

Hestedansere

Som dansere er det vigtigt at kende os selv, når vi skal udtrykke os gennem kroppen. Heste kan lære os noget om os selv. Noget om hvordan krop og psyke hænger sammen, når vi arbejder med *væren*. Som dansere mærker vi os selv gennem hestens krop.

Tanker og noter fra sommercamp i Sydfrankrig, arrangeret af Anita Saij og den tyske danser og underviser Nien Marie Chantz.

af Anita Saij (leder af Nordic Butoh)

Jeg har to lidenskaber i mit liv: den ene er heste, som jeg fra barnsben af har oplevet naturen igennem; den anden er dans, dét at arbejde med kroppen er en stor livsbekræftelse og udfordring, der også handler om naturen i mig.

Højt oppe i bjergene, hvor skyerne sejler forbi som himmelske oceaner, starter vi dagen i dyb fred med vores åndedræt i den åbne dansesal, der lugter af hø og morgenluft. Vi sidder i meditation, gør kroppen transparent, mens solen langsomt står op og farverne stille eksploderer udenfor.

Her lever hundredevis af sorte rolige heste, hvis forfædre har græsset og udviklet sig i dette barske fredede urlandskab i de franske Pyrenæerne. De lever naturligt efter gammel tradition, racen er ren og som den islandske hest er den stærk i både krop og psyke.

Man både frydes, frygter og forundres over naturens enorme storhed, kunstnerisk som praktisk, når disse heste balancerer på den yderste kant, er i nuet, lige dér hvor hoven sættes, afslappede og sikre og alligevel årvågen og parat til at reagere. Alt gør indtryk fra 1 dag til sidste 7. dag. Som dansere mærker vi os selv gennem dyrets krop. Naturen udenfor kravler ind under vores hud. Helt ind i hjertet i vores følelse af væren.

Vi arbejder i grænselandet mellem den indre og ydre verden, på god Butoh vis. Vi oplever, hvordan naturen i kroppen kan arbejde med og mod os, og hvordan vi kan arbejde med og mod kroppen og udtrykket, hvis vi ikke kender nok til os selv. Som dansere er det vigtigt at kende os selv, når vi skal udtrykke os gennem kroppen, i dyb forening og inspiration med naturen udenfor.

Vi er kommet for at lære noget om os selv af dem. Noget om hvordan krop og psyke hænger sammen, når vi arbejder med væren.

Hvorfor det er interessant at arbejde med heste som danser

Campens formål var at give danserne større viden og kendskab om egen krop, for dermed bedre at kunne bruge sig selv i træningsmæssig og kunstnerisk øjemed.

Vi brugte heste som partnere, som vi ville have brugt en partner på dansegulvet. Dette er ikke cirkusheste eller dressur, men naturlige harmoniske dyr, der hviler godt i sig selv. De er som dansere på fire ben med en særlig evne til at lytte til dét, vi gør på et dybt plan. Måske ligesom et publikum, der selvfølgelig er kommet på grund af simpel nysgerrighed og et ønske om at møde sig selv. Hestene er som publikum særlig opmærksomme på, hvad der sker lige her og nu. De mærker og aflæser alt, hvad du foretager dig også på et ubevidst plan.

Vi kan få hestene gjort interesserede og lyttende til dét, vi gør. Man kan sige, at adskillelse mellem dyr og menneske, krop og krop ophører, og man på den måde møde sit eget spejl i handling.

Heste mærker frygt og forventning. Det er enestående dyr, der ganske ligefremt forholder sig til dig og dét, du gør på dens ryg. Dette er specielle heste, der er meget harmoniske og gode til dette arbejde. Det fantastiske er, at heste rent faktisk registrerer dine hensigter, før de kommer til

udtryk i din handling. Og vi som kropskunstnere må dermed acceptere at lægge vægt på hensigt – og tanke bag krop og handling.

Når vi arbejder på hesten mærker den, hvornår vi er med i dét, vi gør. Og hvornår frygt, usikkerhed, personlige følelser eller uklare tanker ikke er i overensstemmelse med vores handlinger. Hesten reagerer øjeblikkelig ved at blive ukoncentreret omkring det, du laver. Derimod har vi oplevet, hvordan den i over en time lader os arbejde meget intenst med dens krop i forbindelse med vægt, balance, improvisation og mere kompliceret samarbejde som kropslig modspil, også med to dansere.

Campen

Campen havde fokus på danserens måde at arbejde med åndedrættet, kroppen og tanken og meget detaljeret give sin opmærksomhed på det energiske og mentale i kroppen. En neutralisering af de personlige følelser gennem bevidsthed og vejrtrækning, gennem kontakt med dyret og kontakten til egen rygsøjle og hestens rygsøjle, der fungerer som ét. Danserne lærer at mærke jorden under sine fødder og himlen på sit hoved og i det hele taget at forlænge sin måde at opleve sin krop på, så den rækker længere begge veje og dermed bliver større, idet Ki energi på Japansk frigives og sættes i bevægelse.

