de fysieke acteur (2)

de werkwijze van ralf räuker

de Hogeschool voor de Kunsten Utrecht geeft een serie cursussen onder de noemer: 'De werkplaats/workshop; het trainen van de fysieke acteur. Cocky van Bokhoven volgt de workshops en probeert in een serie artikelen antwoord te geven op vragen als: waar komt de belangstelling voor fysiek theater vandaan, waarop is de nieuwe richting gebaseerd, wat heb je aan de technieken voor je eigen theaterpraktijk, zijn de technieken vruchtbaar in het werken met amateurs, enzovoort. Het tweede weekend (19 t/m 21 december) vond plaats onder leiding van Ralf Räuker.

Ralf Räuker, van oorsprong Duitser, geeft les in het Engels en vertelt ons voor we gaan werken over zijn achtergronden en werkwijze. Hij beëindigde in 1986 zijn acteerstudie aan de Hoge School voor de Kunst in Berlijn. Hij werkte met Jerzy Grotowsky in Italië (1985), Frankrijk en België (1987). Nam deel aan de International School for Theatre Anthroplogy (1986) en de 'Actors Laboratory' bij het Odin Theatre in Denemarken (1988). Kreeg een twee-jarige beurs (1988-1990) voor zijn onderzoek naar 'Meyerholds theatrale Bio Mechanic'. Is sinds 1992 lid van het Mime centrum in Berlijn.

theatrale bio-mechanica

Ralf ziet acteurstraining als een proces waarin je jezelf voortdurend vragen stelt over je fysieke aanwezigheid. Hoe sta ik, loop ik, beweeg ik, wat doe ik met mijn zwaartekracht? Door met dat 'hoe' bezig te zijn, word je je bewust van je mogelijkheden en maak je je eigen keuzes. Zodoende word je verantwoordelijk voor je eigen ontwikkeling. Gedurende de komende drie dagen zal hij ons bekend maken met de eerste praktische stappen van de theatrale bio-mechanica. De term: Bio-mechanica, wordt over het algemeen gebruikt in de sport en in de industriële wetenschap (namelijk: de meest economische fysieke beweging gedurende een handeling). Het was Meyerhold die de principes ervan probeerde te combineren met de acteurstraining. Zoals een goed leerling betaamt, keerde Meyerhold zich tegen zijn meester Stanislavsky door het accent van de emoties naar het lichaam te verleggen. Hij ontwikkelde onder meer een aantal 'etudes' (analoog aan de oefeningen voor pianisten) waarin de principes van de theatrale biomechanica zijn geconcentreerd. Het probleem bij de acteur is altijd dat hij 'lichaam' ís en dat dat lichaam tegelijk het materiaal is waarmee hij werkt. Voeg daar aan toe dat ons dagelijks gedrag een geconstrueerde werkelijkheid is en het werkveld van de fysieke acteur wordt behoorlijk schimmig. Die geconstrueerde werkelijkheid is een soort kader voor onze mogelijkheden. Het is ons 'thuis' maar tegelijk onze 'gevangenis', want onderhevig aan bepaalde wetten. Theater maken is ook onderhevig aan bepaalde wetten, maar dat zijn niet dezelfde als die van onze geconstrueerde werkelijkheid. Om nou zo organisch en natuurlijk mogelijk van het ene niveau naar het andere te komen, moet eerst het eerste niveau gedeconstrueerd worden. Je kunt geen realistisch theater maken als je het verband verliest met de biologische en sociale werkelijkheid van ons dagelijkse gedrag.

