

En studie i dramatisk akrobatik

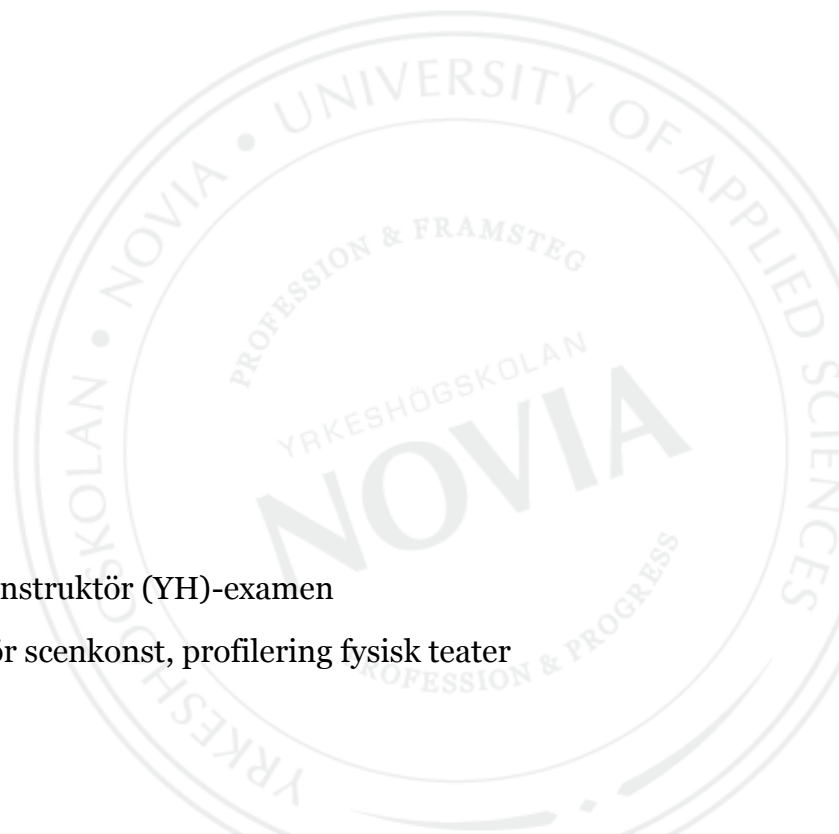
- Tillämpning av akrobatik i teater

Julia Johansson

Examensarbete för dramainstruktör (YH)-examen

Utbildningsprogrammet för scenkonst, profilering fysisk teater

Vasa 2011



EXAMENSARBETE

Författare: Julia Johansson

Utbildningsprogram och ort: Scenkonst, Vasa

Inriktningalternativ/Fördjupning: Fysisk teater

Handledare: Maya Tångeberg-Grischin

Titel: En studie i dramatisk akrobatik

Datum: 28.02.2011 Sidantal: 28 Bilagor: 1

Sammanfattning

Akrobatik är ett vitt begrepp, det kan stå både för en sportgren och en konstform och dess utövare finns bl.a. inom cirkuskonsten och teatern.

Jag har undersökt den dramatiska användningen av akrobatik inom teaterkonsten, vad akrobatik har för betydelse och vad den tillför teatern.

Jag har även velat klargöra vad akrobatik kan ge en skådespelare och på vilket sätt man kan träna akrobatik i syfte att senare använda det på scen.

Tillämpningen av akrobatik på teaterscenen kräver mycket förberedelse och träning, men det är ett mångsidigt uttryckssätt, som ger en skådespelare möjlighet till kreativt arbete och till att använda ett av rörelse färgat scenspråk. Det är ett kraftfullt och användbart scenuttryck, som jag anser att kan omvandlas till skådespeleri.

Genom akrobatiken kan man uttrycka känslor, berätta något på ett mera abstrakt sätt men även gestalta en konkret handling. Det finns många träningsmetoder och sätt att använda akrobatik dramatiskt. Det viktiga är att hitta en metod som passar en själv eftersom den egna kroppen är verktyget.

Att använda sig av akrobatik inom teaterkonsten innebär att testa sina och konstformens gränser.

Det här är en skildring av mina val, var jag har hittat inspiration och vägledning i arbetet med akrobatik. Hela min utbildning i fysisk teater, studierna i dramatisk akrobatik, har fungerat som underlag för det här arbetet men jag har fokuserat på hur jag arbetade med akrobatik i mitt konstnärliga slutarbete.

Språk: Svenska Nyckelord: Akrobatik, fysisk teater, skådespeleri.

BACHELOR'S THESIS

Author: Julia Johansson
Degree Programme: Performing Arts, Vaasa
Specialization: Physical theatre
Supervisors: Maya Tångeberg-Grischin

Title: A study of acrobatics

Date: 28.02.2011 Number of pages: 28 Appendices: 1

Summary

Acrobatics is a wide concept, since it is both a sport and an art form and practised by a wide range of people. Acrobatics as an art form can for example be its use in the theatre. I have explored the dramatic use of acrobatics, what acrobatics can stand for and what acrobatics can bring to the theatre. I have also attempted to clarify what acrobatics can give to an actor and how to train acrobatics for the purpose of bringing it to a theatre stage.

Although the application of acrobatics for the theatre needs a lot of preparation and training, it is a craft that gives an actor the opportunity to introduce creative work and a wide range of expression on stage. In other words, it is a powerful and useful artform that according to me can be transformed and used in interpretation: it can express emotions, it can portray something in a more abstract way and it can also stand for a concrete action.

In the end, how you choose to train acrobatics, which technique you follow and in what way you want to use acrobatics in a dramatic way is a personal decision. This is because acrobatics stretches one's limits and the tool is the body. This final project presents my decisions, where I have found inspiration and guidance in my work with acrobatics. Although the base for this work has been my education in physical theatre with its studies in dramatic acrobatics but I have focused on how I worked with acrobatics in my artistic examination.

Language: Swedish Key words: Acrobatics, physical theatre, interpretation

Fotografier

s. 18: "Två-man-hög" med Karoliina Surma-aho & Julia Johansson av Johan Hagström, 11.02.2011.

s. 19: "Till skåpet" med Karoliina Surma-aho & Julia Johansson av Johan Hagström, 11.02.2011.

s. 20: "Spagat" med Karoliina Surma-aho & Julia Johansson av Johan Hagström, 11.02.2011.

s. 21: "Väntan" med Karoliina Surma-aho & Julia Johansson av Tuuli Heinonen, 24.01.2011.

s. 24: "Axelstående" med Karoliina Surma-aho & Julia Johansson av Tuuli Heinonen, 24.01.2011.

s. 26: "Uppgång" med Karoliina Surma-aho & Julia Johansson av Tuuli Heinonen, 24.01.2011.

Innehållsförteckning

1 Inledning	1
1.1 Min akrobatiska bakgrund	1
1.2 Grundstenen	2
2 Akrobatik och skådespelaren	4
2.1 Kroppslig medvetenhet	4
2.2 Självutveckling	5
2.3 Dramatisk akrobatik	6
3 Akrobatikträning för teater	7
3.1 Teknik ger kreativitet	7
3.2 Intelligent uppvärmning	9
3.3 Teknik – en förutsättning	10
3.4 Akrobatikrörelser	11
3.5 Ett steg vidare – tillämpning	11
3.5.1 Dramatisk situation och föremål	13
3.5.2 Riktning och flöde	13
3.5.3 Emotioner och impulser	14
3.5.4 Förstoring	14
3.5.5 Dynamik och kvalitet	15
3.6 Träningsfaser	15
4 Akrobatik i scenframställning	16
4.1 Akrobatikens roll	16
4.2 Arbetsmetoder	17
4.2.1 Dramatik – akrobatik vs. Akrobatik – dramatik	18
4.2.2 Ta varandras tyngd	19
4.3 Tre dimensioner	21
4.4 Akrobatikens fallgropar	23

5 Utvärdering	24
5.1 Drömmen om att kunna flyga	24
5.2 Från att kunna till att uppträda	25
5.3 Val och åsikter	26
5.4 Virtuositet vs. Dramatik	27

Bilaga

Akrobatik genom tiderna

Källförteckning

1 Inledning

Hur underbart skulle det inte vara att segla över scenen i de mest hisnande volter? Tre springande steg framåt, rondat¹, flick-flack² och avslutningsvis en sträckt salto³ med helskruv.

Det gör en gymnast för att vinna, det gör också en cirkusakrobat för att hänföra sin publik. Men varför skulle en skådespelare göra det? Vad kunde en skådespelare ha för motiv? För snart fyra år sedan började jag att fundera på det, idag fyra år senare funderar jag fortfarande på det och jag vill nog inte släppa mina funderingar. Precis som jag inte vill ge upp akrobatiken, varken som scenkonst eller träningsform, för den är en del av mig.

