



Der erzählende Körper

von Ragnhild A. Mørch

Eine mündliche Erzählerin ist ihr eigenes Instrument. Ein mündlicher Erzähler nutzt Sprache, Stimme, Körper und Blick, um eine Geschichte zu erzählen. Mit Worten innere Bilder im Zuhörer entstehen zu lassen, leuchtet bei einer Kunst der Mündlichkeit unmittelbar ein. Dass der Körper eine ebenso große Rolle beim Erzählen spielt, vergisst man leicht – ungeachtet der Tatsache, dass er die Grundlage für Sprache und Stimme und somit jede erzählerische Handlung und Präsenz ist.

Für den französischen Erzähler Abbi Patrix ist die Erzählsituation ein Aufeinandertreffen und gleichzeitiges ineinander Aufgehen zweier Körper: des physischen Körpers des Erzählenden und des „Körpers“ der Geschichte. Damit aber der Erzähler die Geschichte aufnehmen und wiedergeben kann, muss der Körper dazu in der Lage sein. Was genau bedeutet das? Wie unterstütze ich durch etwas Faktisches und Sichtbares – nämlich den eigenen Körper – eine nicht-physische, imaginierte Welt im Zuschauer? Was sind die Herausforderungen des erzählenden Körpers, was sein Potential?

Die Bewusstmachung des Körpers

Die norwegische Erzählerin und Dozentin im Zertifikatskurs, Heidi Dahlsveen, beschreibt im Vorwort ihres Buchs „Einführung in die mündliche Erzählkunst“ (Dahlsveen 2008) ihre erste öffentliche Erzählvorstellung, die während ihres Erzählstudiums am Oslo and Akershus University College stattfand:

„Im Frühjahr 1996 erzählte ich zum ersten Mal öffentlich eine Geschichte. Es war an einem der obligatorischen Erzählabende des Studiums „Erzählkunst“, und es war eine traurige Erfahrung. Ich hatte einen griechischen Mythos bearbeitet und betrieb historischen Vandalismus in der Hier-und-Jetzt-Situation. Die Knie zitterten, die Zähne schlugen aufeinander, ich lispelte. Aber das Schlimmste war eine Hand, die im Augenwinkel auftauchte, während ich erzählte. Ich zuckte zusammen, es war meine eigene Hand, die angefangen hatte, ihr eigenes Leben zu Leben.“ (Übersetzung: R. A. Mørch)

Dahlsveen ist heute eine der renommiertesten Erzählerinnen Europas – sie ließ sich also von diesem Erlebnis nicht abschrecken. Stattdessen nutzt sie die Anekdote im Unterricht in Verbindung mit einer von Stanislawski entwickelten Schauspielübung: dem Auf-den-Händen-sitzen. Es handelt sich dabei um eine Übung, mit der Anfang der achtziger Jahre in England experimentiert wurde, als die ersten neu gegründeten Erzählgruppen das mündliche Erzählen erforschten. Wie es so treffend im englischsprachigen Raum heißt, wanderte diese Übung im Laufe der Zeit „by word of mouth“ nach Norwegen. Dahlsveen schreibt weiter:

„Viele Studenten haben bei der Arbeit mit Geschichten auf ihren Händen gesessen. Das hat viele provoziert und manchen geholfen. [Zu Beginn ist diese Übung] als eine zentrale Methode in mündlicher Erzählkunst aufgefasst worden. Mir wurde erspart, auf den Händen zu sitzen, sie lebten ihr eigenes Leben. Sie sind jetzt von Erfahrung und Training bewusst gemacht.“ (Übersetzung: R. A. Mørch)

Dahlsveen schreibt hier den Händen eine eigene Art von „Bewusstsein“ zu, das durch Training und Erfahrung entwickelt werden kann. Dieses körperliche Bewusstsein ist ein wesentlicher Aspekt der Physis des Erzählenden und eine ebenso große Herausforderung, da es dabei eben nicht um ein kopfgesteuertes Bewusstsein, sondern um einen erzählenden Körper geht, der intuitiv „weiß“, was er wann und wie tun kann, ohne dass es gedanklich geplant werden müsste. Ein Erzähler oder eine Erzählerin kann im Hier und Jetzt nicht darüber nachdenken, wie Körper und Gestik die Geschichte unterstützen können, damit sie sich im Zuschauer in bestmöglicher Weise entfalten kann. Der Körper muss selber mitentscheiden können.

