

## நடிப்பில் உணர்ச்சிகளை கையாளுதல்: நடிகரின் உள்பாதுகாப்பு தொடர்பான ஆய்வு

ரத்திரன், க

கலைப்பீடம், யாழ்ப்பாணப்பல்கலைக்கழகம்.

rathidrama@gmail.com

**ஆய்வுச்சுருக்கம்** - இந்த ஆய்வானது இலங்கைத் தமிழ் அரங்கின் பின்னணியில் யாழ்ப்பாணத்தை மையப்படுத்திய, நடிப்புச் சாந்த உணர்ச்சி வெளிப்பாடுகள் தொடர்பாக ஏற்படுகிற நடைமுறைச்சிக்கல்களை இனங்காண்பது மற்றும் எவ்வாறு தீர்ப்பது என்பவைகள் பற்றி ஆராய்கிறது. ஸ்ரெனிஸ்லவஸ்கியால் (Stanislavski) உருவாக்கப்பட்ட 'முறைமை நடிப்பு' (Method acting) நுட்பங்களில் ஒன்றாகக்கொள்ளப்படும் 'உணர்ச்சி குாபகம்' (Emotion memory / Effective memory) எனும் நடிப்பு நுட்பத்தை பிரயோகிக்கும் போதும், இந்த நுட்பப்பிரயோகமற்று சாதாரணமாக நடிக்கின்ற போதும் சிலருக்கு ஏற்படும் (குறிப்பாக பயில்நிலையில் இருப்போருக்கு) மட்டுமீறிய உணர்ச்சி வெளிப்பாட்டையே இவ்வாய்வின் பிரச்சனையாகக் கருத்தில் கொள்ளப்படுகிறது. இது காலம் காலமாக இருந்து வந்திருப்பினும் யுத்தம் மற்றும் யுத்த விளைவுகளால் அதன் வெளிப்படும் விகிதாசாரம் அதிகரித்திருந்ததை அவதானிக்கமுடிந்தது. ஆய்வின் கேள்விகளாக- மட்டுமீறிய உணர்ச்சி வெளிப்பாடு நடிபாடும் தோன்ற என்ன காரணங்கள் அடிப்படையாக இருக்கின்றன? அது எவ்வகையான பாதிப்புகளை நடிபாடலுக்கு ஏற்படுத்துகின்றன? - என்பவைகள் அமைகின்றன. ஆய்வின் முறையியலானது பண்புசார் ஆய்வாக இருக்கும் அதேவேளை, அனுபவமுறையானது எடுத்துரைப்பு மற்றும் ஆற்றுகைசார் புலனாய்வாக (Narrative and Performative inquiry) ஆக அமைகிறது. இங்கு பெரும்பாலான தகவல்கள் (Data) அனுபவம்சார் தரவுகளாக (Empirical evidence) இருக்கின்றன. அத்தோடு ஆய்வாளரின் சொந்த அனுபவங்களை 'சுய பகுப்பாய்வு' (Introspection) உட்படுத்தப்பட்டு, பின்னோக்கிப் பார்த்து, தகவல்களை மதிப்பிடும் (Retrospective) முறையையும் உள்வாங்கி, ஏற்கெனவே வெட்டு முகமான கால அளவு பார்வையில் (Longitudinal எதிர்ப்பு) தகவல்களை பரிசீலிக்கும் போது அத்தகவல்கள் சமகால நிலையின் குறுக்கு வெட்டுமுகமாக (Synchronic and intersecting) சமகால முக்கியத்துவம்வாய்ந்த நாடகக்காரர்களின் அனுபவங்களோடு உறுதிப்படுத்தப்பட்டுள்ளது. உலகளாவியரீதியில் இவ்வணர்ச்சி மேலீடு பற்றி துறைசார்ந்தோர் கவனத்தில் கொண்டுள்ளனர். அதில் மேயர்கோல்ட், பேடர்ரோல்ட் பிரெக்ட், மைக்கல் செக்கோவ், ஓகஸ்தா போல் என்பவர்கள் குறிப்பிடத்தக்கவர்களாகின்றனர். இவர்களது அனுபவமுறையில் உணர்ச்சியை முதன்மைப்படுத்தாத உடல் வெளிப்பாடாக்கல், கற்பனைக்கு முக்கியத்துவமளித்தல், அறிவு பூர்வமாக நிகழ்த்தல் மற்றும் அறிவாந்த உணர்ச்சி (Rationalized emotion) போன்றவற்றை மாற்றீடாகக் கையாண்டுள்ளனர். யாழ்ப்பாணத்தை மையப்படுத்திய அரங்கப் பயில்வை ஆய்வு எல்லையாகக் கொண்ட உசாவலில் நடிகரிடையே அவதானிக்கப்பட்ட, அனுபவித்த, உணர்ந்த, மட்டுமீறிய உணர்ச்சிகளை அடிப்படையாகக் கொண்டு அதன் பின்புலங்களை அறிவது நடிகரின் உள்பாதுகாப்பு, உள்நலன் என்பவற்றோடு சம்பந்தப்படுகிறது. எனவே இப்பிரச்சனைக்கான பரிகாரங்கள் நடைமுறையில் எவ்வாறு கையாள்ப்பட்டன என்பது இவ்வாய்வில் உள்ளடக்கப்படுவதோடு, நடிப்பு மேம்பாட்டை இலக்காகக் கொண்ட இவ்வாய்வானது அரங்கப்பயிற்சியாளர்கள், நாடகம் கற்பிக்கும் ஆசிரியர்கள், மாணவர்கள், நடிகர்கள் மற்றும் அரங்கத்துறைசார்ந்தோர், உள்வளத்துணையாளர்கள் என்போருக்கு மாற்றுவழிமுறையை வழங்கி பயன்பெறவைக்கிறது.

**திறவுச்சொற்கள்:** உணர்ச்சி, மனத்தாக்கம், உள்பாதுகாப்பு, நடிகர், பாத்திரம்.

### I. அறிமுகம்

நடிப்பில் உணர்ச்சியை (Emotions) வெளிப்படுத்துவதன் மூலம் பார்வையாளர்கள் நம்பும்படியான சூழலை ஏற்படுத்துவது பல நூற்றாண்டாக நடைபெறும் செயற்பாடாகும் [1,ப.13]. உடல் சார்ந்த பௌதீக அம்சங்களும் மற்றும் உணர்ச்சி (Emotion), கற்பனை, கருத்துன்றல் (Concentration) போன்ற உள்வியல்சார் அம்சங்களும் செயன்முறைப் பயிற்சிகளிலும் ஆற்றுகைகளிலும் முதன்மை பெறும் அம்சங்களாகும். இவற்றுள் உள்வியல் சார்ந்தவற்றில் வரும் உணர்ச்சி என்பது சவாலிற்குரிய ஒன்றாகவும் அவதானமாக கையாள்ப்பட வேண்டியதாகவும் அமைகின்றது. இந்த ஆய்வு, நாடகச் செயன்முறை மற்றும் ஆற்றுகைகளில் உணர்ச்சி வெளிப்பாடு சார்ந்து எதிர்கொள்ளப்பட்ட பிரச்சினைகளை முன்னிலைப்படுத்துகின்றது. இங்கு ஆய்வின் பிரச்சனையாக அமைவது, நடிகர்கள் பொருத்தமற்ற மற்றும் மட்டுமீறிய உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்துகின்றார்கள் என்பதேயாகும். அவ்வாறு வெளிப்படுத்துவதிலுள்ள சிக்கல் யாதெனில் நடிகர் அந்த உணர்ச்சியில் இருந்து உடனடியாக விடுபட முடியாதவராய் இருப்பதோடு, ஏன் உடனடியாக உணர்ச்சியிலிருந்து விடுபட வேண்டும் என்பதும், இங்கு பரிசீலனைக்கு உட்படுத்தப்படுகின்றது. இந்த ஆய்வின் கேள்வியாக 'ஏன் மட்டுமீறிய உணர்ச்சிகள் வெளிப்படுத்தப்படுகின்றன?' என்பது முதன்மைப்படுத்தப்படுகின்றது. உணர்ச்சிகளை கலைத்துவமாக வெளிப்படுத்த ஊக்குவித்தல் மற்றும் உள்பாதுகாப்புடன் கூடிய நடிப்புத் திறன்களை மேம்படுத்தல் போன்றவைகள் இந்த ஆய்வின் நோக்கங்களாக அமைகின்றன.

