

Om stemmen

AF JERZY GROTOWSKI

Dette foredrag blev holdt i maj 1969 for de udenlandske kursister ved teaterlaboratoriet i Wrocław. © 1971 Jerzy Grotowski. Enhver gengivelse - selv uddrag - er forbudt.

Inden for skuespilleruddannelsen tror jeg nok, man begår flest fejl på det område, der hedder stemmetræningen. Misforståelserne begynder med åndedrættet. I slutningen af det 19. århundrede og begyndelsen af det 20. opdagede de eksperter, som helligede sig stemmeproblemerne, at det er, når man trækker vejret med maven, det vil sige med mellemgulvet, stemmen får fylde.

Der er forskellige synspunkter på dette område: Nogle teoretikere og praktikere foreslår, at man udelukkende skal trække vejret med maven, at maven skal gå ud og ind ved åndedrættet, mens brystet bør være helt i ro. Andre mener - og det er i grunden langt rigtigere - at vejtrækningen bør ske med maven, men at brystet bør engagere sig på et andet plan. Vi finder eksemplet hos børnene og de vilde. I vejtrækningsprocessen er det maven, som begynder, men brystet er en lille smule engageret. Det er ikke den vejtrækning, man kan iagttage på fotografierne af atleter med brystet skudt frem. Det er en lille bevægelse, som man snarere kan konstatere ved berøringen end ved iagttagelse; men ikke desto mindre en bevægelse, som virkelig foregår.

I vor civilisation skyldes de fleste misdannelser påklædningen og desuden visse former for levevis og adfærd, der er kanoniserede ved skik og brug. Det er derfor, kvinderne trækker vejret med brystet - hvilket ikke er den organiske vejtrækning - ikke blot på grund af brystholderen, men også på grund af noget koketteri i deres optræden. Denne form for vejtrækning er temmelig begrænset, idet man kun bruger den øverste del af lungerne og ikke resten, som i virkeligheden indeholder meget mere luft.

Dersom man stræber efter at trække vejret med maven, med mellemgulvet som det vigtigste, kan man iagttage mavens bevægelser. Dette praktiseres ved mange teaterskoler og blev det i den første tid, vi arbejdede, selv her ved teaterlaboratoriet. Jeg har kunnet konstatere, at nogle skuespillere brugte denne type vejtrækning og dog manglede luft. De trækker vejret ind, og dog optager de ikke luft i sig.

Der findes en efterligning af denne måde at trække vejret på: Muskelbevægelserne efterligner vejtrækningen med mellemgulvet, men i virkeligheden bliver luften ikke suget

ind. Senere har jeg gennem forespørgsler og undersøgelser, og ligeledes ved iagttagelse af det levende liv, fundet frem til en kontrolmetode, der var mere organisk, det vil sige langt vanskeligere at simulere. Indåndingen, som engagerer mellemgulvet, får lænden til at vide sig ud, i siden og bagtil, og det kan vi verificere ved berøring. Det er meget svært at efterligne dette ved hjælp af musklerne, og selv om en ubevidst efterligning er mulig, så bliver den bevægelse, jeg her taler om, i så fald begrænset.

Hvis vi altså stræber efter denne kanoniserede skole-vejtrækning, er det bedst at røre ved netop det sted, og det er dér, man så ville have indåndingen til at begynde. Den slutter faktisk ikke dér, den begynder dér, og når man begynder at trække vejret ind, går lænderne samtidig bagud og til siden - snarere til siden end bagud. Man kan finde frem til dette ret hurtigt, og derefter rette på denne misdannede vejtrækningslinje, hvor brystet er helt ubevægeligt; man kan ligeledes undgå skuespillerens ubevidste snyderi, takket være kontrollen af, ikke maven, men lænderne.

Men dermed er man ikke færdig med problemet. Faktisk er det forkert at sige, at alle kan trække vejret på samme måde. Det er ligeledes forkert, at vejtrækningen skulle være den samme ved de forskellige stillinger, handlinger og reaktioner. Vil man studere disse spørgsmål, er det nemmest at iagttage små børns holdning. I de forskellige stillinger, de indtager, eller når man tager dem op, ændrer deres vejtrækning sig. I øvrigt kan man under iagttagelsen af sportsfolk, som er i aktivitet, konstatere, at her skifter vejtrækningen ligeledes, og at den er afhængig af de forskellige former for anstrengelser og aktiviteter.

Man bør vise naturen tillid

I skuespilleruddannelsen ved de forskellige teaterskoler stræber man efter en vejtrækning med maven, forstået som noget statisk. Man har med lægevidenskabens hjælp forsket sig frem til en korrekt vejtrækning, som man benævner gennemsnitstypen, og man vil helt generelt have den vejtrækningstype brugt af alle. Der er mennesker, som ikke kan trække vejret på denne statiske gennemsnitsmåde, for det er differentieringen, som er kendetegnet på liv. Til syvende og sidst bliver enhver ung skuespiller kraftigt tilskyndet til at bruge den vejtrækning, som ikke er hans egen, og dér begynder alle vanskelighederne. Vejtrækningen er en meget ømtålig sag - vi kan iagttage den, kontrollere den, ja endog lede den, det er et spørgsmål om vilje.

Men når vi er helt og fuldt engagerede i en handling, kan vi ikke kontrollere vejtrækningen, det er organismen selv, som ånder. Ethvert indgreb hindrer altså den organiske proces. Når det forholder sig sådan, er det måske bedst ikke at gribe ind. Man bør iagttage det, der foregår. Har skuespilleren ingen vanskeligheder med luften, indånder han en tilstrækkelig mængde luft, mens han spiller, bør man ikke gribe ind, selv ikke hvis han ud fra alle teoretiske synspunkter trækker vejret dårligt. Dersom han begynder at gribe ind i sin organiske proces, da begynder alle vanskelighederne. Denne betragtning er fundamental. Dersom det ikke går, bør man gribe ind. Dersom det går, bør man ikke gribe ind. Man bør vise naturen tillid. Det var det første punkt.

Blokering af struben

Det andet er følgende: Ved teaterskolerne foretager man mange øvelser for at opnå en lang udånding. Fremgangsmåden er som følger: Man ånder ind, og man siger tallene 1, 2, 3, 4 osv. lige til tyve, tredive osv. Man tror, at skuespilleren på denne måde vil træne sig i at få et langt åndedræt – dvs. så han ikke får vanskeligheder med de lange sætninger.

Det er en stor fejltagelse. Eleven, som skal sige tallene, har ingen vanskeligheder, så længe dette endnu er let for ham, helt igennem let, og så længe har han også en organisk udånding. Men derpå vil han, for at spare på luften, gøre sig nogle ubevidste anstrengelser. I virkeligheden lukker han da for struben, og det er denne lukning, som senere skal volde de største vanskeligheder i arbejdsprocessen. Den første grund til, at der dukker et stemmeproblem op, er indgrebet i vejtrækningen, den næste – blokering af struben. Der er også en anden type øvelser, som blokerer struben. Ved mange teaterskoler har man faktisk øvelser med konsonanterne, man øver sig i at udtale konsonanterne – p, d, t, s, c, b ... osv., og man udtaler ordene med tryk på konsonanterne: det er på den måde, man lukker struben til. I virkeligheden kan struben kun være åben, hvis man lægger trykket på vokalene. Dersom trykket ligger på konsonanterne, er struben lukket. Derimod må man øve sig på konsonanterne for at få en korrekt artikulation, men man bør øve sig således, at der kommer vokaler før og efter dem: »ata« og ikke »t t t t«.

Erhvervsskader

På åndedrætsområdet forekommer der såkaldt erhvervsskader: Der er sportsfolk, for eksempel svømmere, som anvender en speciel professionel vejtrækning. En anden misdannet vejtrækning dyrkes af amatørskuespillere, som vil trække vejret »kunstnerisk« og lægger vægten ikke på maven, men på brystet, og ikke engang fremad, men opad. Der er de misdannelser, som indtræffer på grund af nervøsitet under den fysiske træning. For eksempel når skuespillerne gør legemsøvelser og ikke har luft og begynder at kvæles. Hvorfor? Af to grunde: Nogle ånder ind, så foretager de bevægelsen uden at ånde ud, derpå, når de ikke har mere luft, foretager de en hurtig indånding, og de begynder med at plage sig selv på ny. Andre vil bruge samme rytme i vejtrækningen som i bevægelserne, hvad der er helt galt. Hvis kropsbevægelserne er hurtige, vil de foretage indåndingerne med samme fart; hvis bevægelserne er langsomme, vil de ånde ud i samme rytme. Hvor ligger fejlen? Naturen regulerer utvivlsomt sagen: Dersom vi foretager hurtige kropshandlinger, vil åndedrættet blive hurtigere, men ikke få samme rytme; der er ganske givet stor forskel. Dersom kropshandlingen er langsom, bliver åndedrættet utvivlsomt

somt langsommere, men ikke nedsat til samme rytme som bevægelsen. Dersom man begynder at ånde i samme rytme som ens handling sker – og gør dette bevidst – vil man snart gøre vold på naturens organiske proces, og til syvende og sidst vil skuespilleren snappe efter vejret under sit kropsarbejde. Når skuespilleren mister pusten, er det næsten altid af en af disse to grunde.

Det samme vil naturligvis ske under spillet, dersom skuespilleren spiller uden at leve med tilskyndelserne, og dersom han tager handlingen i stykket som en slags gymnastik, som en art automatik: Han vil miste pusten og begå en af de to typer fejl.

Man bør ikke kontrollere sin vejtrækningsproces, men man bør kende sine blokeringer og sine modstandspunkter, og det er noget helt andet. Man bør iagttage skuespilleren udefra; når jeg siger det, tænker jeg på iscenesættelsen og lærerkræfterne. Det første spørgsmål, man må stille sig selv, er følgende: Har skuespilleren åndedrætsbesvær under arbejdet? Hvis han har besvær, og det skyldes en af de ovennævnte grunde, må man sige det til ham. Han må passe på, at han ikke bryder ind i sit åndedræt, at han ikke bevidst vil bringe sit åndedræt og sine bevægelser i overensstemmelse med hinanden.