Vi arbejdede med dynamisk organisk opfattelse af bevægelse i flere retninger for ikke at glide af hestens ryg og ikke kun være rettet mod ét mål, én retning. Det giver en rumlig oplevelse af bevægelse som en rejse mellem flere destinationer, ligesom dans og så kræver det rigtig meget af din tilstedeværelse lige her og nu, på grund af uforudsigeligheden.

På hesten skal du slappe være åben og transparent, men også aktiv og bevægende arbejdende med balance, koordinering, praktiske kropslige problemer som tyngde, rytme og skift af retning - det er meget svært og alligevel let. Dog er formålet kontakten mellem hesten og dig selv – samarbejdet, og det er kropsarbejdet på hesten frem for en specifik teknik. Det har intet at gøre med ridning eller ønsket om et bestemt resultat for øje, men research og undersøgelse, improvisation og dialog mellem indre og ydre, mellem dig og din partner: om eftermiddagen er det hesten i den skønne natur og om aftenen eller formiddagen de andre dansere i det åbne studie over stalden eller ude i den storslåede natur.

Hesten er vores publikum også i overført betydning. Vi arbejder med at formidle et materiale på en måde, hvor vi kan lytte, mens vi taler. Vi øver os i dansestudiet og prøver det af med hestene. Scenisk kender vi værdien af at kunne improvisere uden at miste os selv, at tilføre os selv inspiration gennem intuitiv åbenhed og aktiv vilje samtidig med at være modtagende og opleve det som første gang, hvor alt er friskt og nyt, selv om vi kender det hele.

(Yderligere info, om næste camp: www.nordicbutoh.dk)

Grå kasse:

Teatret er løgn

Teatret er en løgn, der skal blive til virkelighed for dig og dit publikum. Som publikum mærker vi, hvad du mærker inden i. Det vil sige den måde, du forholder dig til din egen krop, til dét du laver lige her og nu. Det er i sandhed det eneste, du har i øjeblikket.

Hvis du intet mærker, hvilket tit kan være tilfældet i moderne dans, da fokus er på bevægelse udefra og ikke indefra, ja, så mærker vi som betragter heller intet, og som hest slet ikke. Dét at mærke er at opleve med kroppen, en slags udvidet sansning, der også vækker vores intuition og instinkt. Åndedrættet, komplet sammen med tanke, manifesterer en kropslig bevidsthed, der rækker langt ud over bevægelse og ord.

Vi kan ikke udtrykke noget, hvis vi tænker på noget andet. Du kan ikke skjule denne sammenhæng, og dine bevægelser vil aldrig få tidens tyngde i rummet og aldrig en dyb værdi for os selv eller andre. Heste mærker denne væren i tiden. Den reagerer villigt og tålmodigt, hvis dit udtryk er klart. Hvad der er uvæsentligt for dig, også når du arbejder med din krop i bevægelse på hesten, bliver uklart og utydeligt for hesten, og den mister hurtigt interesse og koncentration i samarbejdet.

Det indre står i så tæt kontakt til det ydre, at dét at være kreativ og skabende virkelig kræver din tilstedeværelse på en aktiv og speciel måde. Og det kan for nogle virkelig være svært at være autentisk med sin krop og sig selv i denne proces. Teater er nu engang løgn, nogle gange en umulighed at formidle på en sandfærdig måde, da det er en illusion, der skal passere igennem dig, og i den proces blive til tyngde, virkelighed, gestaltes ud.

Følelsen indefra i udtrykket

I teatret arbejdes der mere med følelsen indefra i udtrykket end i dansen. Derfor har du langt mere øje også teknisk på, hvordan du bruger dig selv i forhold til stoffet. I Butoh dans arbejder vi på den måde tættere på teatret end dansen. Fokus er indefra og ud og ikke så meget på, hvordan vi ser ud.

Oplevelsen er meget vigtig; dét overhovedet at skabe oplevelse inden i og udenfor kroppen, hvilket vi ser i nogen former for moderne teatertræning også. Men også dansere indenfor ny moderne dans har brug for indhold og inspiration indefra og er meget interesserede efterhånden i et dybereliggende arbejde med kroppen, der sætter jeg'et og personligheden på en prøve.

For at kunne bruge sig selv mere rigt og nuanceret kunstnerisk, må vi undersøge og få kendskab til, hvordan vi arbejder med os selv, og genopdage dét vi har glemt: den autentiske krop. Når vi tror, vi udtrykker en ting, kan vi let blive misforstået eller rettere sagt fejlforstået, hvis ikke vi respekterer den autentiske krop, hvor tanke og følelse er stærkt forbundet med vilje og handling. Selv dansere, der arbejder med kroppen hver dag, kan have nok så god vilje, men handlingen stemmer ikke overens, den er ikke sandfærdig, vi tror ikke på hende. Fordi danseren kan have et problem med dét vi i fagsprog kalder at gestalte handlingen ud i rummet, med hele sig, hele sin krop.

Tanken kommer før bevægelse. Intentionen før handling. Vi skal føle med hver en celle og være med i hele åndedrættet. Dette lyder let, men er svært. Sådan er det ofte, når det ligger lige for og er naturligt, men når vi som mennesker har svært ved at være i det naturlige, er det ofte, fordi vi glemmer os selv dybest set, eller at vi pålægger kroppen vores forventning eller frygt.