அனேகமாக அந்த உணர்ச்சி வெளிப்பாட்டுச் சிக்கலானது ஆரம்பநிலை அல்லது பயில் நிலையிலுள்ளோருக்கே பெரும்பாலும் ஏற்படுகின்றது. குறிப்பாக பாடசாலை மாணவர்களது செயன்முறை வகுப்பு மற்றும் மேடை ஆற்றுகைகளில் குறித்தளவில் இப்பிரச்சினை எதிர்வு கொள்ளப்பட்டதை பாடசாலை ஆசிரியர்களிடமிருந்து அறிய முடிந்தது. இந்த மட்டுமீறிய உணர்ச்சி வெளிப்பாட்டை மிகை நடிப்பு (Over acting) என்று கூறமுடியாது. மிகைநடிப்பானது

தனிநபர் பாதிப்பை ஏற்படுத்துவதில்லை ஆனால் மிகைஉணர்ச்சியானது நடிக்கின் உளநலனோடு தொடர்புபடுகின்றது. உணர்ச்சி ஞாபகங்களை (Emotional recall) ஆழ்மனதிலிருந்து மீட்டெடுத்து நடிக்கும் நுட்பம் நடிப்பிலுள்ளது. [2,ப.103]. மாறாக உணர்வைத் தூண்டாது உடலைத் தூண்டும் நுட்பங்கள் நாடகத்திலும் சினிமாவிலும் உள்ளன. கண்ணீரை வரவழைக்க கண்ணை மூடாது திறந்துவைத்தல், மேடை விளக்குகளைப்பார்த்தல், கண்ணருகில் வெங்காயம், கிளிசரின் (Glycerin) போன்ற வைகளை உபயோகிப்பது மட்டுமல்லாது உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்த மதுபோதையை நாடுவதும் காணப்படுகின்றது. அது மட்டுமன்றி சினிமா போன்றவற்றில் வன்முறையைப்பயன்படுத்தி அழத்தூண்டும் செயற்பாடுகளும் நடைமுறையில் காணப்படுகின்றது.

கிரேக்க நடிக்க போலஸ், (Polus-4thB.C) துக்கமான காட்சியைக்காட்டுவதற்காக உண்மையிலேயே இறந்த தன்மகனின் சாம்பல் உள்ள குவளையை கையில் வைத்தபடி நடித்தார் [3,ப.502]. நடிப்பிலே உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்துவதற்காக ஸ்ரனிஸ்லவஸ்கி 'உணர்ச்சி ஞாபகம்' (Effective memory) என்ற நுட்பத்தைப்பயன்படுத்தினார். இந்த நுட்பத்தை உளவியலாளர்களான ஆர்மென்ட் ரிபோ (Theodule Armand Robot), சிக்மென்ட் புரொய்ட் (Sigmund Freud) என்போரின் கோட்பாட்டிலிருந்து எடுத்திருந்தார்[4,ப.33]. இந்த உணர்ச்சி வெளிப்பாட்டு முறையில் உள்ள பிரச்சினைகளைத் தவிர்த்து புதிய முறையிலான உணர்ச்சிக் கையாட்சியைக் கொண்டு வருவதில் மைக்கல் செக்கோவ் (Michal Chekhov) என்பவர் பங்காற்றினார் [5,ப.81]. அதே போல மேய்கோல்டின் (Mayerhold)உடற்பொறிமுறை நுட்பம் (Bio mechanics) ஆழ்மன உணர்ச்சிக்குப் போகும் முறைகளைத்தவிர்த்தது.மேய்கோல்ட் உணர்ச்சிகளைக் கையாள்வதில் தந்திரங்களை (Tricks) கையாண்டு உணர்ச்சியில் மூழ்காது விடுபட்டு நடித்தலை மையப்படுத்தினார் [6,ப.32]. பேர்டோல் பிரெச்ட் இந்த உணர்ச்சியை 'அறிவார்ந்த பகுப்பாய்வில்' வெளிப்படுத்தும் முறைமைக்கு கொண்டு வந்தார். ஓகஸ்தா போல் 'அறிவார்ந்த உணர்ச்சியை' (Rationalized emotion) ஆற்றுவோர் கையாள வேண்டும் என்கிறார் [7,ப.35]. அத்தோடு ஒரு நடிக்கை உணர்ச்சி ஞாபகங்களைப் பயன்படுத்தி நடித்ததால் பாதிக்கப்பட்டு உளச்சிகிச்சைப்பிரிவில் அனுமதிக்கப்பட்டார் எனவும் குறிப்பிடுகின்றார் [7,ப.36]. பிற்காலங்களில் பௌதிகச்செயலை

மையப்படுத்தி நடிக்கும் முறை வலியுறுத்தப்பட்டது [8,ப.86]. நடிப்பின் உணர்ச்சி வெளிப்பாடுகள் தொடர்பாக அறிவார்ந்த நரம்பியல் விஞ்ஞானத்தை (Cognitive neuro Science) பயன்படுத்திய ஆய்வரீதியான வெளிப்பாடுகள் நடிப்பு நுட்பத்தை மேம்படுத்த உதவின [9,ப.03].நாட்டியசாஸ்திர முறைமை இந்த உணர்ச்சிகளை பௌதீக நிலைப்படுத்தி, உடல்ரீதியான வெளிப்பாடுகளாக வரும்படி ஸ்தாயிபாவ, ரச என்ற முறைமையினுள் வெளிப்படுத்துகின்றது [10,ப.340]. எனவே இந்த உணர்ச்சிக் கையாளுகை தொடர்பாக உலகம் பூராகவும் அரங்கத்துறையினர் விழிப்பாக இருந்ததோடு பல்வேறு வகையான அனுபவ மற்றும் ஆய்வு முன்னேற்றங்களைக் கண்டிருக்கின்றனர். இலங்கைத் தமிழரங்கில் இவ்வகையான ஆய்வு பல்வேறு வகையான பயன்பாடுகளை அரங்கின் பயில்நிலையில் உள்ளவர்களுக்கும், நாடகம் கற்பிக்கும் ஆசிரியர்களுக்கும், பயிற்சியாளர்களுக்கும், தொழில்சார் மற்றும் அமெச்சூர் நடிக்கர்களுக்கும், உளவளத் துணையாளர்களுக்கும் தருகின்றன எனலாம்.