Mens dette er ikke de eneste fejl. Vi kan konstatere, at skuespilleren begår fejl, som så at sige er klassiske – for eksempel en vejtrækning med løften og sænken af skuldrene. Men når man trækker vejret med maven, er der dog alligevel en ganske lille smule af den bevægelse. Og når læreren vil undertrykke den helt, så spænder eleven og frempresser mavebevægelsen – han griber ind i den organiske proces og vil snart ødelægge den. Det er meget let at se, at vejtrækningen ikke er fuldstændig, at maven ikke arbejder mere, at det kun er den øverste del af brystet, som arbejder. Sådan er det hyppigst hos kvinder.

Den normale vejtrækning

Man bør altså stræbe efter, finde og frembringe den situation, hvor skuespilleren begynder at trække vejret normalt. Der er flere forskellige muligheder: Man lader ham lægge sig ned på ryggen på gulvet, og så skal han trække vejret, det er det hele. Derpå bør man fortælle ham, om han er begyndt at trække vejret normalt.

Den sprog-tone, man anvender over for ham, er meget vigtig. Man bør sige: »Nu hæmmer De ikke processen«, og ikke: »Nu er Deres vejtrækning fin – før var den dårlig«. For dersom han vil trække vejret korrekt, bryder han ind på en bevidst måde, og så vil han hindre processen. Så hvis man siger: »Nu blokerer De ikke processen«, er det ikke bare en anden formulering, den har en anden virkning på ham.

Tit er dette ikke nok. Man kan foretage et andet eksperiment med skuespilleren: Han kan lukke for det ene næsebor ved indåndingen og for det andet ved udåndingen. I samme øjeblik bliver vejtrækningen ofte normal – særlig hvis man ligger med ryggen mod gulvet. Men heller ikke det er nogen regel.

Man kan ligeledes finde ud af, hvad der er den normale vejtrækning for skuespilleren i de stillinger, som lægger for stærkt beslag på hans opmærksomhed til, at han kan gribe ind i processen. Dersom en – ikke alt for trænet – skuespiller begynder at stå på hovedet, er han for optaget til at bekymre sig om sin vejtrækning. I et sådant øjeblik frigør han altså processen og begynder at trække vejret normalt. Men ofte er det bedre at vente til det øjeblik, da iscenesetteren under indstuderingen af spillet, under arbejdet med et stykke – hos skuespilleren har frigjort de or-

ganiske reaktioner, livsimpulserne. Det vil sige, at man har frigjort den proces, der opsluger ham helt; i det øjeblik vil skuespilleren utvivlsomt begynde at trække vejret godt.

Man bør sommetider køre ham træt, ja få ham til at udføre øvelser, der gør ham overordentlig træt – i kropslig henseende – for at han ikke skal bryde ind i den organiske proces. Samtidig er dette farligt: Man kan fremkalde komplekser, traumer. Det kræver stor erfaring inden for dette arbejde. Men der er tilfælde, hvor man kun ved træthed kan frigøre sig for visse former for modstand.

Til syvende og sidst er der ingen standardløsninger. Man må for hver enkelt vedkommende finde frem til, hvad det er, der generer, hvad det er, der hindrer, og derpå frembringe den situation, hvor årsagerne, som forhindrer den normale vejtrækning, kan tilintetgøres. Processen vil gøre sig fri.

Jeg skal gentage endnu en gang, at man må vente, ikke gribe for hurtigt ind, vente, snarere se at finde frem til, hvordan man skal frigøre den organiske proces i spillet, i så tilfælde vil åndedrætsprocessen – næsten altid af sig selv – også gøre sig fri, og på den måde vil skuespilleren ikke have grebet ind, ikke have ledet eller blokeret vejtrækningen.

Den sprogtone, man anvender er – gentager jeg – meget vigtig. Formuleringer som afkræfter, er bedre end formuleringer som bekræfter.

Vejtrækningen er utvivlsomt et individuelt problem, blokeringerne er helt forskellige fra skuespiller til skuespiller. Og denne lille forskel – selv en ganske lille – er helt afgørende for, hvor organisk processen bliver. Altså – dette er det vigtigste – der findes ikke noget ideelt, statistisk mønster for vejtrækningen, men der er noget, som hedder at fjerne blokeringen af den naturlige vejtrækning. På den anden side, så sker det – det er sjældent, men det sker – at skuespilleren ikke kan trække vejret med mellemgulvet som det synligt dominerende. Jeg ved ikke hvorfor. Måske kan dette analyseres ud fra et foniatrik*) synspunkt.

Dersom en kvinde for eksempel har en meget lang og meget smal brystkasse, kan hun tit ikke i sit spil udnytte en vejtrækning med mellemgulvet som synlig dominans, og i så tilfælde bør hun snarere prøve at finde ud af, hvordan hun kan anvende rygsøjlen mere i vejtrækningen. Ikke alt for bevidst: At få rygsøjlen til at reagere – som en slags slange – det er en levende tilpasning. Således bliver vejtrækningen fri. Rygsøjlen må aldrig være en stiv stok.

Stemmen

Lad os gå over til problemet stemmen. Hvis man ser bort fra de alvorlige organiske, ikke funktionsbestemte misdannelser af stemmeapparatet (når der for eksempel er en slags byld på stemmebåndene, når strubehovedet er virkelig misdannet osv.), så er alle disse påstande om, at der findes en stor kraftig stemme og en lille stemme, røverhistorier. Afgørende er den måde man bruger stemmen på, det er det hele.

Mange skuespillere har vanskeligheder med stemmen, fordi de iagttager deres stemmeapparat. Hele opmærksomheden hos den skuespiller, som beskæftiger sig med sin stemme, er koncentreret om stemmeapparatet: Under arbejdet iagttager han altså sig selv, han lytter til sig selv, han er tit i tvivl, men selv hvis han ikke er i tvivl, udfører han en slags voldelig handling mod sig selv. Allerede ved

sin iagttagen vil han hele tiden gribe ind i stemmeapparatets funktion. Man kan fremsætte forskellige hypoteser, prøve at finde frem til hvorfor. Men det objektive resultat er dette: Dersom man iagttager sit stemmeapparat under arbejdet, så lukker struben sig i samme øjeblik, ikke helt, bare en lille smule, den foretager en slags halv-lukning. Denne halv-lukning bliver der derefter gjort vold på, fordi man kæmper for at få en kraftig stemme. Resultat: Man begynder at forcere stemmen, og så er det, vanskelighederne begynder; skuespilleren bliver hæs, så gør han vold på sig selv – og nu har man misdannelser, som endnu ikke er fysiologiske, men har med funktionen at gøre, af struben, af stemmebåndene osv. Derpå, efter en lang periode med denne type arbejde, kan de forvandle sig til fysiologiske misdannelser.

I arbejdet med stemmen er det vigtigst **ikke** at iagttage stemmeapparatet. Det er lige det stik modsatte, man omhyggeligt lærer eleverne på skolen i dramatik. Det er også det stik modsatte, der gøres. Derpå får skuespilleren vanskeligheder, og han går til lægen. Lægen forestår for eksempel inhalationer. Hvis det er om sommeren, er det ikke særlig farligt; hvis det er om vinteren, er inhalationerne varme, og det er meget farligt. Selv med kolde inhalationer bliver skuespillerens stemmeapparat meget sart. Der bliver nu en forskel på luften i inhalationskammeret og udenfor. Skuespilleren begynder at blive hæs.

På den anden side bliver han dag for dag mere nervøs, han iagttager sit stemmeapparat mere. Før han siger et ord, før han taler, tøver han, han tænker, at han vil miste stemmen. Og på den måde bliver det værre og værre. Iagttagelsen er kommet stærkere ind, hele ens natur er forstyrret. Snart griber også nervøsiteten ind, og selv dens organiske og naturlige impulser, der kan bære stemmen, bliver fuldstændig blokerede. Skuespilleren – eller snarere skuespillerinden, for dette er meget hyppigere hos skuespillerinder – begynder at få stemmelidelser, der – hvis de bliver ved – kan føre til fysiologiske misdannelser.

Bønderne synger – selv når det er koldt

Hvorfor er det hyppigere hos skuespillerinder end hos skuespillere? Fordi man, for en skuespillerindes vedkommende, tror at stemmen bør være smuk, ren, sart og kraftig, at dette er helt afgørende, inden for hendes *métier* – hvilket ikke er sandt.

For skuespillernes vedkommende sker der det samme, men man tror, at de – fordi de er mænd – godt kan være barske, og selv om de er en lille smule hæse, bliver det ikke taget særligt alvorligt.

Årsagerne til vanskelighederne ligger i virkeligheden på et barnligt plan, men det er reelle årsager. Skuespillerne har vanskeligheder, og folk fra gaden har ikke nogen. Bønderne synger, selv når det er koldt eller regner, midt ude i det åbne land, hvor man nemt kan komme til at forcere stemmen, de synger, og de har ingen vanskeligheder.

Man kan svare hertil, at underviserne også har vanskeligheder med stemmen. Og hvorfor? Kig rigtigt på en lærer under arbejdet: Han vil have alle sine bevægelser under kontrol, han tror, hans gestus bør være velordnede; han vil tit tale med en vis tydelighed i artikulationen, derfor – og det har jeg iagttaget på filologkongresserne – fremhæver han alle konsonanterne: »Monsieur le **Président**...« osv. Han vil artikulere fint, han vil have, man skal høre ham, og derfor lægger han vægt på konsonanterne. Til sidst er hans strube halvt lukket til.

På den anden side har han tit ikke udviklet kropssiden hos sig selv, han er snarest en hjerne, der svæver i det

* Foniatri. – Det område indenfor medicinen, der beskæftiger sig med taleforstyrrelser, (O.A.)

tomme rum. Hans krop er en plante – tynd eller tyk, men en sart plante, som kartoffelspirerne i kælderens, en farveløst plante. Hele kroppens energi findes derfor kun i det område, som er hovedet og stemmeapparatet. Han vil bevare en ophøjet ro i sin optræden, han styrer sig, han blokerer impulserne i kroppen. Sådan går det til, at han, omend ubevidst, arbejder med stemmeapparatet og ikke med sig selv som helhed. Og han taler sådan længe, i timevis hver dag: På den måde misdanner han sit stemmeapparat. Mens folk fra gaden, bønderne, ikke har nogen problemer: De synger, mens de bestiller noget.