1.1 Min akrobatiska bakgrund

Akrobatik har alltid fascinerat mig. När jag var sexton år gammal började jag träna akrobatik och andra cirkusdiscipliner vid Cirkus Cirkörs nycirkusgymnasium i Stockholm. Under skoltiden fick jag inspiration från Cirque du Soleils föreställningar jag hade sett på TV, Orienteaterns cirkusvarietéer jag besökte i Stockholm men framförallt från att se på arbeten framförda av mina klasskamrater, lärare och skolans artister.

Vi var kritiska. Det var inte ofta vi såg någon cirkusakt vi tyckte var jättebra. När vi tränade såg man den ena efter den andra göra skickliga saker men när det väl kom till uppträdanden inför publik hände det inte lika ofta att man blev hänryckt. Ibland fallerade tekniken och en annan gång föll skådespeleriet bort i de tekniskt svåra bitarna.

Jag skapade också själv nycirkusnummer, mer eller mindre lyckade. Mitt allra första uppträdande var ett parakrobatiknummer⁴. Vi smällde ihop ett gulligt litet

¹ Ofta den inledande rörelsen på en serie volter, liknar en hjulning. När händerna når marken trycker man ifrån med axlarna, vrider kroppen ett kvarts varv och landar jämfota.

² En halvvolt bakåt: från fötter hoppar man bakåt i en båge för att få händerna i marken varpå man piskar benen bakåt och landar på fötter.

³ En helvolt bakåt: man hoppar uppåt och snurrar runt ett helt varv för att landa på fötter igen.

nummer i rollerna av ett nyförälskat par, vars baby blev stulen. Vi försökte använda oss av trick⁵ som skulle föra handlingen framåt. Jag ger ett exempel; vi sökte efter babytjuvarna och jag klättrade då upp och ställde mig på min partners axlar för att kunna söka och se längre bort. Vi var väldigt nöjda med numret men fokusen låg ändå på akrobatiken och inte på den dramatiska situationen.

Efter gymnasiet studerade jag akrobatik i ett år på en cirkusskola i Barcelona varefter jag började studera fysisk teater på YH Novia. I det skedet ville jag gärna uppträda med akrobatik för jag fann mig inte tillräckligt tekniskt skicklig och med de konster jag behärskade visste jag inte vad jag skulle göra. Min träning kändes meningslös. Men den meningslösa träningen varade inte länge för jag hade en ny utmaning framför mig, akrobatik i fysisk teater. Min akrobatiska bakgrund har ständigt varit närvarande i mina studier i fysisk teater. Så det föll sig alldeles naturligt att akrobatik skulle spela någon slags roll i mitt konstnärliga slutarbete, vilket sedan blev grunden för mitt skriftliga slutarbete.

1.2 Grundstenen

Viljan att använda akrobatik i teater har jag hela tiden haft men många gånger har jag tvivlat på om det är möjligt. Under tiden för skapandet av mitt konstnärliga slutarbete vid Novia, *"Syskon-skärlek"*, hade jag i tankarna problematiken kring den dramatiska användningen av akrobatik. Efter att Karoliina Surma-aho och jag hade bestämt oss för att använda akrobatik och parakrobatik i föreställningen *"Syskon-skärlek"* stötte vi på en hel del tankeställare. Vad kan vi använda för akrobatik, när, var och hur? Våra frågor och svar förändrades under arbetsprocessen men vi löste en del problem och hittade konkreta lösningar som vi använde i vår föreställning. Många frågor och svar har varit till stor hjälp för det här arbetet. Jag kommer ett flertal gånger att referera till tillfällena under repetitionsperioden, till scener och moment i vår slutprodukt. I mitt skrivande har arbetsprocessen med *"Syskon-skärlek"* varit mitt främsta

⁴ Parakrobatik är akrobatik utfört i par. Det är vanligt med balanstrick och lyft. Man talar om underman och överman där undermannen ofta är kraftigare och lyfter övermannen som har en lättare fysik.

⁵ Ordet trick använder jag som synonym för akrobatisk rörelse.

studieobjekt men hela studietiden i fysisk teater och de tidigare akrobatikstudierna har också inspirerat mig.

Det här arbetet är en studie av hur akrobatik kan användas inom teatern. Akrobatik på teatern är inte någon självklarhet, inte på samma sätt som det i västerländsk teater finns tal på scen. Det har förbryllat mig varför man vill använda akrobatik i teater eller egentligen varför man utövar akrobatik överhuvudtaget.

Idag kan man hitta akrobatik i många former, det är ett väldigt vitt begrepp. Det är både en konstform och en sport och utövarna kan vara allt från cirkusakrobater och gymnaster till dansare och kampsportsutövare. Jag kommer att fokusera på akrobatiken som konstform. Jag anser att akrobatik som konstform finns i den traditionella cirkusen, i nycirkusen, på teaterscenen, ja varhelst ändamålet är att ge publiken en upplevelse. Vid en gymnastiktävling finns det också publik men akrobatiken är där ett självändamål för gymnasten. En tävlingsdeltagare vill utan tvivel vinna oberoende om det finns publik eller inte. Men om jag uppträder utan publik, då har det jag gör ingen mening. Det har en cirkusakrobat och en skådespelare gemensamt men när det kommer till användningen av akrobatik går de skilda vägar.

Ordet akrobatik utan annan kontext får mig att tänka på akrobatiska uppträdanden uppförda av akrobater, där akrobatiken står i centrum och inte betyder eller står för något annat än akrobatik. Det är volter, kast och pyramider i virtuositetens namn. Det är en del av den traditionella cirkusen. När jag pratar om akrobatik i ett teatersammanhang är det alltid i form av en tillämpning. Akrobatiken får en annan betydelse och syfte när den tillämpas dramatiskt. Samma akrobatiska rörelser som ses i den traditionella cirkusen kan användas i teater men där skall de även fylla uppgiften som skådespeleri. Det är det svåra med akrobatik och teater, att motivera rörelsen och att "fylla" rörelsen, befinna sig i skådespelet på samma gång som man utför något tekniskt besvärligt. I och med min akrobatikstudie hoppas jag kunna klargöra för mig själv och läsaren var problematiken finns kring införandet av akrobatik i en teaterföreställning och hur man kan gå tillväga.

Det finns inte mycket litteratur i det här specifika området. Det närmaste jag kommit är Jacques Lecoqs⁶ bok *"The Moving Body"* och Eugenio Barbas⁷ och Nicola Savarese⁸ *"A Dictionary of Theatre Anthropology"*. Lecoq skriver om dramatisk akrobatik och uttrycker väldigt konkret sitt sätt att arbeta, vilket är en metod jag själv provat på under utbildningen i fysisk teater. *"A Dictionary of Theatre Anthropology"* har också gett mig väldigt mycket, mest ifråga om teknikträning och dess fördelar. Men mycket litteratur om användning av dramatisk rörelse stöder och berör mitt tankesätt angående akrobatik. Jag har hittat stöd hos den av Grotowski⁹ inspirerade skribenten Stephen Wang och hos den till Decroux¹⁰ trogna Thomas Leabhart.

2 Akrobatik och skådespelaren

2.1 Kroppslig medvetenhet

Thomas Leabhart citerar en artikel i sin bok *"Etienne Decroux"*¹¹ angående Decroux: *"Etienne Decroux, who resembles a prehistoric man, plays his body as one plays a violin."*¹² En violinist har violinen som sitt instrument och en skådespelare har kroppen som sitt instrument. När man står på scenen och flera hundra människor iakttar en kan minsta lilla rörelse ha en väldigt stor betydelse för dramat. Precis som varje stråkdrag har en stor betydelse för en musikkomposition. Beroende på vad man gör på scen färgar man föreställningen, därför tycker jag att det är viktigt att varje rörelse är vald och uttrycker det man vill att skall uttryckas. Men jag ser det som möjligt först när en skådespelare har en god grundkondition som ger en god kroppsmedvetenhet. Till hjälp finns en mängd olika tekniker.

⁶ Jacques Lecoq (1921-1999), lärare i fysisk teater och grundare av teaterskolan "École Internationale de Théâtre" i Paris.

⁷ Italiensk regissör och teaterantropolog. Grundare av Odin Teatret.

⁸ Italiensk teatervetare.

⁹ Jerzy Grotowski (1933-1999), polsk regissör och teatereteoriker.

¹⁰ Etienne Decroux (1898-1991), fransman som utvecklade 'mime corporel', en mimteknik.

¹¹ Leabhart, Thomas 2007: *Etienne Decroux*.

¹² Leabhart, Thomas 2007, 23: *Etienne Decroux*.

