereckou přípravu v duchu technologické estetiky a účelovosti. Vlastním systémem vyhlásil „režisér divadla budoucnosti“ (POLIŠČUK a SARABJAN 2017: 314) boj hereckým šablonám, přehánění, psychologickým pauzám a falešným gestům. Mejerchold cílevědomě reagoval na divadelní statiku, mrtvolnou deklamaci, rutinní přístup. Za výchozí stavební zdroje systému se obecně uvádí vědecký přístup k efektivitě pohybu v industriálním prostředí Fredericka Winslow Taylora, reflexivní teorie emocí Williama Jamese, jistou souvislost lze dále najít i s experimenty Vladimíra Bechtěreva a tezí Ivana Petroviče Pavlova, že každý psychický stav je vyvolán určitými fyziologickými procesy (MISTRÍK 2003: 74; HYVNAR 2011: 156; FENSHAM 2021: 100). Průpravný (modernistický) koncept „nového herce“ vznikl od první dekády 20. století. Termín biomechanika Mejerchold však zveřejnil až v roce 1921, do té doby o ní hovořil jako „technice scénických pohybů“ (MISTRÍK 2003: 74). A poprvé tento koncept veřejně prezentoval dne 25. dubna roku 1922 v rámci premiéry inscenace Fernanda Crommelyncka *Velkolepý paroháč*. „Trojice herců, kterým se říkalo

7 I s vědomím toho, že každá kultura má svou vlastní soustavu klíšé (BROOK 2004: 162).

*Il-Ba-Zaj* (Igor Iljinskij, Maria Babanová, Viktor Zajčikov), bez líčení a v pracovním oděvu jako cirkusoví artisté, poletovala a honila se po plošinkách a konstrukcích, které naznačovaly větrný mlýn. Hrlo se v prudkém tempu moderní doby a revolučních proměn“ (HYVNAR 2011: 154). Za druhý důležitý inscenační milník ve vztahu k Divadelní biomechanice považují *Tarelkinovu smrt* podle Suchovo-Kobylyna, poprvé uvedenou dne 24. listopadu 1922, v níž Mejerchold těsněji provázal význam objektu, scénografii pojal jako výzvu k akci a spoléhal na hereckou agilitu. Ačkoli se v předchozí uvedené inscenaci celé etudy zprvu objevovaly, v následující ustoupily do pozadí a staly se pouze součástí hereckého tréninku. Ve scénické praxi přetrvávaly jen některé principy, jako například tak důležitý *otkaz* (odvratný pohyb, tj. pohyb v protikladném směru).

Po zatčení Mejercholda a jeho odsouzení k trestu smrti se Divadelní biomechanika nesměla v zemi vyučovat ani praktikovat. Znovu oživení „zakázané“ techniky ve vlasti svého vzniku přišlo až v sedmdesátých letech, a to velmi omezeně a v částečném utajení. V roce 1972 došlo na osudové setkání Valentina N. Plučka<sup>8</sup> a Nikolaje G. Kustova<sup>9</sup>, díky kterému se Mejercholdova metodika, byť lokálně a s minimální účastnickou základnou, oživila. Její opětovný, avšak stále pozvolný návrat do širší divadelní praxe je možné vysledovat až s obdobím perestrojky, opravdu velký zájem se rozrostl teprve po rozpadu Svazu sovětských socialistických republik.

Náročný trénink, odklánějící se od tehdejší převažující metody psychologického herectví Stanislavského, sestával nejen z průpravných cvičení Divadelní biomechaniky, ale z celostní fyzické aktivizace, která zahrnovala disciplíny jako gymnastiku, jízdu na koni, atletiku, box, tenis, lyžování, šerm, žonglování, tanec, step, scénický pohyb a další. Uchopení nových divadelních principů a prověřování tělesné připravenosti pak ústilo v co nejpřesnější, ve smyslu výrazově úsporné, provedení etud. Etuda je označením pohybové věty, jež je extraktem divadelních principů a funkční fyzické exprese ve vztahu k narativu. Vyabstrahovaná paralela k samotnému divadelnímu konání byla koncipována jako tematizovaná akce s jasným počátkem, přesnými fázemi a zřetelným koncem, jako například *Skok na hrud' partnera*, *Kůň*, *Pila*, *Hra s dýkou*, *Pád na kolena* a další. Etudu vykonával buď samostatně každý sám za sebe (například *Hod kamenem*<sup>10</sup>, *Střelba z luku*), i když nezřídka v rámci skupiny či na geometricky vymezeném prostoru (po kruhu, čtverci či na stole atp.), anebo v partnerství (na-

8 Valentin Nikolajevič Pluček (1909–2002) byl dlouholetým spolupracovníkem Mejercholda a členem jeho herecké skupiny až do jejího rozpuštění. V roce 1957 se stal ředitelem moskevského Divadla Satiry. Mj. jeho bratrance byl Peter Brook.

9 Nikolaj Georgevič Kustov (1906?–1976) byl dlouholetým spolupracovníkem Mejercholda, členem jeho herecké skupiny v letech 1920 až 1938. Na konci dvacátých let si získal Mistrovu důvěru a byl pověřen vedením tréninků Divadelní biomechaniky. Po Mejercholdově odsouzení odešel do ústraní, ale stále patřil mezi nejvýraznější následovníky Mejercholdova systému. V roce 1972 byl osloven Valentinem Plučkem (trazuje se, že se náhodně potkali na jezdících schodech moskevského metra) k vedení pravidelných tréninků herců v moskevském Divadle Satiry. Když v srpnu v roce 1976 náhle zemřel, navázali na jeho práci dva z jeho nejsnaživějších studentů Gennadij Nikolajevič Bogdanov a Alexej Levinskij.

10 Etuda *Hod kamenem* patří mezi úplný základ Divadelní biomechaniky. Jejím prostřednictvím si herec uvědomuje nezbytnost fyzické kondice a tělesné pružnosti, prostorové orientace, stability a potřeby absolutní sebekontroly. V každé své fázi je přesným příkladem Mejercholdovy triády: záměr, výkon a reakce. Pro trénink časování akce byla etuda ztvárněna na Chopinovu skladbu.



příklad Přenášení břemene, Políček, Bruslaři), v němž se každý herec učil obě role stejnou měrou.