En dag var jeg på kontoret, rengøringskonen var i gang med sit arbejde; hun begyndte at synge – hun sang ikke godt, men hun sang uden besvær. Hun bestilte noget, og hun iagttog ikke, hvordan hun sang, hun styrede ikke sin måde at synge på; og til sidst var struben åben, det gik vældig fint. Jeg rejste mig fra skrivebordet for at se, hvordan hun trak vejret: hun gjorde det meget fint – helt normal vejtrækning med mellemgulvet som dominans. Det var en naturlig handling. Bønderne synger sådan.

Selvfølgelig kan man have vanskeligheder, som skyldes sygdom – som for eksempel hos de prostituerede, der ofte er hæse. Deres stemme er ikke ren, det er der to grunde til: På den ene side alkohol – tit også for mange cigaretter, men ikke altid – og ligeledes den stadig trækken på gaden i skiftende temperatur. Men det er ikke alt: Der er en grund, som ikke er videnskabelig, men som jeg føler mig dybt overbevist om. Der er tillige kvindens afsky for sin krop, en bestemt holdning hos kvinden over for sin egen krop, en slags vedvarende foragt. Og denne foragt vil spille ind, denne mangel på tillid – eller denne skadede tillid – denne adskillelse fra én selv.

Når jeg iagttager skuespillere, som har en organisk vejtrækning takket være organiske, levende impulser i spillet, selv når de ryger meget, konstaterer jeg, at de ikke har problemer med stemmen. Jeg ryger meget selv, og jeg har ingen problemer. Nogle gange, hvor jeg var gået for vidt – når jeg for eksempel havde røget 60 cigaretter på en dag – begyndte der at ske noget i min hals næste dag. Jeg tror nok, at cigaretter er farlige for organismen som helhed, men man overdriver deres skadelige indvirkning på stemmen. Desuden kan skuespilleren pålægge sig selv at begrænse antallet af cigaretter op til forestillingen, en eller to timer før.

Mange skuespillere bør faktisk begrænse antallet af cigaretter før forestillingen, men skulle de føle sig lige så fristet af cigaretter som kvinden var det af Sankt Antonius, i så tilfælde bør de tage en cigaret før forestillingen: De bør ikke skabe en situation i sig selv, der er præget af ubehag. Det er snarest et spørgsmål om sund fornuft, altså blot om at begrænse sig, tage en cigaret i stedet for fem. Man bør ikke overdrive i det, man kalder »formningen af viljen«. Udviklingen af os selv sker ikke via en vilje, der er stiv som døden, men via en holdning over for livet som helhed, en holdning der samler alle vore bestræbelser om et eneste punkt.

Iagttager vi de skuespillere, som har vanskeligheder med stemmen, vil vi ret hurtigt opdage, at hvad symptomerne angår, er det problemet med struben der spiller ind. På symptom-planen er dette det vigtigste.

Dr. Lings metode

Jeg har studeret, hvordan struben er bygget og sammen sat. Det er meget lærd og meget videnskabeligt, men jeg har ikke kunnet drage nogen praktisk konklusion af det. I Shanghai har jeg haft lejlighed til at konfronteres med dok-

tor Lings videnskabelige skole. Doktor Ling var på en gang professor ved det lægevidenskabelige institut og ved operaen i Peking. Han var selv fra en familie af skuespillere inden for den klassiske opera, og som ung havde han arbejdet som skuespiller – hvilket var grunden til den interesse, han nærede for arbejdet med stemmen ud fra en praktisk synsvinkel. Det var her, jeg for første gang forstod, hvad struben betød.

Jeg vidste i forvejen, at en åben eller lukket strube var årsag til lidelser for skuespilleren, men hvordan man kunne konstatere dette meget hurtigt, det forstod jeg dér.

Man kan studere struben med fingrene. På hver sin side af adamsæblet er der to punkter, som to små høje, der er lette at finde. Men disse to høje ligger lidt tilbage, og man må fatte rundt om struben, dér hvor disse høje ender. Derpå kan man synke, og ved berøring vil man så iagttage, at der foregår en forandring ved disse punkter.

Når vi synker, er struben lukket – det er meget enkelt. Læg nu mærke til, når De taler: Man taler – ja, der er åbent! – eller man taler, og der er lukket – ikke helt, men alligevel. Doktor Lings elever kontrollerede med egen hånd, om struben var åben eller ej. Jeg tror ikke, det er nødvendigt; jeg tror, man må foretrække at undgå kontrollen. Det bliver snarere underviseren, som skal foretage den, hvis han ikke er sikker på, om skuespilleren lukker i struben eller ej. I virkeligheden kan man efter temmelig lang tids praksis finde ud af det uden at røre: Man lytter.

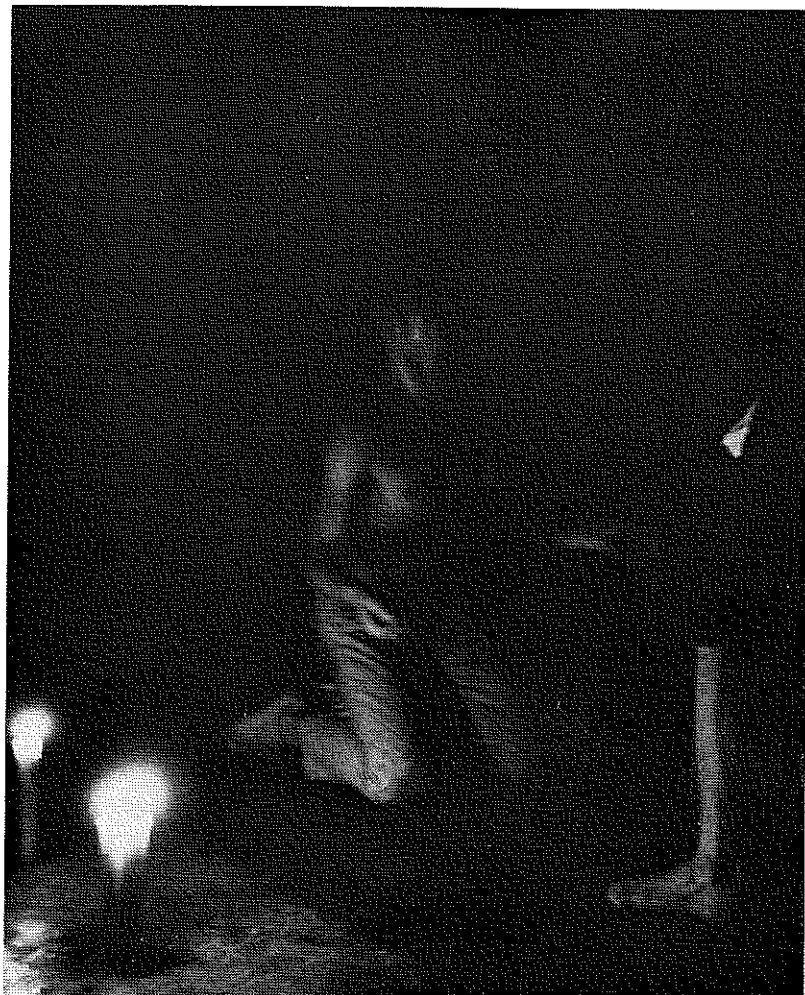
Jeg har benyttet mig af denne fremgangsmåde: At røre direkte ved skuespillerens strube med fingrene. Det er en farlig fremgangsmåde, hvis man ikke har tilstrækkelig praktisk erfaring og omhu. Man kan også med fingrene åbne struben på skuespilleren udefra. Forskellige former for svingninger i stemmen kan frembringes på denne måde, men det er meget farligt, hvis man ikke har lige så kyndige og præcise hænder som en kirurg. Derfor tilråder jeg ikke denne form for manipulationer.

Der er et andet, endnu enklere middel. Rør ved underkæben, under hagen. Hold tommelfingeren under hagen, og synk! Der spændes, når man synker. Det er heri, doktor Lings visdom består. Struben er lukket: Der er spændt. Og nu: Tal! Er der blødt? Eller er der spændt? Hvis der er blødt, er struben åben; hvis der er spændt, er struben i hvert fald lidt lukket. Det er ganske enkelt.

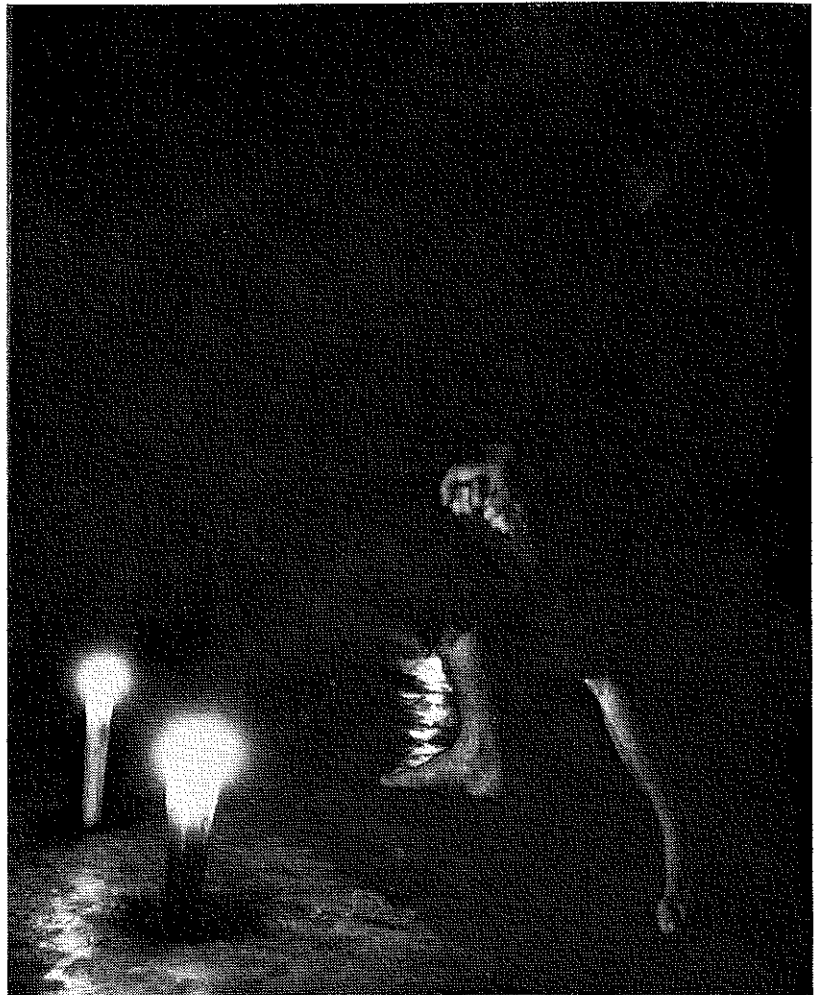
Når doktor Lings elever synger, rører de ved sig selv på den måde, jeg har beskrevet her. Er det godt? Jeg tror det ikke. Efter mange års forløb har jeg revideret min opfattelse: Jeg tror, at denne teknik har været en stor opdagelse, men at den kan fremkalde forskellige sygdomme eller, på et andet plan: Få gamle erhvervssygdomme til at bryde frem igen. Fordi denne teknik leder vor opmærksomhed hen på stemmeapparatet.