En teknik berättar inte hur du skall göra utan fungerar som en vägledning. En skådespelare som har studerat balett, akrobatik, mim¹³ eller capoeira¹⁴ kan variera sitt uttryck på scen men med kroppslig medvetenhet syftar jag också på att kunna osynliggöra själva tekniken. I en dramatisk situation där man använder en piruett eller en kullerbytta för att uttrycka glädje skall det inte synas att skådespelaren tänker på tekniken. Det borde för publiken se ut som att skådespelaren gör det omedvetet medan det för skådespelaren handlar om kroppslig medvetenhet. Jag tror starkt på teknikträning, genom att studera och lära sig olika rörelsetekniker ger man sig själv en bredare palett att arbeta med. Eugenio Barba pratar om likartade normer i olika scenkonster från olika platser och tider, jag vill citera honom för hans tanke om principer och regler man hittar i olika scenkonster: *"They are nothing more than particularly good 'bits of advice'; information useful for scenic practice."*¹⁵

Enligt mig kan man finna "goda råd" i balett, akrobatik, peking opera¹⁶, mim och många fler konstformer. De är alla i sig sceniska konstformer men kan likväl fungera som verktyg för vilken skådespelare som helst. Vad för slags verktyg kan då akrobatik fungera som för en skådespelare? Förutom som scenuttryck till och med för självutveckling.

2.2 Självutveckling

En kontinuerlig akrobatikträning ger en bra grundkondition och kroppskontroll. Eftersom ämnet innehåller många "onaturliga" rörelser, det vill säga rörelser vi inte använder i vardagen, stöter man ofta på överraskande rädsla. De rädslorna måste man först överkomma för att gå framåt vilket stimulerar den som tränar. Av egen erfarenhet tycker jag att det finns ett samband mellan att komma över fysiska rädsor och att övervinna psykiska spärrar, det ena frigör det andra. I dagens teater arbetar man mycket med psykofysisk teater. Man menar att kropp och själ är en enhet, vilket säger att när man står på scen finns det hela tiden en förbindelse mellan ens personliga känsloliv och ens fysiska aktioner. Det samma gäller akrobatiken.

¹³ Skådespeleri med kroppen som verktyg, att uttrycka tankar och känslor med kroppen och också att använda föremål som inte existerar fysiskt.

¹⁴ Brasiliansk kampsport.

¹⁵ Barba, Eugenio 1991, 8: *A Dictionary of Theatre Anthropology*.

¹⁶ Traditionell teater från Kina, ordet opera kan lätt missleda när peking opera inte har något direkt samband med den västerländska operan.

Grotowskis "*exercices corporels*"¹⁷ är starkt relaterade till akrobatik men har inte bara uppgiften att fungera som gymnastiska färdigheter utan likaså för att väcka känslor enligt Stephen Wangh.¹⁸ De fysiska övningarna skall där i första hand göra att man kommer i kontakt med sitt inre liv. Jag tycker det är ett plus om akrobatikträningen väcker känslor, man får kanske utlopp för aggression och kan utforska vad man känner när man rör på sig. Det är helt naturligt men fysisk träning inriktad på undersökning av ens känsloliv tycker jag inte att har så mycket med teater att göra. Målet med träningen anser jag att ändå borde vara akrobatiken som scenisk uttrycksform. I "*An Acrobat of the Heart*" av Stephen Wangh läser jag senare: "*The exercices corporels serve to reveal us of our cultural habit of sitting and standing, and in so doing they grant the lower halves of our bodies the freedom to move, to sense, to feel, and to express a much greater range of emotional life.*"¹⁹

Han har så rätt men det behöver inte bara hjälpa en själv som person utan även som skådespelare. Varför vill vi bara sitta och stå på scen när vi kunde göra så mycket mer? Akrobatik ger en skådespelare en rörligare kropp, mer styrka och flexibilitet och det skall man ta tillvara på. Jag tycker att teater skall bjuda sin publik på något man inte upplever i vardagslivet och akrobatik ger skådespelaren något icke vardagligt att handskas med. Det är en rörelseteknik och ett uttrycksmedel som är användbart i teater.

2.3 Dramatisk akrobatik

Akrobatik är dramatiskt i sig, jag tror många skulle hålla med mig om att man ibland får hjärtat i halsgropen av att se på akrobatik. Men det är inte att missta för termen dramatisk akrobatik.

I den fysiska teatern söker man ständigt efter "omsättningar". En omsättning skulle jag vilja förklara som en transformation av en teknisk rörelse till ett scenuttryck. Man stiliserar uttrycket av handlingar och känslor, gör det på ett annat sätt än i det vardagliga livet och där kan akrobatiken mycket väl fungera som ett redskap för

¹⁷ Rörelser som Grotowski använde i sin träning; kullerbyttor, huvudstående... etc.

¹⁸ Wangh, Stephen 2000, 53: *An Acrobat of the Heart*.

¹⁹ Wangh, Stephen 2000, 60-61: *An Acrobat of the Heart*.

stilisering. Jag anser att akrobatik alltid måste omsättas i teater, det betyder att den får en betydelse i det dramatiska sammanhanget och tillför dramatiken något. Om jag endast är ute efter att se hisnande akrobatik går jag inte på teater, där vill jag se akrobatik i en dramatisk kontext. När akrobatik i en teaterföreställning får en mening utöver det specifika akrobatiska tricket blir den dramatisk. Den dramatiska akrobatiken.

Lecoq pratar om "rättfärdigande" av rörelse i teater, då rörelse inte bara är en rörelse utan fyller ett ändamål. *"It's justification may consist in an indication or an action, or even an inward state."*²⁰ Jag håller med men skulle reducera det till handling och känsla, indikation går för mig under handling. Utgångspunkten, det som ger upphov till en akrobatisk rörelse är antingen en handling eller en känsla. Akrobatik tillför också mera dynamik till skådespelet. Det är ett icke vardagligt uttryck som fångar åskådarens uppmärksamhet. Det ger också publiken större utrymme för egen tolkning, en vardaglig situation iscensatt med ett icke vardagligt uttrycksätt ger en mer abstrakt och tolkningsbar bild.

3 Akrobatikträning för teater

3.1 Teknik ger kreativitet

Ju mer man kan och behärskar i akrobatik, desto större möjlighet till kreativ tillämpning har man. Sambandet mellan kunskap och kreativitet gäller det mesta, allt från språk till att spela ett instrument. Jag tror på en teknikinriktad akrobatikträning för skådespelare. Innan man överhuvudtaget kan börja tillämpa akrobatik i ett dramatiskt sammanhang måste man behärska grundtekniken. Akrobatiktekniker finns det många av så där är det fråga om att hitta den teknik som passar en bäst. Satsen eller den så kallade ingången till en handvolt²¹ görs ofta olika eller med små variationer beroende på akrobatikskola och land. De största

²⁰ Lecoq, Jacques 1997, 69: *The Moving Body*.

²¹ En halv volt framåt, med fart lägger man händerna till marken och sparkar upp benen via handstående, rörelsen fortsätter i en båge tills man landar på fötter.

skillnaderna angående handvoltens sats har jag upplevt om jag jämför det jag lärde mig i Barcelona med det jag senare lärde mig i Beijing på utbyte. Tekniken jag lärde mig i Barcelona sitter djupare rotad i mig, jag kan den bättre och den är på så vis mer användbar för mig.

Vad spelar tekniken för roll? Jo, den är en förutsättning för kreativitet och där får jag medhåll av Lecoq som säger:

*"The technical mastery of all these acrobatic movements, falls and jumps, has in reality a single aim: to give greater freedom to the player."*²² Senare skriver Lecoq om den asiatiska teatern som en teater med fasta former, vilket är sant, men han verkar också tycka att det är en rigid och okreativ teater.²³ Jag ser inte att fasta former skulle vara ett hinder för kreativitet. Nu känner jag inte till Lecoqs exempel så bra, kathakali, traditionell indisk teater, och noh, traditionell japansk teater, utan kan bara utgå från mina egna studier i peking opera. Där finns också fasta former men som skådespelare i peking opera måste man fortfarande göra formen intressant. En kall uppvisning av rörelser är inte samma sak som rörelserna utförda med tankar och känslor och däremellan ligger ett kreativt arbete. För, att få ren rörelse att betyda något annat utöver rörelse, precis det arbetet är väl kreativt? Oberoende om man arbetar med en teknik som hjälpmedel, eller som inspirationskälla för en teaterföreställning eller om man arbetar med en lagd koreografi så innebär det en kreativ process. När jag behärskade koreografin av den scen jag studerade i peking opera uppmanade min lärare mig att nyansera rörelserna. Jag kunde t.ex. upprepa en handrörelse eller variera dynamiken om jag så tyckte för att förstärka uttrycket av handlingen och sätta min personliga prägel på koreografin.

En rörelse man bemästrar har man friheten att leka med. Man kan välja dynamik och känsla för utförandet och man kan variera rörelsen i sig. Skall jag hjula med sträckta eller böjda ben? En okontrollerbar rörelse har inte dessa valmöjligheter för där måste man koncentrera sig på att fullfölja rörelsen. Det som skådespelaren väljer att göra på scen med akrobatik skall han kunna lika bra som en akrobat eller en gymnast även om det bara handlar om en kullerbytta eller en hjulning. Men det som skiljer skådespelaren från akrobaten är tillämpningen av akrobatiken.

