

Dietmar Lenz

©

Anmerkungen
zu JobAct® Prozessen

*Ich feiere mich und ich singe mich,
Und was ich werde, du wirst es auch.
Denn jedes Atom gehört zu mir, so gut wie zu dir.*

Walt Whitman – Song of Myself



_ Ich werde mich fließen lassen, mitreißen lassen, un-möglich sein. _

*' Vielen Dank für die schöne gemeinsame Zeit,
die mich wieder zum starken Menschen gemacht hat.'*

Claudia (Teilnehmerin an JobAct®toConnect, 2014/15)

Der Theatermacher ist ein Erreger, er bewegt Menschen.

Das spielende Subjekt bringt in besonderer Weise sich selbst ins Spiel :

You are invited to create, war das Credo von John Cage. - Wie erreichen wir Kreativität? -

Was wir vorderhand und im Wesentlichen in den JobAct-Projekten üben, ist ein dezidierter Umgang mit sich selbst: sich selbst erspürend, sich selbst zuhörend, sich selbst wahrnehmend, sich selbst führend, in Beziehung zu Umgebung und Raum. Kurz: sich selbst auf die Spur kommend entdecken wir uns und unser Gegenüber. Die zentrale Frage WER BIN ICH? wird zu Anfang ganz nah bei sich selbst, physisch-sensibel-empfindsam-konkret verstanden: ich spüre, erspüre, erkunde die Architektur, die Statik, Motorik und die Energie meines eigenen Körpers, meines eigenen Seins; ich verbinde meine Aufmerksamkeit mit meinem Atem und seinen Bewegungen, und das jeden Tag, immer wieder, und entwickle durch diese Praxis in mir einen Zeugen meiner selbst. Die kinästhetische Wahrnehmung durch die physio-energetische Ausrichtung (Alignment) des Körper-Geists wird entfaltet. Angestrebt wird eine tiefgehende Selbstwahrnehmung, eine erhöhte Empfänglichkeit, eine raumgreifende *Präsenz* des Menschen.

Ich gehe in die **Wahrnehmung**, in das Nehmen des Wahren, in den Atem, in das Hier und das Jetzt. So komme ich von dem Gedankenraum in den KörperGefühlsRaum, Seins-Raum. Wahrnehmung selbst ist schon der Weg zu innerem Wachstum und Veränderung.

Schau - Spiel : *offen schauen, auf andere und sich selbst.*

Der Schauspieler übt das Schauen, das Beobachten, das Selbstbeobachten ... eine neue Perspektive, die Sinne und Gefühle öffnet für eine erhöhte Selbst- und Weltwahrnehmung mit dem Erfolg gesteigerter Selbstwertschätzung ... die Erweckung eines Realitäts-empfindens für den eigenen Körper, für die eigenen inneren und äußeren Bewegungen.

Immer mehr, immer deutlicher, in globalen Ausmaßen, erkennen wir, dass der Mensch *out-of-focus* ist. Die inneren und äußeren Handlungen des Menschen erweisen sich auf allen Ebenen in tiefem Konflikt mit den Grundlagen des Lebens. Körper, Geist, Raum und Environment sind *disconnected*, im Subjektiven, im Sozialen, im Biosphärischen. Die Theaterarbeit beginnt in meiner Praxis immer mit der bewussten Erfahrung des eigenen Körpers; bewusst und in vollen Kontakt mit der eigenen Bewegung, in Beziehung zu Raum und dem Ensemble. Selbstwahrnehmung und Selbstgespür meint, sich selbst und seiner Muster, wie auch seiner Wirkung, auf die Spur zu kommen - in einem kollektiven Prozess. Sich in *Einklang* bringen ist immerwährendes Ziel. Es ist dieser Teil der konkreten Hinwendung zu sich selbst, der, bezeichnender Weise, fast alle TN am meisten "komisch", "blödsinnig" anmutet. "Warum schon wieder Sport?", "Warum machen wir das?" Indiz der allgegenwärtigen Trennung von Körper und Geist, von Form und Inhalt, Kunst und Leben, Individuum und Gemeinschaft. Hier trifft der TN auf Hemmschwellen, Blockaden, Berührungängste mit sich selbst und mit anderen, auf Unbekanntes und muss sich an diesen abarbeiten. Die stetige tagtägliche Weiterführung dieser *Selbstwidmung / Selbstüberwindung / Selbsterkundung* vermag in den Tiefen des Individuums oftmals die Geburt einer lebendigen Bewegung erwecken, die ins Schöpferische, in den Ausdruck, in die Wandlung strebt.