Dr. Lings øvelse

Men før jeg går over til en anden etape i undersøgelsen, vil jeg analysere en af doktor Lings øvelser, som er meget effektiv inden for begrebet tvungen stemmetræning. Man skal stille sig med skrævende ben. Overkroppen skal være bøjet. Hvorfor er det rigtigt? Jo, for hvis overkroppen er bøjet lidt, må man for at holde denne stilling gøre det med den nederste del af rygsøjlen, med det vi kalder »krydset«. Man skal holde en lige linje fra rygsøjlen lige til nakkebenet. Alt skal være lige. Endvidere skal man holde pegefingeren under læben parallelt med denne, og med tommelfingeren røre under hagen. Den anden hånd, nedadvendt, rører ved øjenbrynene og skubber dem bagud, og på den måde åbner munden, sådan at hagen bliver, hvor



Alle billederne i denne artikel er hentet fra Apocalypsis Cum Figuris.



den er. Hagen må ikke flytte sig, den skal være fuldstændig uændret. Det er hele hovedet, der skubbes opad og bagud, med panden rynket opadtil, munden bliver ved med at være åben, og underkæben bliver på plads. For at klare det må man også spænde nakken. Munden er åben, hagen ubevægelig, nakken spændt, men partiet under hagen må være afspændt.

Musklerne i baghovedet er spændt, den foranliggende del er afspændt. Struben er åben, og stemmen vil nu bryde frem fra munden i en slags hop. Her har man utvivlsomt skabt de naturlige betingelser for en åben stemme. Den nederste del af rygsøjlen er i aktion, den skal holde kroppen, og dette er afgørende for vejtrækningen. I denne stilling – hvor »krydset« er engageret – foregår vejtrækningen som regel med maven.

Det kan under disse omstændigheder ske, at en skuespiller, som aldrig har brugt en åben stemme, for første gang kan høre sin virkelige stemme. Men jeg har næppe fremsat denne udtalelse, før jeg må gøre opmærksom på faren: Skuespilleren lytter til sig selv. Den oprindelige fare er dukket op igen. Skuespilleren, som gentager denne øvelse, begynder at iagttage og manipulere med sit stemmeapparat. På den måde vil struben måske være åben, men stemmen vil ikke være organisk. Det er en subtil forskel, men man kan registrere den temmelig hurtigt. Stemmen er da, selv om den er åben og kraftig, på samme tid mekanisk og hård: Der er noget automatisk over den. Hvis læreren selv vil høre, hvordan skuespillerens åbne stemme egentlig er, fordi han har lagt mærke til, at skuespilleren ikke anvender sin naturlige stemme, så kan han foretage denne øvelse med skuespilleren én gang, ikke mere. Jeg tror, at en gentagen anvendelse af denne type øvelser snarere er farlig end gavnlig. Og på dette punkt tror jeg, doktor Lings skole har sin begrænsning.

Men denne øvelse er dog stadig et fund, fordi man kan komme til at høre skuespilleren anvende sin åbne stemme. Det er ikke den eneste mulighed, for man kan finde andre situationer, hvor den samme virkning opstår af sig selv. For eksempel hvis skuespilleren står på hovedet. I så fald er der på den ene side et stærkt tryk på kraniet som følge af tyngdekraften – skuespillerens vægt – på den anden side er hans opmærksomhed beslaglagt af at holde balancen. Hvis han nu synger i dette øjeblik, eller hvis han siger noget, sker det, at han bruger sin virkelige stemme.

Det naturlige stemmeleje

Der er mange skuespillere, som af en slags snobberi eller koketteri vil undgå deres naturlige stemme: For eksempel, en skuespiller har en temmelig høj stemme, den ligger af naturen temmelig højt. I det tilfælde vil han – for at være i overensstemmelse med det stereotyp maskuline – have en dybere stemme, og det bestræber han sig også på i sit almindelige liv. Derved træner han sin stemme på en tvungen og ikke på en organisk måde. Man kan iagttage den samme situation hos skuespillerinder eller sangerinder, der vil have en højere stemme, end de har af naturen.

Jeg mindes tilfældet med en stor, meget berømt sangerinde, som temmelig tit har kriser med stemmen og med nerverne. Grunden til dette fænomen er ene og alene det faktum, at hun bruger en stemme, der ligger højere end hendes virkelige. For, som jeg ofte har bemærket, skuespillere der i livet og i arbejdet anvender et højere eller dybere leje end det, der er naturligt for deres stemme, vil ikke bare fremkalde visse kriser for deres stemme, men også visse former for nervekriser. Måske er det sådan, at denne form for vold mod én selv, når den gentages hver

dag ved hver forestilling virker ødelæggende på hele nervesystemet. Jeg vil ikke sige, at skuespilleren udelukkende skal bruge sin stemme i grundlejet. På basis af sin organiske, naturlige stemme kan han anvende alle stemmer, de højeste og de dybeste, men med støtte i denne basis og ikke imod den. Det er snarere ved anvendelsen af forskellige vibratorer i kroppen og forskellige genklange, han kan finde frem til den højeste og den dybeste stemme.

Næsten enhver skuespiller eller skuespillerinde kan frembringe de samme virkninger som Yma Sumac, der var berømt og højt værdsat i sin tid, fordi hun – som man har sagt – anvendte alle mænds og alle kvinders og alle dyrs stemme, den højeste og den dybeste. Enhver skuespiller kan gøre det. Men som udgangspunkt – og det for hele sit liv – må han have sin egen stemme med dens naturlige, organiske grundlæje. Naturen vil altid hævn sig, hvis vi krænker det, som vi i virkeligheden er. Overgår os selv? Ja, men vi kan ikke foregive, at vi selv er flere forskellige. Gør vi det, vil naturen eller rettere organismen give os sygdomme og lidelser til gengæld.

Hele dette arbejde, som vi har udført i vores trup år efter år, hele dette arbejde er ikke blevet gennemført i en slags tomrum. Vi har studeret de forskellige fænomener. Jeg har selv snakket med forskellige specialister, jeg har iagttaget skuespillere i forskellige lande, hvordan folk fra forskellige civilisationer og med forskellige sprog anvender deres krop, når de taler.

Jeg har ligeledes udspurgt forskellige stemmelærere – og jeg har haft store overaskelser. Jeg har modtaget nogle budskaber indirekte – for eksempel fra en mand, som har været en stor miskendt lærer, og som har opdaget noget organisk i stemmen. Og det er gennem undervisning fra disciple, som næsten fuldstændig har ødelagt det, som den gamle mester havde opdaget, i en slags ruiner jeg har iagttaget og forstået, at han har vidst noget, og jeg har blotlagt visse elementer, som allerede var glemt af disciplene.

Jeg har fundet andre elementer ved hjælp af meget lidt kendte stemmelærere, lærere fra små byer, som var ukendte inden for deres egen kreds. For eksempel en dame, der arbejdede på en musikhøjskole og som havde gjort nogle yderst interessante iagttagelser med hensyn til anvendelsen af konsonanter, vokaler og også resonatorer, selv om hun troede, der kun findes to. Men det var allerede betydningsfuldt.

Dertil er kommet iagttagelser i de forskellige lande, for eksempel hvordan kineserne arbejder med deres klassiske opera. De har ikke studeret stemmen på nogen bevidst måde; doktor Ling var en slags undtagelse. De har snarere øvet hver dag, øvet på den samme type bevægelser og stemmeføring, som er indskrevet i rollens historie. Men også dér var der forbløffende ting; en sagde til mig: »Man bør snarest have munden på denne del af kroppen«, og ved denne absurde sætning har han vist mig eksistensen af visse typer resonatorer, uden iøvrigt at kunne forklare dem.

Stemmens underlag

Der er budskaber, som er nået mig gennem grammofoonplader, for eksempel Armstrongs måde at synge på. Når jeg lyttede til ham, tænkte jeg, at det var forkert at sige, han var hæs, for man kan iagttage den samme type sang hos afrikanske negre: Det er måske snarere en gammel tradition af en eller anden art. Hvordan synger han? Det er som en tigers sang. Jeg har kunnet iagttage den samme sang inden for nogle typer klassisk orientalsk teater, hvor alle roller blev spillet af kvinder – også mandsrollerne – og hvor alle udelukkende anvendte den stemme, med dyriske

resonanser. Der har jeg spurgt: »Hvad er modellen for Deres stemme?« Svar: »Det er alle de vilde dyr, som synger.«

Således har jeg skridt for skridt kunnet samle et materiale og også opdage noget. Hvad er resultatet af dette? Måske bør man begynde med det problem, som man inden for forskellige operaskoler og specielt i den italienske kalder stemmens »underlag«, det der bærer den. Man siger: »Når De synger, må De have et støttepunkt.«

Selv i dag er der, inden for de forskellige typer af europæisk opera, sangere og sangerinder – navnlig sangerinder – som står med lommeterklæde i hånden og med hænderne midt på maven. Dette lommeterklæde er der som en slags konvention og fungerer desuden som rekvisit. Det er en tradition fra de italienske operasangere, som troede, at når man synger, bør man foretage en indånding med maven, og, når indåndingen er foretaget, spænde mavemusklernes. Når man har fyldt maven op med luft, kan man også støtte med hænderne på den i det øjeblik, man begynder at synge eller tale. Så bliver luften åndet ud med kraft. Denne kraftigt udåndede luft vil nu bære stemmen. For at skjule en rent teknisk manipulation anvendte man et lommeterklæde. Det var en camouflage-manøvre. Men de fleste sangerinder har glemt, hvorfor de beholder hænderne på maven med et lommeterklæde i hånden.