Zu Beginn einer Erzählweiterbildung haben die wenigsten Teilnehmenden dieses Körper-Erzähl-Gefühl. Wie lange es dauert, bis sich eine persönliche, körperliche Erzähl-Präsenz auszubilden beginnt, ist unterschiedlich. Manche haben stärkeren Zugang zu dem Körper ihrer eigenen Erzählerpersönlichkeit als andere. Sie sind möglicherweise im Alltag stark körperlich expressiv und wissen intuitiv, wie sie dies auf die Erzählsituation übertragen können. Manche haben aus anderen darstellenden Künsten performative Erfahrung, die sie sich zunutze machen können. Darin kann jedoch auch ein Stolperstein verborgen liegen, denn die Erzählerin benötigt eine ganz eigene Bühnenphysis. Manchen angehenden Erzählern steht ihre Bühnenerfahrung für das mündliche Erzählen im Weg: Das kann zum Beispiel für Musiker gelten, die in der Musik idealerweise gänzlich hinter die Welt der Klänge zurücktreten und dies auch beim Erzählen versuchen, oder für klassische Tänzer, die scheinbare Gewichtslosigkeit anstreben. Ebenso bedingt die Erzählsituation eine Herausforderung für Schauspielerinnen, die es gewohnt sind, mit der vierten Wand zu arbeiten.

Das Erarbeiten eines Körperbewusstseins wird in der Weiterbildung auf unterschiedliche Weisen gefördert:

- Die Teilnehmenden erhalten ein regelmäßiges Bewegungstraining mit Elementen aus zeitgenössischem Tanz und Kontaktimprovisation.
- Übungen aus dem physischen Theater werden zur Erarbeitung von Geschichten genutzt. Dadurch kann erlebt und verinnerlicht werden, wie beispielsweise unterschiedliche Körperspannung kommuniziert und wie bestimmte Körperhaltungen, Energien und auch der Stillstand des Körpers den erzählerischen Ausdruck unterstützen.
- In vertiefenden Praxisseminaren konzentriert sich die Auseinandersetzung mit Körpersprache auf die Bereiche Gestik und Mimik.

Stillstand

Die Herausbildung eines Körperbewusstseins ist für die Präsenz auf der Bühne eine wichtige Voraussetzung. Dazu gehört auch der Stillstand als Kontrapunkt zur Bewegung.

Auf der Bühne ist die Fähigkeit, einen präsenten, aktiv neutralen Stand einnehmen zu können, ihn auszufüllen und sich vor allem darin wohl zu fühlen, für alle Erzählenden wichtig – ob sie nun sehr sparsam mit Gestik und Mimik umgehen oder eher stark gestisch und körperlich erzählen. Denn was machen die Hände, wenn die Arme ruhen? Wohin mit den Armen, wenn sie nicht an einer Geste beteiligt sind? Verschränkte Arme, sich selbst haltende oder in den Hosentaschen versteckte Hände kommunizieren – und zwar höchstwahrscheinlich etwas, das nicht zur Geschichte gehört. Aber kann ich mich überhaupt in einer Körperhaltung wohlfühlen, die „nichts tut“?

Eine „neutrale“ und dennoch gegenwärtige Haltung ist beim Erzählen wie die Pausen in der Musik oder die Stopps im Tanz. Wenn ich die ganze Zeit in Bewegung bin, hin und her laufe oder durchgehend die Arme schwenke, fehlt der Kontrast – und eine Geste wird weniger effektiv. Will ich in einer Passage verstärkt mit poetischer Sprache oder gestischem Sprechen arbeiten, riskiere ich, dass die Bewegung dies überdeckt oder verdoppelt.

Übungen aus Theaterpädagogik und Körpertheater unterstützen den Prozess, den neutralen und präsenten Körper zu finden. Dazu gehört das entspannte, freie Gehen durch den Raum. Es ist erstaunlich, wie schnell wir in Versuchung kommen, nach unten zu blicken, den Brustkorb einfallen zu lassen, die Arme hinter dem Rücken zu verschränken oder die Hände in die Taschen zu stecken.