"Es ist notwendig, an der Brücke zu arbeiten, die die beiden Ufer des kreativen Flusses, das physische und das geistige Ufer, miteinander verbindet." Eugenio Barba

“Tempel der Einbildungskraft”

In der griechischen Tragödie treten wir ein in den *“Palast der Einbildungskraft”*, schreibt Paul Veyne. Diese Kraft wird angesprochen / verlangt / geübt, wenn wir *“die Bretter, die die Welt bedeuten”* betreten. Die Theaterpraxis fordert und fördert Phantasie, Assoziations- und Ausdruckskraft: eine spezifisch menschliche kreative Kraft.

Der handelnde Akteur muss lernen und üben Imagination, Atem, Stimme und Bewegung in bewusste, gestaltende Beziehung zu bringen. Schauspiel- und theaterpädagogische Praxis eignet sich im Besonderen hierzu. - Ein TN äußerte nach drei Monaten Projektlaufzeit verwundert, dass er seinen in der Inszenierung zu sprechenden Text öfter in nächtlichen Träumen sprechen, rezitieren würde. Ein Prozess der *Verankerung*, der Verbindung mit der eigenen Tiefe, dem eigenen Selbst.

Stimme - Sprechen - Bewegung

In der altgriechischen Tragödie tritt der *Mensch als Frage* aus dem Mythos heraus auf eine Bühne, wird gesehen und gehört, wird zu einem verletzbaren Individuum und findet (s)eine Stimme, die ihn in Beziehung bringt zu Welt, zu seiner eigenen Geschichte, seiner Traum-Gefühls-Gedanken-Welt. Jedes JobAct-Projekt vollzieht diesen *Auf-Tritt*.

Entwickle eine sonore Stimme, eine klingende, tönende Stimme, eine im eigenen Körper verwurzelte, resonierende, schwingende Stimme, damit du selbst in dir ein durch den Klang deiner Stimme vitales Gefühl erzeugst, damit du Anklang findest.

Dann fliegt, strömt deine Stimme, verbunden mit Atem, Körper und Imagination, zwischen deinen artikulierenden Lippen hinaus in den Raum, erfüllt diesen tönend und erzeugt beim Zuhörer ein ähnliches (ästhetisches !) Empfinden, Gefühl und Verständnis. Du gestaltest, du sendest mittels Körper, Geist und Stimme den Raum verändernde Schwingungen. Durch das Entdecken und Entwickeln des *eigenen* Tons nährst du deinen authentischen Ausdruck, verschaffst dir Gehör. Dein innerer *Heilmeister* wird geweckt.

Übe ich mich, auf *“den Brettern, die die Welt bedeuten”* zu bewegen, bringe ich

alles ins Spiel: den ...

- . kinetischen Körper
- . fluiden Körper
- . energetischen Körper
- . emotionalen Körper
- . Atem-, Stimmkörper
- . geistigen Körper
- . imaginären Körper
- . auratischen Körper.

Improvisation - *“Fluxus welcomes whatever happens next.”* John Cage

Das Risiko des *spielenden* Menschen, der spielende Mensch im Risiko.

Hier wird das SPIELERISCHE, das spielerische (und dramatische) Handeln und Verwandeln im Moment, das Erschaffen im Augenblick geübt. *„Spiel meint einen Zustand, in dem Bedeutungen fließend (flux) werden, in dem Möglichkeiten erblühen, in dem Variationen sich vielfältigen, in dem Grenzen verwischen: endlose Transformationen ...“*

(Tim Etchells) - Innere Saboteure und Blockaden werden zu spielerischen Herausforderungen, wenn der TN sich der direkten Kommunikation - mit sich, mit Raum, mit dem Partner, mit dem Pädagogen, im Angesicht der anderen - zu öffnen versteht. So vermag ein kreatives *Fluidum* erwachsen, in dem der handelnd Improvisierende inneres und äußeres *Klima* zu kommunizieren versteht: er wirkt nach Innen und nach Außen: er umkreist, bewegt das *Eigene*. Leben wird sich seiner selbst gewahr.

Der TN beginnt seinen inneren NAVIGATOR zu entwickeln, der zwischen Innenwelt und Außenwelt, zwischen Klippen und Abgründen, zwischen Himmel und Hölle, zwischen Traum und Wille, mit Engeln und Teufeln, mit allen Sinnen, mit jeder Faser seines Organismus, zu handeln in der Lage ist.