Ved Peking-operaen har jeg kunnet konstatere, at skuespillerne, selv de helt unge (8-9 år) arbejdede med et meget stramt bælte på. Jeg spurgte hvorfor, og fik det svar, at sådan synger man bedre.

Godt, jeg tror, at det til syvende og sidst er af samme grund, nu er det bæltet, som skal fungere, bæltet som strammer og som hele tiden presser mavemusklernes sammen. Dersom de foretager en indånding, vil dette opstå af sig selv. Man kan altså godt få et underlag for stemmen. Men er det nødvendigt?

Hatha-Yoga øvelse

Jeg har ofte hørt fremført, at skuespillerne bør dyrke de åndedrætsøvelser, man har inden for Hatha-Yoga. Vi er os bevidste, at det at gribe ind i vejtrækningen er farligt. Men man bør eksperimentere, og det har vi gjort. Jeg vil ikke give en alt for detaljeret beskrivelse af alle disse eksperimenter, men jeg skal drage konklusionen af dem.

Åndedrætsøvelserne inden for yoga har som mål at opheve åndedrættet. Det er det samme med alle øvelser inden for Hatha-Yoga. I teksterne om Hatha-Yoga gentages det, at målet med Hatha-Yoga er at standse åndedrætsprocessen, tankeprocessen og sædudtømmelsesprocessen. Det er faktisk sådan, at folk, der under kontrol af en ægte specialist og efter Hatha-Yogas gamle forskrifter arbejder med deres vejtrækning i lang tid, kan nedsætte åndedrættets hastighed. Man kan ikke sige, at de ikke trækker vejret, men de gør det meget mindre. Åndedrættet er langsommere, og alle livsprocesserne vil – ikke gå i stå, men blive langsommere.

Hvad er endepunktet for disse eksperimenter? Det organiske resultat er meget nær ved visse dyrs vintersøvn. Iagttagelse af et dyr i denne tilstand, vil man konstatere, at det ånder, men dets åndedræt er meget langsommere. Det rører sig næsten ikke, og det er næsten ikke ved bevidsthed, om man kan sige så. Hvad er målet, når man anvender denne metode på skuespillerne, for hvem det væsentlige i arbejdet ligger i stik modsat retning? Hvordan foretager man Hatha-Yoga øvelserne?

Man begynder med at kontrollere længden af indånding og udånding. Man prøver at finde frem til, hvordan man kan trække vejret langsommere ind og ånde endnu lang-

sommere ud. Men for at ånde meget langsommere ud må man lukke halvt for struben. Og dernæst prøver man at finde frem til pausen mellem indånding og udånding. Denne pause skal for hver dag blive en ganske lille smule længere. Men for at kunne gøre denne pause længere, må man virkelig lukke til for struben, ikke bare halvt, men fuldstændigt. Og derpå åbner man den halvt for at ånde ud. Man foretager en nedtælling inden i sig selv for at bevare det nøjagtige forhold mellem indånding, pause og udånding. Man når frem til at styre processen lige til slutningen. Af dette kan der kun opstå fejltagelser og blokeringer for skuespillerne.

Jeg angriber ikke denne teknik, når den anvendes til andre formål, men for skuespillerne er den en absurditet. Man har svært ved at forstå, hvordan specialisterne på uforsvarlig vis kan anvende en teknik, der fremkalder fejltagelser og blokeringer, uden overhovedet at have studeret resultaterne og følgerne. Man ved, at for at bruge stemmen må man have en kraftig, åben, naturlig vejtrækning – den kan skildres med forskellige betegnelser. Dernæst tror man, at nu kan man foretage øvelserne. Men man har ikke nogle helt rigtige forslag, og så tager man nogle fuldt færdige, der er fremsat som led i en psykisk-legemlig teknik i en anden civilisation, hvor man stiller sig andre mål. Dette er uansvarlighed. Disse stemmeøvelser er kun en myte.

Det er utvivlsomt således, at udåndingen bærer stemmen. Det er utvivlsomt også en materiel handling, som hverken er metaforisk eller spidsfindig. Det er udåndingen, som bærer stemmen, utvivlsomt. Men for at bære stemmen må udåndingen være organisk og åben. Struben må være åben, og dette kan ikke fremprovokeres ved tekniske manipulationer med stemmeapparatet.

Måske er der kun én forskrift, man bør give skuespillerne: »De må ikke spare på luften«. Men det man bruger overfor skuespillerne, det man har brugt i teaterskolerne, er en stik modsat forskrift. Man lærer dem, hvordan man skal spare på udåndingen, hvordan man får en lang udånding, man lærer dem alle disse øvelser i udånding og i at fremsige tal – 1, 2, 3 osv. Man dyrker en undervisning og en uddannelse, der kun skaber vanskeligheder.

Man bør tage luft til sig, når det er nødvendigt. Det er skuespillere, som af nervøsitet eller lampefeber foretager indåndinger hele tiden. De siger to ord, og så ånder de ind. Man bør sige til dem: »Hvorfor foretager De en indånding, hvis det ikke er nødvendigt? For nu bliver De jo bare kvalt. Hvorfor vil De bryde ind nu?«

På den anden side er der skuespillere, som kun foretager ganske få udåndinger, når de taler. På den måde lukker de struben halvt, og samtidig kvæles de. Til dem bør man sige: »Det er luften, som bærer. Brug luften. Spar ikke på den. Tag luft til jer, når det er nødvendigt. Og dernæst, ikke noget med at spare. Det er luften, som arbejder. Det er ikke stemmeapparatet. Det er udåndingen i sig selv, der handler. Hvis I vil bringe stemmen rigtig langt ud i det fjerne, så brug luften lige til dette eventyrlige punkt, eventyrligt fordi det ligger for langt væk. Ja, ja! Send luften derud. And ud. Lad være med at spare.«

Fundet af resonatorerne

Det store eventyr i vor søgen har været fundet af **resonatorerne**. Måske er ordet **vibrator** mere dækkende, for strengt videnskabeligt set er der ikke tale om resonatorer.

Allerede på teaterskolen havde jeg lært, at man bør bruge »masken«. Hvad er »masken«? Det er den del af ansigtet, som omfatter panden, fontanellerne, kraniet, kindbenene, hele det parti, hvorover skuespillerne i gamle dage an-

bragte en maske. Oldtidens skuespillere anbragte deres maske på dette sted. Den antikke maske forstærkede stemmen.

Den dramatiske skuespiller bruger denne del af hovedet, der kaldes »masken«, som en slags naturlig resonator, og dersom skuespilleren taler med denne del af ansigtet, eller hovedet, så hører man virkelig en vibration. Den kan registreres, hvis man lægger hånden på hovedet. Det er en ret så gammel tradition inden for europæisk teater. Men dersom alle skuespillere vil anvende denne resonator, »masken«, så når de kun til at anvende en enkelt resonator. Sådan går det til, at der er en bestemt farve, en bestemt form for vibration i den dramatiske skuespillers stemme, som på een gang er ædel – det er meget pudsigt – og som klinger. Iagttagelse af de engelske skuespillere, som endnu i dag vil anvende en tradition fra det 19. århundrede, når de spiller »Shakespeare«, så vil man meget nemt kunne høre denne »maske«-stemme.

Dernæst har jeg erfaret, at man for eksempel inden for nogle operaskoler ligeledes anvender en anden resonator, brystet. Det anvender sin dybe stemme, og derfor bruger »bas«-sangerne denne resonator. Tenorerne bruger mere »masken«.

Lige fra jeg begyndte at arbejde inden for teatret, har jeg følt mig skeptisk til mode over for denne typiske skuespillerstemme, som har sit udgangspunkt i fjællebøden.

Læg mærke til sprogene i de forskellige lande: Derudfra kan man drage visse slutninger. Hvordan taler for eksempel kineserne? De udstøder meget skarpe lyde, som for os næsten er kunstige. Man kan da finde frem til, at det snarest er ved nakkebenet, vibrationerne foregår. Denne mulighed eksisterer altså også, og man kan begynde at undersøge, hvordan man skal sætte dette punkt i svingninger. Det lader sig også gøre for en europæer, for dette er en del af vor anatomi. Jeg har selv prøvet at nå frem til det ved hjælp af ord, der for mig var meget kinesiske, f.eks. »King-King«. Jeg har prøvet at gå meget højt, højere end det højeste. Derfor har jeg først prøvet at finde frem til, hvordan man snakker med munden, derefter med næsen, hvordan man snakker med panden og derpå så meget som muligt med toppen af kraniet, og hvordan så derefter bryde ind bagfra i hovedet, som med en nål, der indefra prikker til dette sted under nakkebenet, og jeg har sunget »Ki-Ki!« Det er snarest nakken, der strækker sig, og hovedet som ikke bliver ved med at være lige. Det er som en fugl, som vil til at hakke med næbbet under nakken. Vibrationen er der, og man kan verificere det ved berøring.

I nogle af de slaviske sprog bruger man snarere maven. Og man kan tro, at det er maven, der giver resonanser. Man kan også iagttagelse, hvorledes folk, som er temmelig tykke og fører sig med en vis værdighed i kroppen, har maven som grundelement – ligesom den japanske Buddha med sin store mave. »De »bygger« på maven – brugt som vibrator.

Jeg har lagt mærke til, at også kørerne anvender denne stemme, og jeg har søgt at finde frem til den sammen med skuespillerne. Jeg har foreslået dem at indtage samme stilling som en ko – ikke på alle fire, men med spredte ben, med den tunge mave hængende frem og stemmen, som går nedad, med denne association til koens forlængede stemme: Så blev mavens vibratorer brugt.