## II. முறையியல்

எடுத்துரை உசாவலும் அனுபவத்தகவல்களும் (Narrative inquiry and empirical evidence). பண்புசார் ஆய்வாக (Qualitative research) அமைவதோடு இதற்கான புலனுசாவும் முறை எடுத்துரைப்பாக (Narrative Inquiry) இருந்தது. பெரும்பாலும் இவ்வாய்வில் பெறப்பட்ட தகவல்கள் அனுபவம் சார்ந்து பெறப்பட்ட தரவுகளாக (Empirical evidence) இருக்கின்றன. சுயபகுப்பாய்வு முறைமையில் (Introspective method) ஆய்வாளனும் ஒரு தகவல்சேகரிப்பு மூலமாகக்கொள்ளப்பட்டு பெறப்படும் சுயதகவல்கள், பின்னோக்கிய காலத்தை மீளநோக்கும் (Retrospection) ஒரு முறைமையாக அமைந்திருக்கிறது. ஆய்வாளன் தனது அனுபவங்களிலிருந்து தகவல் பெறும் நடைமுறை நுகர்வோர் ஆய்வுமுறைகளில் கையாளப்பட்டிருக்கிறது [11,ப.719,720]. அதே போல எடுத்துரைப்பு புலனுசாவலில் (Narrative inquiry) ஆய்வாளர்கள் தமது பழைய அனுபவங்களை, சமகால நடைமுறையில் செய்யப்படும் ஆய்வுகளிற்கு பயன்படுத்தியுள்ளனர். அதாவது "எங்கள் அனுபவங்களை மீளவிபரித்தல்"[12,பக்.63,70]. அத்தோடு அனுபவம் சார் தகவல்கள் பலநிலைகளை உட்படுத்தியிருக்கும். அதாவது நீள்வெட்டுமுகமான கால அணுகுமுறையில் (Longitudinal approach) ஆய்வாளன் ஒரு மூன்றாம்

நபராக கடந்த காலத்தை புறவயமாக நின்று பார்க்கும் சந்தர்ப்பம் இருக்கிறது. அதே நேரம் சமகாலத்தில் அவற்றை குறுக்குவெட்டுமுகமாக (cross sectional) ஆழமாக மதிப்பீடு செய்தல் சாத்தியமாகிறது. மாதிரிஎடுப்பில், மதிப்பீட்டு மாதிரி (Judgment sampling) கையாளப்பட்டது. குறிப்பிட்ட, முக்கியத்தவம் வாய்ந்த, பல்நிலை அனுபவம் வாய்ந்த, நாடகக்கலைஞர்களிடம் கலந்துரையாடல் மூலம் தகவல்கள் பெறப்பட்டன. ஆய்வாளனின் தகவல்கள், சொந்த அனுபவங்கள் மற்றும் நாடகப்பெயர்கள் நேரடியாக வருகின்றன. ஏனைய தகவல்களில் நாடகப்பெயர்கள் தவிர்க்கப்பட்டுள்ளன. பிரச்சினைகள் இனங்காணப்பட்டு அதற்கு பொருத்தமான தீர்வுகள் செயன்முறைகளின்போது கண்டுபிடிக்கப்பட்டன. ஆய்வுப்பிரதேசம் யாழ்ப்பாணத்தை மையப்படுத்தியதாக இருப்பதோடு அனுபவத்தகவல்கள், நூற்றகவல்கள் இங்கு வலுச்சேர்க்கப் பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளன. மேலும் இவ்வாய்வானது ஆய்வு பிரச்சினைகளிற்கான தீர்வுகள், மாற்றீடுகள் போன்றவற்றை முன்மொழிகிறது.

### III. உணர்ச்சிவெளிப்பாடு: தயார்படுத்தலும் சவால்களும்.

உணர்ச்சி சார்ந்த பயிற்சிகளில் ஆய்வாளன் பெற்ற ஒரு பயிற்சிமுறைபற்றி இங்கு நோக்கப்படுகிறது. ஸ்ரெனிஸ்லவஸ்கியின் முறமைக்கோட்பாட்டில் குறிக்கப்படும் 'உணர்ச்சி ஞாபகம்' (Emotional memory) என்கின்ற வாழ்வின் சொந்த உணர்வார்ந்த ஞாபகம் ஒன்றை மீட்டுப்பார்க்கும் பயிற்சியில் ஆய்வாளன் உட்பட மேலும் இரண்டு பேரின் உணர்ச்சி ஞாபகம் பயிற்சி பற்றிய விபரங்கள் பரிசீலிக்கப்படுகின்றன.

#### தயார்ப்படுத்தல்:

உடல் முழுவதும் இரண்டு உதவியாளரால் அழுத்தி உருவப்பட்டது. உணர்ச்சி ஞாபகம் தூண்டப்படுவதற்காக உதவிகள் வழங்கப்பட்டன. (ஆட்களின் விருப்பப்படி அவை வேறுபட்டிருந்தன. உ-ம்:- உணர்ச்சி ஞாபகத்திற்குள் செல்வதற்காக சிலர் பாடல் கேட்க விரும்பினர், செருப்பால் எறியச்சொன்னார்கள். எச்சில் துப்பச் சொன்னார்கள்.) உணர்விற்குள் போய்விடல்

1. பங்குபற்றுனர் - 1 :- இவர் படுத்தநிலையில் இருந்து எழுந்து, பாய்ந்து, கத்தி, சுவரில் கையால் அடித்து, கண்களில் உள்ளக நிலை தெரிய அங்கும் இங்கும் பாய்ந்தார். உதவியாளர்கள் அவரைப் பிடித்து படுக்க வைத்து திரும்பவும்

உடல் உருவப்பட்டு அவரை மீண்டு வரும்படி கூறப்பட்டது. அவரது விருப்பத்தின்படி வெளியில் உலாவ விடப்பட்டார்.

2. பங்குபற்றுனர் - 2 :- படுக்கையிலிருந்து எழுந்து இருந்த நிலையில் அங்குமிங்கும் பாய்ந்துச் சூழ்ந்து, நிலத்தில் கைகளால் அடித்து, நிலத்தில் உருள உதவியாளர்கள் அவரை மீண்டும் படுக்க வைத்து உடலை உருவினர்.
3. ஆய்வாளர் - 3 :- படுத்திருந்த நிலையிலேயே இருந்தார். குறிப்பிட்ட சினிமாப்பாடல் போய்க்கொண்டிருந்தது. கண்ணீர் சாதுவாக பனித்தது. ஆனால் வெளிவரவில்லை. விம்மலுடன் கூடிய அழுகை, அழுகைக்கான இழுவைச் சத்தம். உதவியாளர்களால் உடல் உருவப்பட்டது.

#### மீளுதல்

ஒருவர் வெளியில் நடந்து திரிந்தார், இன்னொருவர் குளிர்நீர் அருந்தினார், ஆய்வாளன் தேநீர் அருந்தினார். போன உணர்விற்குள் எழுந்து திரும்பி வரும்படி கட்டளையிடப்பட்ட போது பலர் வாழ்க்கையில் அல்லது சினிமாவில் நடந்த ஏதாவது நகைச்சுவையை நினைந்து மீண்டனர், (உணர்ச்சி ஞாபகத்திலிருந்து மீள இன்னொரு உணர்ச்சி ஞாபகம் பயன்படுத்தப்பட்டது. ஒரு சிலருக்கு மீண்டுவர மூன்று நாளும் கூட எடுத்திருந்தது.)

மூன்று பேரினதும் உணர்ச்சி ஞாபகம் பயிற்சியில் பங்குபற்றுனர் 1 இன் குரல் மற்றும் உடல் வெளிப்பாடுகள் அதீதமாக, தீவிரமாக அல்லது அளவுக்கதிகமாக இருந்தது. பங்குபற்றுனர் 1 இன் கருத்துப்படி தனது தனிப்பட்ட தீர்க்க முடியாமல் இருந்த பிரச்சனை ஒன்றுடன் உணர்ச்சி ஞாபகம் தொடர்புபட்டதால் அதிதீவிரமாக தனது உடலில் வெளிப்பட்டதென குறிப்பிட்டிருந்தார். ஆய்வாளனின் வெளிப்பாடு அளவோடு இருந்தது என்றும் அவ்வுணர்வுகளை உடலால் வெளிப்படுத்த முயற்சித்திருக்கவேண்டும் என்றும் வழிப்படுத்துனர் குறிப்பிட்டிருந்தார்.