²² Lecoq, Jacques 1997, 74: *The Moving Body*.

²³ Lecoq, Jacques 1997, 105: *The Moving Body*.

Thomas Leabhart skriver om "*dynamo-rythm*"²⁴, rörelsens kvalitet; riktning, hastighet och tyngd/motstånd, i sin bok om Etienne Decroux. Han pratar om hur man kan variera sina rörelser, allt för att inte tråka ut sin publik. Här är det frågan om "*corporeal mime*"²⁵ var man sällan använder sig av akrobatik men principerna kan enligt mig likväl tillämpas i dramatisk akrobatik. Arbetet blir intressant när dynamiken skiftar, snabbt, mjukt, segt, hackigt. En skådespelare som utför akrobatik behöver "*dynamo-rythm*" annars ser jag hellre en gymnast utföra sin akrobatiklänga på voltgolvet.

3.2 Intelligent uppvärmning

Oavsett om man är gymnast eller skådespelare så behövs det en uppvärmning innan någondera kan börja träna akrobatik för sitt ändamål. Det finns både bättre och sämre uppvärmningar men det är enligt mig en subjektiv fråga. Var och en kan hitta sin fulländade uppvärmning men det jag skulle kalla en intelligent uppvärmning ger Lecoq ett bra exempel på.

Lecoq skriver om den fysiska förberedelsen, uppvärmningen och hur han ger alla övningar en betydelse. Om jag förstår honom rätt vill han att man värmer upp medvetet, att man skall lära känna rörelsen även om det endast är en simpel övning som att svinga armarna. Hur stor eller liten kan man göra rörelsen? Vad är den dramatiska dynamiken i övningen? Det är frågor man kan ställa sig under en uppvärmning. Det är alldeles utmärkt för man tränar då redan i ett tidigt skede sitt sinne att hitta det dramatiska och det kreativa och att omvandla rörelse till något meningsfullt. Men senare skriver Lecoq "*Purely athletic exercises are... insufficient for actor training.*"²⁶ och där håller jag inte alls med. Jag tycker att en helt fysisk uppvärmning var man blir svettig, får träna sina muskler och stretcha är en bra och vettig uppvärmning för en skådespelare. Det ger en bra grundkondition och man väcker kroppen för dagen. Om man efter en atletisk uppvärmning går över till

²⁴ Leabhart, Thomas 2007, 81: *Etienne Decroux*.

²⁵ "Mime corporel" är en mimteknik. Den består av fyra komponenter: teknikträning, var man tränar bl.a. isolering av kroppsdelar och dynamik, repertoar som t.ex "The Washer woman" gjord av Etienne Decroux, improvisation och egen komposition.

²⁶ Lecoq, Jacques 1997, 72: *The Moving Body*.

improvisation kommer man med stor sannolikhet att kunna använda sin kropp mer medvetet än om man varit utan uppvärmningen. Jag har den åsikten att det är bra med omväxling av uppvärmning. Ibland kan man värma upp helt atletiskt och ibland kan man ge uppvärmningen ytterligare betydelser, som t.ex. att hitta dramatik i övningarna eller jobba med röst och rörelse. När det sen kommer till akrobatikträning är det enligt mig nödvändigt att träna helt tekniskt, det skriver jag mera om i nästa stycke.

3.3 Teknik – en förutsättning

Träning av akrobatik måste innehålla ren teknikträning där man helt och hållet kan koncentrera sig på att utveckla och förbättra t.ex. sin handvolt. Lika viktigt som det är att motivera akrobatiken i teater är det att göra en rörelse rätt och välfungerande. Vad som är rätt finns det många svar på. Det finns många tekniker och huvudsaken är att man följer någon teknik och kommer runt och landar på fötterna med livet i behåll. Det låter kanske väldigt strikt och tråkigt att träna teknik när en skådespelare ändå inte har som mål att bli en virtuos akrobat. Sist och slutligen skall akrobatiken ändå omformas så att den passar den sceniska situationen och då kanske en akrobatisk rörelse har en helt annan form och dynamik än när den tränades tekniskt. Men utan teknikträning skulle akrobatiken inte kunna omformas och användas kreativt.

När Karoliina och jag började göra genomdrag av vår föreställning gick vi alltid innan genomdraget igenom varje akrobatisk rörelse två gånger. En gång helt tekniskt som uppvärmning av tricket och för att lyssna på varandra eftersom det mesta av vår akrobatik byggde på parakrobatik. Andra gången vi drog igenom ett trick gjorde vi det som om det vore föreställning. Vid de cirkusskolor jag har studerat har vi endast tränat akrobatik för att lära oss rörelserna så bra som möjligt, det har också varit det enda målet under akrobatiklektionerna. Däremot akrobatiklektionerna under ledning av Maya Tångeberg-Grischin har varit indelade i teknikträning och tillämpad träning. Den tillämpade akrobatiken hade jag väldigt svårt för i början eftersom jag bara hade tränat tekniskt tidigare. Men om målet är att använda akrobatik dramatiskt säger det sig själv för mig nu att den tillämpade akrobatikträningen skall finnas jämsides med teknikträningen. Även om olika skolor

jobbar med olika infallsvinklar med akrobatik är det ofta samma akrobatikrörelser som tränas.

3.4 Akrobatikrörelser

Gymnastik - och akrobatikträning på respektive instanser har ett slags system för vad man skall träna. Man börjar ofta med kullerbyttor, går vidare till handstående nedåtrullning, sen kommer hjulning osv. Om man sysslar med akrobatik i anknytning till teater tycker jag inte att det är nödvändigt att följa samma system. Man kan välja vad man vill träna på. Jag själv följer ett liknande system som jag erfarit på olika cirkusskolor och på Novia, inriktning fysisk teater men jag kan inte påstå att det är det enda rätta sättet att gå tillväga. Om jag skulle få i uppgift nu att leda en teatergrupp i akrobatik, med förutsättningen att de har någon kunskap från tidigare i ämnet, kunde akrobatikrörelserna vi skulle träna under en lektion vara följande:

Kullerbyttor framåt och bakåt, handstående nedåtrullning, hjulning, rondat, handvolt, huvudvolt²⁷, bakåt upp till handstående²⁸, flick-flack, huvudstående, handstående och parakrobatiska rörelser till sist. Det finns mängder av variationer på många av rörelserna och många fler rörelser jag inte tog upp. Därtill kan både handstående och parakrobatik fungera som självständiga ämnen. När man som nybörjare börjar träna akrobatik föreslår jag att man börjar träna lugnt och sansat utan press på att lära sig snabbt. Inlärningstakten är högst individuell men när man börjar få den muskulatur som behövs för akrobatik, kan utföra akrobatikrörelser på egen hand och mer eller mindre följer en akrobatikteknik, då kan man gå över till den tillämpade akrobatiken.

3.5 Ett steg vidare - tillämpning

Jag betonar teknikträningen väldigt mycket och ser gärna att den akrobatik som uppförs på scen är under full kontroll. För som publik skall man inte behöva oroa sig för skådespelarens privatperson. Någon kanske tappar hakan av att se en massa

²⁷ Från ett huvudstående låter man ens tyngd falla bakåt, sen trycker man ifrån från marken med händerna och piskar benen bakåt för att landa på fötterna.

²⁸ I en kullerbyttor bakåt när händerna når marken trycker man upp sin kropp till ett handstående.

volter, för någon annan vänder det sig i magen men ingen skall behöva vara rädd för att personen på scen som utför tricken skall skadas. Skådespelaren själv skall också känna sig trygg med den akrobatik som används och därför är det viktigt med teknikträning. Men jag talar också för träning av tillämpad akrobatik och träningen för att omsätta akrobatik behöver absolut inte börja först när man kontrollerar sina rörelser fullständigt. Den skolningen kan komma in i ett tidigare skede och kan många gånger även förbättra den tekniska biten.

Tillämpad akrobatik betyder att man improviserar med akrobatik, hittar dramatiska situationer och har ett yttre mål i utförandet. I teknisk träning är målet rörelsens perfektion. Under vår utbildning har vi gjort både lätta och mer invecklade övningar av tillämpad akrobatik. Ett exempel på en alldeles simpel men desto nyttigare dramatisk övning är att snubbla över något, ramla och slå en kullerbytta. Om man här inte behärskar kullerbyttan går koncentrationen till att överhuvudtaget komma runt istället för att fokusera på det dramatiska. Man tappar då den sceniska närvaron och faller in i det privata.

Jag har ibland fokuserat för mycket på tekniken men ändå tekniskt trampat på stället. Då har det hänt att jag i samband med en dramatisk övning har glömt bort tekniken och kraften av situationen och motiveringen bakom rörelsen har stött upp den teknik som fattades. En dramatisk övning kan många gånger hjälpa den som är rädd för att träna akrobatik. Det är ändå inget jag rekommenderar för det finns en större risk för skador. En liknande situation beskrivs när människor säger att de talar ett främmande språk bättre med alkohol i kroppen. Man släpper sina spärrar och dömer inte sig själv så kraftigt. Samma effekt som en dramatisk övning kan ha på akrobatik kunde även alkohol ha; men alkohol och akrobatik är dock ingen bra idé! För man tappar lätt sin kroppskontroll och kan skada sig.