Hvordan snakker tyskerne? Måske er dette ikke særlig objektivt; jeg vil hellere vise Dem, i hvilken retning vor søgen gik. For mig har det tyske sprog altid ledt tanken hen på tænderne. Det er tænderne, der giver klangen »Auf Wiedersehen«. Associationen inden for dyreverdenen er hun-

den, ulven, og øvelserne var: »Tal med tænderne«. Det er som en hund eller en ulv, der taler menneskesprog. Jeg har lagt hånden på kæberne eller på læberne hos en skuespiller, der anvender denne type resonator, og bemærket, at selv tænderne vibrerer, vibrerer ganske fint. Måske er det ikke tænderne, men kæbebenene.

Og så katten. Hvordan taler katten? Når den miaver, er den ikke ubevægelig, dens rygsøjle er i bevægelse. Jeg har nu gjort det eksperiment at tale med rygsøjlen, ligesom en kat; det er ikke blot en bevægelse, rygsøjlen taler.

Kroppen som stor vibrator

Jeg har studeret, hvordan man kan bruge de forskellige dele af brystet til at være vibratorer. Når man så bruger brystet, kan man foretage en slags stød bagud med den øverste del af rygsøjlen: Man begynder at tale – ligesom om man havde munden i nakkebenet dér – og det er en anden stemme. Jeg har anbragt hånden dér og lagt mærke til, at der fremkom en vibration på dette sted. Og så har jeg spurgt mig selv: Måske kan man finde den samme vibration i den midterste del af rygsøjlen. Jeg har sunget, som om jeg havde munden dernede. Jeg har set, at det kan lade sig gøre. Jeg har rørt ved den skuespiller, som prøvede at gøre det. Jeg har lagt hånden på hans rygsøjle, og der var en vibration dér. Samtidig var stemmen igen anderledes. Jeg har prøvet at gøre det samme med »krydset«, begyndt med maven og derpå ud mod »krydset«. Som om munden var dér: Der er en håndgribelig vibration i knoglerne. Næsten overalt, hvor man bruger kroppens vibratorer, starter en håndgribelig vibration.

I virkeligheden er det tit sådan, at folk, der har hørt om vibratorerne – gennem forskellige anekdoter – tror, det er et subjektivt fænomen. Nej, der er faktisk en håndgribelig vibration. Selv i maven – og det er derfor, man ikke bør tale om »resonatorer«, for i maven er en resonator, rent videnskabeligt set, ikke muligt: Der er ingen knogler. Og dog er der en vibration. Dersom man bruger maven som vibrator, er der en vibration i kødet på dette sted.

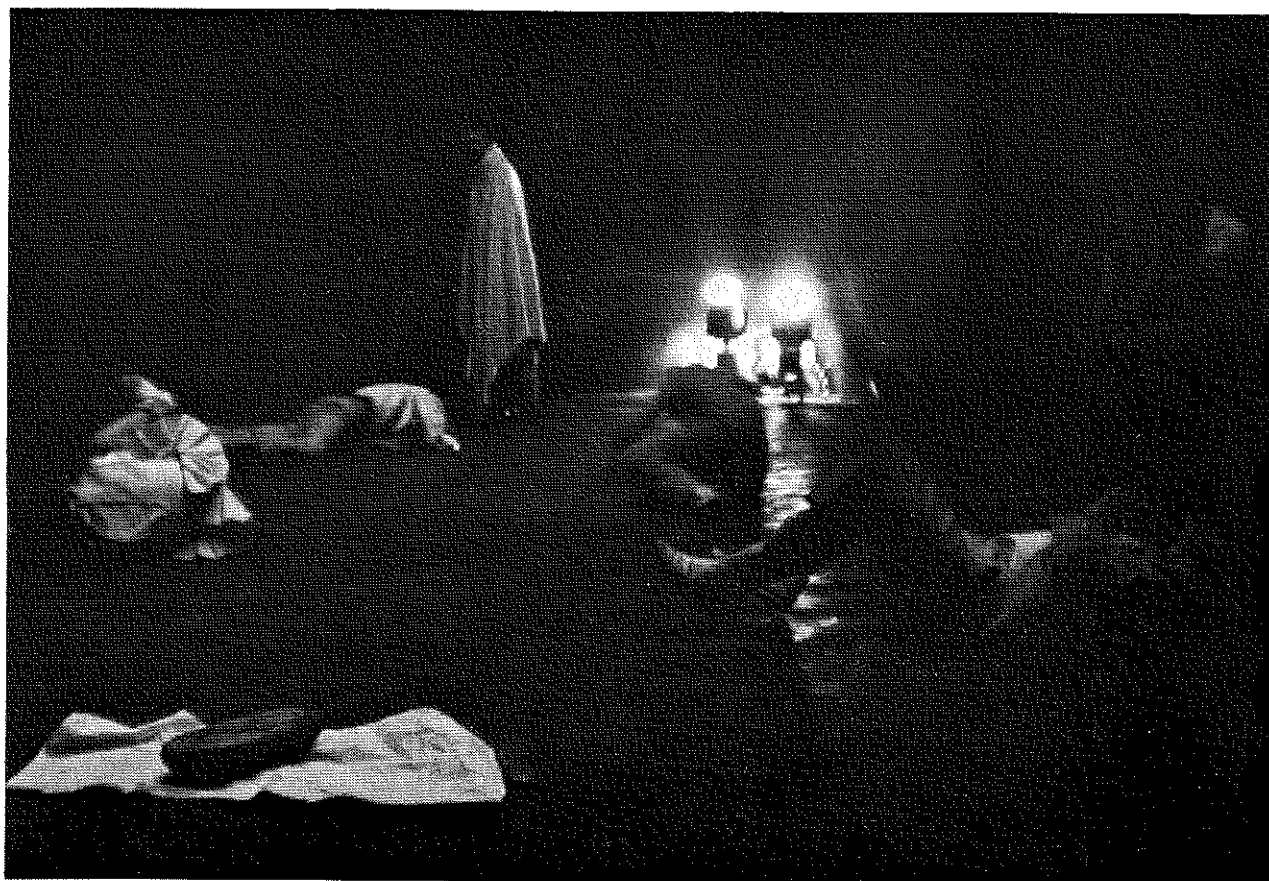
Da jeg selv ledte efter de forskellige typer af vibratorer, fandt jeg inden i mig selv 24 forskellige. Og for hver vibrator er der samtidig en vibration i hele kroppen, men flere vibrationer i det centrale vibrationspunkt: Den maksimale vibration findes dér, hvor vibratoren er, dens anvendelsespunkt, hvor man sætter vibratoren i bevægelse. Men sandt at sige bør hele kroppen være én stor vibrator. Den skuespiller, som er så fuldstændig engageret i en handling, at han ikke tænker på den, er én stor vibrator. Jeg har troet, at man kunne opnå dette så at sige ad mekanisk vej.

Hvordan skal man kombinere vibratorerne? Hvis man for eksempel anvender sin dybe stemme og sætter vibratoren i kraniet i gang, er det de to vibratorer i kraniet og i brystet, der nu fungerer på samme tid. Hvis man, modsat, anvender sin høje stemme og sætter vibratoren i brystet i bevægelse, er det også to resonatorer, der nu går i gang samtidig: den i brystet og den i kraniet. Det er som legetøj for børn.

Vi har taget vibratorerne i brug helt overlagt. Skuespillerne har selv haft lejlighed til at røre, og de har prøvet, hvordan man nu kunne opnå denne håndgribelige vibration. Man kan finde vibrationerne forholdsvis hurtigt. Skuespillerne har skridt for skridt opdaget flere og flere resonatorer i deres krop, og jeg med.

Tvivl

Derefter har jeg haft mine tvivl. Jeg har lagt mærke til, at skuespillerens stemme var kraftigere, at han kunne frem-



bringe effekter som Yma Sumac: En meget høj stemme, en meget dyb stemme, en meget skiftende stemme, som om den kom fra forskellige personer og fra forskellige dyr. Og samtidig var det hårdt, mekanisk – jeg vil ikke sige koldt, men snarere automatisk, det var ikke levende. Jeg har set, at skuespillerne i deres arbejde – hvis de prøvede at opnå visse stemmeformer – kunne anvende de forud beregnede stemmeklange. Men hvis de begyndte at fungere med hele deres væsen, var det noget helt andet, det var ikke længere de bevidste vibratoer, eller også blokerede de vibratoer, som de bevidst ville anvende, de organiske processer.

På dette stadi spurgte jeg mig selv, hvorfor stemmen var på én gang kraftig og så kunstig. Og en dag forstod jeg, at vi ad en helt anden vej var havnet i den samme vildfarelse. Vi iagttog nu os selv; vi var begyndt at gribe ind i den organiske proces. Det var selvfølgelig mere naturligt end tidligere. Tidligere iagttog vi stemmeapparatet; nu iagttog vi hele kroppen eller visse områder af kroppen, og af den grund var stemmen meget kraftigere. Det var ikke bare vibratoerne, som havde frigjort de forskellige stemmetyper, det var ligeledes det faktum, at vi var holdt op med iagttagelsen, kontrollen af stemmeapparatet. Kontrollen af kroppen er mere naturlig, men det var trods alt en selviagttagelse.

Når vi ville anvende vilddyr-stemmen, denne »Armstrong-stemme«, var det vibratoren i struben, der blev sat i bevægelse. Struben kan også fungere som vibrator, på betingelse af, at det sker af sig selv, at det er organisk. Dersom skuespilleren vil frembringe dette med overlæg – ligesom vi gjorde ved andre vibratoer – begynder han at blive hæst. For nu at sætte vibratoren i struben i bevægelse, begyndte vi at gøre studier og at spille forskellige arter af vilde dyr. På dette tidspunkt lagde jeg mærke til, at skuespillerne og jeg selv kunne bruge den uden besvær. Og samtidig var denne såkaldt vilde resonator – den såkaldte »dyriske« vibrator, tigreren – langt mindre hård og automatisk end de andre.

