

Troverdig opera

En aksjonsstudie om bruk av Method Acting i sang

Maria Rosanna Wennersten

Veileder

Per Kjetil Farstad

Masteroppgaven er gjennomført som ledd i utdanningen ved Universitetet i Agder og er godkjent som del av denne utdanningen. Denne godkjenningen innebærer ikke at universitetet inntår for de metoder som er anvendt og de konklusjoner som er trukket.

Universitetet i Agder, 2014

Fakultet for kunstfag

Institutt for musikk

Forord

Denne masteroppgaven hadde ikke vært mulig å gjennomføre uten den faglige støtte og veiledning jeg har fått underveis. Jeg vil rette en stor takk til Øyvind Frøyland for hans engasjement og unike tilstedeværelse i samtale og arbeid. Han delte raust av sin tid og av sin kunnskap og var med på å gjøre prosessen både inspirerende og lærerik.

Jeg vil også få takke min hovedveileder Per Kjetil Farstad, for tålmodighet, oppmuntring og innspill underveis. Jeg vil også trekke frem min sangpedagog Randi Bjerger-Sköld, som hjalp meg til å finne gleden ved å synge igjen etter flere år med stemmevansker. Hennes sangundervisning ivaretar hele mennesket og når stemme og kropp blir ett er det plutselig så mye lettere å synge. Tusen takk!

En stor takk til min søster Linn Christine Wennersten, for gode råd og samtaler rundt valg av problemstilling og for tilbakemeldinger og språkvask. Til sist, men aldri minst – den største takken går til Cato Hauge. Du har vært tålmodig og støttende gjennom hele denne prosessen, på samme måte som du er der for meg i alt annet jeg gjør. Nå skal vi endelig få kvelder og helger sammen igjen!

Oslo, desember 2014.

Maria Rosanna Wennersten

Sammendrag

I opera møter to store kunstformer hverandre. Musikk og teater. For å synge opera kreves det mange år med sangundervisning og møysommelig opptrening av instrumentet.

Skuespillertreningen får sjelden samme fokus og evnen til organisk og troverdig skuespill kan fort risikere å bli skadelidende. Det finnes mange ulike metoder og retninger innen skuespillerteknikk. Konstantin Stanislavskij var den første til å systematisere en grunnleggende skuespillertrening. Mange ulike retninger og metoder er utviklet med utgangspunkt i hans tanker og ideer. En av disse retningene er Method Acting. Jeg har gjennomført en aksjonsstudie hvor jeg har brukt Method Acting i sang. Med dette som utgangspunkt har jeg forsøkt å besvare følgende problemstillinger: Hvilke utfordringer møter jeg ved bruk av Method Acting i sang og hvordan løser jeg de? Hva tilfører Method Acting min praksis?

Arbeidet med Method Acting har gitt en systematisk grundighet i arbeidet med å få skuespill og sang til å fungere som en enhet. Analyseverktøyene ga meg en dypere tekstforståelse og større innsikt i rollefiguren. Avspennings- og konsentrasjonsøvelsene gjorde meg i stand til å tenke klarere og ga meg større tilgang til min egen kreativitet. Ikke minst reduserte øvelsene prestasjonsangst og nervøsitet. Musikalsk fokus er en barriere for å komme dypt inn i sansearbeidet, men det fungerer godt når impulsene etableres i langsomt tempo og øvelsene er effektive i å åpne sansene og å vekke følelser. Jeg kom fram til at spesielt erstatnings- og personaliseringsøvelser må vies mindre fokus i konsertsammenheng, da det blir en utfordring for konsentrasjonskapasiteten. Funnene viser at det musikalske og tekstlige arbeidet bør foregå parallelt hele veien, men at det synges uten tekst slik at musikk og tekst ikke påvirker hverandre i den innledende fasen. Det tydeligste funnet i studien viser at tilgangen til ekteføyte emosjoner frigjorde stemmen på en slik måte at sangtekniske utfordringer ble redusert.

Stikkord: Method Acting, skuespillerteknikk, opera, formidling, Menotti, «The Medium»

Summary

Opera combines two major art forms. Music and theater. To sing opera requires many years of singing lessons and dedicated training of the vocal instrument. Actor training rarely get the same focus and the ability of organic and believable acting can often be neglected. There are many different methods and directions in acting technique. Konstantin Stanislavskij was the first to systematize a fundamental actor training. Many different directions and methods are developed based on his thoughts and ideas. One of these directions is Method Acting. I have conducted an action research where I have used Method Acting in song. I have tried to answer the following questions: What challenges do I face using Method Acting in song and how do I overcome them? What does Method Acting add to my practice?

Working with Method Acting has added a systematic thoroughness to the work of getting the acting and singing to function as a unit. The tools for analysing text gave me a deeper understanding of the lyrics and greater insight into the character. Relaxation and concentration exercises enabled me to think more clearly and gave me greater access to my own creativity. The exercises reduced performance anxiety and nervousness. Musical focus is a barrier to getting deep into sensory work, but it works well when impulses are established in a slow pace and the exercises are effective in opening the senses and arouse feelings. I found that the exercises of substitution and personalization had to be given less focus during concert, because it required too much concentration capacity. The findings show that the musical and textual work should be done in parallel all the way, but that it is sung without text so that music and text do not affect each other in the initial stage. The most striking finding of the study shows that access to true emotions supported and liberated the voice in such a way that song technical challenges were reduced.

Keywords: Method Acting, Acting Technique, opera, interpretation, Menotti, "The Medium"

Innholdsfortegnelse

1	Innledning.....	9
1.1	Bakgrunn og formål.....	9
1.2	Valg av problemstilling.....	10
1.3	Oppgavens struktur.....	11
2	Teori.....	13
2.1	Arven etter Konstantin Stanislavskij.....	13
2.2	Method Acting.....	13
2.2.1	Analyseverktøy.....	15
2.2.2	Avspenning og konsentrasjon.....	16
2.2.3	Sansearbeid.....	18
2.2.4	Personalisering og bruk av erstatning.....	20
2.2.5	Private øyeblikk.....	22
2.3	Skuespillerteknikk og sang.....	23
2.4	Operaen ”The Medium” av Gian Carlo Menotti.....	25
2.4.1	Synopsis av 1.akt.....	26
2.4.2	Synopsis av 2.akt.....	27
3	Metode.....	29
3.1	Valg av metode.....	29
3.2	Aksjonsforskning.....	29
3.3	Gjennomføring av undersøkelsen.....	30
3.4	Gammel praksis.....	30
3.5	Eget forarbeid.....	30
3.6	Undervisning i Method Acting.....	31
3.7	Siste innspurt og egenøving.....	34
3.8	Innsamling av data og loggføring.....	35
3.9	Kvalitetskriterier.....	35
4	Drøfting og resultater.....	37
4.1	Drøfting og sammenligning av gammel og ny praksis.....	37
4.2	Utfordringer i arbeidet med Method Acting.....	38
4.2.1	Utfordringer under analysearbeid.....	39
4.2.2	Utfordringer i arbeidet med avspenning og konsentrasjon.....	43
4.2.3	Utfordringer med sansearbeid: personalisering, erstatning og private øyeblikk..	48
4.2.4	Hvilke musikalske utfordringer møter jeg i arbeidet med Method Acting?.....	59
4.2.5	Hvordan påvirkes sangteknikken av arbeidet med Method Acting?.....	64

5	Avslutning	71
5.1	Oppsummering av drøfting og konklusjoner.....	71
5.2	Praktiske implikasjoner	74
5.3	Forslag til videre forskning	74
	Litteraturliste	75
	Vedlegg.....	79

1 Innledning

1.1 Bakgrunn og formål

Sang, dans og teater har vært en lidenskap for meg hele livet. Jeg syntes det var fryktelig vanskelig å bestemme meg for om det var skuespiller, danser eller sanger jeg skulle bli. Jeg unngikk valget da jeg startet et treårig studie i musikkteater. Da kunne jeg få holde på med alle mine interesser på en gang. Senere jobbet jeg noen år som musikalartist, før jeg begynte å kjenne behovet for å fordype meg i et felt. Det var kun sang og teater det sto mellom til slutt. Hvilken retning skulle jeg velge? Jeg brant jo like mye for begge kunstformer. Til slutt kom jeg fram til at dersom jeg valgte teater ville det i større grad bety å velge musikken vekk, mens som sanger ville jeg kunne gå inn i hver sang som en skuespiller. Fordype meg i teksten og formidle dens innhold og mening til et publikum. Jeg ønsket med andre ord å bli en syngende skuespiller, like tro mot komponisten som mot tekstforfatteren. Forbindelsen mellom sang og teater har alltid opptatt meg. Det å bringe to kunstformer sammen til en enhet, hvor musikken løfter teksten og teksten løfter musikken.