மேலும் ஆய்வாளனால் மாணவர்களிற்கு வகுப்பறையில் நடந்த "உணர்ச்சி ஞாபகம்" பயிற்சிபற்றி நோக்கப்படுகிறது. உடற்பதப்படுத்தலோடு, தேவையான உணர்ச்சி தூண்டலிற்கான செயல்களோடு ஆரம்பிக்கப்பட்டது. இங்கு ஒரு மாணவனுக்கு நடந்த உணர்ச்சி

வெளிப்பாடு அளவுக்கதிகமாக இருந்தது. அவனது அழகைக்கத்தல் மண்டபத்தை விட்டு வெளியேறிச் சென்றது. வழமைக்கு மாறான இந்த வெளிப்பாடு மாணவனுக்கு நடந்த யுத்த இழப்போடு சம்பந்தப்பட்டதாகும். அந்த மாணவனுக்கு தனிப்பட்ட உள ஆற்றுப்படுத்தல் வழங்கப்பட்டது. இந்தப் பயிற்சியில் சில மாணவர்கள் உணர்ச்சி நிலைக்குப் போகாமல் இருந்தனர். அதே நேரம் சிலர் சுயமாக மீண்டு வருவதற்கான தமது ரூபங்களைப் பயன்படுத்தி பழைய இடத்திற்கு மீண்டனர். யுத்தம் மற்றும் யுத்த விளைவு காரணமாக “உணர்ச்சி ஞாபக” பயிற்சி செய்வது தொடர்ந்து வந்த காலத்தில் அதிக பக்கவிளைவுகளை கொண்டமையால் இப்பயிற்சிமுறை தவிர்க்கப்பட்டது. குழந்தை சண்முகலிங்கத்தினால் யுத்தகாலத்தில் நடாத்தப்பட்ட நாடகப்பட்டறைகளில் கருத்தூன்றல் பயிற்சியானது முற்காலங்கள் போலல்லாது யுத்தத்தின் பக்க விளைவுகளை கொண்டிருந்ததை சண்முகலிங்கம் சுட்டிக்காட்டுகிறார். அதாவது மனம் ஒருமுகப்பட உணர்ச்சிச் சிக்கலிற்குட்பட்டு நிலைமாற்றத்தன்மை தோன்றியதால் உளசிகிச்சை நிபுணரின் ஆலோசனைகள் பெறவேண்டி இருந்தமை இங்கு சுட்டிக்காட்டத்தக்கது.

அடுத்ததாக பார்ப்போருக்கு உணர்ச்சிகளிற்கான ஒத்துணர்வு (Empathy) இருப்பதை ஆற்றுகையின்போது பார்க்கலாம். ஒத்துணர்வு, பார்ப்போருக்கு ஆற்றுகையின் போது ஏற்படுவதென்பது உணர்ச்சியை புரிந்துகொள்ளல் என்பதற்கப்பால் உணர்ச்சியை உணருதல் என்பதாகவேயமைகிறது. [13,ப.195] அதே நேரம் இந்த உணர்ச்சியானது பார்வையாளரிடமிருந்து வெளியேறும் செயற்பாடு ‘கதாஸிஸ்’ (Catharsis) அதாவது உணர்ச்சி வெளியேறுகை /உணர்ச்சிச்செப்பம் எனப்படுகிறது. இந்த உணர்ச்சி வெளியேறுகையானது ஒரு சிகிச்சைவழி வெளியேற்றம் (Therapeutic discharge) என நவீன பயன்பாட்டில் கூறப்படுகிறது [13,ப.175]. எனவே இங்கு முன்னிலைப்படுத்தும் கருத்து யாதெனில் இது பார்வையாளருக்கு மட்டுமன்றி நடிக்கருக்கும் எழுத்தாளனிற்கும் கூட மேற்படி உணர்ச்சிவெளியேறுகை ஒத்திகைக் காலங்களில் ஏற்படுவது ஒரு அனுபவ உண்மையாகும். உதாரணமாக இலங்கைத்தமிழ் நவீன அரங்கின் மூத்த கலைஞரான குழந்தை. ம. சண்முகலிங்கத்தின் நாடகவாக்க முறையில் அவர் உணர்ச்சி நிலைப்பட்டு பாத்திர சூழலை எழுதும் நடைமுறையில் அந்த உணர்வை அழுத்துவதற்காக பொருத்தமான பாடலை (குறிப்பாக திருவாசகம்) தேடி எடுத்து

அப்பாடல் பொருத்தமாக அமையும் சந்தர்ப்பங்களில் தனக்கு கண்ணீர் மல்கும் என்று குறிப்பிடுகிறார். “கதாஸிஸ் என்பது (வாழ்வின்) உண்மையான செயலிற்கு வருவதிலிருந்து வேறுபட்ட சூழலிற்கான உணர்ச்சிவெளிப்பாடாக இருக்கிறது” [13,ப.176]. அதாவது புணைந்து உரு வாக்கப்பட்டவைகளிற்கான பார்ப்போனின் உணர்ச்சிவெளிப்பாடானது மறைமுகமாகவோ அல்லது தொடர்புகளோடோ நிஜவாழ்வுடன் இணைப்பை ஏற்படுத்தி, மேடை அல்லது ஆற்றுகை யதார்த்தத்திற்குட்பட்டிருக்கும்.

ஒத்திகையில் நடிக்கர்கள் பாத்திரத்தை ஏற்கும்போது ஒரு நிலைமாற்றம் (Transformation) தேவையாகிறது. நடிகள் பாத்திரத்திற்காக நிலைமாற முன்னர் நடுநிலையான மனஉணர்வை வைத்திருக்கவேண்டும். நாடகக்கலைஞர் சண்முகலிங்கம், நடிகர் பிரான்ஸிஸ் ஜெனம் பற்றிக் குறிப்பிடும் போது இரண்டு முக்கிய விடயங்களை அழுத்துகிறார். ஒன்று அவரிடமிருந்த “உளச்சமநிலை” மற்றது அவரது உடலில், மனதில் இயல்பாகவே அமைந்திருந்த “தளர்நிலை” [14,பக். 45,46]. அதாவது ஒரு நிலையில் இருந்து இன்னொரு நிலைக்கு போவதற்கு அதன் ஆரம்ப நிலை சாந்தமான மனநிலையுடன் இருத்தல் வேண்டும். அப்பொழுதுதான் தேவையான உணர்ச்சியை பெறவும் மாற்றவும் முடியும். இங்கு சொர்ணலிங்கம் குறிப்பிடுவதும் முக்கியமானதாகும். அதாவது “நடிகனின் மனதில் எவ்வித கிலேசமும் இருக்கக் கூடாது” [15,பக்.102]. இங்கு நடிகனிற்கான மனச்சமநிலை குறிப்பிடப் படுகிறது. ஆனால் இவற்றையும் தாண்டி ஏற்படும் அசாதாரண சூழ்நிலை நடிகனின் மனதில் தாக்கம் செலுத்திவிடுகிறது. போட்டி நாடக மேடையேற்றத்திற்கு இரண்டு நாட்களிற்கு முன்னர் ஒரு நடிகனின் மனைவி பிரசவத்தின் போது இறந்துவிட்டார். நாடகம் நிறுத்தப்பட வேண்டிய நிலை வர அந் நடிகர் இரண்டு நாட்களின் பின் மேடையேறி நடித்தார் [16,பக்.77] சொர்ணலிங்கத்தின் சகோதரன் இறந்து சிறிது நாட்களில் அவர் மேடையேறி நடித்தார் (15, பக். .50) அதே போல சொர்ணலிங்கத்தின் சகநடிகர் ஒருவரின் தாய் இறந்த செய்தி மேடையேற சற்று முன்னர் கிடைத்தபோதும் அந்நடிகர் சிறிது நேரம் அழுதுவிட்டு, அதுவும் நகைச்சவைப் பண்பு கொண்ட பாத்திரத்தை மேடையேறி நடித்தார் என்பதை சொர்ணலிங்கம் குறிப்பிடுகிறார்.