Jeg spurgte nu mig selv, hvorfor det egentlig går sådan. Sikkert fordi vi ikke kan bruge denne vibrator med overlæg. Jeg bad for eksempel to skuespillere om at finde ud af, hvordan de vilde dyr, tigrerne, kan slippes løs fra én selv; og de skulle befinde sig i en form for spil eller kamp eller handling over for hinanden. Det vil sige, at de må frigøre impulserne udadtil over for hinanden.

Det var begyndelsen til vor søgen i en anden retning. Jeg så, at hvis man ville frembringe en ydre genklang, kunne man sætte vibratoerne i bevægelse helt uden overlæg. Dersom man begynder at tale op mod loftet, så vil vibratoren i kraniet frigøres af sig selv. Men dette bør ikke være en subjektiv handling, genklngen bør være objektiv, man skal høre genklngen. I dette tilfælde er vor holdning, vor opmærksomhed ikke rettet mod os selv, men mod det ydre. For vi skal lige straks høre genklngen. Genklngen må være reel, og samtidig må stemmen være rettet mod loftet. Dersom dette ikke var tilstrækkeligt, så hjalp jeg skuespillerne med en formel: »Din mund er oven i hovedet.«

Jeg har derefter set, at hvis vi vil have genklang fra gulvet, under kroppen, vil vi søge frem til, og hele kroppen vil finde, en særlig holdning. Når benene er let spredt, vil maven snart foretage sig noget. Og hvis man hjælper skuespilleren med en association om munden i maven eller underlivet, vil vibratoerne i maven blive sat i bevægelse af sig selv. Og derefter, hvis man vil opnå genklang fra muren overfor, et godt stykke borte, er det resonatorerne i brystet, der går i funktion. Så kan man sige: »Din mund er i brystet«. Hvis man i dette øjeblik giver et stød bagud – for

at opnå genklang fra muren bag ved én – og hvis muren er langt væk og genklngen reel, så er det en del af rygsøjlen og af ryggen, der begynder at fungere som resonatorer.

Ved selve det forhold, at man handler i forskellige retninger i rummet, har man fået de forskellige vibratoer til at arbejde af sig selv. Stemmen er ikke automatisk, den er hverken hård eller tung, den er lovende. Opmærksomheden er rettet udad, man frembringer genklngen – det ydre fænomen – og samtidig lytter man til genklngen, det ydre fænomen – hvilket er naturligt.

Søgen efter associationer

På den anden side kan skuespilleren ikke undslippe den fristelse at lytte til sig selv. Han kan da lytte til genklngen. I så fald kan processen alligevel blive organisk. Der er selvfølgelig stadig farlige punkter. Dersom man vil skabe eller fremkalde genklang fra loftet og lytte til genklngen fra loftet, vender man hovedet opad, og så bliver alle halsmusklerne spændt; og i denne stilling bliver der nemt lukket for struben. Man må da sige til skuespilleren: »Nej, nej, det er ikke din mund, du skal tale med, men den mund der er oppe på toppen af hovedet.«

Jeg har set, at skuespillerne kan begynde at gøre tingene automatisk også på dette område. Jeg har kunnet se det under kurser i flere lande. Kursisterne begynder at gentage de samme ord: »Loft! Loft!« – når det drejer sig om loftet. »Gulv! Gulv!« – når det drejer sig om gulvet... De begynder igen at vende tilbage til det, der er goldt: Det automatiske.

Denne fristelse – denne arvesynd – hvordan skal man undgå den? Ved at søge efter associationer, ved at snakke med en: »Din ven er dér – i afgrunden – dybt nede...«

I den periode studerede jeg også fænomenet med folk, der er opvoksede under forskellige vilkår, hvad angår sted og rum. Bjergboerne, som taler ud i det fjerne, frigør stemmen af sig selv. Jeg har da bedt skuespilleren: »Tal hen mod væggen, men længere væk end den væg. Det er et bjerg. Tal hen mod det bjerg, til én langt borte.« Så begyndte han at råbe. Nej! Bjergboerne råber ikke, de taler tværs over afgrunden.

Jeg har prøvet at finde frem til forskellige associationer ved hjælp af dyr – hunde, køer, katte, fugle osv. Derpå har jeg set, at skuespillerne ikke kan frigøre de forskellige dyr i deres menneskekrop, at de snarere kan spille de fibenede dyr. Det er igen en slags ly, et tilflugtssted, Ersatz. Man kan også skabe andre associationer: Med en skuespiller søgte jeg ved hjælp af en fugl, der sad på ham. »Den går på dit bryst. Syng for den. Og nu hakker den i din hjerne – skal under nakkebenet« – osv.

Dernæst har jeg ladet skuespilleren improvisere og genoptage en forbindelse, ikke seksuelt, men dog kødeligt, med en kvinde i sit liv, som han nu havde fundet igen, som en tænkt partner. Jeg sagde til ham: »Syng for hende, hun har lagt hånden på dit hoved«, og i samme øjeblik blev stemmen frigjort gennem vibratoren i kraniet. Derpå »hun rører ved dit bryst«, og så blev også disse resonatorer frigjort. Punkt for punkt har forskellige resonatorer arbejdet i organisk forstand, ikke automatisk, men ene og alene gennem association.

Først kroppen, derefter stemmen

Derefter meldte der sig et mere essentielt problem, nemlig med hensyn til impulserne i kroppen. Jeg har tit lagt mærke til, at skuespillerne havde stemmereaktioner, der efter omstændighederne var ret naturlige, mens kropsimpulserne var forsinkede, skønt de set under synsvinklen

organisk rækkefølge, i livet, bør komme før stemmen. Det enkleste eksempel: En, der giver sig til at slå i bordet med hånden og råbe »Stop«. I livet afleverer manden først slaget og derpå råbet. Afstanden imellem de to ting kan være lille, ganske lille, men rækkefølgen er som nævnt. Skuespillerne gør det modsatte. Først kommer råbet, og derpå kroppens reaktion. Jeg har lagt mærke til, at i dette tilfælde er stemmen blokeret. Så har jeg bedt dem: »Gør det modsatte«, og konstateret, at når kroppens reaktion går forud for stemmens, er det organisk.

Selv ved denne øvelse er der mange farer: Skuespillerne råber, skrider. De tror, de kan gøre stemmen fri gennem råbene. De gør lutter voldsomme bevægelser, de slår etc. Man bør søge, uden pres, uden tvang.

Man kan have en stemme, som vibrerer, som giver genklang i hele rummet – associationer om planter, om vind... de forskellige øvelser – men i rummet.

Man kan, udefra, foretage forskellige manipulationer med skuespilleren, med hans hals, mellemgulvet, visse steder i rygsøjlen osv., og udefra fremkalde de kropsreaktioner, som bærer stemmen; man kan frigøre de impulser, som er helt igennem organiske. Men man kan på denne måde også gøre meget fortræd. Jeg bør nævne dette, for det er et rent objektivi t fænomen. Man kan frembringe en stemme, der er åbnet udefra. Det er farligt, men muligt. Hvorfor?

Fordi man gennem forskellige krops-stimuli, anvendt udefra, kan få en reaktion frem i hele kroppen. Det er impulser, som kommer fra det indre i kroppen og går forud for en reaktion fra kroppen, selv en artikuleret. Det er impulserne, der bærer stemmen.

Man kan frigøre alle de forskellige stemmetyper ved forskellige associationer, der for os er personlige, ja tit endog intime. Men, for ikke at udtømme os for os selv, bør vi ikke anvende øvelserne som led i en alt for intim granskning. I så tilfælde kunne der fremkaldes en slags hykleri. Den intime betoelse er i princippet kun nødvendig i den skabende proces. Under øvelserne bør man ikke trænge ind på disse intime områder, undtagen hvis noget sådant udløser sig af sig selv.

„Krop-hukommelsen“

De associationer, som frigør kroppens impulser, kan forstørres over et bredt felt ved billeder fra dagliglivet og naturen, planteverdenen, næsten fantastiske billeder som: Du bliver lang, lille, høj osv. Alt, hvad der er associationsladet og vendt i en retning ud i rummet, det frigør stemmen. Frigørende er navnlig de impulser, som ikke er kolde, men hentet fra vort eget erindringsområde, vor »krop-hukommelse«. Det vil få stemmen til at blive til. Så er der blot ét problem: Hvordan skal man frigøre de impulser, der ligger i vor krop-hukommelse? Man kan ikke arbejde med stemmen uden at arbejde med »krop-hukommelsen«.

På indeværende tidspunkt ved jeg altså meget mere om, hvad man ikke skal gøre med stemmen, end om, hvad man skal gøre med den. Men denne viden: Hvad man ikke skal gøre, er efter min mening langt vigtigere. Man skal ikke foretage stemmeøvelser, men bør anvende stemmen i øvelser, der engagerer hele vort væsen, og hvor stemmen frigør sig af sig selv. Det kan godt være, man skal arbejde talende, syngende, men man skal ikke arbejde med stemmen, man skal arbejde med helt vort væsen, hele vor krop. Jeg ved også, at man ikke skal arbejde med stemmen i en fast, stiv stilling, at alle nøglestillingerne hos de skuespillere, som arbejder med stemmen, blokerer stemmen; alle disse symmetriske, geometriske stillinger, stillingerne uden

bevægelse eller med automatiserede bevægelser – alt det der er goldt.

Men inden for den italienske opera vil det selvfølgelig virke, for dér er skuespiller-sangerne næsten uden bevægelse, de holder altid de samme stillinger, og derfor kan de beholde visse typer af automatisk ydre støtte for stemmen; de kan også anvende visse vejtrækningsformer, for det er alt sammen konventionelt, stemmen er konventionel, men også hele resten. Det er alt sammen geometrisk, det er alt sammen symmetrisk, og stemmen er også – kan man sige – geometrisk, uden nogen uforudsigelig og naturlig linje.

Siden har jeg forstået, at hvis man beder skuespillerne om at arbejde med hele deres krop, når de bruger stemmen, henfalder de let til en type bevægelser, der udføres med overlæg. Der er stemmeskoler, som er baseret på dette princip. Ved nogle teaterskoler og centre for stemmestudier bruger man for eksempel en slags gymnastik under stemmeøvelserne. Det er øvelser for døve. Ved centrene for genoptræning af døve prøver man at finde ud af, hvordan man skal lære de døve at bruge stemmen, man prøver altså at finde frem til de forskellige typer bevægelser for de forskellige typer konsonanter og vokaler, og gennem disse bevægelser kan de døve, til trods for at de intet hører, frigøre stemmen.