Pro představu heslovitě popíši etudu<sup>11</sup> s názvem Střelba z luku. Ta sestává z dvaceti devíti fází: Přípravené tělo. Daktyl. Otočka. Pohled a gesto k místu, na kterém leží luk. Protipohyb. Sehnutí se pro luk. Úchop luku. Příprava na zdvih luku. Pomyslný luk je držen levou rukou. Kontrola. Herec postupuje levým ramenem vpřed. Když spatří cíl, zastaví se, udržuje rovnováhu na obou nohách. Protipohyb. Pravá ruka rychle opíše oblouk, aby dosáhla na záda do pomyslného toulce pro šíp. Pohyb ruky působí na celé tělo a ovlivňuje jej natolik, že dojde k přesunu rovnováhy na zadní chodidlo. Ruka za zády vytahuje šíp. Otočení ruky ve vzduchu. Protipohyb k roztažení ramen. Roztažení ramen. Rovnováha je přenesena na přední nohu. Kontrola. Zamíření – pohled. Těťiva luku je jako by natažena a rovnováha se opět přesune na zadní nohu. Šíp je vystřelen a etuda je zakončena výskokem, výkřikem a zastavením v pevném postoji. „Toto cvičení z Mejercholdovy biomechaniky není jen ukázkou rovnomocnosti, ale také předvádí, jak jedním z jeho cílů byl sled proměn lučištníkových postojů, které vyústily ve skutečný tanec rovnováhy“ (BARBA a SAVARESE 2000: 100).

Etudy dodnes zahajuje rytmický prvek, tzv. daktyl<sup>12</sup>, který uvádí tělo do stavu připravenosti před akcí, v případě kolektivní partitury je jeho další funkcí sjednocení všech zúčastněných v „jedno tělo“. Interpreti, stejně jako nástroje orchestru, nefungují izolovaně, ale jsou součástí větší (nadřazené) umělecké produkce. Ale současně to poukazuje na důležitost každé jednotlivé role v rámci ní: jsou to jedinečné zvuky jednotlivých nástrojů, které spolupracují na vytvoření orchestrálního hlasu“ (SKINNER 2013: 57). Zamíření akce motivuje mentální cíl, k němuž herec spěje, Mejerchold jej označuje slovem *točka*. Existuje však i příbuzný prvek, tzv. *točka* na čtyřech. Jde o tělesnou pozici, v níž se ruce i nohy dotýkají podlahy. Levá ruka je ve vyšším postavení nad úrovní hlavy, pravá ruka je níže. Páteř je v rovném protažení s tělem, které je v paralelním postoji k podlaze na čtyřech nosných končetinách. Jde o dynamickou nehybnost, která je přípravou k odrazu pro změnu pozice. Tělo je nutné organizovat tak, aby i při přeskoku mezi výškově rozdílnými povrchy, například z bedny, ze schodu, stolu na zem, stále drželo geometrické linie a neztratilo pružnost. Fyzickou paralelou k mentální *točce* je pak v biomechanice *stojka*<sup>13</sup>, postoj v napětí. Lecoq jej shrnuje pod

11 Dle vlastních zápisků, pořizovaných v roce 2022 během výcviku Divadelní biomechaniky pod vedením Mistra Gennadije Bogdanova v Centro Internazionale Studi di Biomeccanica Teatrale v Perugii.

12 Nejjednodušší je představit si daktyl jako metrický náčrt verše s jednou nepřízvuknou a dvěma přízvuknými slabikami. Tento rytmus je pak znázorněn tělem. Zahajuje se v postoji, kdy nohy jsou rozkročeny na šíři pánve a ruce jsou podél těla dlaněmi otočenými k nohám. Následuje *otkaz*, při kterém ruce následují lokty vzad a teprve pak s nádechem zamíří prsty vzhůru, aby hned klesly s předklonem trupu směrem k podlaze a dvakrát o sebe tleskly. Tělo se opět napřímí.

13 Mejercholdova *stojka* je postoj, jehož je možné dosáhnout buď plynulým přechodem z fyzického výkonu, anebo náhle skokem. I skok do *stojky* v systému Divadelní biomechaniky však podléhá pravidlu. Pohybová fráze, jež netrvá déle jak několik sekund, má tyto fáze: paralelně strukturovaný postoj, protipohyb jako aktivizace rukou a nohou, odraz od chodidel a vertikální vedení dráhy pohybu, při kterém ruce v napřímění směřují vzad. Dále se heslovitě postupuje přes: udržení vertikální osy koordinací zpevněného těla a rukou, přesné vedení trajektorie vzletu, pevný dopad s plnými chodidly zacílenými do směru vpřed, symetrie a přirozené napětí v celém těle, propnutí prstů u rukou a dlaně otočené ke stehnům, živý pohled.

obecným názvem *l'attitude* (postoj), nebo *l'état du corps* (tělesný stav) a tuto zkušenost herec například získával v práci s neutrální maskou nebo při tréninku fráze Turniket<sup>14</sup> z Dvaceti pohybů.

Dále je v etudě a principech biomechaniky zastoupen protipohyb, určitý typ před-gesta, terminologicky *otkaz*, jenž může být vnímám jako analogie k Lecoqovu odvratnému pohybu<sup>15</sup> označovanému jako *akcent*. Proud silné energie, motor k vykonání záměru, hlavní sdělení, nazval Mejerchold slovem *posyl* (nasměrování) a ten odpovídá Lecoqovu pojmu *elán* (dynamika). Struktura či posloupnost akce (situace) se pak dle Lecoqa organizovala na principu *la gamme* (stupnice, škála). Mejercholdův termín *ra-kurs* (úhel pohledu, perspektiva) vedl k hereckému zvědomení divákova úhlu pohledu na akci. Za všech okolností se pak tělo seskupuje kolem vnitřního výchozího bodu pohybu nazývaném *gruppirovka* (seskupení), které Lecoq zpřesňuje jako *centrum*. Součástí biomechanického slovníku je dále *tormoz* (brzda) čili vědomě vedená proměnlivost rytmu neboli „(za)brždění během akce“, které povzbuzuje divákovu pozornost k následujícímu vývoji situace.