**IV. ஆற்றுகை: நடிகர் பாத்திரத்துடன் இடர்ப்படுத்தல்**  
இப்பகுதியினுள் ஒத்திகை பார்த்தபோதும், மேடையில் ஆற்றுகை செய் தபோதும்



எதிர்கொள்ளப்பட்ட உணர்ச்சிசார்ந்த சிக்கல்கள் பரிசீலிக்கப் படுகின்றன. 'மலநீக்கம்' (1997) என்ற நாடகத்தின் ஒத்திகை காலத்தில் ஒரு நடிகனிற்கு வழங்கப்பட்ட 'கோபக்காரன்' எனும் பாத்திரத்தை மாற்றி வேறுபாத்திரம் தரும்படி கூறியிருந்தான். அதற்கு காரணம் அந்தப்பாத்திரத்தின் கோபம்சாரியல்புகளும் தனது சொந்த இயல்புகளும் ஒரே தன்மைகொண்டதாக இருப்பதால் தனக்கு அப்பாத்திரத்தை நடிக்க கடினமாக இருக்கிறது என்றான்.

'ஆத்மாவின் முனகல்' (1993) என்ற நாடகத்தில் 'குடிகாரன்' பாத்திரம் ஒரு நடிகனுக்கு கொடுக்கப்பட்டது. அந்த நடிகன் மேடை ஆற்றுகையின் போது வெறியில் கதைப்பதுபோலில்லாமல் விரக்தியில் அழுவதுபோல் நடித்தான். நாடகம் முடிந்த பின்னர் அவருடன் பேசியதிலிருந்து அவருக்கு ஏற்கனவே அழுது வெளிப்படுத்த வேண்டிய ஒரு உளச்சிக்கலுக்குட்பட்டிருந்தது தெரியவந்தது. அடுத்தது அவர் கூறிய முக்கியமான விடயம், தான் அவ்வாறு நடித்தது பாத்திரத்திற்கு பொருந்தாவிடும் தனக்கு பெரிய மனஆறுதலாக இருந்தது எனக் குறிப்பிட்டிருந்தார். பொதுவாக நாடகம் நடித்தல், நடிப்புப் பயிற்சி என்பவற்றின் போது நாடக வழிச்சிகிச்சையும் (Theatre Therapy) நடைபெறுகிறது. இங்கு கதாசிஸ், ஒத்தஉணர்வு, உணர்ச்சிவெளிப்பாடுகள் நடைபெறுகின்றன [4,p.34].

இன்னொரு நாடகத்தில் (2004 - பெயர் குறிப்பிடல் தவிர்க்கப்படுகிறது) ஒரு நடிகன் கோபப்பட்டு நடிக்குமிடத்தில் தனது கையில் வைத்திருந்த கண்ணாடிக்குவளையை (Glass) கையால் அழுத்தி உடைத்ததால் அது கைகளில் வெட்டி இரத்தம் பாய்ந்தது. அந்த நடிகனோடு பேசியபொழுது அவன் சொன்னான் அக்காட்சியை நடித்துக் கொண்டிருந்த போது நெறியாளர் அடிக்கடி கூறும் "இன்னமும் பாத்திரத்திற்கு உள்ளே போ" என்று சொல்வது நினைவுக்கு வந்ததும் தனது பாத்திரத்தின் கோபப்படும் அளவு அதிகரித்து, கண்ணாடிக் குவளையை கையால் அழுத்தி உடைத்ததாக குறிப்பிட்டார்.

'பொய்க்கால்'(1993) எனும் நாடகத்தில் ஆய்வாளன் ஏற்று நடித்த பாத்திரம் ஒன்றிற்கான உணர்ச்சியை வெளிப்படுத்தும் நுட்பமாக அவர் தனது வாழ்வில் தனிப்பட்ட முறையில் நினைக்கும்போது மிகவும் கோபம் வருகிற ஒரு ஆளை, அந்த ஆளின்

செயலை நினைத்து குறிப்பிட்ட காட்சியை நடித்தார். அக்காட்சி சமநிலை மீறியதாக இருக்கவில்லை. பலதடவைகள் ஆற்றுகைகள் செய்து முடித்து கடைசி ஆற்றுகைகள் செய்யப்படும் போது நடிப்பில் கோபத்தைக் கொண்டு வருவதற்காக நினைத்த ஆளின் மீதான கோபம் பெருமளவில் தணிந்திருந்தது. அதே நேரம் அந்த உணர்ச்சிவெளிப்பாட்டிற்கான பௌதீக நுட்பம் ஒரு நடனம்போல உடலில் பழக்கப்பட்டிருந்தது.

'பேசாப்பொருள்' (2000) என்ற நாடகம், யாழ்ப்பாணம் - கொழும்பு பாதை மூடப்பட்டு யுத்தம் முனைப்படைந்த காலத்தில் ஆற்றுகை செய்யப்பட்டது. கிட்டத்தட்ட சூரன் போர் சடங்கு போல மைதானத்தில் ஆற்றுகை செய்யப்பட்டது. இந்த ஆற்றுகையின் முடிவில் இதில் நடித்த சிலர் மயங்கி கீழே விழுந்தனர். அந்த மயக்கம் உணர்ச்சிகளின் அளவதிகரிப்பால் ஏற்பட்டதாகும். தீவிரமான பிரச்சனைகள் கலை வடிவமாவதற்கு முன்னர் தீவிரஉணர்ச்சிகளாகவே இருப்பது ஒத்திகைகளில் அவதானிக்கப்பட்டது. அக்காலத்தில் தமிழ் சிறைக்கைதிகள் படுகொலை செய்யப்பட்டமை, வன்னியை சொந்த இடமாக கொண்ட மாணவர்கள் வீட்டுத்தொடர்புகள் இல்லாதிருந்தமை, மற்றும் யுத்தப் பாதிப்பு அதிகமாக இருந்தமை காரணங்களாக இருந்தன.

பாடசாலை மட்டப்போட்டி நாடகமொன்றில் (2014) மாணவி நடித்த பாத்திரமொன்றிற்கான உணர்ச்சி வெளிப்பாடானது ஆற்றுகையின் தேவைக்கு மேலதிகமாகவும் அதே நேரம் நாடகத்தை குழப்பும் தன்மை கொண்டதாகவும் இருந்தது. அம்மாணவி, சோறூட்டும் வயதுடைய பெண்குழந்தை இறந்துவிட்ட காட்சியை மேடையில் நடித்தபோது அம்மாணவிக்கு அண்மையில் இறந்த தன் பாட்டியின் ஞாபகம் வந்ததால் உண்மையாகவே அழுது பார்வையாளர் பலரின் பாராட்டைப்பெற்றார். ஆனால் அந்த நாடகத்தின் நெறியாளருக்கு அபிப்பிராயம் வேறுவகையில் அமைந்திருந்தது. அந்த செத்த வீட்டுக்காட்சியில் இறந்த தன் சிறு மகளின் சடலத்தின் முன்னால் நின்று அழுது விட்டு ஒரு பின்னோக்கு காட்சிக்கு (Flash back) திடீரென்று மாறி பிள்ளை உயிரோடிருக்கும் காட்சியில் சோறூட்ட வேண்டும். ஆனால் அந்த மாணவிக்கு முதல் உணர்ச்சியில் இருந்து அடுத்த மகிழ்ச்சியான உணர்ச்சிக்கு தன்னை மாற்ற முடியாமல் போய்விட்டது. அதேவேளை நெறியாளர், சோறூட்டும் காட்சியை நடனவடிவத்தில் வடிவமைத்திருந்தார். அந்த

மாணவி நன்றாக நடனக்கலை பயின்றிருந்தபோதும் அந்த மாணவியால் அதை நடனமாகச் செய்ய முடியாதிருந்தது. நாடகம் முடிந்து மேடையை விட்டு கீழே இறங்குவதற்கு கூட அந்த மாணவிக்கு இருவர் உதவி செய்ய வேண்டியிருந்தது. இங்குள்ள பிரதான பிரச்சினை ஒரு உணர்ச்சியிலிருந்து இன்னொரு உணர்ச்சியை மாற்றி எடுத்தலாகும்.