Gjennom det klassiske sangstudiet har jeg savnet et større fokus på tekstformidling og jeg har sett et behov for metodisk opplæring i skuespillerteknikk for å kunne leve seg inn i de roller man skal formidle, spesielt med tanke på operaarier. Det var en stor overgang for meg å gå fra musikalsjangeren til klassisk sang. Den største forskjellen var fokuset på tekstformidling og skuespillerteknikk. Gjennom musikkteaterstudiene ble det undervist i skuespillerteknikk parallelt med sangundervisning gjennom hele studieførløpet, mens dette ikke har vært en del av studieplanen ved det klassiske sangstudiet. Mitt inntrykk er at operasangere har et rykte på seg for å være dårlige skuespillere og jeg spør meg om det henger sammen med den mangelfulle opplæringen i skuespillerteknikk. Skuespillerfaget er en krevende disiplin og de fleste skuespillere har studert i flere år for å øve opp sine ferdigheter. Etter mitt syn bør også klassiske sangere trenes opp til å kunne utvikle troverdige operakarakterer. Dette krever godt skuespill. For meg er det noe som forsvinner når en sanger ikke viser at de har forstått innholdet og dybden av hva de synger om. Det farger formidlingen. Fraseringene kan være så fine de bare vil og teknikken feilfri, men min opplevelse er at fremføringen mangler liv. Dette er en av sangerens virkelige utfordringer – å fylle sangen med liv gjennom å gjøre rollefiguren levende. Mitt inntrykk er at en sanger som er fremmed for skuespillerteknikk, så sant vedkommende ikke har et intuitivt og medfødt skuespillertalent, fort vil ty til sjablonger

og stort og overdrevet spill. En slik fremstilling opplever jeg som endimensjonal. Den mangler dybden som speiler et menneskes indre liv og det er vanskelig å oppfatte det som skjer på scenen som troverdig. Så hvordan skapes en troverdig operakarakter?

Det finnes mange ulike metoder og retninger innefor skuespillerteknikk. I denne masterstudien har jeg valgt å bruke Method Acting med hovedfokus på Lee Strasbergs tanker og idéer for å leve meg inn i en operakarakter. Jeg har tatt utgangspunkt i rollefiguren Monica og hennes fire arier hentet fra operaen ”The Medium” av Gian Carlo Menotti.

Jeg har belyst på hvilke måter Method Acting kan hjelpe meg til å utvikle en troverdig operakarakter og hvilke utfordringer som oppsto i arbeidet. Min egen praksis blir belyst fra innsiden. Mitt ønske har vært å forsøke å styrke og utvikle denne praksisen ved å benytte elementer fra Method Acting. Underveis har jeg hatt undervisning i metoden og muligheten til å diskutere arbeidet Øyvind Frøyland som er rektor ved NSKI (Norsk Skuespillerinstitutt). Prosessens handlinger og refleksjoner og vurderinger av disse er loggført. Loggføringen er studiens primære kildemateriale og danner dermed utgangspunktet for drøftingen av resultatene.

1.2 Valg av problemstilling

Studien består av to hovedproblemstillinger:

- Hvilke utfordringer møter jeg ved bruk av Method Acting i sang og hvordan løser jeg de?
- Hva tilfører Method Acting min praksis?

Følgende spørsmål vil også bli forsøkt besvart:

- Hvilke utfordringer møter jeg under analysearbeidet?
- Hvilke utfordringer møter jeg i arbeidet med avspenning og konsentrasjon?
- Hvilke utfordringer møter jeg under sansearbeidet, personalisering, bruk av erstatning og private øyeblikk?
- Hvilke musikalske utfordringer møter jeg i arbeidet med Method Acting?
- Hvordan påvirkes sangteknikken av arbeidet med Method Acting?

1.3 Oppgavens struktur

I kapittel 2 vil det teoretiske grunnlaget for oppgaven bli presentert. Det vil kort bli gjort rede for det historiske opphavet til Method Acting. Deretter gjøres det rede for de elementer fra Method Acting som blir benyttet i aksjonsstudien, etterfulgt av noen ord om Method Acting knyttet opp mot sang. Teorikapittelet avsluttes med en synopsis av operaen ”The Medium”, som danner det tekstlige og musikalske utgangspunktet for denne studien. I kapittel 3 blir det gjort rede for de metodiske valgene som er tatt i forbindelse med gjennomføringen av studien. Metoden blir presentert og den praktiske gjennomføringen av studien beskrevet. I kapittel 4 blir resultatene av studien presentert og drøftet. Kapittel 5 inneholder en oppsummering av drøfting og konklusjoner, etterfulgt av implikasjoner aksjonsstudien kan ha for praksis. Avslutningsvis presenteres forslag til videre forskning.

2 Teori

2.1 Arven etter Konstantin Stanislavskij

Det var først i begynnelsen av forrige århundre at det ble en raskt økende interesse for skuespillerteknikk og potensialet i skuespillertrening i vesten. Den russiske teaterviteren, skuespilleren og regissøren Konstantin Stanislavskij (1863-1938) var den første som publiserte sine ideer knyttet til skuespillerprosessen. Han utarbeidet et system som fungerer som et grunnleggende treningsprogram for skuespillere (Hodge, 2000, s. 1-2). Målet var at det som hender på scenen skal oppleves som ekte og skuespilleren skal fremstå autentisk. Stanislavskij-systemet inneholder en rekke teknikker som hjelper skuespilleren til å oppnå en tilstand hvor kropp og sinn kan ”oppleve”. Det er med utgangspunkt i dette rollen kan utvikle seg (Carnicke, 2000, s. 18). Metoden har hatt stor innflytelse på teaterutdannelser i Vesten og ulike sentrale teaterpedagoger har benyttet seg av hans teknikker i sin undervisning (Hodge, 2000, s. 2). Teaterregissør og skuespillerpedagog Tyra Tønnesen sier i et intervju i magasinet "Rushprint" at Stanislavskij hele tiden var villig til å revidere og videreutvikle sine teorier. Hans metodiske måte å avdekke og etterprøve sannheten om skuespillerkunsten kan sammenlignes med arbeidet til en vitenskapsmann. Underveis endret og forlot han mange av sine synspunkter og den tidlige og sene Stanislavskij kan oppfattes motstridende. Flere skoler har blitt dannet av Stanislavskijs studenter. De har studert hos ham på ulike tidspunkt og skolene har følgelig gått i ulike retninger (Stene, 2011). Et annet element som har ført til misforståelser og forvirring kom som følge av sensuren som foregikk i Sovjetunionen. I denne perioden ble kun deler av Stanislavskijs idéer presentert og ofte ble de feilaktig fremstilt. I USA fikk for eksempel Stanislavskijs arbeid med skuespillerens psykologiske arbeid mye fokus, mens hans senere arbeid rundt ”metoden for fysiske handlinger” ble gjort mindre kjent. Dette har ført til mye uenighet rundt tolkningen av hans system og hans idéer om kropp og sinn som en enhet har havnet noe i skyggen (Hodge, 2000, s. 4). En av retningene som er utviklet med utgangspunkt i Stanislavskij-systemet er Method Acting og det er denne retningen som danner grunnlaget for arbeidet i denne masterstudien.

2.2 Method Acting

Method Acting er en av de mest populære og kontroversielle metodene som bygger på Stanislavskij-systemet. Denne metoden har hatt stor suksess i USA (Krasner, 2000, s. 129), hvor den vekket interessen for realisme og troverdighet i skuespillerkunsten (Easty, 1989, s.