Na zijn uitleg gaan we allemaal lekker op de schuimrubber matrassen liggen die bijna de hele vloer van het lokaal bedekken. We moeten ons voorstellen dat we een baby zijn en van daaruit onze bewegingsmogelijkheden ontdekken. Het is niet de bedoeling een baby te spelen.
De achtergrond van de opdracht is dat een baby zijn bewegingsmogelijkheden niet ontwikkelt door 'het denken' maar uitsluitend door fysieke ervaringen. Een manier van leren die wij ons nauwelijks nog bewust zijn omdat dat steeds moeilijker wordt naarmate we meer gaan denken. Het is een wonderlijke oefening waarbij je door de sfeer van concentratie en ontspanning ongemerkt op je centrumkracht komt. Ik kreeg een gevoel van loomheid over me, alsof ik een beetje in mijn eigen lichaam hing, terwijl ik ongelooflijk hard aan het werk was.
Op een bepaald moment moesten we proberen tot een zithouding, vóór het kruipen, te komen. Het blijkt verbijsterend moelijk, vanuit die baby, zonder een logische volgorde te bedenken dus, om dat voor elkaar te krijgen. Wat zijn we dan zwaar en onhandig. Wat een krachtsinspanning kost het je om op te richten. Als je eenmaal voorover ligt, nog met je voorhoofd op de grond, duurt het een hele poos voor je jezelf opgericht krijgt. Die neigiing had ik in eerste instantie helemaal niet. Ik begon te 'tijgeren' voor ik tot kruipen kon komen. Hoe het precies gebeurde weet ik ook niet meer, maar ik volgde mijn lichaam. Het is een kwestie van zwoegen en daar tegelijk helemaal geen hekel aan hebben. Alsof je niet beter weet. Iedereen was heel intensief bezig om op deze wijze van kruipen tot staan en tenslotte tot lopen te komen. Die laatste fase kreeg ik niet voor elkaar volgens het babyprincipe. Het lopen is zo mecha-

voor je na de 'pling' kunt springen. Kortom, tussen twee belletjes moest je steeds het volgende doen: een bewegingselelement uitvoeren, korte stop, nieuw bewegingselement bedenken, tegenbeweging maken en 'pling' enzovoort. Vooral die tegenbeweging begrepen wij in het begin niet goed. Nadat we de bewegingen mochten vergroten, theatraler mochten maken, ging het ineens veel beter. Ik kreeg even het gevoel dat ik in een stomme film rondliep. Daarna weer terug naar neutraal. Je bewegingen uiteenrafelen in zijn onderdelen en dan weer proberen op te bouwen is kennelijk zo onnatuurlijk in eerste instantie dat theatraliteit daar weer een hulpmiddel bij kan zijn. We werkten er lange tijd aan zodat we er niet meer bij hoefden te denken en de verschillende elementen heel natuurlijk en vloeiend, op metronoom, uitgevoerd werden. Hoewel het misschien onaangenaam machinaal overkomt, was het heerlijk om te doen. De metronoom is niet alleen behulpzaam bij het verdelen van de onderdelen tussen twee belletjes, maar ontneemt je tevens even de verantwoordelijkheid voor het initiatief, wat in dit stadium waarschijnlijk het beste is. Het spreekt vanzelf dat de metronoom op een redelijk tempo stond afgesteld. Maar omdat de bewegingen zeer gevarieerd zijn moet je al doende ervaren hoe je ze moet timen. Tenslotte werd hetzelfde in vijftallen gedaan waarbij de rest steeds keek. Ralf gaf dan aanwijzingen, opdrachtjes en nadere uitleg waar die kennelijk nodig bleek. De meeste problemen bleken in de timing en in de tegenbeweging te zitten.

timing

Hierna kreeg een drietal (steeds op eigen initiatief) de opdracht om te proberen via de gegevens uit het voorgaande tot een soort samenhang te komen. Geen spel of dans, maar dezelfde oefeningen zo zuiver en soepel mogelijk op metronoom uitgevoerd. Vervolgens een tweetal, waarbij een derde in moest springen. Het bleek moeilijk te zijn, maar soms ontstond er plotseling een spannend geheel. Tot slot hetzelfde met een drietal en een stoel. Er mocht enige psychologische duiding in de bewegingen toegepast worden. Dat gaf een heel boeiend resultaat. Ralf herinnerde ons aan de positie die we hadden voor de pauze en vroeg ons aan de kant te gaan staan. De metronoom ging weer aan, waarop we om de beurt (onafgesproken) moesten proberen onze positie weer in te nemen. Dat wil zeggen: vanaf de kant al timen hoe je dat precies tussen twee belletjes klaarspeelt. Toen iedereen er was, op dezelfde wijze terug naar de kant. Het is verbazingwekkend hoe je kennelijk precies (zonder te denken) in kunt schatten (gevoelsmatig) welk tempo je dus moet hebben om in één vloeiende beweging precies daar te komen waar je wezen wilt en ook weer die positie in te nemen die je had, vlak voor de volgende 'pling' gaat. Dat deed me denken aan een cheetah die zijn prooi in de verte voorbij ziet snellen, vertrekt, zijn tempo ontwikkelt en aanpast en de prooi 'in de loop' weet te bespringen. Tenslotte kregen we allemaal een tennisbal om mee te gooien. Eerst alleen, later in tweetallen en weer op metronoom met hetzelfde principe als voorheen. De beweging werd uiteengerafeld en later opnieuw 'gezet'. Plotseling bleek die tegenbeweging, waar we moeite mee bleven houden, heel natuurlijk te zijn. Als je bijvoorbeeld een bal hard weg wilt gooien, gaat je arm eerst naar achteren voor de worp. Door deze oefening werd het ons nog duidelijker.