ஒரு சமய நாடக ஆற்றுகையில் (2013) இயேசு சிலுவை சுமந்து வரும்போது இயேசுவின் முகத்தை துணியால் துடைக்கும் பெண் தன்னையறியாது கண்ணீர் விட்டழுவார். அந்த நடிக்கை உண்மையில் இயேசுவை தன் பிதாவாகவே கற்பனை செய்தார். அந்த காட்சியை அவரது கண்ணீர் மிகவும் மெருகுபடுத்தியது. (நடிகையின் உள்ளத்தில் அழகைக்கு வேறு காரணங்கள் இருந்தனவா என்பதை அறிய முடியவில்லை). நேர்த்திக்கடன் அடிப்படையில், பக்தி சார்ந்து ஒரு நடிகர் இயேசு பாத்திரம் (2010) ஏற்று நடித்திருந்தார். அவர் வன்னி இறுதி யுத்தத்தை சந்தித்ததோடு மூன்று நாட்கள் சாப்பாடு தண்ணீரின்றி ஒரு பாழடைந்த தேவாலயத்திற்குள் ஒளிந்திருக்க வேண்டி நேரிட்டிருந்தது. அதனால் அவர் இந்த இயேசு பாத்திரத்தை நேர்த்திக்கடனிற்காக ஏற்று நடிக்க விருப்பம் கொண்டிருந்தார். இவரது நடிப்பில் சிலுவை சுமக்கும் காட்சியில் இரண்டு உளநிலை மாற்றங்கள் நடந்திருந்தன. கழுவப்படாத நாடாச் சுருளின் (Negative) தோற்றப்பாடு போன்ற காட்சி அவருக்கு மேடைச்சுற்றுச்சூழலில் ஏற்பட்டது. மற்றது அக்காட்சி செய்யும் போது காற்றில் மிதப்பது போன்ற உணர்வு ஏற்பட்டது என்று குறிப்பிடுகிறார். இங்கு ஒரு விடயத்தை ஊகிக்க முடியும் அதாவது அனுட்டானம், பக்தி என்பன கடவுள் பாத்திரத்தின் மீது பரிவையும் பச்சாதாபத்தையும் பக்தியையும் கொண்டிருக்கும்போது அப்பாத்திரத்தின் பண்பையும் சூழலையும் பார்வையாளருக்கு ஏற்படுத்த முடியாதிருக்கும்.

நாட்டுப்பிரச்சினை பற்றிய ஒரு நாடகத்தில் (2001) ஒரு யுவதி நடுத்தர வயது பெண்ணாக நடித்திருந்தார். அந்தப் பெண்ணுக்கு நாடகத்தின்படி ஒரு நாய் கடித்துவிட்டது. இது அரசியலுடன் உருவகப்படுத்தப்பட்ட ஒரு செயற்பாடு. இந்த யுவதி நாய் கடித்து விட்டது என்று நடிப்பதற்கு பொருத்தமான அளவையும், எல்லையையும், இயல்பையும் மீறி உணர்ச்சியை தீவிரமாக வெளிப்படுத்தினார். ஆனால் இரண்டாவது

ஆற்றுகையில் அதன் உணர்ச்சி வெளிப்பாட்டு வீதம் குறைந்திருந்தமை குறிப்பிடத்தக்கது.

மாணவர்களின் சுயநாடக தயாரிப்புக்களிலே (2017) ஒரு நாடகத்தில் தாயும் மகளுமாக நடித்தவர்களில் தாய் பாத்திரம் நடித்த மாணவி தன் மகன் காணாமல் போனதை தேடி கெஞ்சியமும் காட்சியை மிக அழகாக அளவாக செய்து கொண்டிருக்க, மகளாக நடித்த மாணவி கத்தியழுது, அதற்கான உடல்வெளிப்பாடு காட்டிய முறை அசாதாரணமானது. இந்த மாணவி மேடைப் பகுதியை விட்டு மேடைக்கரை மறைவிடத்திற்கு வந்தபின்னரும் அந்த உணர்ச்சிப்பிடியில் இருந்து விலக முடியாதவராயிருந்தார்.

#### V. பரிகாரங்கள் : உணர்ச்சி வெளிப்பாடும் கலைநிலைப்படுத்தலும்

நடிப்பில் மட்டுமீறிய உணர்ச்சி இரண்டு வகையில் பாதிப்புக்களை ஏற்படுத்துகிறது. முதலாவது ஆற்றுப்படுத்தலற்ற மட்டுமீறிய உணர்ச்சி நடிகனின் தனிப்பட்ட உளநிலைப்பாதிக்கிறது. இரண்டாவது மேடை ஆற்றுகையின் அடுத்தடுத்து மாற்ற வேண்டிய உணர்ச்சிகளை மாற்றமுடியாது போகிறது. ஆனால் சினிமாவைப் பொறுத்தளவில் ஒரு உணர்ச்சிக்குள்போய் முடிந்ததும் அந்தக்காட்சியைக் கமெராவால் நிறுத்திவிட்டு மனம் ஆறிய பின்னர் அடுத்த காட்சியைக் கமெராவால் தொடரமுடியும். ஆனால் நாடகத்தில் அது சாத்தியமில்லை. எனவே சமநிலையான, நடுநிலையான உணர்ச்சி நிலைகளோடேயே நடிகன் பாத்திரத்தைத் தாங்கி பார்வையாளர் முன்தோன்ற வேண்டும். மேலுள்ள பகுதியினுள் இனங்காணப்பட்ட உணர்ச்சிவெளிப்பாட்டு சிக்கல்களை மாற்றுவதற்காக, வெல்வதற்காக கையாளப்பட்ட மாற்றீடுகள், தீர்வுகள் கீழே நோக்கப்படுகிறது.

செயன்முறைப்பயிற்சிகளில் உணர்ச்சி ஞாபகங்களை (Emotion memory) மீட்கும் பயிற்சிகளை முறையான வழிப்படுத்தலோடு செய்கின்றபோது உணர்ச்சிவெளிப்பாடு நடிகனுக்கு சமநிலையோடு இருந்திருக்கிறது. ஆழ்மனதில் உள்ளதும், வெளிமனதில் உள்ளதும் இங்கு வெளிப்பட வாய்ப்பு அளிக் கப்படுகின்றது. அவை உடலாலும் அசைவாலும் குரற்சத்தத்தாலும் வசன வெளிப்படுத்துகையாலும் வெளியேற்றப்படுகின்றன. இவ்வுணர்ச்சி ஞாபகங்களைப் பற்றி கலந்துரையாடுவதற்கான பாதுகாப்பான வெளியும்

வழங்கப்பட்டிருக்கும். 'இங்கு பயிற்சிகளில் மறைமுகமாக சிகிச்சைவழி ஆற்றப்படுத்துதல் நடந்தேறுகிறது'[4, ப.34].

நாடக ஆற்றுகை செய்வதற்கு முன்னரான ஒத்திகைகளை முறைப்படி தொடர்ந்து நிகழ்த்தும் பொழுது நடிகனுக்கும் பாத்திரத்திற்கும் இடையிலான தனிப்பட்ட உணர்ச்சிக்கல்கள் இணங்காணப்படவும் வெளியேற்றப்படவும் கலந்துரையாடப்படவும் இடமளிக்கப்படுகின்றது. அதனால் முறையான ஒத்திகைகள் உணர்ச்சிகளை அளவாக்கி அதன் உடல்வெளிப்பாட்டு நுட்பத்தை இணங்கண்டு கைக்கொள்ள உதவுகிறது. ஏனென்றால் பூரண ஒத்திகைகளற்ற மேடை ஆற்றுகையில் மட்டுமீறிய உணர்ச்சி வெளிப்பாடு தொடர்ச்சியான மேடை ஏற்றத்தில் குறிப்பாக இரண்டாவது மேடையேற்றத்திலிருந்து படிப்படியாக குறைவடைவது அவதானிக்கப்பட்டுள்ளது. (எல்லா உச்சங்களையும் ஒத்திகையில் நிகழ்த்த பணிக்கவேண்டும்.)