5). I Norge er det kun NSKI (Norsk Skuespillerinstitutt), som baserer sin undervisning på metoden Method Acting (NSKI, 2009, s. 7). I likhet med Stanislavskij-systemet, består Method Acting av skuespillerteknikk-øvelser som skal fremme skuespillerens evne til å oppnå større og mer overbevisende kontakt med følelsenes dybde. Denne metoden kombinerer Stanislavskijs teknikker og arbeidet til Eugene Vakhtangov, som i en periode var en av Stanislavskijs elever. Det er spesielt tre pedagoger som har fremmet metodens utvikling og suksess: Lee Strasberg (1901-82), Stella Adler (1901-92) og Sanford Meisner (1905-97) (Krasner, 2000, s. 129). De var alle tre en del av "Group Theatre" i New York på 1930-tallet. Felles for medlemmene av "Group Theatre" var at de var inspirert av arbeidet til Konstantin Stanislavskij ved Moskva Kunstnertheater. De forsøkte å gi hans tanker og idéer fotfeste i USA (Brunetti, 2006, s. 3). På 50- og 60-tallet dannet de tre pedagogene hver sine skoler og de utviklet hver sine versjoner av metoden. Hver av de påsto at de underviste etter Stanislavskij-systemet. Det var åpenlyst at deres tolkninger var forskjellige og at de vektla ulike stadier av Stanislavskij og Vakhtangovs arbeid for å underbygge sine metoder (Krasner, 2000, s. 130). Kort oppsummert fokuserte Strasberg på det psykologiske aspektet, Adler på det sosiologiske og Meisner på spontan atferd. Selve termen Method Acting blir oftest assosiert med Lee Strasberg og "The Actors Studio" (Krasner, 2000, s. 147). Det er retningen til Lee Strasberg som denne studien bygger på. Strasberg utviklet en rekke tilnærminger til skuespillerfaget, men det er spesielt komponentene avspenning, konsentrasjon og sansearbeid som kjennetegner ham. Krasner poengterer at bruken av én komponent av metoden ikke utelukker en annen. De ulike komponentene kan kombineres og integreres i arbeidet med en rolle. Han hevder videre at dersom metoden brukes korrekt fungerer den holistisk og muliggjør en overbevisende og sikker formidling. Metoden gir skuespilleren et verktøy for å kunne utforske sine egne personlige erfaringer, fantasi og atferd (Krasner, 2000, s. 147).

It has been common to characterize acting as demanding belief, faith and imagination. To believe, one must have something to believe in; to have faith, one must have something that encourages faith; to have imagination, one must be able to imagine something specific (Strasberg, 1988, s. 123).

Videre mener Strasberg (1988, s. 123) at målet med øvelsene i Method Acting er å trene opp skuespillerens evne til å reagere like troverdig og levende på det imaginære som det virkelige liv. Ved hjelp av teknikk-øvelsene vil skuespilleren få styrket troen, tilliten og fantasien til å leve gjennom rollefiguren.

Som nevnt består Method Acting av mange ulike komponenter. I følge Edward Dwight Easty (1989, s. 47) kan det ta to til tre år med studier for å trene opp skuespillerens instrument gjennom alle fasene av Method Acting. Med tanke på rammene for masteroppgaven ville det ikke vært gjennomførbart å dekke alle komponentene i metoden. De øvelser som er benyttet var de som i samarbeid med Øyvind Frøyland, ble funnet nyttige med tanke på mine målsettinger med prosjektet. I det følgende vil jeg presentere de komponentene som ble benyttet under aksjonsstudien.

2.2.1 Analyseverktøy

Målet med analyse er å oppnå stadig dypere forståelse av rollen og stykket. "... it uncovers the basic direction and thought of a play and part; the super-objective, and the through line of action. This is the material it feeds to imagination, feeling thought and will" (Stanislavsky, 1963, s. 19). Videre beskriver Stanislavskij at det finnes mange måter å analysere et stykke og dets rollefigurer. Noen slike analysemetoder kan være å gjenfortelle innholdet, skrive en liste over stykkets handlinger og "de gitte omstendigheter" og å stille spørsmål og besvare disse. For skuespilleren viser de gitte omstendigheter til alle personer, situasjoner, steder og så videre som er i stykket, samt regissørens budskap og instruksjoner. De gitte omstendighetene er blant de første elementene i skuespillerens skapende prosess (Kemecsi, 1998, s. 35-36). Strasberg (1988, s. 164-165) poengterer at for å kunne entre scenen i den rette sinnstilstanden må skuespilleren kjenne til de gitte omstendighetene. Kun intellektuell tilnærming til stykket vil sjelden gi et godt resultat, men dersom skuespilleren bruker sin innsikt til å skape rett sensorisk og følelsesmessig stimuli vil dette føre til et logisk reaksjonsmønster på scenen, i tråd med rammene satt av dramatikerens.

Et av analyseverktøyene i Method Acting er "de 5 spørsmål". Spørsmålene skal besvares så detaljert og konkret at de kan påvirke skuespilleren både fysisk og emosjonelt.

Det første spørsmålet er: "Hvor er jeg?" Dette spørsmålet skal besvares slik at det vekker sansene. Hva kan skuespilleren se, høre, føle lukte eller smake på dette stedet. Hvor godt kjenner rollefiguren stedet? Det andre spørsmålet er: "Hva gjør jeg her?" Dette spørsmålet kan føre til at skuespilleren bør gjøre en grundig research på rollefigurens aktivitet. Dersom rollefiguren utøver et praktisk yrke, som for eksempel snekker, kokk, rørlegger eller lignende bør skuespilleren lære seg aktiviteten til rollefiguren. Dette for å kunne utføre bevegelsene effektivt og med en sikkerhet som gjør det tydelig at aktiviteten er utført mange ganger før.

Det tredje spørsmålet er: ”Hvor kommer jeg fra?” (skal besvares både langsiktig og kortsiktig). Skuespilleren skal gjenskape det som har skjedd rett før scenen begynner. Denne opplevelsen skal skuespilleren ha med seg inn i den neste scenen, slik at rollefiguren alltid farges av det den nettopp har vært gjennom. Også rollefigurens forhistorie fra stykkets begynnelse skal utforskes. Skuespilleren må bli kjent med hvilke situasjoner som har vært med på å påvirke rollefiguren. Det fjerde spørsmålet er: ”Hvilket forhold har jeg til dette stedet, til de andre personene, og de tingene/ objektene jeg skal befatte meg med?” Dersom personene, stedet eller tingene har en personlig innvirkning på rollefiguren må disse personliggjøres av skuespilleren, slik at disse også kan påvirke skuespilleren. Det femte spørsmålet er: ”Hva er mitt behov?” Dette er det viktigste av de fem spørsmålene, ettersom svaret utgjør drivkraften i scenen og historien. Behovet viser til det rollefiguren behøver mest av alt. Jo sterkere behovet er, dess større blir den sceniske konflikten. Dette spørsmålet skal fremme skuespillerens forståelse av hva som aktivt driver rollefiguren fremover. For å klargjøre hva som er behovet ytterligere, følger det to tilleggsspørsmål til dette spørsmålet: ”Hva er delmålet for scenen?” og ”hva er strategien i scenen?” Grunnen til at det kan være nyttig å dele opp i delmål er at det kan gjøre det lettere å forstå rollefigurens behov. Strategien viser til hvordan rollefiguren går frem for å oppnå delmålet. Det er mulig å ha flere strategier i en og samme scene, dersom den ene ikke fører frem er det naturlig å bytte til en annen for å nå målet. Til strategien er det nyttig å finne et handlingsverb med en passende undertekst. For eksempel kan handlingsverbet ”å forfølge” ha underteksten ”jeg må finne ut om du er utro...”. (NSKI, 2009, s. 42-44). Skuespiller, regissør og Method Acting-lærer Ed Kovens (2006, s. 97) beskriver undertekst som det rollefiguren tenker mens replikkene blir sagt. Den russiske regi-pedagogen Irina Malochevskaja uttalte i et intervju med Norsk Shakespeare- og teatertidsskrift at ”Vi sier én ting, tenker noe helt annet – og vi gjør noe tredje” (Bjørneboe, 2005). Undertekst handler med andre ord om å forstå det usagte og det som ligger mellom linjene (Brodersen, Heradstveit, Hovig, & Ilsaas, 1995, s. 187)