“Wenn der Schauspieler seinen persönlichen Dreck auf der Bühne in Gold verwandeln, ihn also produktiv machen kann, dann ist das mit Sicherheit gut für die Rolle, aber auch für ihn selber. Etwas auszudrücken ist, wie beim Niesen, immer besser als es zurück zuhalten.“ George Tabori

KREATIVITÄT + KRISE

Die hier zusammengekommenen TN bilden eine Gemeinschaft der sich in der Krise Befindenden. Der theaterpädagogische Prozess macht dies erkennbarer und erzeugt in vielen Fällen Angst und Unsicherheit, indem er eine furchtlose Nähe fordert. Eingeschliffene Denk- und Verhaltensweisen, sowie die eigene Biografie im Kontext des Ensembles zu hinterfragen und diese ins Spiel zu bringen, ist das Wesen kreativen Handelns: Ängste zu überwinden, sich zu erkennen geben, Verletzbarkeit auszuhalten. Gelungenes Handeln innerhalb dieses Prozesses erzeugt Wandlung und Wachstum.

Der Schauspieler und die Welt

Der Schauspieler gestaltet eine harmonische Beziehung, zwischen Körper, Gefühl und Denken, zwischen sich und seinen Mitspielern, wie auch zu seinen Zuschauern. Er gestaltet mittels Körper, Emotion, Geist und Stimme den Raum und den Partner verändernde Schwingungen. Der Spieler praktiziert die *Im-Zuschauer-Etwas-Öffnen-Haltung*.

Ensemble

Gemeinschaft schafft ein psycho-soziales Gefäß, ein Nest, eine Art Schutz, ein Kraftfeld, in dem der Einzelne sich selbst und den anderen zu nähren übt.

Das Ensemble ist ein Brennspiegel: jede Ent-Äußerung spiegelt sich im Anderen.

Das Ensemble im Dienste des Ich, das Ich im Dienste des Ensembles.

Sharing of sensibility : das *Teilen* mit anderen, das Sich-Entdecken, Sich-Üben, Sich-Schämen, Sich-Spüren, Sich-Trauen, Sich-Misstrauen, das Scheitern, das Über-Sich-Hinauswachsen im Angesicht des Ensembles, erweist sich als ein starkes Movens (Ansporn, Antrieb, Beweggrund, Motiv, Triebfeder, Ursache) von wachsendem persönlichen Engagement und kreativer Wandlungen bei den TN. Lebendig zu werden in Gegenwart der anderen ist ein beglückender und nährender Prozess.

Ich werde gesehen und deshalb existiere ich.

Ich kann NEIN, ich kann JA sagen; ich kann zerstören, ich kann erschaffen; ich bringe mich in Fluss, versuche die eigene Stärke, die eigene Kreativität zu erlangen, dem eigenen Vulkan mich zu nähern, ins Unbekannte mich vorzuwagen. Ich werde dazu bewegt, mit meinem Partner spielerischen Austausch, Wechselbeziehungen, Dialoge zu gestalten. Ich lerne an mir und am anderen, unter Zeugen.

Ein Ensemble ist *ein sozialer Körper*.

Der erste Zeitungsartikel über das laufende Projekt, das erste veröffentlichte Foto der Gruppe oder einzelner TN, diese ganz offensichtliche Veröffentlichung und Verankerung im Außen ... sagt dem TN : ab jetzt kann ich nicht mehr zurück, ab jetzt kann ich, können wir nur noch vorwärts. Jetzt muss ich mich anspornen, noch mehr verbinden mit meiner Motivation, mit dem Projekt, mit der Inszenierung und mit dem Ensemble; ich kann mir mehr trauen, mehr zutrauen, vertrauen; die Hände, die mir gereicht werden, die um mich herum sind, ich werde sie greifen, lasse mich ergreifen.

Ein sozialer Körper, ein sozialer Organismus, eine "soziale Plastik" (J. Beuys) entsteht, ist entstanden, beginnt zu atmen im Gleichklang zwischen mir und meinem Körper, zwischen mir und den anderen. Gestaltung / Bildung geschieht hier auf diversen Ebenen, anhand, durch und mit den Ensemble-Mitgliedern, wie auch mit den Personen / Institutionen der Außenwelt. - Das Miteinander-Teilen als eine Form der sozialen Heilung.

Inszenierung -

Die Inszenierung intendiert den sich bildenden *Geist eines Ensembles* in Szene zu setzen. Sensible Empfänglichkeit und navigierende Gestaltungskraft aufseiten des Theaterpädagogen ist Bedingung für das *Mannöver*, mittels des IMPULS-Themas Strebungen, Regungen und Themen im Ensemble zu wecken, bzw. zu erkennen und diese in einen kollektiven Prozess der Gestaltung zu führen. Die TN werden herangeführt an den spielerisch gestaltenden Umgang mit Grundlagen ästhetischen Wahrnehmens, Handelns und Gestaltens, an das Einüben von performativen / theatralischen *Tools*. In diesem wiederholten ästhetischen Tun verwebt der TN tagtäglich Eigenes mit Fremdem, eröffnet derart für sich Türen in die Kreativität.