நடிப்பில் உணர்ச்சியை வெளிப்படுத்தும் முறைக்கு ஒவ்வொருவரின் மனநிலை, உடல்நிலை இரண்டையும் கருத்தில் கொண்டு பொருத்தமான ஏதாவது வெளிப்பாட்டு முறையை பயன்படுத்துதல் சிறப்பானதாகும். பரதநாட்டியக்கதை சொல்லல் அதிகம் உடல்சார் வெளிப்பாட்டிற்கு முக்கியத்துவம் கொடுக்கிறது. இரச, பாவ வெளிப்பாடு உடலில் இருந்தே ஆரம்பிக்கும். கூத்துக்கள், பாரம்பரியக்கதைகளும் முறைகள் இங்கு பயன்படும். (சடங்குசார் பாரம்பரிய வடிவங்களில் பக்தியை மூலமாகக்கொண்டே உணர்ச்சிவெளிப்பாட்டை அதிகரிக்கச் செய்வார். இதுவே உருவாடுதல், கலையாடுதல் என்ற நிலைக்கும் உள்ளாகிறது. எனினும் இங்கு வெறிஉணர்ச்சியின் நிதானமே அவதானிக்கப்படுகிறது. இதற்கான நரம்பியல் விஞ்ஞான ஆதாரம் தேடப்படுதல் வேண்டும்.)

மைக்கல் செக்கோவ் உணர்ச்சியை வெளிப்படுத்தும் ஆரம்பநிலைக்கு கற்பனையையும் உளவியல் அங்க அசைவையும் (Psychological gesture) பயன்படுத்தியமை மற்றும் மேயகோல்டின் உடற்பொறிமுறையின் நுட்பம் போன்றன வெறுமனே உடலில் ஆரம்பித்து உளத்திற்கு போகும் வழிமுறைகளாகும். உதாரணமாக ஆய்வாளரின் செயன்முறை அனுபவங்களின்படி ஒருவரை செயற்கையாக சிரிக்கச்சொன்னால் அதுவே

இயற்கையான சிரிப்பாக மாறுகிறது. அதுபோலவே அழுவது போல் தொடர்ந்து முகபாவம், அங்கவசைவு, சுவாசம், உடல்நிலை என்பவற்றை மாற்றி செய்யும் போது அவை மனதின் உணர்ச்சியோடு இணைகிறது. (இந்த அனுபவத்திற்கும் விஞ்ஞான ஆதாரம் தேடப்படுதல் வேண்டும்.)

உணர்ச்சிக்கான உடலின் வெளிப்பாடுகளை இணங்கண்டு பயிலுதல் வேண்டும். உளவியல் விஞ்ஞான ஆய்வின்படி மகிழ்ச்சி, துக்கம் இரண்டிற்கும் வாய் திறந்திருக்கும், உடல் தளர்வாய் இருக்கும். மகிழ்ச்சி முன்னோக்கிய அசைவாகவும் துக்கம் பின்னோக்கிய அல்லது விலகிய அசைவாகவும் இருக்கும் பயம் மற்றும் கோபத்தில் வாய் திறந்திருக்கும், உடலிறுக்கம் இருக்கும். பயம் - விலகல், கோபம் - முன்னோக்கிய அசைவு என்பனவாக அமையும் [17, ப.201]. விளையாட்டை (Game) போல உணர்ச்சிகளை உடலில் தோற்றுவிக்கும் பயிற்சிகள் செய்வதால் உடல் தசைகள் உணர்ச்சி காட்ட பழக்கப்பட்டுவிடும் என்பது ஆய்வாளர் அனுபவத்தில் இணங்காணப்பட்டுள்ளது.

நடிப்பிற்கான உடல்பயிற்சிகளின் அனுபவத்தின்படி ஆழ்மனதிலிருந்து துக்கத்தை நடிக்க எடுப்பதுபோல மகிழ்ச்சியையும் எடுக்கப்பழகுதல் என்பது ஒரு உணர்ச்சியின் தீவிரத்தை தணிக்க இன்னொரு உணர்ச்சியை பயன்படுத்துவதாக அமைகிறது.

செயன்முறை வகுப்புகளில் ஆரம்ப நிலையிலுள்ளவர்களில் சிலருக்கு எடுத்தஎடுப்பிலேயே புதிதளித்தல் அரங்க ஆற்றுகை (Improvised Theatre), மற்றும் உடனடி அரங்கு (Instant Theatre) போன்றவை தவிர்க்கப்படுதல் படிமுறை வளர்ச்சிக்கு உதவும். ஆனால் நாடகப்பட்டறைகளில் புதிதளித்தல் என்பது எல்லா வகையினருக்கும் பொருத்தமானது. ஏனென்றால் அங்கு நடிகன் மற்ற நடிகனின் நிகழ்த்துகையை பார்ப்பதோடு, முடிவில் அது பற்றி கதைக்கவும், திருத்தவும், பகிரவும் வாய்ப்புக்களண்டு. ஆய்வாளரின் சொந்த அனுபவப்படி உணர்ச்சி ஞாபகத்தை (Effective memory) ஆழ்மனம் நோக்கி தேடுவதில்தான் பிரச்சனைகள் வருகின்றன. மாறாக வெளிமனதில் அன்றன்றாடம் மிதந்து கொண்டிருக்கும் உணர்ச்சிகளில் கோபம், பயம், துக்கம் மட்டுமன்றி மகிழ்ச்சி, நகைச்சுவை போன்றவற்றையும் நடிப்பில் பயன்படுத்தும்போது இயல்பான தளர்வும் தனிப்பட்ட உளத்திருப்பியும் ஏற்படுகிறது. நடிகன் தனது

உணர்ச்சியை பாத்திரத்தின் உணர்ச்சிக்கு பயன்படுத்தி எந்த அளவிலும் செய்யலாம் ஆனால் அந்தக்கட்டம் முடிந்ததும் உடனடியாக சமநிலையை நோக்கி அல்லது தேவையான அடுத்த உணர்ச்சிக்கு திரும்ப வேண்டும். (உதாரணமாக நவராஜின் கருத்துப்படி உளவளத் துணையாளர் ஆற்றுப்படுத்தப்படுவரோடு சேர்ந்து அழலாம் ஆனால் ஆற்றுப்படுத்தல் முடிந்ததும் முதல் எழும்புவராக உளவளத்துணையாளர் இருக்க வேண்டும். இது நடிக்கலுக்கும் பாத்திரத்திற்கும்கூட பொருத்தமானது.) உண்மையான உணர்வுகளை பயன்படுத்தி ஆற்றுகை செய்யும் போது உண்மையும் நம்பகமும் அதிகமிருக்கும். அரங்கில் நம்பச்செய்தல் என்பது மிகுந்த சவால் மிக்கது. வெறுமனே உணர்ச்சியை மீட்டெடுக்காது அவற்றை செயற்கைப்பாங்கில் தந்திரமாக (Tricky) செய்தால் எந்தப்பாதிப்பும் வராது என்பதோடு உணர்ச்சிச்சிக்கலுரிய நடிக்கர்களுக்கு இம்முறை அதிகம் பொருத்தமானதாகும். உதாரணமாக அமுதல் - ஒளிவிளக்கை உற்றுநோக்கல், வலியுள்ளமுழங்கால் - முழங்காலிற்கு மட்டை வைத்துக்கட்டுதல் போன்ற நுட்பங்களை பயன்படுத்துதலாகும்.