Wechsel der Körperenergie

Aus der Arbeit des Pantomimen Etienne Decroux stammt eine Übung im Stand, in der sich der Schauspieler durch aktives Arbeiten mit und durch die Wirbelsäule aus einem körperlich erschlafenen Zustand via neutralem Stand in einen höchsten Wachzustand und zurück bewegt. In der einen Variante geschieht dies in Zeitlupe, in der anderen impulsartig. Die Übung ist für angehende Erzählerinnen und Erzähler höchst geeignet, um mit den Kontrasten der Energie des Körpers (präsent-neutral-zurückhaltend) zu spielen. An dem Wechsel sind auch die Augen beteiligt, so dass sich diese Übung ebenfalls für die Arbeit des wandelbaren Blickes eignet, der für einen Erzähler oder eine Erzählerin unabdingbar ist.

In der Ausbildung wird zudem in der Erarbeitung von Geschichten als improvisatorische Übung mit einem Wechsel zwischen pantomimisch-körperlichem, verbal-körperlichem und rein verbalem Erzählen gearbeitet. Da die Erzählenden in dieser Übung aufgefordert sind, auch ohne gestische oder mimische Nutzung des Körpers zu erzählen, wird ihre Präsenz im Stillstand gefördert.

Ebenen der Gestik

Im Gegensatz zu einer geschriebenen Geschichte oder einem Hörbuch haben mündliche Erzähler aufgrund der körperlichen Präsenz unzählige Möglichkeiten, den Inhalt der Geschichte mit mehr als nur Worten zu vermitteln. Die Nutzung der Gestik gehört dazu: „Das Erzählen ist ja, seiner sinnlichen Seite nach, keineswegs ein Werk der Stimme allein. In das echte Erzählen wirkt vielmehr die Hand mit hinein, die [...] das, was laut wird, auf hundertfältiger Weise unterstützt“ (Benjamin 1977).

Dozent Ben Haggarty betrachtet Gesten in zweifacher Weise; zum einen anhand von Ebenen, in denen sie stattfinden. Dabei wird der Körper von über dem Kopf bis zum Boden in sechs horizontale gestische Räume eingeteilt, die durch Improvisation erforscht werden. So erfahren die Teilnehmenden, welche Gesten in welchen Ebenen was und wie kommunizieren und erleben in der Zusammenarbeit mit anderen, welche Reaktionen in den Zuschauern ausgelöst werden können.

Die Arbeit mit den Ebenen eröffnet auch das Verständnis für wiederkehrende Gesten. Wenn wir uns im Alltag unterhalten, sind die privaten Alltagsgesten vor allem zwischen Bauch- und Brusthöhe angesiedelt. Diese Ebene ist uns dadurch besonders vertraut und stellt automatisch die persönliche Komfortzone dar. Es dürfte deshalb nicht verwundern, dass die Gestik beim mündlichen Erzählen ebenfalls oft dort angesiedelt wird. Dabei ist das Bewegungsrepertoire so viel reicher! Allein durch den Radius der Arme ändern sich Höhe, Tiefe und Breite des genutzten Raumes. Kommt dann noch Gewichtsverlagerung hinzu und das Strecken des gesamten Körpers bis zum Maximum, erweitert sich der Raum um ein Vielfaches. Sind die Gesten authentisch, kann man erleben, wie variationsreich Bilder ohne Worte geschaffen werden können. Eine Landschaft kann sich ins schier Unendliche öffnen, eine Frucht kann unerreichbar hoch hängen. Außerdem entdeckt man, wie einige Ebenen selbst Bände sprechen. Wenn Gesten auf Hüfthöhe stattfinden, bekommen sie schnell eine Konnotation, die sich der Erzähler oder die Erzählerin in der Erarbeitung eines bestimmten Charakters zunutze machen kann. Was dort vor sich geht, kann ohne viel Zutun die Qualität des Verbotenen, Schmutzigen oder Schamhaften annehmen.

Da die Teilnehmenden durch die Übungen gezwungen sind, ihre persönliche Komfortzone zu verlassen, können sie zahlreiche Möglichkeiten gestischer Bilder entdecken und ihrem eigenen Stil näher kommen. Auch das Erlebnis, sich mit einer Gestenebene nicht wohl zu fühlen, ist nützlich, da nicht für jeden Erzähler und jede Erzählerin große Gesten natürlich sind. Für manche liegt eine sparsame Gestik ihrem Erzählerstil näher, und sie ziehen das Arbeiten mit sprachlichen Bildern vor.