Mejerchold kategorizoval základní divadelní akce pomocí pojmů *namereníje*, *osuš-čestveníje*, *reakcija*. „N“ znamenalo *záměr*, „O“ označovalo *provedení* či naplnění záměru, výkon a „R“ *reakci* či přípravu na přechod do dalšího cyklu. A tento třístupňový cyklus hercovy práce byl dále strukturován na další úrovně od mikro-gestiky po makro-fyzickou texturu a podtrhoval charakter svého systému jako akční herectví, kde vše silové podléhá jednotným zákonům mechaniky. Byl přesvědčen, že divadlo lze definovat především účelným pohybem a že jedinečnost každého herce tkví v dokonalém obeznámení se s mechanikou vlastního těla, jehož dominantou je opora ve svém centru, znalost těžiště a zákonitostí rovnováhy, bezchybná tělesná koordinace a orientace v prostoru. Tvrdil, že kreativita herce je tvůrčím souhrnem plastických forem v prostoru a že znalost tělesné mechaniky je proto naprosto nezbytná, aby mohl být fyzický projev povýšen na významotvornou rovinu. Dále, že gesto je jednou z nejvýznamnějších jednotek hercova pohybového repertoáru, neboť je to právě gesto, kterým oslovuje a obrací se na diváka (FENSHAM 2021: 101).

Biomechanický systém obsahuje dvanáct až třináct bodů, které jsou pro herce nezbytné, aby poznal svoje možnosti, naučil se jich správně využívat a dovedl je podřídit poslání představení, s jejich pomocí hovořil k divákovi. [...] Biomechanika – to je jen prostředek, má připravit herce na jeviště, podobně jako hlasová výchova – dikce, hlasová a dechová cvičení, zpěv – mají mu pomoci zvládnout slovo. [...] Biomechanika dává herci možnost, aby svůj výkon plně ovládal a řídil, našel správný kontakt s hledištěm i s partnery, uvažoval o perspektivě úlohy. (MEJERCHOLD et al. 1962: 45–46)

14 Lecoqova fráze *Turniket* začíná v postoji samuraje, při kterém má herec rozkročené nohy v rozsahu cca devadesáti stupňů. Chodidla tlačí do země, kolena jsou ohnutá. Impuls vychází z pánve, odraz z jednoho chodidla. Noha se poté odlepí od země a napomáhá rotaci celého těla o sto osmdesát nebo tři sta šedesát stupňů. Finální postoj koresponduje se zahajovacím.

15 Termín ve svých přednáškách studentům filmové režie užívá také Sergej Michajlovič Ejzenštejn (1898–1948).

Ve své divadelní práci dospěl k dodnes nejčastěji komunikovanému a velmi zobecnovanému závěru, že se v herci nachází jak organizátor, tak organizovaný (tj. umělec a materiál). Tvrzení je deklarováno vzorcem, který charakterizuje herce jako rovnici, kde součet  $A1 + A2 = N$ , kde  $N$  je herec,  $A1$  je konstruktér, koncipující a dodávající úkoly pro realizaci plánu a  $A2$  je tělo herce, účinkujícího, jenž prakticky realizuje zadání konstruktéra. Úkolem herecké hry je tak realizace určitého zadání. Od herce je vyžadována úspornost výrazových prostředků k zaručení přesnosti pohybů, čímž dospěje k efektivnímu splnění úkolu čili naplnění představ režiséra. Nalezením adekvátní fyzické reakce na určitý podnět, s tím vědomím, že samotné gesto je nejen výrazem vnitřního světa, ale má obrovskou moc uvést do pohybu celé tělo, se herec dostává do stavu, který se v systému nazývá *vzrušivostí*. Díky ní a *rozhodnosti* přitahuje divákovu pozornost a publikum přistupuje na hercovu hru. Citová vzrušení, která jsou v přímém vztahu k emocím, čerpá z dynamiky fyzických akcí. „Mejerchold předpokládal, že přesně nalezené, vypracované a vybroušené vnější formy pohybu vyvolají v herci zpětně určitou emoci“ (HYVNAR 2000: 158). Psychofyzická jednota, zvládnutá plasticita těla, správná forma pohybu může i podle pedagožky Jiřiny Ryšánkové navodit žádoucí vnitřní citění (RYŠÁNKOVÁ 1968). „Jde tedy v hereckém tréninku o to, osamostatnit citový prvek – nenávisť, soucit, vzplanutí zlosti, lítost – a najít k němu experimentálně-pohybový ekvivalent. Tento pohybový ekvivalent bude však i hereckým výrazem, bude hercovým prostředkem tehdy, půjde-li mu o to, budit ony city v divákovi“ (HONZL 1928: 37). Mejerchold vnímal divadlo jako setkání a svátek. Usiloval všemi prostředky, jako je výše zmíněná vysoká pohybová kultura herce, formální dokonalost díla, využití principu kontrastu a maximální srozumitelnost, aby primárně herecká akce nabudila diváka a vedla jej k plné emoční a duchovní spoluúčasti. „I z toho důvodu narušoval pravidla rampy, neboť považoval za nezbytné vyvádět diváka z pasivity“ (ZAVADSKIJ 1975: 145).

## Analýza pohybu: Akce se rodí z ticha

Jacques Lecoq založil svou divadelní školu na hlubokém zájmu o vitální tělo ve své komplexnosti. Reagoval na potřebu znovu oživení divadelnosti fyzickou akcí, kladl důraz na smysl dění a význam i nejmenšího gesta, a to ve vztahu k tématu, prostoru, partnerovi a divákovi. „Základním východiskem je jednoznačně život. A právě ten bychom měli rozpoznat prostřednictvím mimujícího těla a hry“ (LECOQ 2002: 47). A za jeho důležitý zdroj inspirace je také možné považovat jedenáct přirozených pohybů dle klasifikace Georgese Héberta: tahání, tlačení, lezení, chůze, běh, skákání, zvedání, nošení, útočení, obrana, plavání. Přičemž Lecoqova metodika dále rozlišuje fyzickou práci kontinuální (například natírání plotu) a činnost s elánem (například tít sekýrou). Pedagogický koncept se opíral o zkušenosti s dynamikou člověka a přírody a mimosynamikou. Ta je zde vnímána jako proces, který herci umožňuje objevovat fyzický projev – tělesnou expresi, jež vzniká na základě transformace vjemu, který v něm vyvolávají barvy, slova či hudba, vůně a další smyslové podněty v emoci, prožitek a zkušenost (LECOQ 2002: 47–75).