Men hør her – hvordan er de døves stemme? Den er meget kunstig – og det er denne kunstige stemme, man vil bruge til skuespillerne. Det er dog absurd. Alt hvad der er automatisk og mekanisk vil kun skabe vanskeligheder. Dersom man vil frigøre stemmen, bør man heller ikke arbejde med stemmeapparatet, man bør ikke fæstne sin opmærksomhed ved arbejdet med stemmeapparatet, man bør arbejde som om kroppen sang, som om kroppen talte.

Og hvad er stemmeapparatet? Det er bare et sted, som »det« skal igennem, det er kun en korridor. Ikke andet. Vi bør ikke fæstne vor opmærksomhed ved os selv, aldrig; selv hvis vi fæstner opmærksomheden ved kroppen og ikke ved stemmeapparatet, vil det altid være forføjlet. Stemmen er forlængelsen af vor krop, i samme forstand som vore øjne, vore ører, vore hænder: Det er et organ i os selv, der forlænger os udadtil, og som i grunden er en slags materielt organ, man kan berøre med.

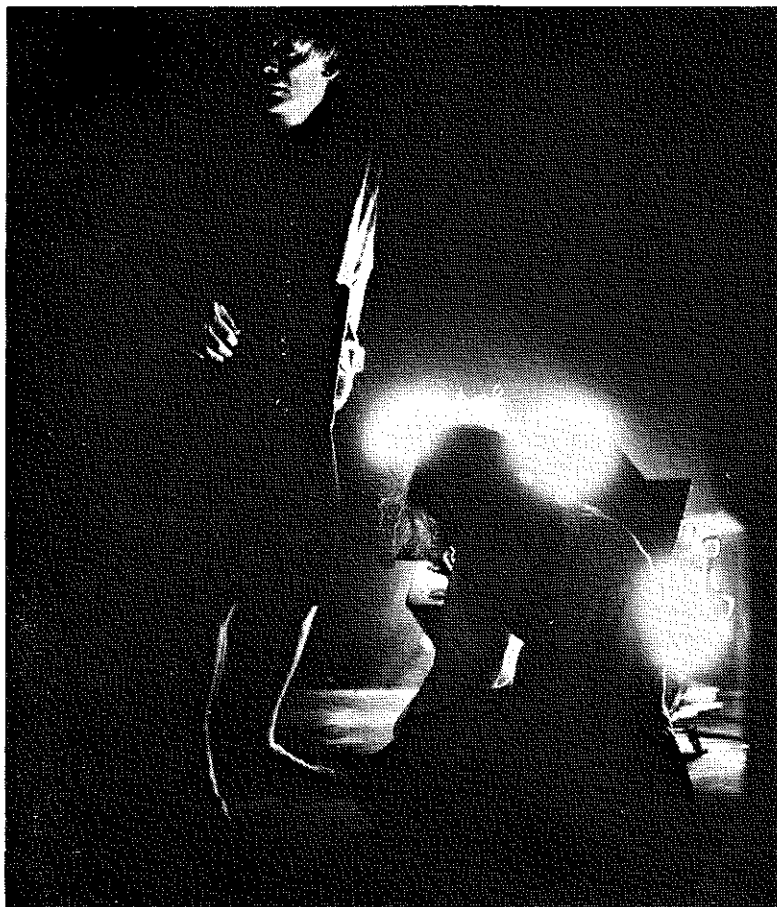
Først og fremmest ikke skade

Gennem bestemte associationer, som ikke er intellektuelle, hjernemæssige, men enkle, på kropsniveauet, kan man finde frem til en kårde-stemme, en rør-stemme, en tragt-stemme; stemmen er da spids som en kårde, bred og lang som et rør, som et kakkellovnsrør, det er virkelig en materiel kraft. Og endelig har jeg set, at hvis man vil gøre stemmeøvelser, kommer man blot til at skabe vanskeligheder; skuespillerne bør ikke gøre stemmeøvelser, så lidt som de bør gøre vejtrækningsøvelser.

Bør de alligevel arbejde på dette område? Ja, utvivlsomt. Men hvordan? Her gælder Hippokrates' læresætning: »Primum non nocere« (»Først og fremmest ikke skade« (O.A.)). De bør synge, de bør opføre sig som bønderne, der synger. Når de gør rent, bør de synge, når de foretager en handling, som morer dem, bør de synge. De bør også lege med forskellige lyde; de bør prøve at finde ud af, hvordan de skaber forskellige rum gennem deres sang, hvordan de skaber en katedral, en korridor, en ørken, en skov. De bør forlænge hele deres væsen ved hjælp af stemmen, men uden at det på forhånd er teknisk velovervejet.

Jeg har ligeledes set, at man i visse perioder bør foretage en efterprøvelse, en slags test for at finde ud af, hvor





skuespilleren blokerer sine stemmereaktioner, hvordan han blokerer dem; man må prøve at finde ud af, hvordan man frigør den organiske stemme, med åben strube osv. Men når det er sket, bør man ikke arbejde med alt for programmerede øvelser. Man bør søge øvelser, hvor »krop-hukommelsen« kan forlænges ved hjælp af stemmen og ikke andet.

Man bør altså foretage spille-øvelser, som engagerer vore erindringer, vor fantasi, vore forbindelser med vore partnere (på en gang partnere i livet og som skuespillere), spille-øvelser der er frigørende for »krop-hukommelsen«, som forlænges ud i rummet ved hjælp af stemmen. Det vil sige spille-øvelser med »krop-hukommelse«, hvor man synger, hvor man taler, og hvor man søger kontakt.

Der er altid en fare, som må undgås: Skrig, hyl, snyderier over for os selv, ved ord der automatisk gentages eller bevægelser, der kun skal efterligne de levende impulser, er i virkeligheden blot bevægelser (og ikke impulser), bevægelser foretaget med overlæg, begrundede udefra, styrede af hjernen, ikke den hjerne, som vil udrydde en slags kaos af vejen, men hjernen forstået som noget, der deler os i to, i tanke som styrer, og krop, som følger ligesom en marionet.

Hjemme hos Dem selv, når De laver noget, så syng! Syng, når De gør rent, når De leger med noget, når De morer Dem, når Deres krop er optaget. Syng, så De bedre kan handle med kroppen.

I arbejdet (»krop-hukommelsen«, improvisationerne) skal vi nu forlænge os gennem sproget, over for en eller anden, en tænkt partner, eller en spille-partner, der fungerer som et lærred, vi projekterer vore livs-partnere op på. Partneren er nødvendig. Uden ham eksisterer forlængelsen i rummet ikke.

Man kan tro, at alt dette er lettere end stemmeøvelserne. Nej, det er meget sværere, for her er der ingen opskrifter. Hver enkelt har problemer i sit individuelle arbejde; i hvert enkelt tilfælde er der andre problemer, andre forskelle, en anden natur, en anden »krop-hukommelse« og andre muligheder.

Og dernæst, hvad man finder frem til i dag, må overgås en anden dag.

Ikke efter formlen »ikke gentage sig selv«. Snarere at fortsætte ad sin bane og lade det ligge, som man har fundet. Den største fristelse for skuespillerne som for alle mennesker er at stræbe efter – og at finde en fast opskrift. Denne opskrift eksisterer ikke.

Spørgsmål

Jeg vil besvare nogle spørgsmål, der regelmæssigt stilles mig ved kurser, møder etc. Disse spørgsmål gælder det praktiske arbejde, som kun lige er begyndt, når man ikke er nået til det stadium, hvor »det« sker, hvor »det« er til stede, men hvor den farlige fristelse »at vide, hvordan man skal gøre« endnu rumsterer.

Det første spørgsmål, jeg hører hver gang, er følgende: »Hvordan skal vi bruge vibratorerne under forestillingen?« Svaret er: Man skal ikke tænke på vibratorerne, når man begynder, eller når man er i færd med at skabe. Når vi er i færd med at skabe, er der alle de andre problemer: Bekendelsen, vor »krop-hukommelse« – men ikke dette tekniske problem. Man kan – hvis man tilstræber visse formelle effekter – man kan da fuldt bevidst benytte forskellige vibratoer. Men kun for at skabe en meget velovervejet virkning, der er en undtagelse i vor stadig strømmende skaben af organisk spil. Jeg er sikker på, at det er bedst at glemme alle disse problemer i det skabende arbejde.

Det andet spørgsmål ligger temmelig nær på det første: »Hvordan skal vi arbejde med stemmen i forestillingen?« Lad være med at arbejde med stemmen i en forestilling – det er ganske enkelt! Arbejd med rollen, det vil sige med den kødelige bekendelse, denne ærlighed i bekendelsen, en strøm af levende impulser mellem »partiturets« bredder. Hele resten vil De få oven i købet.

I grunden tjener arbejdet med vibratorerne kun et eneste formål: At få os til at forstå, at vor stemme ikke er begrænset, og at vi i virkeligheden kan gøre alt med stemmen, erfare at det umulige er muligt. Og hele resten hører ind under de levende impulser.

Når hele skuespilleren er en strøm af levende impulser, bruger han samtidig de forskellige vibratoer i de sammensatte relationer, der uophørligt ændrer sig af sig selv. Tit er der næsten paradoksale relationer mellem vibratorerne, relationer som virkelig er uforudsigelige og umulige at dirigere bevidst. Det er meget rigere end nogen tænkelig teknik. Hele kroppen fungerer som én stor vibrator, der flytter sine knudepunkter, ja endog ændrer sine retninger i rummet. Teknik er altid mere begrænset end en handling som sker. Teknik er kun nødvendig for at forstå, at mulighederne er åbne, og derefter kun som bevidsthed, der disciplinerer og præciserer.

I enhver anden forstand bør man give afkald på teknik. Skabende teknik er det modsatte af teknik i ordets almindelige betydning. Den skabende teknik findes hos det menneske, der ikke henfalder til dilettanteri eller plasma, og som ikke desto mindre har givet afkald på teknikken.