Gestenarten

Während der Weiterbildung werden zudem unterschiedliche Arten von Gesten beleuchtet und erprobt: Eine häufig genutzte Geste ist die verortende, wenn zum Beispiel Gegenstände oder Personen, von denen erzählt wird, im Raum platziert werden. Die Geste kann dabei auch konkret zeigend sein: Ich zeige meinen Zuhörern, wo genau sich etwas befindet. Oder qualitativ: Mit tanzenden Fingern kann ich vermitteln, wie graziös sich jemand bewegt, ohne es mit Worten zu beschreiben. Wenn die Erzählerin oder der Erzähler in einen Charakter schlüpft, kann die Geste pantomimisch werden: Der Charakter der Erzählung setzt einen Hut auf. Als Charakter kann ich auch selbst eine Geste ausführen: Ich jage jemanden fort. Mein Arm kann einen Gegenstand andeuten, und die Bewegung wird somit verkörpernd-gegenständlich: Ich drehe meinen Unterarm von mir fort und er wird zur sich öffnenden Tür. Gesten können karikierend sein und einer Szene doppelten Boden verleihen. Habe ich gerade mit ausgestreckten Armen angedeutet, wie gewaltig das Schloss eines Adligen ist und zeige danach mit Zeigefinger und Daumen die Hütte eines Bauern, sind die Machtverhältnisse unmissverständlich geklärt.

Unterschiedliche Gestenarten, sowie auch Gestenebenen, können die Ausarbeitung einer Geschichte reich und variabel machen. Dabei spielen die räumlichen Gegebenheiten, die bei Erzählervorstellungen sehr unterschiedlich ausfallen können, eine große Rolle und beeinflussen beispielsweise die Größe der Bewegungen. Wenn einem

Erzähler oder einer Erzählerin die lauschenden Kinder förmlich auf den Füßen sitzen, muss sich der Bewegungsradius verkleinern und damit die Intensität der Bewegungen minimiert werden.

Wenn der Körper sein eigenes „Bewusstsein“ entwickelt, wird sich nach und nach auch ein persönlicher Erzählstil einstellen, in dem eine präzise Gestik authentisch eingebettet ist.

Mimik

Wie im Falle der Gesten hängt auch die Nutzung der Mimik von der Individualität der erzählenden Person ab. In der Weiterbildung wird Mimik als Mittel hauptsächlich in vertiefenden Einheiten thematisiert. In ihnen wird beleuchtet, dass der Körper einen eigenen Zugang zu Charakterbildung und Stimmungen hat, die für das Erzählen nützlich sein können. Als Ausgangspunkt dient dabei eine Übung, die aus dem Körpertheater stammt und unter anderem von Desmond Jones in seinem Training im physischen Theater genutzt wurde.

Der Grundgedanke ist, dass der Schauspieler oder die Schauspielerin sich einen Charakter erarbeiten kann, indem durch Einnehmen einer Haltung ein bestimmter physischer Zustand ausgelöst wird. Die Mimik wird dafür in 16 „Masken“ aufgeteilt – acht für Freude und acht für Trauer. Die Masken werden von den Teilnehmenden zu Anfang verinnerlicht. Sobald alle ohne Schwierigkeiten zwischen den einzelnen Masken mimisch hin und her wechseln können, folgen unterschiedliche Improvisationsaufgaben. Die Technik wird anschließend auf die Arbeit an konkreten Geschichten der Teilnehmenden ausgeweitet. Damit eröffnet sich eine physische Herangehensweise an einen Charakter, die einen Gegenpol zu psychologischen Ansätzen wie beispielsweise bei Stanislawski bildet. Der Effekt ist erstaunlich: Trotz der „aufgesetzten Masken“ entstehen authentische und abwechslungsreiche Charaktere, die reichhaltige Dialoge bedingen können und sich stark auf den erzählerischen Ausdruck auswirken.