Pilířem Lecoqovy metody je tedy jasně definovaný systém hereckého tréninku, odvozený od pozorování každodenní reality, sportovních disciplín a účelového pohybu s totožným požadavkem jako u Mejercholda po úspěšnosti fyzického projevu. Tato ekonomizace vede podle něj ke zjemnění a zpřesnění pohybových trajektorií, zvědomení vnitřního a vnějšího napětí a oproštění se od zbytečných a unáhlených posunků. „Ekonomie, destilace i rozfázování sloužily také k nalézání neutrálních pohybů a jejich výrazové esence“ (HYVNAR 2000: 126).

Za nepostradatelný základ pohybového herectví Lecoq jednoznačně považoval všestranný trénink, velkou pozornost věnoval „abecedě“ Dvacet pohybů: Vlnění, Inverzní vlnění, Rozkvět, Mlýn, Stoj na rukou, Kotoul, Hvězda, Devět postojů, Fráze artikulace, Pevný bod, Kormidlo, Švih bičem, Veslování, Zeď, Plavání, Turniket vlevo i vpravo, Hod diskem, Zvedání činky, Bruslení, Převozník.

Pro představu uvedu heslovitý popis pohybové fráze<sup>16</sup> s názvem Zeď. Ta sestává ze sedmnácti fází: Výchozí pozici je příprava k výskoku – vyšší dřep, ruce protažené za záda, pohled upřený vzhůru k pevnému bodu (imaginární zdi). Tělo se odrazí z místa, ruce se napřímují a vedou celé tělo vzhůru, pohyb se zastaví v pozici na špičkách s nataženými rukama nad hlavou. Ruce se ohnou v zápěstí (iluze zachycení o imaginární římsu). Paty dosednou na podlahu a současně se zvednou ramena (iluze visu za ruce na římsu). Vytažení z krku je doprovázeno stoupáním si na špičky. Ruce ohnuté v zápěstích tlačí dolů, lokty směřují vpřed. Pohyb se zastaví pod úrovní nosu. Rotací v pravém rameni se přetočí pravá ruka (dlaň s napřímenými prsty dosedne na imaginární římsu). Rotací v levém rameni se přetočí levá ruka (dlaň s napřímenými prsty dosedne na imaginární římsu). Obě ruce klesají (jsou tlačeny směrem dolů) na úroveň bránice a současně se trup vytahuje z pasu. Pravá noha se vyšvihne do boku. Pravá noha se pootočí v kyčli a zvýší na úroveň rukou (vyrovná se s imaginární římsou). Levá, stojná noha se vybočí. Ruce a pravá noha klesají k zemi (stlačují dolů, iluzivně se však přitahují k imaginární římsu). Ruce se dotknou země (imaginárně římsy). Levá ruka a pravá noha se nadlehčí. Pravá ruka se dotkne země, levá ruka se opře a dá impuls k napřímení. Vzpřímený postoj (na imaginární zdi).

Partitury Dvaceti pohybů jsou zde neoddělitelnou součástí divadelní průpravy, zdrojem učení se dokonalé fyzické formě, prostorové vnímavosti, uvědomování si tělesné muzikality včetně významotvornosti pohledu a dechu. Kýženým přesahem je cesta k profesní pokoře a v zásadě k přijetí, že nikdy nemůže jít o dokončenost, žádoucí je proto přirozené akceptování procesuality a faktu, že sebedokonalejší technika nikdy nesmí zastínit sdělení, osobní rukopis a autenticitu. Plně angažované tělo se podle Lecoqa neblokuje žádnou tělesnou ani psychickou bariérou, je zcela otevřené a vnímavé. Existuje ve světě, neusiluje – je – vyzářuje energii, akce by se proto měla zrodit z ticha a také tak končit. Lecoq zastával princip divadla *avant et après parole* (v doslovném překladu před a po textu). Ve výuce se proto hledá forma divadla, ve které ještě nejsou slova potřeba a ve druhém případě, kdy vše již bylo řečeno a slov opět není zapotřebí.

16 Dle vlastních zápisků z let 2011, 2012, 2013 a 2021 pořízených během studií na Mezinárodní divadelní škole Jacquese Lecoqa v Paříži.

Studenti jsou ve škole vedeni k tomu, aby akce nahrazovala všechna zbytečná slova. „Díky němu jsme pochopili, že naším primárním nástrojem je tělo. Teprve poté, kdy herec vyučí svoje tělo, může začít objevovat slovo. [...] Lecoq miloval učení, když učil, bylo radostné ho pozorovat. Povzbuzoval nás k hledání, protože on sám v každém okamžiku také vše znovu objevoval. To je divadlo, umění současnosti a on byl ohromným pedagogem“ (MNOUCHKINE 2005: 25–26).

## Specifika a tréninkové paralely Divadelní biomechaniky a Analýzy pohybu

Během tréninků Mejerchold hercům vštěpoval triády: imaginace – reflexe – intuice a také záměr – výkon – reakce. Lecoq svou pedagogiku odvíjel od imaginace a důkladného pozorování okolního světa a dbal na vztahy akce – reakce čili není akce bez reakce a posloupnost: vidím – jdu – reaguji (mám zájem). Oba dbali na udržování dobrého vztahu k divadelní tradici, ovšem s otevřeností vůči tělesným podnětům, které v dlouhodobém horizontu vycvičí tělo herce v univerzálně připravený nástroj. Všechna cvičení, nejen ve stručnosti uvedené příklady, jsou v obou oblastech do nejvyšší možné míry variována ve vztahu k tělu (do všech jeho úrovní), prostoru (všemi směry), k partnerovi a objektu. Rovnováha a dýchání pak významně určují pohybové limity herce a ovlivňují jeho výkon.

Potvrzuje se, že oba zkoumané systémy jednoznačně protěžují fyzickou akci a shodně cílí na hercovu jevištní přítomnost. Tělesný slovník herců s dlouhodobější zkušeností s jednou (nebo oběma) ze zkoumaných metod cítí hodnoty a vykazuje kvality, které čerpají z techniky, ale zcela přirozeně ji transformují, obrazně vsakují a skrytě promítají, do divadelního výraziva. Rozvržení tréninků odpovídalo nárokům divadelní tvorby, neboť oba systémy byly se samotnou praxí od svých kořenů provázány. Mejerchold i Lecoq se opírali jak o vlastní, herectvím získávané, zkušenosti, tak o práci s herci na inscenacích, Mejerchold jako režisér, Lecoq pak často jako choreograf (a mimograf, choreograf pantomim), než svou pozornost upřel výhradně k pedagogické činnosti.