Alla slags övningar i tillämpad akrobatik kan varieras beroende på om en känsla eller en handling är motivet. Exemplet jag gett tidigare som beskriver en situation där man ramlar och slår en kullerbytta kan mycket väl tillsättas en känsla, är jag arg eller glad då jag ramlar? Eller så snubblar jag, gör en kullerbytta och hur reagerar jag på kullerbyttan? Jag skulle kunna bli förnärmad, arg men också stolt över mig själv. Känslan kan vara i fokus innan eller efter ett trick men akrobatiken kan också

stå för en känslomässig förändring. Likadant kan man göra när man tränar akrobatik med känslor, man bestämmer den bakomliggande situationen till känslan och situationen kan sedan eventuellt ändras på grund av ett akrobatiktrick. Det finns inga regler för tillämpad akrobatik enligt mig. Man kan komma på hur många övningar som helst men jag vill ge några exempel som jag tycker är värda att belysa. Jag börjar med en dramatisk situation, vilket jag tidigare redan nämnt.

3.5.1 Dramatisk situation och föremål

I en dramatisk situation har man färdigt en situation och ett mål för vad som skall hända, ett exempel kunde vara; du går emot kraftig vind, en plötslig vindpust gör att du "flyger" bakåt och gör en hjulning eller en annan passande rörelse. En mer invecklad övning kallar jag undersökning av situation och då har man ytterligare ett föremål att manipulera och inte enbart sin kropp. Ett sådant exempel från skolgången är: två personer och ett bord, improvisera, hitta trick och efter vad de berättar lägger man situationen och karaktärerna. Jag tycker att stora föremål är till en fördel eftersom det kan ta ens tyngd och ge större stöd än ett litet föremål. Det här var exempel på övningar med situation men många övningar behöver inte från början ha en fast situation utan den kommer senare. Ett bra exempel på det är bestämda riktningar i akrobatik.

3.5.2 Riktning och flöde

När man börjar en kullerbytta väljer man att riktningen är framåt, om man gör flera kullerbyttor framåt efter varandra höjs ofta tempot omedvetet för man vet vart man vill. En variation på det kunde vara samma rörelse, framåt kullerbytta, men riktningen är bakåt. Det sker då en stor förändring i rörelsekvaliteten. Jag ser stor skillnad i mig själv, på mina klasskamrater och på elever jag har undervisat beroende på om de gör en teknisk långa kullerbyttor eller en långa kullerbyttor med bestämd riktning. Det är bra att först gå igenom en rörelse tekniskt för att värma upp, komma igång och finslipa tekniken men den träningen ligger på en introvert nivå, redan en tagen riktning ger dramatik för fokus ligger inte längre på en själv utan på riktningen.

"Riktning" betyder att man har ett mål. Riktningen man tar i rummet är inte det viktiga utan handlingen och dit den för en.

När man kommit så långt att man har en liten repertoar av akrobatiska rörelser är det tillfälle att prova lägga ihop dem. Det är oftast lättare att binda ihop rörelser om man har ett mål. En rörelse leder vidare till en annan rörelse och det är viktigt att veta vilka som är ens riktningar, vartåt man vill, för att det hela tiden skall finnas ett flöde i den akrobatiska förflyttningen. I arbete med flöde finns det två essentiella villkor. Ett, man måste släppa fixeringen på tekniken och följa akrobatikens dynamik och riktning och två, tekniken måste "sitta" för att ett flöde överhuvudtaget skall kunna existera.

3.5.3 Emotioner och impulser

Det går också att träna akrobatik i relation till emotioner. Hur ser en hjulning ut om jag är ledsen? Ser den annorlunda ut om jag utför den på grund av ilska? Här måste man behärska rörelserna ytterst bra för att få fram det subtila i känslor som kan berätta så mycket. En känsla kan också ge upphov till en impuls. T.ex. på grund av obesvarad kärlek värker mitt hjärta, vilket ger en impuls i bröstkorgen som sedan leder vidare till en akrobatisk rörelse. Utforskning av vart impulser kan leda är nyttigt för man kan hitta nya rörelser men framförallt plastiska och överlappande ingångar till akrobatiska rörelser. Till vilken rörelse leder impulsen naturligt? Eller vilka rörelser kan jag starta från en impuls i axeln och vilka från en impuls i korsryggen? Den akrobatiska rörelsen är en förlängning på impulsen. Man kan ta hjälp av en kompis som ger en impuls till olika kroppsdelar, de är yttre impulser. Inre impulser kommer från en själv. Impulsträning blir i princip ett hjälpmedel för alla de andra övningarna av tillämpning.

3.5.4 Förstoring

Förstoring av rörelse är en rörelse som i och med en förstoring utvecklas till en akrobatisk aktion. Ett exempel på förstoring av rörelse ur "*Syskon-skärlek*" är i storasystemens dröm. Hon lutar sig bakåt med armarna uppsträckta i väntan på att lillasystemen skall fånga upp henne. Lillasystemen för henne runt i en mjuk bakåt handvolt istället för att bara ta emot hennes tyngd. Lecoq ger också ett bra exempel på en förstoring av rörelse till akrobatik: "*Harlequin begins to laugh so hard that he falls into a somersault.*"²⁹ Det första exemplet berättar hur man kan förstora utgående från en handling och det andra exemplet utgår från en känsla. Bägge

²⁹ Lecoq, Jacques 1997, 73: *The Moving Body*.

exemplen har olika dynamik och kvalitet för det handlar om två olika situationer och två skilda trick.

3.5.5 Dynamik och kvalitet

All akrobatik kan inte tillämpas på alla olika sätt, i fråga om tempo så är det rent av omöjligt att göra en långsam handvolt och fysiskt går det inte att byta riktning på en huvudvolt, på det sätt man gör med kullerbyttor. Jag vill inte enskilt nämna dynamik – och kvalitetsträning för de elementen är redan en del av de andra områdena av tillämpning, de kommer med på köpet. Om man hjular med glädje har det en annan dynamik än den som hjular som om han/hon bar hela världen på sina axlar. Det är klart att man kan träna på att göra rörelser snabbt och långsamt, segt och explosivt men det är egentligen mer en teknikträning än en tillämpad övning. I det skedet då man enligt situation eller önskemål kan förändra rörelsekvalitén är man inne i den sista träningsfasen och det fattas bara att uppträda om man inte redan gjort det.

3.6 Träningsfaser

Det är inte en självklarhet att man efter att ha klarat av en flick-flack för första gången kan använda den på scen. Min parakrobatiklärare på cirkusgymnasiet upprepade alltid samma fras ” At least 500 times” och då syftade han på hur många gånger man borde klara av en rörelse innan den är klar för rampljus. Det behöver man inte följa ordagrant men det kunde vara principen.

Inläringen av akrobatiktrick och överföringen till en teaterföreställning har många skeden och faser. Den första fasen är den fysiska förberedelsen var man tränar och förbereder sina muskler i styrka och vighet för den påfrestning som akrobatik utsätter en för. Den andra fasen är inläringen, vilken är mycket individuell. Olika människor lär sig på olika sätt och olika snabbt. Sen går det över till den sista träningsfasen var rörelsen blir ens egen. Man kan manipulera sin kropp, man kan handskas och leka med sitt akrobatiska register och tillämpa det konstnärligt. Den sista och fjärde fasen är inte längre träning utan omsättningen, när man jobbar med den dramatiska akrobatiken i scenframställning. Det är dags att uppträda.

4 Akrobatik i scenframställning

4.1 Akrobatikens roll

Vad akrobatiken har för roll i en teaterföreställning kan variera. Man kan välja akrobatik som en genomgående stil eller endast använda det i speciellt utvalda moment. Om man väljer akrobatik som spelstil är det att noga överväga vilken sorts akrobatik som skall komma var och i vilken ordning akrobatikrörelserna skall komma. Det akrobatiska uttrycket torde följa spelets dramaturgi. Likaså som en föreställnings "höjdpunkt" inte brukar finnas i den första scenen rekommenderar jag att inte lägga det mest häpnadsväckande tricket i öppningsscenen. Om akrobatiken endast ses vid särskilda tillfällen ger man det en stor betydelse, speciellt om det är väldigt olikt föreställningens genomgående stil. Dramaturgiskt sätt är "vändpunkten" och "höjdpunkten" två ställen var man kan ta tillvara akrobatikens slagkraft. (En "vändpunkt" betyder en förändring, en rollfigur tar ett beslut eller föreställningen tar en ny riktning. "Höjdpunkter" kan man hitta i varje enskild scen men det finns också en "höjdpunkt" för hela föreställningen, då föreställningen når sin klimax.)