Blick

Zur Körpersprache und somit zum Instrument eines Erzählers oder einer Erzählerin gehört auch die Nutzung des Blickes. Der Blick ist beim Erzählen in mehrfacher Weise bedeutungsvoll und ein ganz wesentlicher Teil der Erzählsituation: Zum einen manifestiert sich im Blick die Kollektivität des Erzählens. Während im Theater oft „den Schauspielern die Position der Angeblickten und den Zuschauern die Rolle des Blickenden zugewiesen wird“ (Czirak 2012: 61), ist die Erzählsituation durch den aktiven Blickkontakt zwischen Erzählerin und Publikum charakterisiert. Dadurch geschieht beim Erzählen etwas, das im Theater nur erreicht werden kann, wenn die Rollen der Schauspieler und der Zuschauer durch spezifische Regieanweisungen aufgelöst werden: „Weil sie [die Schauspieler] ihr komplettes Ausdrucksrepertoire – Blick, stimmliche Adressierung, Mimik, Gestik – an das Publikum richten, [...] erheben [sie] dadurch den Zuschauer zum aktiven Mitspieler [...]. Auf diese Weise appellieren sie an dessen Interpretation und emotionale Involvierung“ (Czirak 2012: 122).

Beim Erzählen ist der Blick keine Inszenierungstechnik, sondern ein Grundelement, das die Zuhörenden durchgehend zu Mitakteuren macht. Auch erlebt die oder der Erzählende sehend alle Reaktionen im Publikum, ob Emotionales oder Non-Verbales wie Umsetzen im Stuhl oder Vorlehnen bis hin zu verbalen Äußerungen. Im gegenseitigen Blick bestätigt sich die gegenseitige für die gesamte Dauer der erzählten Geschichte.

Der Blick ist aber auch ein künstlerisches Mittel, das dem Erzähler oder der Erzählerin zur Verfügung steht. Damit kann er oder sie die Geschichte verlebendigen und Räume schaffen. „Der Raum ist nie gegeben, er wird von seinen Akteuren konstituiert“ (Czirak 2012: 148). Czirak spricht zwar vom faktischen Bühnenraum, die Aussage lässt sich aber ohne weiteres auf die Räumlichkeit der Erzählung übertragen. Die Geografie der Geschichte ist „nie gegeben“; die Bildhaftigkeit ihrer Orte existiert ausschließlich in der Imagination von Erzählenden und Publikum, und zwar durch eine immer wieder neue Schaffung des Raums. Ein aktiv genutzter Blick trägt dabei wesentlich zur Dreidimensionalität des Erlebten und des zeitgleich imaginär gestalteten Raumes bei. Durch den Blick schafft der Erzähler oder die Erzählerin Abstände, Größenverhältnisse und Richtungen – vor allem in Kombination mit anderen Mitteln wie Sprache, Stimme, Bewegung im (Bühnen-)Raum oder Körpersprache. Der Blick ermöglicht es, oft in Verbindung mit der Mimik, die emotionalen Ebenen der Geschichte zu vermitteln, zum Beispiel bei Charakterisierungen von Personen.

Literatur:

Walter Benjamin (1977): Der Erzähler. Betrachtungen zum Werk Nikolai Lesskows, in: ders.: Gesammelte Schriften, Bd. II, 2, Frankfurt/M.: Suhrkamp, S. 438-465.

Adam Czirak (2012): Partizipation der Blicke: Szenerien des Sehens und Gesehenwerdens in Theater und Performance. Bielefeld: Transkript.

Heidi Dahlsveen (2008): Innføring i muntlig fortellerkunst (Einführung in die mündliche Erzählkunst). Oslo: Universitetsforlaget.

Ragnhild A. Mørch (BA, MA) studierte Erzählkunst, Theaterregie und Mime Corporel in Oslo und London. Von 1996 bis 2004 arbeitete sie innerhalb unterschiedlichster Bereiche darstellender Künste in Norwegen und England, als Regisseurin großer Freiluft-Wanderproduktionen und mit Aufträgen für die BBC und das Norwegische Fernsehen. Seit 2005 konzentriert sie sich auf die Erzählkunst und wird regelmäßig im In- und Ausland zu Erzählfestivals eingeladen. Sie erzählt auf Norwegisch, Deutsch und Englisch. Als Erzählerin war sie unter anderem an der Roehampton University London, dem Theater Heilbronn und dem Staatstheater Hannover tätig. Ragnhild A. Mørch übernahm 2011 die künstlerische Leitung des Zertifikatskurses Künstlerisches Erzählen – Storytelling in Art and Education am Berlin Career College.