V obou sledovaných oblastech jednoznačně platilo a dodnes se v oficiálních školách uplatňuje, že vstupem na trénink se herec oprostuje od všeho mimo sál. Organizuje nejen své tělo, ale i myšlenky. Na úvod lekce, dnes i v časech Mejercholda a Lecoqa, je žádoucí předstoupit ve stavu vykazujícím fyzickou i mentální připravenost, najít si místo v prostoru ve vztahu k ostatním (zohlednit tělesný rozsah, mít dobrý rozhled atp.) a vyčkat v aktivním postoji s otevřeností ke všemu, co přijde.

### Příklad základních společných prvků: postoj, běh, chůze, pohled

Jakým způsobem má herec zorganizovat své tělo, aby stálo vědomě, vyzářovalo harmonii a přítomnost? Jak má vypadat a působit tělo připravené k výkonu? Herec po příchodu zaujme místo kdekoli v prostoru. Je důležité, aby dobře viděl na pedagoga,

a zároveň nikomu nepřekážel ve výhledu. Nohy rozestaví na šíři pánve, chodidla v paralelním postavení tlačí do podlahy, špičkami směřují vpřed. Trup se vytahuje z podsažené pánve, břicho se vtahuje. Žáda jsou vypnutá, hrudník otevřený, ramena jsou přes lopatky stahována vzad. Ruce splývají přirozeně podél těla. Dlaně jsou otočené k nohám. Brada je mírně podsunutá, oči se dívají před sebe – dodržuje se shodné pravidlo, kam směřuje nos, tam cílí i zrak. Tělo klidně dýchá. Již v tomto naznačeném postoji je cílem nalézt úspornost. Herec (v tréninkovém systému Divadelní biomechaniky nebo Lecoqovy techniky) je motivován i představou, že nikdy neví, jak dlouho v tomto postoji setrvá.

Mistr Bogdanov při tréninku Divadelní biomechaniky v návaznosti na své předchůdce pokračoval rituálem, kdy zahájení každého bloku uvozoval daktylem. Na závěr pak ukládal skok nazvaný Vzlet.<sup>17</sup>

Chůze je v tréninkové hierarchii sjednocujícím prvkem, zejména pro přenášení váhy a zvědomování sil „tahat“ a „tlačit“. Lecoqova Analýza pohybu zahrnuje i důsledný mnohvrstevnatý rozbor jedenácti fází lidského kroku. Tento výzkum pak rozšiřuje o zvířecí pohyby. Také Mejerchold navrhoval hledat analogii s pohyby zvířat a předmětů, ale dbal stejně jako Lecoq na to, aby se herci nesnažili vnějškově napodobit zvířata a ptáky, nýbrž aby se s nimi ztotožňovali a učili se jejich temporytmu.

Běh představuje další společný stupeň, ať jde o přesuny v různém tempu, nebo o důraz na izolování špiček, pat, vnitřních a vnějších hran chodidel. Časté jsou instrukce ke střídání směrů, jako je například běh popředu, stranou, zády vpřed či o proměnu tělesných úrovní, jako je běh v hlubokém dřepu atp. Dále je běh využíván ke kontaktu s partnerem s cílem synchronizace pohybů, k prověření ohebnosti a pružnosti těla (prosmekávání se, přeskoky, náhlé vyhnutí se atp.) a prověrku spontaneity v akci – reakci.

Vidění je v herecké práci komplexní činností, která zahrnuje nejen přímý pohled, ale i schopnost periferního přehledu a kýžený je vhled a nadhled. Divadelní biomechanika i Analýza pohybu nabízí obdobná průpravná cvičení.

Divadelní biomechanika: V základním postoji, se zrakem upřeným vpřed, herec roztáhne ruce. Vidí na konečky prstů? Pokud je cvičení již příliš snadné, přibere si herec do jedné ruky tenisový míček. Ten pak v širokém rozpažení plynule přehazuje z jedné ruky do druhé, aniž by hlava kmitala ze strany na stranu.

Analýza pohybu: V postoji samuraje herec předpaží ruce a roztáhne je nad svá kolena. Úhel mezi nimi činí zhruba devadesát stupňů. V této pozici je snadné pozorovat konečky prstů obou rukou zároveň. Postupně proto zvětšuje rozsah rukou, dokud se jeho pohled nezačne třítit. Cílem je vidět konečky prstů obou rukou v nejširším rozpažení.

17 Východním bodem pro Vzlet je stoj s nohama postavenými na šířku pánve, ruce splývají volně podél těla. Následuje hluboký podřep s patami na podlaze. *Otkaz* a *odraz*. Během stoupání k co nejvyššímu bodu výskoku se přitáhnou kolena k hrudníku, ruce je obejmou a herec se snaží udržet ve vzduchu co nejdéle. Dopad je cílen na celá chodidla. Pokračuje se do vzpřímení s rukama podél těla, dlaněmi otočenými ke stehnům. Součástí fráze je *točka* (bod mentální přípravy s vizualizací pohybu), *otkaz* (protipohyb), *posyl* (energie vložená do hlavní akce), *tormoz* (zadržení pohybu ve vzduchu) a závěrečná *stojka* (postoj). Vzlet se obvykle několikrát za sebou opakuje.

## Příklad cvičení z kategorie mobilizace a synchronizace těla

Hlavním cílem cvičení je zvědomení tělesné opory, principu rovnováhy a vyvažování osy, nalezení výchozího centra, vizualizace sil tahat, tlačit.

Divadelní biomechanika: Tělo je připravené k pohybu. Nohy jsou rozkročeny na šířku pánve, chodidla jsou v paralelní pozici. Jedna noha je stojná, druhá noha vedená z centra umístěném v chodidle je v kontaktu s podlahou a hledá limity protahováním, protlačováním, rozpínáním, převracením, v rotaci, tahu, propnutí atp. Pracuje se vždy symetricky. Po důkladné aktivizaci chodidel se vstupuje do prostoru a výše načrtnutým způsobem se modifikují chodidla v chůzi a posléze v běhu. Do pohybu v prostoru se zařazuje *tormoz* a aktivní nehybnost.