2.2.2 Avspenning og konsentrasjon

I Method Acting starter frigjøringen av skuespillerens uttrykk med avspenning og konsentrasjon (Krasner, 2000, s. 134). Disse to komponentene blir regnet som selve grunnmuren i Method Acting. Ved hjelp av en rekke øvelser skal skuespilleren oppnå en avspenning og en konsentrasjon som fremmer tilstedeværelsen i rollen og scenearbeidet (NSKI, 2009, s. 8). Stanislavskij så på fysisk spenning som kreativitetens største fiende. Ikke bare påvirkes og paralyseres kroppen, men spenningene påvirker også tankens evne til

konsentrasjon og fantasi. Skuespilleren skal kunne balansere sin muskelkraft og kun bruke det fysiske spenningsnivået som er nødvendig for den aktuelle oppgaven (Carnicke, 2000, s. 17). Strasberg (1988, s. 124-130) fremhever at alt skuespiller-arbeid bør begynne med avspenning. Skuespilleren prøver å komme i kontakt med de områder av kroppen som har for høyt spenningsnivå. Dette krever at skuespilleren er bevisst sin kroppsholdning og går gjennom ulike kroppsdelene for å registrere spenningsnivået. Skuespilleren trener opp kontakten mellom kropp og hjerne og evaluerer bevisst om avspenning oppnås.

Skuespillerarbeidet består av mange faktorer som lett kan føre til både ytre og indre stress. Avspenningsarbeidet er nyttig både som oppvarming og for utholdenhet gjennom prøver og forestillinger. "Neuromuscular tension makes it difficult for thoughts, sensations, and emotions to be transmitted and properly experienced. Often an actor is experiencing the emotion he is working for, but is unable to express it because of tension" (Strasberg, 1988, s. 126). Easty (1989, s. 64-65) beskriver to former for spenninger: psykisk spenning og fysisk spenning. Disse er tett forbundet. Mentalt stress kan manifestere seg i fysiske spenninger, og dersom spenning slipper taket i den ene kan det føre til at spenningen opphører i den andre.

I følge Strasberg (1989, s. 130) henger avspenning nøye sammen med konsentrasjon. Easty (1989, s. 73) beskriver at skuespilleren trenger avspenning for å oppnå konsentrasjon og konsentrasjon for å oppnå avspenning i de fysiske og mentale avspenningsøvelsene. Strasberg (1988, s. 131) mente at skuespillertalent ikke kan strekkes lenger enn kapasiteten for konsentrasjon. Derfor er det viktig at konsentrasjonen utvikles og utvides. Skuespilleren skal kunne ha veldig mange tanker i hodet samtidig. "... this depends on the actor's ability to control, divide, and adjust his concentration" (Strasberg, 1988, s. 131) Sceneskrekke og prestasjonsangst er konsentrasjonens fiende. Vissheten om publikums nærvær er i seg selv nok til å gi økt spenning og forstyrre skuespillerens konsentrasjon. Videre hevder Easty (1989, s. 76-77) at sceneskrekke er et direkte resultat av manglende konsentrasjon. Så fort skuespilleren lykkes med å rette sin konsentrasjon på arbeidet, vil nervøsiteten forsvinne. Videre forklarer han at nervøsiteten forsvinner fordi konsentrasjonen blir rettet mot noe annet enn de tankene som forårsaker nervøsiteten. En hver skuespiller kan finne de avspennings- og konsentrasjonsøvelsene som passer best til egne behov. I følge Strasberg (1988, s. 131) er målet med konsentrasjonsøvelsene å skjerpe sansene til å kunne forestille seg tilstedeværelsen av noe som ikke er der. "It leads not only to the workings of the imagination, but also to the presence of that kind of belief or faith which has often been characterized as the essential

element in acting” (Strasberg, 1988, s. 131). Konsentrasjonsøvelsene handler om å bli bevisst sansenes reaksjoner på objekter vi forholder oss til daglig, for eksempel å drikke kaffe eller å gre håret. Deretter forsøker skuespilleren å gjenskape tilstedeværelsen av objektet når det ikke er der og å få sansene til å respondere på samme måte som om objektet virkelig var der. Dersom vi tror på at noe er sant, oppfører vi oss som om det er sant. Konsentrasjon er med andre ord inngangen til sansearbeid (Strasberg, 1988, s. 132).

2.2.3 Sansearbeid

Sansearbeidet er den mest sentrale og også den mest kontroversielle komponenten i Method Acting. Konsentrasjon og avspenning blir sett på som grunnmuren i Method Acting, mens sansearbeidet blir sett på som reisverket. Sansearbeidet deles gjerne opp i to deler:

Sansehukommelse og følelshukommelse. (NSKI, 2009, s. 8). Strasberg oppsummerer målsettingen med sansearbeidet på følgende måte:

Affective memory is the basic material for reliving on the stage, and therefore for the creation of a real experience on stage. What the actor repeats in performance after performance is not just the words and movements he practiced in rehearsal, but the memory of emotion. He reaches this emotion through the memory of thought and sensation (Strasberg, 1988, s. 113).

Sansehukommelse

Som navnet tilsier handler sansehukommelse om å vekke hukommelsen til de fem sansene våre: syn, hørsel, smak, lukt og berøring. Without it, it is impossible to create the stimulus that sets off reaction to objects on stage in a way that is real and believable (Easty, 1989, s. 24). Arbeidet med sansehukommelse er utgangspunktet for nær sagt alle komponenter i Method Acting og bør arbeides grundig med før man går videre. Skuespillerens bevissthet er avgjørende for å oppnå resultater i arbeidet med sansehukommelse (Easty, 1989, s. 25). Bruken av sansehukommelse skal hjelpe skuespilleren til å ”gi liv” til de ulike objektene og rommene som skuespilleren befatter seg med (NSKI, 2009, s. 8). I teateret er det vanlig å erstatte kostbare gjenstander med rekvisitter av verdiløst materiale. Da er det viktig at skuespilleren personliggjør forholdet til gjenstanden og gir den ekte verdi. En viktig erkjennelse er aksepten av at kroppen er skuespillerens instrument, på samme måte som gitaren er gitaristens instrument. Termen instrument er mye brukt innenfor Method Acting og referer til hele skuespillerens kropp og sinn, med alle tanker, følelser, sensitivitet, fantasi, oppriktighet og tilstedeværelse. Skuespilleren bør i likhet med musikeren øve daglig for å

utvikle ferdighetene på sitt instrument og utvide sitt "sansehukommelses-arkiv". I det virkelige liv reagerer sansene helt av seg selv, men på scenen må de øves opp bevisst for å kunne fungere realistisk (Easty, 1989, s. 15-27). Easty (1989, s. 41) poengterer videre at arbeidet må på ingen måte forveksles med pantomime, som handler om å imitere livet og forstørre det. Målet med øvelser for sansehukommelse er å oppnå en sensorisk reaksjon som får skuespilleren til å opptre naturlig og troverdig, med den største enkelhet.