I *"Syskon-skärlek"*, i lillasystemens drömscen använde vi oss av *"två-man-hög"*³⁰ som höjdpunkt för den scenen. Lillasystemen står på storasystemens rygg och når därmed högre status. Lillasystemen leker att storasystemen är hennes häst, sakta kommer storasystemen upp på fötter och i det skedet står lillasystemen på hennes axlar. *"Två-man-hög"* fick fungera som toppen på lillasystemens dröm om att dominera. Bara den kraft och energi som krävs för att utföra akrobatiska rörelser ger en dynamikförändring i relation till föreställningens spelstil och i vårt fall var det i relation till mim.

³⁰ Ett parakrobatiktrick var övermannen står på undermannens axlar.



4.2 Arbetsmetoder

Genom arbetet med mitt konstnärliga slutarbete, föreställningen *"Syskon-skärlek"*, har jag funnit två klara sätt man kan gå tillväga för att omsätta akrobatik till en föreställning.

En väg går från den dramatiska situationen till att hitta akrobatiska rörelser som följer handlingen. Det andra tillvägagångssättet utgår från den akrobatiska repertoaren man besitter och via den hitta en möjlig dramatisk situation. Båda arbetsmetoderna fungerar men det finns en viss olikhet i resultaten. Av egna erfarenheter tycker jag mig se att när man jobbar utifrån ett sceniskt förlopp var man vill integrera akrobatik är det en handling som får en akrobatisk stilisering. Däremot när man jobbar med akrobatiktrick är det lättare att motivera den akrobatiska rörelsen som ett uttryck av känsla eller förstoring av rörelse, än som en handling.

4.2.1 Dramatik – akrobatik vs. Akrobatik - dramatik

I arbetet från situation till akrobatik finns det redan en motivering. Motiveringen är handlingen, det som skall ske. Då måste akrobatiken bakas in och stödja händelseförloppet vilket gör akrobatiken till en bisak, ett hjälpmedel. Här kan akrobatiken ta formen av en konkret handling. Ett exempel från *"Syskon-skärlek"* är när storsystern vill ta ner något från skåpet men inte räcks. Hur skall hon få ner det hon behöver på ett intressant akrobatiskt sätt? Till sin hjälp har hon sin lillasyster. Det finns massor av möjligheter men oberoende vilken rörelse som väljs ligger fokus på handlingen och den akrobatiska delen är ett verktyg för att nå målet. Här ligger arbetet mer kring akrobatiska lösningar än svindlande tricks.



Omvänt, från akrobatik till dramatisk situation. Utmaningen är här att hitta en motivering till akrobatiken. Det är lätt hänt att fokusen landar på akrobatiktricket och att det faller ur dramatiken. Den största faran ligger i att välja en alldeles för svår rörelse att omsätta, för att kunna omsätta akrobatik måste man kunna vald rörelse med full träffsäkerhet. Hur skall man då börja? Hur hittar man en motivering? Man kan börja med att betrakta tricket det handlar om och se om det liknar eller föreställer något konkret. Parakrobatiktricket *"flygaren"* berättar direkt

vad det handlar om och har fått sitt namn därav. Övermannen som balanseras på undermannens fötter ser ut att flyga, där har man direkt en möjlig situation att utgå ifrån.

I "*Syskon-skärlek*" hade vi valt ett trick för storasystemens drömscen, hon skulle sitta i spagat med en fot på bordet och den andra vilandes på lillasystemens axel. Vi hade ett trick men varken en entré till eller sorti från positionen. Utgående från en improvisation med temat att storasystemen skall trycka ner sin yngre syster fann vi det som fattades. Storasystemen leker att hon tappar balansen, lillasystemen fångar upp hennes händer och i det skedet trycker hon ner lillasystemen med sitt ben och glider ner i spagat. Storasystemen njuter medan lillasystemen lider, till sist trycker den yngre upp den äldre till bordet och så fortsätter historien.

I början av repetitionsperioden jobbade vi med akrobatik mest utgående från situationer och de flesta akrobatiska elementen uppstod oplanerat under improvisationer. Det var först i ett senare skede vi började fokusera på enskilda trick.



4.2.3 Att ta varandras tyngd

I arbetet med "*Syskon-skärlek*" provade Karoliina och jag ut ett för oss nytt arbetsätt för att hitta ny och enkel parakrobatik och det visade sig ge resultat. Via improvisation tränade vi att ta varandras tyngd och vi försökte hitta extrema

positioner var vi fortfarande hade kontroll med hjälp av den andras vikt. När vi hade funnit ett flertal intressanta positioner försökte vi länka ihop dem med samma teknik. Vi gick från en ställning till en annan utan att släppa den andras tyngd, oundvikligen väckte det känslor och vi såg situationer framför oss. Förutom användbara rörelser hittade vi även användbara situationer, vilket beror mycket på att en sådan övning kräver ständig kontakt, kommunikation och samarbete.

Den här improvisationen liknar väldigt mycket det man i modern dans kallar kontaktimprovisation. Jag har positiva erfarenheter av kontaktimprovisation men de har inte varit lika resultatgivande som våra improvisationer med Karoliina. Det är en klar skillnad om man tränar med ett mål i sikte som vi gjorde. Först och främst sökte vi efter material till vårt slutarbete men vi satte ibland även teman på improvisationerna, t.ex. att försöka rubba den andra från hennes plats medan den andra ger motstånd.

Resultatet av de här improvisationerna kan man se i scenen där vi väntar på brödet som är i ugnen och i den fysiska kampen som börjar efter att vår pappa gått ut ur rummet. En position som vi använder under väntan på brödet, en ganska harmonisk stund, använder vi också senare men då under ilska. Det var ett medvetet val. För rörelsen visar hur storasystemen trycker ner lillasystemen, först alldeles oskyldigt och i det senare exemplet med flit. Det var intressant att se att en och samma rörelse kunde fungera i två olika situationer. De båda situationerna hörde till rollfigurernas vardag och jag tror inte att det vi jobbade fram genom att varandras tyngd skulle ha passerat i drömscenerna. Där behövdes ett större uttryck för det låg på en annan scenisk nivå.



4.3 Tre dimensioner

I föreställningen *"Syskon-skärlek"* jobbade vi med tre sceniska dimensioner, tre sceniska nivåer. De var: skådespelarna privat i början, rollfigurernas vardag samt rollfigurernas drömvärld. I den förstnämnda använde vi inte akrobatik överhuvudtaget. I de två senare nämnda använde vi akrobatik men akrobatikens karaktär och arbetsmetoden var olika för de två dimensionerna. Vi valde inte olika arbetsmetoder medvetet, det upptäckte vi i efterhand. Eftersom vi var två på scen jobbade vi med fokus på parakrobatik. Vi var också båda två enade om att med den akrobatik vi behärskar har vi fler möjligheter och större chans till kreativt arbete med parakrobatik.

I den andra delen där de sceniska rollfigurerna figurerade använde vi akrobatik som vi utarbetat för att följa handlingen och scenens tema. Akrobatiken blev där ett hjälpmedel för att historien skulle gå framåt. Den uppträder på ett sätt "maskerad", det dyker upp akrobatiska rörelser i rollfigurernas aktioner som om det vore det mest naturliga. En stilisering av konkreta aktiviteter. Vi ville att akrobatiken skulle vara anspråkslös, estetiskt snygg och endast dyka upp i förbifarten. Under skapandet av de scener som berättar om karaktärernas vardag valde vi ganska snabbt att inte utgå från trick utan se vad som kunde födas från situationen. Många akrobatiska rörelser är därför inte välkända trick utan rörelser som uppstått under improvisation och anpassats till handlingen.

I den sistnämnda delen, i rollfigurernas drömvärld, behövde akrobatiken ett upplyft från anspråkslös till mer framträdande och virtuos. På samma sätt som dramatiken i det skedet stiger till en högre nivå. Där arbetade vi omvänt. Vi bestämde oss för några akrobatiska trick som vi ville använda, sökte koreografiskt vägar och anledningar för att nå till dessa positioner. Anledningen till att vi bytte arbetsmetod var att vi satt fast och inte visste hur vi skulle gå vidare med drömscenen. Vi hade inget mål eller någon färdigt bestämd situation för den scenen. Därför började vi utgå från klara akrobatiktrick för att se vad de kunde berätta för oss.

Det tog emot att jobba så i början för vi hade allra först bara trick utan dramatik och vi var rädda för att inte hitta bra skäl till deras användning. Men detta arbetssätt behövde helt enkelt mera tid. Akrobatiken blev här av mer abstrakt tappning, den uttrycker känslor och vårt statusförhållande. För oss var det absolut svårare att motivera akrobatiken i drömscenen. En anledning till svårigheten var att rörelserna var betydligt svårare än de vi hade använt i karaktärernas vardagliga värld men också eftersom vi utgick från ren rörelse utan situation. Orsaken till att vi valde att även använda akrobatik i drömscenerna och därtill mer virtuos akrobatik, var den kontrast det gav till mimen som var den konstform som satte sin prägel på scenerna som beskrev rollfigurernas verklighet.