Analýza pohybu: Tělo je připravené k pohybu. Nohy jsou rozkročeny na šířku pánve, chodidla jsou v paralelní pozici. Špičky prstů u nohou tlačí do země, paty se odtlačují od podlahy a stoupají, klesají. Kolena vystřelují přímo vpřed a vracejí se do napnutí (nikoli uzamčeného propnutí). Ruce s pravidelností kmitají podél těla. Důležitá je rytmizace z důvodu ekonomizace pohybové koordinace a sladění s vlastním dechem. Trup je izolovaný, pevný, netře se, ani nehoupe. Pánev se nevychyluje, je centrálou pohybu. Po důkladné přípravě tělo vstupuje do prostoru. Do pohybu v prostoru se zařazuje pevný bod, aktivní nehybnost.

## Příklad cvičení z kategorie přesunů a ukotvení těla v prostoru

Hlavním cílem cvičení je tělesná koordinace, vědomá distribuce dechu a průprava k vytrvalosti pro udržení kontinuity a dynamiky pohybu, prostorová orientace, zvědomení principů: *otkaz*, *gruppírovka*, *posyl*, *tormoz*, *stojka*, *točka* a také *l'attitude*, *l'état du corps*, *akcent*, *elán*, *pevný bod*.

Divadelní biomechanika: Výchozím bodem je postoj *stojka* čili tělo ve stavu připravenosti. Při chůzi a běhu dle biomechaniky se tělo pohybuje ve sníženém těžišti. Pánev je podsazená, pokrčené nohy nesou tělo, které je zpevněné. V každém směrově přesném nášlapu je realizován záměr. Ruce rytmicky kmitají v geometrickém držení. Charakter chůze se mění v závislosti na požadovaném tempu a směru (vpřed, zády vpřed, do stran, v rotaci, s motivovanými limity nášlapu, jako například po hranách chodidel, po špičkách, po patách ad.). Herec individuálně zařazuje *otkaz*, *tormoz* a *stojku*, zvědomuje si *gruppírovku*, *posyl* a *točku*. V další úrovni se pracuje s vizualizací geometrického tvaru na podlaze. Herec si představuje dle instrukcí čtverec, kruh nebo trojúhelník. Svým pohybem precizně dodržuje linie geometrických tvarů. „[Mejerchold herce] Vedl k nezvykle účelnému pohybu v přesně vymezeném prostoru, obvykle namalovaném na podlaze. Učil ho cítit odlišný prostor kruhového nebo čtvercového tvaru, okamžitě reagovat na partnera. Herec podle jeho představ měl být neustále ve střehu, ovšem svalově uvolněný a bez obvyklé křečovitosti“ (MARTÍNEK 1963: 229).

Analýza pohybu: Výchozím bodem je připravený postoj, ve kterém herec vnímá celý prostor. Vybíhá ve chvíli, kdy cítí, že je připraven udržet kolektivní tempo. Pohyb je

plynulý a vede do všech směrů, herec má ponětí o pohybu všech ostatních osob v prostoru. Postupně se aktivity rozšiřují o pohled z očí do očí, dále o zastavení a současně tlesknutí obou partnerů stojících proti sobě, nebo zastavení a přeskok partnera, dalším z příkladů je například rychlý podběh partnerových rozkročených nohou, aniž by došlo ke vzájemnému kontaktu a narušení skupinového tempa.

## **Příklad cvičení v kategorii rovnováha, koordinace, manipulace objektu**

Hlavním cílem cvičení je průprava manipulace objektu s důrazem na efektivní rozložení sil, koordinaci oko – ruka a vyvažování rovnováhy.

Divadelní biomechanika: Herec uchopí tyč. Po úvodním seznámení pohmatem a manipulací dle vlastních představ následuje série balančních cvičení. Pracuje se například s tyčí umístěnou na otevřené dlani, v ohnutém lokti, na rameni u krku, na čele, na bradě, na nártu a dále dle invence herce. Také se pracuje s přehazováním tyče z ruky do ruky (přímo, s otočením tyče, při otočení těla atd.), a to v nejružnější rytmické struktuře. Cvičení s tyčí jsou bohatě variována o kombinaci tyč a míček, nebo v dialogu s partnerem. Další důležitou pomůckou je tenisový míček. Od prvotního ohmatu (tíha, tvar, materiál, vlastnosti) se pracuje s úderem o zem, s přehozy z ruky do ruky. Jsou prověřovány a trénovány dovednosti, jako je rovnováha (např. odrazit míč od země, otočit piruetu a chytit míč do ruky), přesnost (objekt nepadá), rytmus (odbíjení míče od země v pravidelných rytmech), koordinace (např. rozkutálet míč po podlaze směrem vpřed, otočit kotoul tímž směrem a poté chytit míč – subjekt i objekt jsou v pohybu).

Analýza pohybu: Herec uchopí tyč. Po úvodním seznámení pohmatem a manipulací dle vlastních představ následuje chůze v prostoru a výměna tyčí mezi partnery, aniž by se zastavili nebo pozměnili skupinové tempo. Později, v zastavení se herec učí s tyčí manipulovat, jako by například otáčel kormidlem, vesloval na pramici, zvedal činku nebo odrážel vor dlouhým bidlem. Práce s reálným objektem se otiskuje do těla, vtěluje se do úchopu a gesta a následně je objekt z akce vyloučen a stává se imaginárním partnerem, jenž napomáhá plasticitě a celkové kvalitě pohybu.

## **Příklad cvičení v kategorii tělesná paměť, rozvržení sil a významotvornost gesta**

Hlavním cílem cvičení je vytvoření povědomí o důležitosti cíleně vedeného pohybu v koordinaci s dechem, průprava periferní kontroly prostoru a hry, ukotvení principu pevného bodu a nutnosti neustálé potřeby organizace vlastního fyzického materiálu.

Ke komparaci poslouží dvě ucelené krátké fráze: *Gruppirovka* (Divadelní biomechanika) a *Rozkvět* (Analýza pohybu). Mechanismus, tempo i vizualita obou zmiňovaných cvičení jsou obdobné. Pohyb je veden z vnitřního semknutí okolo jednoho bodu do



maximální extenze a naopak. Protiklad tkví ve vnitřním a vnějším prostoru, otevření a zavření, v protipólu zacílení dvou sil.