“நினைவின் கனவு” (2014) என்ற நாடகம் ஆய்வாளரின் நெறியாள்கையில் ஆற்றுகை செய்யப்பட்டபோது தாய் பாத்திரம் ஏற்று நடித்த நடிக்கை தனது உறவினர் ஒருவரின் இழப்பு நடிப்பில் வெளிவந்ததால் அந்தக் காட்சியின் வசனத்தை ஒரு விருத்தப்பாட்டாக மாற்றி, அத்தாய் பாத்திர உணர்வை பாட்டாக பாடி நடிக்க செய்தபோது, உணர்ச்சிக்குள் ஆழ்ந்து போய் தன்னை இழக்கும் சந்தர்ப்பங்கள் குறைக்கப்பட்டது அவதானிக்கப்பட்டது.

யுத்தப்பாதிப்பும் இழப்புகளும் அதிகம் சமூகத்தில் தாக்கம் செலுத்தியது என்பதால் நாடக காட்சிகளின் இடையே பாடல் மற்றும் ஆடல் மூலம் முறிவுகளை ஏற்படுத்தியதோடு காட்சிகளின் இடையிடையே உணர்ச்சி ஓட்டத்தை குறைக்கும் பொருட்டு நகைச்சுவைக்காட்சிகள் இணைக்கப்பட்டன. (இம் முறை ஏலவே பிரெச்சிடனால் வேறு தேவைகளுக்கு பயன்படுத்தப்பட்டுள்ளது)

## VI. நிறைவுரை

மனித செயலில் பகுத்தறிவு பூர்வமான (Rational) நடத்தையும், உணர்ச்சி பூர்வமான (Emotional) நடத்தையும் வாழ்வில் வெவ்வேறுவகையான தூண்டலை மையப்படுத்தியதாக அமைகின்றன.

பகுத்தறிவானது காரணகாரியம் பற்றியும், உணர்ச்சியானது இலக்கை அல்லது முடிவை நோக்கியதற்கான தடை அல்லது இழப்பு போன்றவைபற்றியும் தூண்டல் நடைபெறுகிறது[18]. முதிர்ந்த அனுபவம் மிக்க நாடகக்கலைஞர் குழந்தை. ம. சண்முகலிங்கம் கூறும் முக்கிய கருத்தானது ‘நாடகவாக்கத்திலும் சரி,படைப்பாக்கத்திலும் சரி, உணர்ச்சியும் அறிவும் இரண்டு தண்டவாளங்கள் போல அருகருகே போய்க் கொண்டிருக்கும்’ என்பதாகும். இரண்டின் முக்கியத்துவமும் வாழ்வுபோல மேடையிலும் தேவையாகிறது. வாழ்வுபோல அரங்கில் ஆற்றுவோன் பக்குவப்படுவது உணர்ச்சிகளைக்கையாள உதவுகிறது. ஒரு நல்ல நடிக்கர் தனது உணர்ச்சிகளின் கட்டுப்படுத்தல் அளவை அறிந்திருப்பார். அதனால் தான் தனிப்பட்ட வாழ்வில் பெரும் இழப்பின் உணர்ச்சி இருந்தபோதும் மேடை மீதேறி நடித்திருக்கின்றனர் என்பது ஏலவே சுட்டிக்காட்டப்பட்டது. ஆனால் ஆற்றுவோருக்கு உடற்திடகாத்திரம் மட்டுமன்றி மனத்திடகாத்திரமும் தேவைப்படுகிறது என்பது இவ்வாய்வில் புலனாகிறது. அவ்வாறு இல்லாவிடினும் பயிற்சிகள் மூலம் உணர்ச்சிகளை கையாளும் திறனைப்பெறுதல், அதற்கு கையாள வேண்டிய நுட்பங்கள், தவிர்க்க வேண்டிய அம்சங்கள் என்பன பரிசீலிக்கப்பட்டுள்ளன. இவ்வாய்வில் பரிசீலிக்கப்பட்ட விடயங்களில் ‘ஏன் உணர்ச்சி மேலிடல் வருகிறது’ என்றும் அவற்றை கையாளும் முறைகள் பற்றியும் நோக்கப்பட்டிருக்கிறது. இவை அரங்கச் செயற்பாட்டாளர்களுக்கு அத்தியாவசியமாக இருக்கிறது. இன்னமும் இந்த ஆய்வை விஞ்ஞானத்துறையுடன் சேர்ந்து குறிப்பாக உள உடலியல் (Psycho-Physiology) மற்றும் நரம்பியல் விஞ்ஞானம் (Neuroscience) போன்ற துறைகளோடு இணைந்து செய்யப்படுதல் வேண்டும்.

## உசாத்துணை நூல்கள்

1. Konijn, Elly A. (2000) Acting Emotion: Shaping Emotion on stage, Amsterdam: Amsterdam university press.
2. Wilson, Edwin, and Alvin Goldfarb (2012) Theatre: The lively Art, 8th edn, New York: Mc Graw Hill.
3. Holford-Strevens, Leofranc. (2005) “Polus and His Urn: A Case Study in the Theory of Acting, C. 300 B.C. - C. A.D. 2000” International Journal of the Classical Tradition 11.4 499-523. at available <http://novaonline.nvcc.edu/eli/spd130et/ancientgreek.htm>, based on Dr. Eric W. Trumbull, Professor, Theatre/Speech (uploaded on November 16, 2007), accessed on: 21.08.2015.
4. Walsh, Fintan (2013) Theatre and Therapy, New York: Palgrave macmillan.



5. Chamberlain, France, (2000) "Michael Chekhov on the techniques of acting: was Don Quixote true to life.", Alisan Hodge, ed. Twentieth century Actor Training London: : Routledge, pp. 79 – 97
6. Leach, Robert. (2010) "Meyerhold And Biomechanics" Hodge, Alison. Actor Training. London: Routledge, pp. 63-80
7. Boal, Augusto. (2002) Games for Actors and Non-Actors. London: Routledge, Psychology Press.
8. Evans, Mark.(2009) Movement Training for the Modern Actor. London: Routledge.
9. Blair, Rhonda. (2008) The Actor, Image, and Action. London: Routledge.
10. Schechner, Richard. (2009) Performance Theory, New York: Rutledge.
11. Gould, Stephen J. "Researcher Introspection as a Method in Consumer Research", Journal of Consumer Research, Vol.21, No. 4 (Mar., 1995), pp. 719-722. At available: <http://www.jstor.org/stable/2489727>. Accessed on 17.03.2018
12. Kisber, Lynn Butler. (2010) Qualitative Inquiry, Los Angeles: Sage.
13. Shepherd, Simon and Mick Wallis (2004) Drama/Theatre/Performance, London: Routledge.
14. சண்முகலிங்கம், குழந்தை ம. (2017) "தளர் வறியாத்தளர்நிலை யாளன்" கலைமுகம், இதழ் 62, யாழ்ப்பாணம்: திருமறைகலா மன்றம், 45-48
15. சொர்ணலிங்கம், க. (1968) ஈழத்தில் நாடகமும் நானும், யாழ்ப்பாணம்: ஆசிரிவாதம் பதிப்பகம்.
16. சிறீஸ்கந்தன், ப. (2013) அரியாலையூர் நாடக ஆளுமைகள், சென்னை: வடலி வெளியீடு
17. Bloch, Susana. and Others (1998) "Effector Patterns of Basic Emotion". Acting (RE)considered: A theories and practices. Ed. Phillip B Zarrilli, London: Routledge, pp.197-218.
18. TenHouten, Warren D. (2007) A General Theory of Emotions and Social Life, London: Routledge.

**கலந்துரையாடல்**

1. நா.நாவராஜ் (உளவளத்துணையாளர், நாடக ஆர்வலர்), 07.12.2017, 06.02.2018
2. கணேசராஜா (நாடகமும் அரங்கியலும் - ஆசிரியர், நெறியாளர்) 01.02.2018
3. யோ.யோன்சன் ராஜ்குமார் (அரங்கவியலாளர், ஆசிரியர், நாடகமும் அரங்கியலும்) 10.02.2017
4. குழந்தை ம. .சண்முகலிங்கம் (மூத்த நாடக கலைஞர்) 11,18,22.04.2017, 03.02.2018