Transferphase

(lat.: *transfere* = hinübertragen, übertragen)

Das oft genannte "Schwarze Loch", in das die TN nach den beiden Aufführungen, dem Abschluss der Theaterphase, fallen, ist mir bei den TN bisher kaum begegnet.

In erster Linie nehme ich bei den TN ihre Zufriedenheit wahr über die erfahrenen Erfolgserlebnisse: die Theaterrückmeldung als eine *Überschreitung* von Blockaden, Ängsten, Zweifel und Unsicherheiten: das Standhalten und Gestalten vor Publikum "*geht ja doch!*". DAS THEATER ALS FEST.

Die von den Zuschauern (Freunde, Angehörige, Bekannte) erfahrene Bestätigung bekräftigt die geleisteten Lernschritte und nährt eine Art Selbstgewissheit: ein inneres Strahlen aufgrund "der schönen gemeinsamen Zeit". Neugierde aufseiten jedes einzelnen TNs, wie man nun mit dem Gewonnenen die nächste Kurve zu nehmen in der Lage ist: der Beginn der beruflichen Praktika.

To teach is to create a space. Parker Palmer

In dieser Transferphase geht es vorderhand um die Auswertung der persönlichen Erfahrungen der am Projekt Beteiligten aus individueller und kollektiver Sicht. Fragen wie „Was hat es mir/uns gebracht?“, „Welche *Werkzeuge* haben wir geübt, benutzt?“ Welche Themen und Übungen waren mir nahe/schwierig/besonders?“ „Hat sich meine Sichtweise/mein Verhalten geändert?“ - stehen im Vordergrund. Als besonders erachte ich hierbei, dass ein Großteil dieser Reflektionen im Angesicht der Anderen, im Ensemble, vor Zeugen geschieht. Die Mitspieler werden zu Anregern und Kritikern, sind Spiegel. Das Hauptaugenmerk liegt auf den "Lerntransfer": das Üben der Fähigkeit, gemachte (Lern-) Erfahrungen beim Einstudieren gewisser Theaterhandwerkszeuge auf andere, vergleichbare Situationen in Leben, Ausbildung und Beruf zu übertragen. Die Versprachlichung, die Darstellung erlebt erfahrener Prozesse in den vergangenen 5-6 Monaten erscheint mir als sehr wichtig; vermag doch dies zu Erkenntnis und Neu-Orientierung führen: Sinn und Inhalt der Transferphase.

Die Methode

Methode ist, dass es in der Theaterarbeit in JobAct Projekten keine Methode gibt. Gestaltende Theaterarbeit ist ein Prozess, der im Augenblick entsteht. Dabei ist der Fokus auf die persönlichen (Lebens-) Fragen des TNs und sein inneres Wachstum gerichtet. Das Tempo und der Rhythmus des TNs und der Gruppe leitet. Saboteure und Blockaden des TNs werden zu Herausforderungen, beziehungsweise als Wegmarkungen verstanden, indem durch direkte Kommunikation diesen begegnet wird. Alle Theaterhandwerkszeuge fügen sich dieser methodelosen Methode in der Arbeit mit Arbeitslosen im Kontext von JobAct®.

Einige
Werkzeuge,
die
das
Handwerk
in den
Performance-
Künsten
betreffen
:



Werkzeuge,
die
das
Handwerk
in den
Performance-
Künsten
betreffen :

©

- . Körper/Atem Wahrnehmung
- . Body-Mind Zentren
- . Erdung : Füße die Augen des Körpers
- . Alignement
- . Präsenz: Ausstrahlung in Raum
- . Äußere - innere Bewegung
- . Bewegung - Stille
- . Organische Artikulation
- . Weiter Fokus
- . Verbunden mit Handlung
- . Energie-Linien innen/außen
- . Freiheit und Kontrolle
- . Schritt ins Unbekannte
- . Lichtigkeit & Überraschung
- . Risiko & Fluss
- . Wendepunkt
- . Bereitschaft / Offenheit
- . Motion und E-motion
- . Der entschiedene Body-Mind
- . Geformte Geste
- . Performance of Zero
- . Anfängergeist

- . Atmosphäre
- . Nicht-Form wird Form
- . Wahrnehmung von Gestalt
- . Entfaltung von Form in Zeit/Raum
- . Körper-Gedächtnis
- . Variation / Wiederholung
- . Schönheit / Grotteske
- . Timing + Fluss der Imagination
- . Zeremonielle Bewegungen
- . Montage
- . Komposition
- . Improvisation