I vår föreställnings första grundstruktur innehöll även den första scenen akrobatik. Vi var inte nöjda men förstod inte var felet låg förrän vi hade en utomstående person som tittade på dramatiken. Problemet var att vi som privatpersoner använde akrobatik på scen och även i rollfigurernas värld. Karoliina och jag som oss själva kunde inte använda oss av ett icke vardagligt uttryck när det vi ville komma åt var våra små privatpersoner. Därtill fortsatte akrobatiken i samma stil i rollfigurernas värld och då förlorade akrobatiken sin effekt. Ett stiliserat uttryck behöver en stiliserad kropp och en stiliserad rytmik. Där hade vi fallit i en av akrobatikens fallgropar, vi använde akrobatik bara för att använda det utan närmare eftertanke.

4.4 Akrobatikens fallgropar

Det finns alltid en fara med akrobatik, risken att det börjar likna mer en akrobatikuppvisning än en teaterföreställning. När man lär sig akrobatik, har en viss kunskap och börjar med scenframställning vill man gärna visa allt man kan oberoende om det passar scenen och dess händelseförlopp. Även om akrobatik imponerar kommer det inte till sin fördel i teater om det faller ur den dramatiska helheten. Jag kommer att tänka på en fälla man lätt faller i, i arbetet med dramatisk akrobatik. Man glömmer bort helheten och faller för virtuositetens dragningskraft. Ett trick måste motiveras men det räcker inte bara att hitta en motivering för själva tricket. "Ingången" till och "utgången" från tricket behöver också en motivering, det ger den dramatiska akrobatiken en helhet. Jag syftar på förberedelsen, upptakten, och slutpositionen. Lecoq behandlar samma ämne och skriver om hur han går tillväga för att undvika teknisk rörelse utan motiv: *"To avoid falling into pure technique, or virtuosity for its own sake, we never stop at the analysis of separate movements, but fit gestures into dramatised sequences, having a beginning and an end."*³¹

Akrobatiska rörelser har en början och ett slut men de är enligt mig oerhört odramatiska, de är "sportiga". Satsen till handvolten kan ibland innehålla flera springande steg framåt. Det skulle vara rätt oestetiskt och framförallt odramatiskt om t.ex. "Arleccquino"³² när han precis fått en stor skinka i present, i sitt lyckorus, skulle göra det inför sin handvolt. För stegen är i sig en rörelse, motiverade av glädje i det här fallet, och då borde själva handvolten få en ny motivering. Där skulle man behöva omarbета satsen, eventuellt lära sig göra en handvolt från stillastående. Många parakrobatiska trick är också knepiga att använda i teater då de kräver svåråtkomliga startpositioner. Ett bra exempel ur "Syskon-skärlek" är mitt axelstående på Karoliinas fötter. För att komma upp till axelståndet måste jag böja mig neråt och kura ihop överkroppen, mitt ansikte och överkropp göms vilket gör det svårt att visa något uttryck överhuvudtaget. Även om rörelsen är motiverad faller förberedelsen av rörelsen ur sammanhanget.

³¹ Lecoq, Jacques 1997, 84: *The Moving Body*.

³² En rollfigur med halvmask från Commedia dell' Arte.



Det som jag tar med från arbetet med akrobatik i *"Syskon-skärlek"* är bland annat de lärdomarna vi fick av t.ex. mindre lyckade försök till akrobatisk omsättning, fallgroparna. Men det som jag skulle uppmärksamma mest är den dynamiska upphöjning som akrobatik ger och vad olika arbetsmetoder kan bidra med.

5 Utvärdering

5.1 Drömmen om att kunna flyga

Akrobatik är uråldrigt men fortsätter att hänföra oss århundrade efter århundrade. Jag anser att det finns något gudomligt över akrobatik, för några sekunder ser det ut som att människan övervinner gravitationskraften, den existerar inte och det trollbinder oss. Akrobatiska konster fångar folks uppmärksamhet. När jag går på Las Ramblas i Barcelona, en gata full av diverse artister, så visst är det de marockanska akrobaterna som gör att folkströmmen stannar upp. Drömmar om att kunna flyga, både dagdrömmar och nattliga drömmar, tror jag att jag delar med många andra och en liten del av den drömmen förverkligas i akrobatik. Men det handlar inte bara om drömmar utan också om att testa sina gränser. Var går gränsen för den mänskliga kroppen? Det finns något spännande över att lära sig nya saker och att bemästra sin kropp. Full kroppskontroll gör en medveten om sin kropp och medveten om sin kropp är något jag anser att en skådespelare borde vara på scen.

5.2 Från att kunna till att uppträda

Jag har många gånger frågat mig själv, i vilket skede vet jag att jag kan använda ett akrobatiktrick på scen? Karoliina och jag funderade kring vissa trick om vi överhuvudtaget kan de tillräckligt bra för att använda dem i vår föreställning. Det gällde t.ex. *"två-man-hög"* i lillasystemens drömscen. Det är en väldigt tung uppgång till slutpositionen för undermannen som hela tiden har övermannens tyngd på sig. Karoliina som figurerade underman kom inte alltid upp på fötter i början, hon blev säker med tiden men det var tungt fortfarande under föreställningarna. Då var det ändå inget problem att det var tungt, för det passade Karoliinas rollfigur. Om vi hade misslyckats med tricket ifråga hade vi kunnat använda oss av det, det skulle inte ha varit någon omöjlighet att rollfiguren hade misslyckats med uppgången. Jag har alltid varit väldigt noga med att endast de trick som sitter 100 % är möjliga att uppföra inför publik och jag anser fortfarande att det ligger en sanning i det men även de lite osäkra rörelserna kan användas om osäkerheten kommer till sin fördel. En förutsättning är ändå att man inte kan skada sig på grund av sin okunskap i akrobatik.



Tidigare pratade jag om träningsfaser och om den tredje fasen, då man kan leka med akrobatiken, som steget innan man kan uppträda. Det är mitt mål med min inlärning

men nog har det hänt mig att jag uppträtt med tricks som jag kan men inte skulle kunna experimentera med. På det sätt som jag har kunnat utföra tricket har det fått fylla en funktion. Det betyder att jag visat mina gränser på scen och jag ser hellre att man kan mera än det man visar.

Jag tycker själv om att känna mig väldigt säker på den akrobatik jag uppträder med. Processen från att man kan en rörelse till att man hantera den på ett färgat sätt bygger upp ens säkerhet och man kan använda sig av akrobatiken mer avslappnat. Det är precis som med språk, först lär man sig grunderna och sen så småningom kan man skämta och argumentera med ett nytt idiom. Man befinner sig nog hela tiden i olika träningsfaser. En rörelse kan man hur bra som helst medan man precis lärt sig en annan. Det är sen ett personligt val när man väljer att använda en akrobatisk rörelse i scenframställning. Jag väljer säkert många gånger att träna och nöta ett trick längre än någon annan men med ett liknande resultat på scen.

5.3 Val och åsikter

Personliga val och tycken gäller det mesta, från vilken teknik man vill använda till hur man vill tillämpa akrobatik och vad akrobatik kan fylla för funktion i teater. Jag tror att det är lätt hänt att till en början tro att akrobatik bara är en teknik att följa. Att det finns en lag om hur man skall utföra akrobatik och att när man kan lite akrobatik så är man klar att uppträda. Jag önskar ibland att det vore så. Men träningen tar aldrig slut och om man vill jobba med dramatisk akrobatik så gäller det enligt mig att hela tiden skapa nya lösningar och omsättningar. Och det finns ingen handbok utan bara "goda råd". Även om det finns böcker att studera ser jag dem bara som förslag för hur man kan gå tillväga. För alla är vi olika och behöver olika råd. Därtill eftersom den egna kroppen är ens verktyg i akrobatik, och man har bara en, är det viktigt att hitta en metod och arbeta på ett sätt som är skonsamt för en själv.

Jag tycker att jag har fått en friare inställning till användandet av akrobatik i teater på grund av det konstnärliga slutarbetet. Vi jobbade med akrobatik på ganska olika sätt och kunde också dra nytta av alla arbetsmetoder. Det har jag varit väldigt glad för och jag har på samma gång fått klarare åsikter om hur och när man kan arbeta på olika sätt. En skådespelare som har en stark teknik kommer att använda den

obehindrat, det är en del av hans eller hennes sceniska kroppsspråk. Den skådespelaren skulle kunna arbeta enbart med akrobatik född ur situationen och akrobatiken skulle hitta sin adekvata plats.