Divadelní biomechanika: Trénink gruppirovky zahrnuje: připravený postoj, *otkaz*, dále impuls vedený z centrálního bodu, kolem kterého se tělo semkne. Z téhož centrálního bodu (po vykonání odvrtného pohybu) se tělo následně otevře, prohne se do hlubokého záklonu. *Gruppirovka* vede k obousměrné organizaci tělesného materiálu s využitím dvou hlavních sil – soustředné a excentrické.

Analýza pohybu: Třetí frází ze škály Dvaceti pohybů je Rozkvět. Otevírá se ve směru od středu vzhůru. Začíná se ze skrčené polohy s těžištěm směřujícím k zemi. Opora je ve špičkách v postavení připomínajícím první baletní pozici. Paty jsou lehce nad zemí. Tělo zabírá co nejmenší prostor. Na základě impulsu vedeného z centra se tělo rozevívá až do vzpřímení. Ve vertikálním postoji s roztaženými pažemi je tělo ve vypětí. Paty se tisknou k sobě, špičky se vzdalují od sebe. Rozkvět je plynulým pohybem z jedné polohy do druhé, každá část těla pracuje ve stejném rytmu čili žádná část těla nepředchází jinou.

## Shrnutí

Nahlížená cvičení odkazují k technickým základům uměleckého stylu a pedagogického směru. Je zřetelné, že oba systémy herecké průpravy se primárně odvrátily od převahy psychologického herectví, a to fyzickou akcí, z níž teprve mohla vyrůst čistá tělesná kresba v prostoru. Mejerchold a Lecoq se snažili svými prostředky varovat před ilustrativními gesty, lacinými pohybovými variacemi a úpadkem do stereotypních šablon chování. Jejich cesta vedla od základního tělesného sebeuvědomění ke stylizaci jevištního konání. Obdobně vystupovali proti všednímu projevu na jevišti a propadu herce do osobního prožívání. Svým aktivním postojem k transformaci divadla (Mejerchold) a divadelní pedagogice (Lecoq) přehodnocovali dosavadní zažitě formy herecké průpravy. V potřebě systematické přípravy herce se v mnoha ohledech shodovali, avšak životním příběhem a rozsahem umělecké činnosti se lišili. Rozdílné bylo i kulturní zázemí, dobové trendy a souvislosti, jichž byli oba nedílnou součástí.

Mejerchold své názory na divadelní tvorbu odvíjel v prostředí nově formujících se přístupů k herectví. Čerpal z vlastních bohatých zkušeností z institucionálních divadel v metropolích i vzdálenějších regionů, a také z experimentů v návaznosti na tehdejší výtvarnou a architektonickou scénu. Režisér se svými spolupracovníky konstruoval prostor, podobně jako ve svých dílech doboví umělečtí souputníci, pro představu například Alexandr Michajlovič Rodčenko nebo Alexandra Alexandrovna Eksterová. Divadelní biomechanika rezonovala se scénickým konstruktivismem, jenž zahrnoval víceúrovňové linie, rytmicky členěný prostor. Znamenalo to eliminovat zbytečné detaily a soustředit se na dynamiku prostoru. Abstrakce a redukce převažovala nad předmětností a popisností. Mejerchold byl povzbuzován revoluční energií v politicky rozechvěné zemi, hledal paralely hereckých výrazových prostředků k pracovní činnosti lidu. Jeho umění odráželo sociální realitu své doby, a současně svým inovátorstvím provoko-

valo. Postupně dospěl ke vnímání lidského těla jako stroje, jenž se člověk musel naučit ovládat a divadlo mu pak sloužilo jako prostor k demonstraci této jemně vyladěné tělesné mechaniky. Divadlo sociální masky či sociomechanika se pak následně jeví jako přirozené vyústění jeho zájmů s upřením pozornosti k člověku v jeho sociálním prostředí. „Mejerchold hledal nyní v obrazné rovině inscenace analogické dramatické principy jako předtím u obnaženého biomechanického pohybu“ (HYVNAR 2011: 167).

Umělecké a pedagogické zdroje Lecoqa je možné vysledovat od konce třicátých let dvacátého století. Prostředí sportu, tělovýchovy a divadla utvářelo jeho postoj k herci jako tvůrci se schopností vyjadřovat se prostřednictvím trénovaného těla s vědomě budovanou svalovou pamětí, zvýšenou sensitivitou, recepcí vůči okolnímu světu. Lecoq se do kulturního života ještě hlouběji ponořil po druhé světové válce. V sepětí se společenskou a politickou obnovou společnosti svou pedagogickou činností napomáhal rozvoji poválečného divadla, které sice vyvěralo z klasických dramatických teritorií, ale opíralo se o fyzický purismus, jenž Lecoq nadřazoval divadlu založenému na textu. A zatímco Mejerchold si uvědomoval reformátorský potenciál své umělecké tvorby, Lecoq postupně veškerou svou pozornost upínal k budování školy. Pro ruského avantgardistu byla Divadelní biomechanika jak účelným komunikačním jazykem představení (viz Crommelynckův *Velkolepý paroháč*), tak podpůrnou součástí příprav a tréninků (viz Gogolův *Revizor*), pro francouzského pedagoga se komplexní metoda čítající v sebe i Analýzu pohybu stala východiskem k povzbuzování studentů, aby díky ní hledali vlastní rukopis. „Jsem nikdo. Jsem neutrální bod, kterým musíte projít, abyste mohli lépe artikulovat svůj vlastní divadelní projev. Jsem tu pouze od toho, abych vám pod nohy kladl překážky, díky kterým můžete najít svou cestu“ (LECOQ et al. 2002: ix–x).

Divadelní biomechanika se po desetiletí udržovala v utajení jako „zakázaná technika“, a to za přispění Mejercholdových studentů, k jedněm z prvních z GVYRM (později GITIS) patřil například Sergej Michajlovič Ejzenštejn, z členů herecké skupiny pak Nikolaj Georgevič Kustov. Později se jeho systémem inspirovali, nebo přímo čerpali instrukce ke cvičením, osobnosti jako Jerzy Grotowski, nebo Eugenio Barba a mnozí další. Také francouzský pedagog Lecoq ovlivnil generace divadelních tvůrců, výtvarníků a architektů. Jedněmi z dodnes nejvýraznějších souborů formovaných absolventy pařížské školy jsou soubory Théâtre de Complicité anebo Mummenschanz. V divadelní tvorbě režisérky Ariane Mnouchkine je například silně zřetelná jak Lecoqova pedagogika, tak Mejercholdův odkaz. Komparace obou systémů zřetelně poukazuje, jak se oba vzájemně prolínají. Podprahově pak upozorňuje na jejich univerzalitu, v určitých ohledech až naznačuje jejich archetypálnost.