Følelshukommelse

Easty beskriver følelshukommelse som "... the conscious creation of remembered emotions which have occurred in the actor's *own* past life and then their application to the character being portrayed on stage" (Easty, 1989, s. 44-45). Videre beskriver han at for å gi rollefiguren liv på scenen må skuespillerens tanker og følelser være ekte. Skuespilleren må trene opp evnen til å søke etter opplevde følelser i sitt liv som korresponderer med rollefigurens. Når vi gjenforteller en opplevelse og beskriver den med alle de sensoriske detaljer vi kan erindre, vil følelsene kunne gjenskapes i all sin intensitet (Easty, 1989, s. 60). Han poengterer at dersom en skuespiller forsøker å miste sin egen identitet i arbeidet med rollefiguren, vil dette føre til at vedkommende mister kontroll. Det er ikke mulig å forlate sin egen kropp og sitt eget sinn. Ved å bygge opp et "repertoar" av følelsesmessige opplevelser, kan skuespilleren bruke rett stimuli til rett rolle og til rett tidspunkt. Jo bredere repertoar, dess mer stimuli for skuespillerens kreativitet og en utvidet mulighet for å spille flere roller med troverdighet (Easty, 1989, s. 45-46). I arbeidet med følelshukommelse skal skuespilleren være avspent og konsentrere seg om å erindre en episode fra sitt eget liv som vekker en følelse som samsvarer med den følelsen rollefiguren opplever. Skuespilleren forsøker ikke å huske følelsen direkte, men gjenopplever først sanseinntrykkene rundt hendelsen for deretter å konsentrere seg om å erindre hendelsesforløpet så eksakt som mulig (Smith, 1990, s. 38). "When done properly with a strong situation, the exercise almost invariably brought the emotion flooding back to the present. The actor could then play the scene with the appropriate feeling" (Smith, 1990, s. 38). Skuespilleren bruker med andre ord sansehukommelse for å trigge følelshukommelse (Krasner, 2000, s. 136). Dersom opplevelsen er av traumatisk eller spesielt utfordrende karakter anbefales det å bruke opplevelser som er eldre enn 7 år. Dette fordi følelser som ikke er bearbeidet kan komme ut av kontroll (Easty, 1989, s. 46). Robert Lewis (1980, s. 126) påpeker at følelsene som hentes frem fra hukommelsen kan forandre og utvikle seg i kvalitet og kvantitet når samme øvelse repeteres. Krasner (2000, s. 136-137) beskriver at dette er å betrakte som forventet når følelsene knyttet rundt en episode har endret

seg og for hver repetisjon vil det skje en ny endring. Strasberg (1988, s. 151) mener at når skuespilleren lykkes i å gjenskape en intens emosjonell opplevelse, utvikles evnen til å kontrollere emosjonene på scenene. Richard Hornby (1992, s. 183) stiller seg kritisk til sansearbeidet og hevder at skuespillere som benytter Method Acting henger etter i stykkets stadig skiftende situasjoner. Krasner forsvarer metoden og påstår at kritikerne av sansearbeid sjelden har forstått dens hensikt. Han beskriver at så fort minnet som trigger følelsen er hentet fram og innlemmet i arbeidet vil følelsene følge stykkets skiftende situasjoner på en naturlig måte. Han poengterer: ”it is an exercise to be used in practice and rehearsal. In other words, it is a *rehearsal technique* that allows the actor to find the emotional triggers that set off appropriate feelings” (Krasner, 2000, s. 137). I motsetning til Krasner poengterer Easty (1989, s. 60) at en skuespiller skal være i stand til å fokusere på både rollefigurens replikker og følelshukommelsen samtidig, også på scenen. Han mener at ved hjelp av trening er dette fullt mulig. I følge ham er det konsentrasjonen det skorter på dersom reaksjonene henger etter (Easty, 1989, s. 74). Målet til en Method Acting-skuespiller vil uansett alltid være å oppnå ekte følelser på scenen. Steve Vineberg (1991, s. 109) beskriver at metoden har fått kritikk for å bli for emosjonell og for å presse fram følelser. På denne måten kan undervisningene brått gi assosiasjoner til gruppeterapi (Krasner, 2000, s. 138). Strasberg (1988, s. 140) anerkjenner terapiverdien skuespillerkunsten kan gi. Han mener at opplevelsen av terapi hviler i muligheten til å dele opplevelser og følelser i en kunstnerisk og kontrollert setting. Dette kan være følelser og opplevelser som ellers ville blitt fortrent eller holdt inne. Easty (1989, s. 52) poengterer viktigheten av at det er en kvalifisert lærer som leder undervisningen slik at studenten kan ledes trygt gjennom øvelsen for å oppnå ønsket følelse. Videre belyser han at det kan være visse emosjonelle områder det er best å ikke trigge, for å ikke skape angst eller på annen måte skade skuespilleren.

2.2.4 Personalisering og bruk av erstatning

Bruken av ”erstatning” i Method Acting handler om å erstatte noe som ikke vekker en ønsket reaksjon hos skuespilleren med annen sensorisk stimuli som gjør det (Kovens, 2006, s. 61). Personalisering handler om å trekke paralleller mellom rollefigurens opplevelser, relasjoner, ønsker og situasjoner med egne livserfaringer. Både personalisering og erstatning handler om å stimulere fantasien til å bevisst skape et ønsket resultat (Easty, 1989, s. 124-125).

Når skuespilleren trekker direkte assosiasjon til sitt eget liv bruker skuespilleren sin konsentrasjon og fantasi til å personalisere omstendighetene i stykket. ”Thereby, he makes them more dear to his sensibility, to his instrument as a whole, and, ultimately, to the audience” (Easty, 1989, s. 124). Videre hevder Easty at skuespilleren på denne måten kan fremstille rollefiguren med større grad av sannhet enn dersom fantasien kun skal ta utgangspunkt i de ”falske” omstendighetene til rollefiguren. Når skuespilleren finner noe som korrelerer til eget liv i stykket, må stykkets situasjon erstattes med den egne opplevde situasjonen. Han argumenterer for at dersom situasjonen ikke betyr noe personlig for skuespilleren, vil det kun være mulig å fremstille rollefiguren overfladisk. Personaliseringsøvelser er bygd opp enklere enn de sensoriske øvelsene tidligere beskrevet og krever noe mindre konsentrasjon. I disse øvelsene er det som oftest ikke nødvendig med et sensorisk utgangspunkt. Det er nok å oppleve enn parallell forståelse og følelse knyttet til eget liv. Det er viktig å være klar over at personalisering ikke kan forventes å ha samme emosjonelle utvikling som de sensoriske øvelsene, men arbeidet med personalisering skal kunne fremme skuespillerens nærhet til rollen og gi hovedingrediensene for å kunne relatere seg til stykkets situasjoner. Det er skuespillerens empati som må stimuleres i dette arbeidet. Empati er avgjørende for å kunne skape noe ekte og personlig (Easty, 1989, s. 124-127). Robert Brustein (1973, s. 1) har kritisert bruken av personalisering i Method Acting. Han mener at Method Acting-skuespilleres subjektive fokus fører til at alle rollefigurene skuespilleren fremstiller blir veldig like og tett knyttet opp mot egen personlighet. Krasner (2000, s. 132) hevder at Brusteins uttalelse er en vanlig misforståelse av metoden. Han mener at det ikke blir tatt høyde for at det subjektive ikke er statisk, men i stadig utvikling. Skuespilleren må bringe nye erfaringer og idéer til hver rollefigur.

Mens personalisering omhandler forståelsen av rollefigurens følelser og handlinger i stykket, er bruken av erstatning mer knyttet opp mot fysiske objekter i stykket. Likevel er bruken av erstatning og personalisering tett forbundet, men i motsetning til personalisering bygger erstatning direkte på sensorisk arbeid. Erstatninger blir skapt ved hjelp av fantasien. Skuespilleren starter med sensorisk arbeid og å se for seg den valgte erstatningen. Eksempler på dette kan være å se for seg sin egen kjæreste i stykkets kjærlighetsrelasjon, en ekte baby i stedet for en dukke eller å levendegjøre et annet dødt objekt. I arbeidet må skuespilleren se for seg hele objektet i detalj og sanse dets nærvær. Dette vil stimulere skuespilleren til å relatere seg til objektet med en annen nærhet og kroppen vil kunne reagere på objektet som i det virkelige livet. På denne måten kan relasjonen bli ekte og publikum vil tro på skuespilleren

(Easty, 1989, s. 127-132). Den metode-utdannede skuespilleren Christian Rubeck uttalte i et intervju med Dagbladet at det kun er nødvendig å bruke erstatning dersom den sceniske relasjonen ikke fungerer (Brynhildsvoll, 2010, s. 31). Ved NSKI benyttes det en øvelse som heter ”emotional diary” (følelsesdagbok). I denne øvelsen vekkes følelseshukommelse ved å skrive om en tidligere opplevelse eller ved å skrive et brev til en person med tett forbindelse til den aktuelle hendelsen. Denne øvelsen er hentet fra forfatteren og skuespiller-læreren Ivana Chubbuck. Bruken av følelsesdagbok fungerer som en snarvei til å skape sansestimulans og den kan beskrives som en variant av Strasbergs erstatningsøvelse. En senere gjennomlesning av følelsesdagboken kan fungere som en hurtig stimulering av sansene for å gjenskape følelsen. Øvelsen blir gjerne brukt til å forankre rollefigurens behov i skuespilleren. Dette setter i gang en prosess i skuespilleren av både fysisk og emosjonell karakter. Teksten skal stimulere skuespilleren til handling og til å følge impulsene (Frøyland, personlig kommunikasjon, 4.august 2014). Impulsarbeid fremmer skuespillerens evne til å fritt følge kroppens naturlige emosjonelle og fysiske impulser (NSKI, 2009, s. 27). Ivana Chubbuck (2004) poengterer at når skuespilleren skriver i dagboken skal ordene få strømme fritt. De skal ikke stanses av arresterende tanker. Det skrevne skal være av så utleverende karakter at behovet for å tilintetgjøre dagboken etterpå skal være stort.