Om man jobbar utifrån trick tycker jag egentligen att man börjar i fel ända. Resultatet kan bli hur bra som helst och då är det kanske inte viktigt längre vilken arbetsmetod man använt men dramatiken och skådespeleriet är fortfarande essensen av teater. När akrobatiken är startpunkten händer det lättare att det blir en demonstration av akrobatiska konster. Men innan man nått det stadiet var man har en så stark teknik att man utan svårighet kan improvisera med den tycker jag det finns skäl att utforska alla möjliga sätt att arbeta, tillämpa och applicera den i teatern.

5.4 Virtuositet vs. Dramatik

I nycirkusen, om det handlar om en akrobat, ligger fokus överlag på akrobatiken. Virtuositeten är viktig där men uppträdandets helhet är minst lika viktig. Jag tycker många gånger det är svårt att säga vilken den klara skillnaden är mellan nycirkus och teater som involverar akrobatik. Det finns så stora variationer inom genrerna också, ibland hade jag lika bra kunnat kalla en nycirkusföreställning för en fysisk teaterföreställning.

Den 26 november 2010 såg jag nycirkusföreställningen *"The Fibonacci Project"* av nycirkusgruppen *"Les 7 doigts de la main"* i Barcelona. Föreställningen hade skapats under tre veckor och byggde på den italienska matematikern Fibonaccis sifferföljd; 0, 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21... etc. Varje siffra, som står för något som t.ex. tomhet, individualitet, oändlighet och död, var temat för en akt. Artisterna var virtuoser, som publik behövde man aldrig tvivla på om de skulle lyckas, allting var möjligt. Och på samma gång som man fängslades av deras virtuositet fanns det en historia eller ett tema att följa. Vissa nummer kunde där lika bra ha presenterats som fysisk teater.

En akrobat och en skådespelare arbetar från olika infallsvinklar. Akrobaten fokuserar mera på det virtuosa när skådespelaren koncentrerar sig på det dramatiska. Men jag tycker att det är onödigt att dra en gräns för vad som är nycirkus och vad som är teater.

Den press som jag tidigare kände över att inte vara tekniskt tillräckligt skicklig i akrobatik för att kunna uppträda har jag kommit över. För det kommer alltid att finnas cirkusakrobater och gymnaster som kan göra de mest omöjliga volter. Men som skådespelare har man möjligheten att göra något helt nytt med akrobatik, man kan uttrycka sorg, ilska, glädje, man kan använda det i en slagsmålsscen eller en kärleksscen. Det är i det hänseendet ett rätt så mångsidigt scenspråk. Jag har fortfarande själv drömmen om att kunna allt det som långt skolade akrobater kan men mer och mer finner jag att den lilla akrobatik jag behärskar i en teatralisk kontext kan vara en virtuositet i sig.

Bilaga

Akrobatik genom tiderna

Ordet akrobatik kommer från grekiskans ord "akros" och "bat", vilka betyder hög respektive gå. Hög gång eller att gå högt härleds till de balansakter och vigulanta uppträdanden man kunde få se under religiösa festspel i det antika Grekland. Man har hittat minoiska målningar och vaser som illustrerar akrobatiska konster på tjurryggar, de är daterade till Kreta 2000 f.Kr. Även egyptiska fynd har gjorts, hieroglyfer som, bevisar att akrobatik förekommit i det antika Egypten. I dessa kulturer har akrobatiken haft betydelse i religiösa och mytologiska sammanhang.³³ Det har varit ett sätt att visa sin gudskyndighet under skördefester men också ett medel för att besvärja onda makter. Dionysos³⁴ dyrkan gav upphov till mycket festligheter var sång, dans och akrobatiska inslag var en självklarhet. Jag antar att den styrka akrobatik visar genom att trotsa de fysiska lagarna har fungerat som en påminnelse för människan om det gudomliga, det har varit ett steg närmare den gudomliga världen.

I romarriket tog man efter grekerna. Den grekiska hippodromen³⁵ fick namnet cirkus. Hästkapplöpning och våghalsiga tricks på hästrygg fortgick men skådespelet blev råare med inslag av gladiatorspel och brottning. Det fanns fortfarande anknytning till gudarna men man sökte efter spänning och ville hetsa upp publiken. Alfred Rundberg jämför grekernas och romarnas inställning till sina skådespel i boken "Cirkus" och skriver angående grekerna: "Genom ädel idrott skulle kroppen fostras så, att den lydigt fogade sig efter själens ideella strävanden."³⁶ Det är tydligt att akrobatik har ett spirituellt ursprung, det var gudarnas konst. Så från att i första hand ha haft ett religiöst ändamål fick det i Romarriket även ett kommersiellt ändamål.

³³ <http://www.aerialists.org/history-aerialism-acrobats-cirque-performance/>

³⁴ Fruktbarhetens och rusets gud i det antika Grekland.

³⁵ Ovalformad bana/teater som byggdes för hästkapplöpningarna man gav som gåva till gudarna.

³⁶ Rundberg, Alfred 1965, 16: *Cirkus*.

I Kina och Indien har akrobatik varit en del av träningen och förberedelsen för att gå ut i krig. Det finns akrobatiska element både i den kinesiska kungfun³⁷ och i den indiska kalaripayattun³⁸. I Indiens yoga hittar man akrobatiska balans – och vighetsövningar som utfördes av hälsoskäl och i spirituellt anda.

Från Kina har man 2500 år gammal dokumentation av de första akrobatiktrupperna. De uppträdde med bland annat lindans, volter och klättring på pålar. Än idag existerar det kinesisk påle inom cirkusen. I Kina var det en konstform för de högre klasserna. Senare under Tang³⁹ dynastin började högt uppsatta män resa med akrobatiska processioner vid sin sida, allt för att visa sin välfärd och vinna uppskattning bland folket som nu kunde ta del av dessa hisnande ceremonier.⁴⁰

Under tidig medeltid i Europa var det gycklarna som stod för akrobatiken. Det var ett resande folk av lägsta samhällsklass. De var ute efter att tjäna en slant genom att roa befolkningen med lindans, jonglering och precis som tusen år tidigare slog de volter över hästryggen. Gycklarnas spelkaraktärer hade många likheter med karaktärerna i de grekiska och romerska komedispelen. Akrobatiska konster i ett teaterstycke var inte ovanligt varken i antikens Grekland eller i Romarriket, men det fick en mer central roll i och med gycklarna och senare med Commedia dell'Arte. I Commedia dell'Arte skolades man i akrobatik om så ens rollfigur krävde det. I regel gällde det de halvmaskerade rollfigurerna. Akrobatiken spelade en viktig roll i Commedia dell'Arte och den var utarbetad för att passa skådespelet.

I slutet på 1700-talet uppstod det cirkusfenomen vi känner till idag med cirkustält och hela etablissemanget på resande fot. Den tidens cirkus var speciellt känd för sin hästdressyr. Akrobatiken höll sig fortfarande dels till hästryggen men det fanns även golvakrobater och luftakrobater. Den traditionella cirkusen hade fötts.

Nycirkusen uppkom under 1970-talet och har idag ett starkt fotfäste världen över. Den traditionella cirkusen och nycirkusen bygger på samma konster men är två olika koncept. I den traditionella cirkusen visar man upp sin virtuositet i rollen av sitt stolta jag medan man i nycirkusen med samma virtuositet har tagit en roll. Nycirkusen bygger på traditionell cirkusteknik som beblandas med andra

³⁷ Kinesisk kampsport.

³⁸ Indisk stridskonst.

³⁹ År 618-907 i Kina.

⁴⁰ <http://traditions.cultural-china.com/en/17Traditions4748.html>

scenkonster och uttrycksformer. Skapandeprocessen i nycirkus lägger stor vikt på musik, kostym och på att hitta vad man kan uttrycka med de olika cirkusgenrerna. En cirkusartist från den traditionella cirkusen är en representant för den virtuosa kroppen⁴¹, skådespelaren står för den dramatiska kroppen⁴² och i nycirkus är det den virtuosa kroppen som närmar sig den dramatiska. En dramatisk kropp som tar steget mot en virtuos kropp är då en skådespelare som vill använda t.ex. akrobatik på scen.

⁴¹ Begrepp som använts under utbildningen min utbildning i fysisk teater av Maya Tångeberg-Grischin.

⁴² Se ovan.

Källförteckning

Barba, Eugenio och Savarese, Nicola, *A Dictionary of Theatre Anthropology*, Routledge: London, 1991.

Leabhart, Thomas, *Etienne Decroux*, Routledge: New York, 2007.

Lecoq, Jacques, *The Moving Body*, översättning till engelska av Bradby, David Methuen: London, 1997, (2000).

Rundberg, Alfred, *Cirkus*, Zindermans: Uddevalla, 1965.

Wangh, Stephen, *An Acrobat of The Heart*, Vintage Books: New York, 2000.

<http://www.aerialists.org/history-aerialism-acrobats-cirque-performance>
(hämtat 8.2.2011).

<http://traditions.cultural-china.com/en/17Traditions4748.html>
(hämtat 8.2.2011).