## Bibliografie

- BARBA, Eugenio a Nicola SAVARESE. 2000. *Slovník divadelní antropologie: O skrytém umění herců*. Př. Jan Hančil et al. Praha: Nakladatelství Lidové noviny – Divadelní ústav, 2000.
- BRAUN, Edward. 1986. *The Theatre of Meyerhold. Revolution on the Modern Stage*. London: Methuen, 1986.
- BROOK, Peter. 2004. *Nitky času*. Př. Jitka Sloupová. Praha: Divadelní ústav, 2004.
- CRAIG, Edward Gordon. 2006. *O divadelním umění*. Př. Milan Lukeš. Praha: Divadelní ústav, 2006.
- FENSHAM, Rachel. 2021. *Theory for Theatre Studies: Movement*. London: Methuen, 2021.
- HONZL, Jindřich, 1928. *Moderní ruské divadlo*. Praha: Jan Fromek, malá edice Odeon 1928.
- HYVNAR, Jan. 1996. *Francouzská divadelní reforma. Od Antoina k Artaudovi*. Praha: Pražská scéna, 1996.
- HYVNAR, Jan. 2011. *Herec v moderním divadle. K divadelním reformám 20. století*. Praha: AMU & Kant, 2011.
- HYVNAR, Jan. 2021. Základy herectví nonverbálního divadla [online]. *ArteActa* 5 (2021): 85–110. [citováno dne 14. 11. 2022]. Dostupné online na: <https://arteacta.cz/zaklady-herectvi-nonverbalniho-divadla/>.
- KOTTE, Andreas. 2022. *Dějiny divadla. Úvod*. Př. Jitka Goriaux. Praha: Nakladatelství Akademie múzických umění v Praze, 2022.
- KRÖSCHLOVÁ, Eva. 2015. *Jevištní pohyb*. Vyd. 5. Praha: Nakladatelství Akademie múzických umění v Praze, 2015.
- LECOQ, Jacques et al. 2002. *The Moving Body*. Př. David Bradby. Londýn: Methuen Drama, 2002.
- LECOQ, Patrick. 2016. *Jacques Lecoq, Un point fixe en mouvement*. Paris: Actes Sud, 2016.
- MARTÍNEK, Karel. 1963. *Mejerhold*. Praha: Orbis, 1963.
- MEJERCHOLD, Vsevolod Emiljevič et al. 1962. *Moderní tvář divadla*. Př. Karel Martínek. Praha: Československý spisovatel. Otázky a názory, sv. 37, 1962.
- MISTRÍK, Miloš. 2003. *Herecké techniky 20. století*. Bratislava: VEDA, Slovenská akadémia vied, Kabinet divadla a filmu, 2003.
- MISTRÍK, Miloš. 2006. *Jacques Copeau a jeho Starý holubník*. Bratislava: VEDA, Slovenská teatrologická spoločnosť, 2006.
- MNOUCHKINE, Ariane. 2005. *L'art du présent*. Paris: Plon, 2005.
- MURPHY, Maiya. 2019. *Enacting Lecoq. Movement in Theatre, Cognition, and Life. Cognitive Studies in Literature and Performance*. Basingstoke: Palgrave Macmillan, Springer International Publishing, 2019.
- PAVIS, Patrice. 2003. *Divadelní slovník*. Př. Daniela Jobertová. Praha: Divadelní ústav, 2003.
- POLIŠČUK, Vera a Elvira SARABJAN. 2017. *Bolšaja kniha akterského masterstva. Unikátní sbírání tréninků po metodikách největších režisérů. Stanislavskij, Mejerchold, Čechov, Tovstonogov* [The Big Book of Acting Mastery. A Unique Collection of Trainings Based on the Methodologies of the Greatest Directors. Stanislavsky, Mejerhold, Chekhov, Tovstonogov]. Moskva: ACT, 2017.

- RIBI, Hana. 2008. *Edward Gordon Craig. Figura a abstrakce*. Praha: Nakladatelství Akademie múzických umění v Praze, 2008.
- RYŠÁNKOVÁ, Jiřina. 1968. *Herec a pohyb: shodnost základních pohybových principů v průpravě herce a mima: [určeno pro posl. JAMU, AMU, VŠMU a filosof. fakult.]*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství. Učební texty vysokých škol/ Janáčkova akademie múzických umění v Brně, 1968.
- SKINNER, Amy. 2013. Two More than a sum of their parts: Reflections on Vsevolod Meyerhold's Theatrical Ensemble. In John Britton (ed.). *Encountering Ensemble*. Routledge: Bloomsbury Methuen Drama, 2013: 61–77.
- VÉLE, František. 2006. *Kineziologie: přehled klinické kineziologie a patokineziologie pro diagnostiku a terapii poruch pohybové soustavy*. Vyd. 2. Praha: Triton, 2006.
- ZAVADSKIJ, Jurij Aleksandrovič. 1975. *Učitelja i učeniki* [Teachers and Students]. Moskva: Iskustvo, 1975.

## MgA. Hana Strejčková

Akademie múzických umění v Praze, Hudební a taneční fakulta  
Malostranské náměstí 13, 118 00 Praha, Česká republika  
hanastrejkova@seznam.cz  
ORCID: 0000-0002-8562-2532

---

[ yorick ]

**Hana Strejčková** je doktorandkou, pedagožkou na Katedře nonverbálního divadla HAMU. Studovala dramaturgii, režii (KČD DAMU), fyzické divadlo a scénografii (Mezinárodní divadelní škola Jacques Lecoq), Divadelní biomechaniku pod vedením Mistra Gennadije Bogdanova. Spolupracuje s Institutem umění – Divadelním ústavem Praha.

**Hana Strejčková** is a doctoral student and lecturer at the Nonverbal Theatre Department, Faculty of Music and Dance, Academy of Performing Arts in Prague. She studied dramaturgy and theatre directing (Department of Dramatic Theatre, DAMU), physical theatre and scenography (École internationale de théâtre Jacques Lecoq), and Theatre Biomechanics under the guidance of Gennadiy Bogdanov. She collaborates with the Institute of Arts – Theatre Institute Prague.