2.2.5 Private øyeblikk

Øvelsen ”Private moment” (private øyeblikk) handler om å jobbe med handlinger som oppleves private foran andre (Krasner, 2000, s. 135). Øvelsen skal ha blitt utviklet av Strasberg i 1956 og 1957 for å hjelpe skuespillere med å utføre private øyeblikk naturlig og avspent foran et publikum (Moston, 1993, s. 93). Denne øvelsen kan hjelpe skuespilleren til å gi slipp på hemninger og dermed fremme muligheten til å uttrykke følelser som på grunn av hemningene ikke ville blitt delt (Krasner, 2000, s. 135). Strasberg poengterer at nesten alle mennesker opplever begrensinger på grunn av sjenanse, hemninger eller selvbevissthet. For en skuespiller vil dette forhindre muligheten til å kunne uttrykke seg like fullt og ærlig på scenen som de kan privat. Øvelsen starter med at skuespilleren velger en handling de kun utfører privat, dersom noen hadde kommet inn ville de straks stanset med aktiviteten. Målet er ikke å imitere aktiviteten, men å gjenskape opplevelsen fullt og helt, uten å bli selvbevisst eller fokusert på publikum. Strasberg trekker fram øvelser av typen ”Private øyeblikk” som spesielt gode øvelser for operasangere. Når det private øyeblikket er etablert kan øvelsen for eksempel kombineres med en monolog eller sang (Strasberg, 1988, s. 138-146). Kovens

(2006, s. 125-126) argumenterer for at øvelsen fremmer sangeres kontakt med ekte følelser og hvordan de kan være personlige og naturlige i deres sceniske reaksjoner. På denne måten mener han at operasangeres klisjéfylte reaksjonsmønstre kan unngås. Å jobbe med private øyeblikk kan hjelpe sangeren til å få kontakt med sine ekte følelser og naturlige reaksjonsatferd, i stedet for å ty til klisjéfylte reaksjoner.

2.3 Skuespillerteknikk og sang

I 1918 grunnla Stanislavskij Opera Studio. Her underviste han i en operatilpasset versjon av metoden (Savage, 2001, s. 395). Stanislavskij var opptatt av at publikum skulle kunne oppfatte hvert eneste ord som ble sunget og han jobbet med å frigjøre sangerne fysisk. Hver minste ubevisste spenning skulle elimineres slik at sangerne kunne bevege seg med frihet. Pavel Rummyantsev beskriver originaloppsetninger regissert av Stanislavskij på følgende måte: ”It was as though these plays were performed under the guidance of a master conductor with a genius for timing, balancing, containing, and releasing human feelings of every kind and colour” (Stanislavski & Rummyantsev, 1998, s. ix). Gilfry påstår at operasangere har et etablert stempel som dårlige skuespillere og han mener at det ikke er ufortjent (Gilfry, 2008, s. 1). Stanislavskij-systemet og andre beslektede metoder for skuespilleropplæring har fått godt fotfeste i vesten. Hans tanker og idéer om opera derimot har ikke hatt samme påvirkningskraft for opplæringen av operasangere og det er uvanlig at det undervises metodisk i skuespillerteknikk.

Singers, specifically young singers, spend endless hours working on their musical craft and vocal technique, but few seek or are offered the theatrical training necessary to compete in the everchanging world of professional opera. ... Though acting will likely never replace singing as the primary area of focus in opera, singers longing for careers in opera will be judged not only as singers, but as total performers (Hicks, 2011, s. xx).

David Brunetti (2006, s. 4-9) er en musiker og skuespiller som har jobbet med å koble arbeidet med Method Acting opp mot sang. Han brenner for at sangere også skal få en metodisk opplæring i hvordan de kan oppnå en troverdig formidling. Det er ingenting som beveger publikum mer enn det som er ekte mener han. Han poengterer at det er viktig at sangeren jobber langsomt, for å unngå at arbeidet blir forsert. Arbeidet skal starte fra innsiden og ut. Han mener at det motsatte vil føre til at sangeren imiterer en følelse som vedkommende egentlig ikke føler. Videre oppfordrer han sangeren til å involvere seg i prosessen, fremfor

resultatet. Kovens (2006, s. 125) hevder at hovedproblemet med sangere er deres frykt for ekte følelser. Dette skyldes deres erfaring med at når følelsene blir ekte snurper det seg i halsen og det blir vanskelig å synge "bel canto". Videre mener han at det er fullt mulig for sangeren å øve opp evnen til å kunne kombinere tilstedeværelsen i følelsene samtidig som man spenner av i kropp og svelg.

I følge Kovens (2006, s. 127) uttalte Lee Strasberg at "Talking to yourself is a monologue, put music to it you have an aria". Med en gang en sanger vet hva som blir sagt blir det åpenlyst for vedkommende hvordan sangen skal synges. Kovens (2006, s. 127) anbefaler å synge sangene a cappella som en monolog i kombinasjon med å jobbe med sensoriske øvelser. Strasberg (1988, s. 141) benyttet sang i arbeidet med skuespillere. Målsettingen er ikke å synge den i fastsatt rytme og tonalitet, men å la sangen påvirkes fritt av den virkeligheten skuespilleren prøver å skape. Brunetti (2006, s. 4-11) poengterer at forskjellen mellom en sang og en monolog er åpenlyst at sangen består av et forhåndsbestemt melodisk og rytmisk mønster. Dette står i kontrast til en skuespiller, som skal unngå å låse seg i en forhåndsbestemt måte å si replikken på. Årsaken til dette er at en planlagt levering av replikkene når det gjelder prosodi (språkets rytme og melodi), trolig vil forhindre at språket oppleves som spontant og ekte. Det faktum at sangeren jobber med et forhåndsbestemt mønster krever ekstra ferdighet for å kunne formidle teksten levende og spontant. Brunetti anbefaler videre at monologarbeidet bør innledes med at sangeren leser sangteksten høyt på en avspent og nøytral måte. Fokuset bør være på det tekstlige innholdet. Han mener det er lurt å ha kjennskap til sangen musikalsk, men kun som et utgangspunkt og for å forhindre å gjøre valg som strider fullstendig med det musikalske uttrykket.

Pavel Rumyantsev beskriver noen av Stanislavskijs tanker om musikk i sitt forord til boken "Stanislavski on Opera":

Even so he always felt instinctively that music could greatly enhance the effectiveness of an actor since the work of a really good composer provides such a powerful base from which dramatic expression can derive not only stimulus but also a sense of direction (Stanislavski & Rumyantsev, 1998, s. ix)

Kovens (2006, s. 127) hevder at en sanger ikke trenger like sterk emosjonell stimuli som en skuespiller, ettersom musikken gir så mye. Videre mener han at sangeren i arbeidet med øvelsene ikke skal gå så langt at de mister kontroll over god sangteknikk. Den kanadiske

teater- og operaregissøren Leon Major og medforfatter Michael Laing (2011) fremhever at når sangeren både studerer librettoen for ledetråder som kan styrke skuespillet og leter i notene etter musikalske hint vil de få en dypere innsikt i rollefiguren de skal fremstille. Videre mener de at det vil styrke den musikalske forståelsen og at det vil bli lettere å bygge opp scenen dramaturgisk. De hevder at en sanger som jobber på denne måten vil bli mer avspent, selvsikker, fokusert og vil synge bedre.