van slag

De rest van de dagen werd steeds aan deze onderdelen gewerkt, met een oplopende moeilijkheidsgraad. Het accent lag voornamelijk op het 'deconstrueren' en 'construeren' van een beweging. Meestal voorafgegaan door oefeningen die grote concentratie vergen, bijvoorbeeld rond evenwicht en zwaartekracht. Ralf bleef ons er steeds van bewust maken dat het feit dat de zwaartekracht ons naar beneden wil hebben en wij niettemin de mogelijkheid hebben om te staan, het eerste dramatische gegeven van elke mens is. Dat spanningsveld werd voortdurend onderzocht. Vooral het gebied van vlak voor het uiteenvallen van het evenwicht, het net niet vallen, het de ander net niet loslaten, was een terugkerend thema. Want daar gaat de beeldende kracht / boeiende werking van uit zoals dat bij alle kunsten met soortgelijke spanningsvelden (in compositie bijvoorbeeld) het geval is.

De uitbreiding van de oefening met die zeven eerder genoemde bewegingselementen liep pas echt spaak toen 'taalgebruik' er aan te pas kwam.

Het deed er niet eens toe wat je zei, maar het gebruik van tekst bleek het denken dermate te activeren dat vrijwel iedereen meteen van slag was. Ik raakte het spoor totaal bijster en voor het eerst ergerde die dwang van dat belletje (waarvoor ik dus steeds te laat of te vroeg was) me verschrikkelijk. Het grappige is natuurlijk dat het niets met dat belletje te maken had, maar met mijn verlangen om te denken (wat ga ik nu zeggen...) en het ruimtegebrek tussen die twee belletjes daarvoor. Plotseling wordt een verworven automatisme helemaal teniet gedaan. Als gevolg daarvan viel ik zelfs helemaal stil. Geen tekst, geen beweging, helemaal geblokkeerd. Het bleek slechts één paar te lukken, eerst zonder, later met metronoom. Het resultaat was zo boeiend, zo vreemd en tegelijk komisch dat het zeer de moeite waard was om te zien dat het echt kan na wat langer trainen. In die drie dagen werkten we ook aan een 'etude' van Meyerhold. Wij leerden het 'hand geven'. De achtergrond hiervan was dat Ralf vond dat een acteur ook over oefeningen moest beschikken, zoals een pianist die kent, om in vorm te blijven. De simpele beweging van het handgeven werd een uitvergroot, grotesk gebeuren dat, naarmate je het beter kende, en je er niet meer bij na hoefde te denken, een bijna t'ai-chi-achtig gevoel gaf.

overwegingen achteraf

Hoewel het 'machinale' van de theatrale biomechanica mij in eerste instantie een beetje tegenstond, werd het mij gaandeweg steeds duidelijker waar het eigenlijk om ging. Achteraf was ik dus in staat dit artikel keurig en beknopt met de visie van Ralf te beginnen. Maar dat had niemand mij meteen de eerste dag moeten vragen. Iets 'theoretisch' begrijpen (of, denken dat je het begrijpt) en daarna gaan doen, illustreert weer eens fijntjes het verschil tussen deze twee grootheden. Die oefening van 'soldaten op het slagveld' is natuurlijk overbekend, maar ik ervoer eigenlijk nu voor het eerst hoe het werkt als je de juiste vooroefening hebt gedaan. Ik vond het opvallend hoe Ralf vanaf het begin een sfeer van ontdekken en ervaren creëerde. We waren vrijwel voortdurend allemaal tegelijk heel intensief bezig. Ik werd geen seconde gehinderd door 'wel of niet kunnen' In tegendeel, het speelde absoluut geen rol. Als we toch eens altijd zo konden werken.....

COCKY VAN BOKHOVEN

Geadviseerde literatuur door Ralf Raüker:
- Meyerhold en zijn 'gestileerde' theater. Artikel van Loek Zonneveld in Notes, het maandblad over theaterdans en mime, januari '91 nr. 1.
- Het marionettentheater, essay van Heinrich von Kleist.