2.4 Operaen ”The Medium” av Gian Carlo Menotti

Gian Carlo Menotti (1911-2007) var en amerikansk-italiensk komponist og librettist (Batta, 2005, s. 306) Hans realistiske operastil har oppnådd stor popularitet og anerkjennelse. ”The Medium” var Menottis første kammeropera. Det var med denne operaformen, som krevde mindre orkester og færre sangere, han oppnådde sin første offentlige suksess. Operaen er kort og består av to akter. Han har skrevet både musikken og librettoen (Menotti, 1947).

Lamoreaux skriver i CD-bilaget til en innspilling gjort av ”The Medium” at idéen til operaen oppsto etter at Menotti selv deltok på en seanse ledet av et medium (Menotti, 1996, s. 4).

Although I was unaware of anything unusual, it gradually became clear to me that my hosts, in their pathetic desire to believe, actually saw and heard their daughter... It was I, not they, who felt cheated. The creative power of their faith and conviction made me examine my own cynicism and led me to wonder at the multiple texture of reality (Menotti, 1996, s. 4).

Videre har Menotti uttalt at stykket beskriver en tragedie om en kvinne som er fanget mellom to verdener. Den ene består av en virkelighet hun ikke kan forstå, mens den andre er en overnaturlig verden hun ikke kan tro på. Operaens hovedperson, Madame Flora, utnytter pårørendes sorg og behov for å kommunisere med sine kjære avdøde slektninger. Hun svindler dem med falske seanser. Madame Flora utgir seg for å være et medium og hun later som om hun får kontakt med de døde. Hun har fullstendig kontroll over seansene og sine medhjelpere. Den ene medhjelperen er datteren, Monica, som imiterer spøkelses og stemmer bak en transparent vegg. Den andre medhjelperen er den stumme og foreldreløse sigøynergutten Toby som kontrollerer de overnaturlige effektene under seansene. En kveld skjer det plutselig noe overnaturlig som er utenfor Madame Floras kontroll. Etter denne episoden begynner det å rakne for henne. Hennes frykt for det ukjente og å oppleve noe hun ikke har kontroll over fører oss mot operaens tragiske utfall (Menotti, 1996, s. 4). I det

følgende vil jeg gi en liten synopsis av de to aktene, ettersom historiens dramaturgiske oppbygging har hatt betydning for min tolkning av de fire ariene til rollefiguren Monica.

2.4.1 Synopsis av 1.akt

Operaen innledes med Monicas første arie, ”Where, Oh, Where”. Vi får se stuen i leiligheten hvor Madame Flora, Monica og Toby bor og hvor hele operaen utspiller seg. Madame Flora er Monicas mor og blir av henne kalt Baba. Toby ble funnet foreldreløs og utsultet på gaten av Baba. Trolig valgte hun å gi ham tak over hodet fordi hun hadde bruk for ham under seansene. Hun behandler ham brutalt og nådeløst. I den første scenen leker Monica sammen med Toby. De kler seg ut og Monica lokker Toby med seg inn i sin fantasiverden. Oftest er hun dronning i sine rollespill med Toby. Egentlig burde de gjøre klart til kveldens seanse før Baba kommer hjem. Med ett hører de Baba komme inn døren nedenunder. Febrilsk prøver de å få kostymet og smykkene av Toby. De tilhører Baba og de vet begge at Baba blir rasende og kommer til å straffe ham hvis hun oppdager at han har rørt tingene hennes. De rekker ikke å få det av ham før Baba kommer til syne. Ganske riktig blir Baba rasende over å se at Toby er kledd i hennes smykker og klær, samt også over at de ikke har gjort i stand til kveldens seanse. Baba håner Toby og kaller ham en åndssvak tater. Monica klarer å forhindre Baba i å slå ham. De får det med ett travelt med å forberede seg til seansen. Baba hjelper Monica på med en hvit kjole og skjuler ansiktet med et hvitt slør, mens Toby gjemmer seg inne i et dukketeater som står i rommet. Bak teppet på dukketeateret skjuler det seg en rekke spaker og kabler som Toby har ansvar for. Det er dette maskineriet som får bordet til å sveve i løse lufta og lampen til å senkes opp og ned under seansene. I det dørkløkken kimer løper Monica også for å gjemme seg.

Ekteparet Mr. og Mrs. Gobineau entrer scenen, etterfulgt av Mrs. Nolan. Ekteparet har deltatt ukentlig på seansene i to år og de forsøker å berolige Mrs. Nolan som aldri tidligere har vært med på en seanse. Hun ønsker å snakke med sin datter, som døde året før, bare 16 år gammel. Lyset senkes og seansen begynner. Baba simulerer en transe, mens Monica kommer til syne bak en transparent vegg hvor hun blir opplyst som et gjenferd. Monica utgir seg for å være den avdøde datteren til den nervøse og sørgende Mrs. Nolan. Mrs. Nolan tror hun får kontakt med datteren sin og de snakker sammen, før Monica synger sin andre arie i operaen. Denne arien heter ”Mummy, Mummy, Dear” og blir sunget til Mrs. Nolan for å få henne til å gå videre og legge sorgen over datteren bak seg. Morens sorg er som et sår, som forhindrer

henne fra å få sove og hun ber henne om å la henne få hvile i fred. Monica oppfordrer Mrs. Nolan til å kaste alle datterens eiendeler når hun kommer hjem, foruten den lille gullmedaljongen. Mrs. Nolan blir forvirret, ettersom hun ikke har noen gullmedaljong. Samtidig forsvinner Monica, mens Mrs. Nolan desperat ber henne om å ikke gå. Deretter er det ekteparet sin tur. De ber om å få kontakt med sønnen som druknet da han var bare 2 år gammel. Monica begynner å imitere barnelatter. Med ett blir Baba hysterisk. Hun har kjent to kalde hender ta et grep rundt halsen hennes. Hun blir skrekkslagen og oppfører seg helt ute av kontroll. Hun avbryter seansen og kaster de tre fremmøtte på dør. De er forundrede over hennes oppførsel, ettersom de selv mange ganger har opplevd berøring under seansene og de skjønner ikke hvorfor Baba plutselig skulle bli redd. Når gjestene har gått, kommer Monica springende. Hun forstår heller ingenting og påstår at Baba innbiller seg det hele. Baba legger skylden på Toby. Hun påstår det er han som la hendene rundt halsen hennes. Hun truer ham for å få en tilståelse, men stumme Toby får ikke sagt noe og han krøker seg sammen i frykt. Nok en gang forhindrer Monica at Baba går løs på Toby. Baba får en drink for å roe seg ned og ligger nå med hodet i fanget til datteren. 1. akt avsluttes med Monicas tredje arie, ”Black Swan”, som er en langsom og sorgfull arie som referer mye til døden. Monicas sang ser ut til å ha en beroligende effekt på Baba og den utvikler seg til en duett mellom mor og datter. Men roen varer ikke lenge, for mens Monica fortsatt synger og Baba ber til Gud hører Baba plutselig gjenferdenes stemmer og latter. Monica forsikrer Baba om at hun hører ingenting. Baba fortviler og gjemmer hodet skrekkslagent i datterens fang (Menotti, 1947).

2.4.2 Synopsis av 2.akt

I likhet med 1. akt starter 2. akt med at Monica og Toby leker sammen, mens Baba er ute. Toby underholder Monica med et dukketeater. Deretter synger hun sin fjerde og siste arie i operaen. Arien er en vals og hun oppfordrer til dans og fest. Hun drar ham inn i leken og inn i sin fantasiverden. På et tidspunkt blir det for mye for Toby og han stanser henne. Monica forstår at han har dype følelser for henne. Hun får en idé og ber Toby knele foran henne. Monica kneler bak ham, og derfra styrer hun Tobys stemme og gester. Resten av arien utvikler seg til en slags duett hvor Monica veksler mellom å synge det hun tror Toby vil si til henne og hennes svar til ham. Duetten veves inn i deres lek og rollespill, hvor Monica er dronning og Toby ikke mer enn en slave. Hun veksler mellom intense kjærlighetserklæringer fra Toby til henne selv og til å irettesette ham for å våge å snakke slik til henne. I en synopsis skrevet til en CD-utgivelse i 1996 beskriver Andrea Lamoreaux at Monica gjengjelder Tobys

kjærlighet og at hun fremfører denne arien med en ungpikaktig uskyld og en godhet (Menotti, 1996).

Brått er Baba tilbake. Monica flykter inn på rommet sitt, mens Toby blir stående igjen. Baba har totalt mistet grepet om tilværelsen etter episoden under seansen. Hun er ustelt og har en flaske i hånden. Baba prøver å få Toby til å tilstå at det var han som la hendene rundt halsen hennes under seansen ved å være mild og vennlig mot ham. Hun sier at hun elsker ham som sin egen sønn og at hun aldri skal straffe ham igjen. Til slutt lokker hun ham med at han skal få gifte seg med Monica dersom han tilstår. Tilståelsen uteblir og hun tar frem en pisk og pisker ham gjentatte ganger. Hun avbrytes av at dørklokka kimer. Monica løper inn i stua og trøster Toby, mens ekteparet Gobineau og Mrs. Nolan entrer scenen. Baba avslører at hun har ført dem bak lyset og tilbyr de pengene tilbake. Alle de fremmøtte nekter at det kan være mulig. De maser om å få møte sine døde barn helt til Baba mister tålmodigheten og kaster de rasende på dør. Samtidig ber hun Toby om å forsvinne og å aldri komme tilbake. Monica blir fortvilet og bønnfaller henne om å la ham bli. Monica truer med å forlate Baba, men scenen ender med at Baba låser Monica inne på rommet sitt.

Baba blir stående igjen alene på scenen. Med ett hører hun stemmene til de døde barna. Hun ber desperat om at det må stoppe og tar seg flere drinker for å roe nervene. Det blir tydelig at hun begynner å miste forstanden. Til slutt sovner hun. Toby lister seg tilbake inn i stuen og prøver å få kontakt med Monica, men døren til rommet hennes er fremdeles låst. Toby er uheldig og bråker slik at Baba våkner. Toby gjemmer seg bak gardinene til dukketeateret. Baba spør om det er noen der, men ingen svarer. Hun antar at det må være et av gjenferdene som jager henne og i redsel trekker hun fram en revolver fra skuffen. Hun ser gardinen på dukketeateret bevege seg og skyter gjentatte skudd i den retningen. En mengde blod kommer til syne og Toby faller om. Baba kneler over Tobys døde kropp i det sceneteppet går ned (Menotti, 1947).

3 Metode

3.1 Valg av metode

I samfunnsforskning er det vanlig å skille mellom kvalitativ og kvantitativ metode, men i praksis er overgangen mellom kvalitative og kvantitative tilnærminger flytende. I kvantitativ forskning vektlegges struktur og standardiserte tilnærminger, mens kvalitative studier er mindre strukturerte og fasene i prosessen er ikke like klart adskilte (Befring, 2007). For å belyse problemstillingen i denne studien har jeg vurdert aksjonsforskning som den mest egnede metoden. I følge Eikeland (2001, s. 4) er skillet mellom kvalitativ og kvantitativ forskning mindre sentralt i diskusjonen om aksjonsforskning. Aksjonsforskning er sjelden kvantitativt og er også noe mer og noe annet enn kvalitative forskningsmetoder.

3.2 Aksjonsforskning

Aksjonsforskning handler om relasjonen mellom refleksjon og handling i praksisfeltet. Det handler om å utvikle og å forandre en virksomhet, samt å skaffe seg kunnskap om hvordan forandringen skjer og hva som skjer under prosessen. Sentrale moment innen aksjonsforskning blir for praktikerens å ha klare spørsmål til praksisen, for deretter å iscenesette en handling, følge prosessens gang og reflektere over det som skjer underveis (Rönnerman, 2004, s. 13). Mens kvalitativ forskning baserer seg på å studere "de andre", baseres aksjonsforskning på forskning på seg selv og på egen praksis, erfaring og virkelighet. Tenkningen, metode- og kunnskapsutviklingen skjer dermed fra innsiden (Eikeland, 2001, s. 4). Aksjonsforskning kan ses på fra et "bottom-up"-perspektiv. Dette innebærer at det er praktikerens som stiller spørsmålene og som legger til rette for handling og forandring, i motsetning til et "top-down"-perspektiv hvor en som står utenfor selve praksisen tar beslutningene som vil påvirke virksomheten. Gjennom "bottom-up"-perspektivet er det praktikerens selv som ut i fra egne problemstillinger prøver nye veier for å forandre praksisen. Under denne prosessen skal praktikerens identifisere aktuelle problemstillinger og følge utviklingsprosessen, samt vurdere og reflektere over hvordan den nye praksisen fungerer sammenlignet med den gamle. Innen aksjonsforskning vises det ofte til en modell som tydeliggjør prosessens ulike faser. I denne prosessen inngår planleggingen, handlingen, observasjonen og refleksjonen. Denne modellen skal ikke brukes slavisk, men heller fungere som et utgangspunkt og som et verktøy for refleksjon gjennom prosessen (Rönnerman, 2004, s. 14). I følge Eikeland (2001, s. 6) er det vesentlige innen aksjonsforskning å bygge opp et

”læringssystem” og å styrke egen praksisrefleksjon. Videre beskriver han at dette foregår gjennom øvelse, utprøving, dialog eller diskusjon mellom forskere som kjenner praksisen fra innsiden.

3.3 Gjennomføring av undersøkelsen

Studien ble gjennomført våren 2014. Selve gjennomføringsperioden varte i 7 uker. De to første ukene besto av eget forarbeid, mens de fem siste ukene besto av undervisning i Method Acting og egenøving mellom undervisningstimene. Under disse 7 ukene arbeidet jeg 5-6 dager i uka med metoden. Øktene varierte fra 1 time til 6 timer. Under denne perioden loggførte jeg daglig prosessens handlinger og egne tanker rundt disse.

3.4 Gammel praksis

Min tidligere tilnærming til tekstformidling og å jobbe frem en operakarakter er bygget opp av ulike verktøy jeg fikk gjennom min musikkteater-utdannelse. Som oftest begynner jeg prosessen med å oversette teksten til morsmålet. En sjelden gang har jeg vært så grundig at jeg har satt meg inn i hele librettoen, men dette hører med til unntakene. Jeg har pleid å skrive ned en rollebeskrivelse, hvor jeg skriver noen stikkord om hvem jeg mener karakteren er og hva slags liv hun lever. Når jeg synger sangen prøver jeg å se for meg historien for mitt indre øye og å tenke at jeg er rollefiguren som opplever det som skjer for første gang.

3.5 Eget forarbeid

Under de to første ukene av gjennomføringsperioden forberedte jeg meg til undervisningen i Method Acting. Jeg visste at en grundig forståelse av teksten ville være sentralt i det videre arbeidet og hovedfokuset mitt i disse to ukene var derfor å lese svært grundig gjennom hele librettoen og å analysere teksten. Alle ord og begrep jeg var usikker på ble slått opp og jeg leste meg opp på miljøer, steder og andre elementer som nevnes i teksten som jeg ikke hadde tilstrekkelig kunnskap om. Spesielt leste jeg meg opp om seanser og medium, om Budapest hvor handlingen er lagt og om hvordan sigøynere er blitt behandlet i Ungarn. Dette for å forstå rollefiguren Toby bedre. Jeg leste også alle scenografianvisningene og tegnet scenen slik at jeg lettere kunne se for meg hvordan rommet de befinner seg i ser ut.

3.6 Undervisning i Method Acting

Jeg så det som nødvendig og viktig å ta privattimer i Method Acting under gjennomføringen av aksjonsstudien. Å tilegne seg en praktisk metode kun ut fra å lese teori, anser jeg at ikke ville gitt meg den samme dybdeforståelsen for metodens praktiske tilnærming. Ed Kovens advarer i sin bok, ”The Method Manual for teachers and actors”, mot å lære seg skuespillerteknikk kun fra en bok (Kovens, 2006, s. 1). Jeg tok kontakt med rektoren ved NSKI, Øyvind Frøyland. Her underviser han i Method Acting og prosjektarbeid. Øyvind Frøyland har studert Method Acting i 6 år til sammen på New York University og ved Ed Kovens Prof. Workshop i New York (Norsk Skuespillerinstitutt, 2009).

Undervisningsperioden varte i fire uker. Møtene fant sted i NSKI sine lokaler og hadde ulike varighet. Det korteste møtet varte 1 time, mens de lengste møtene varte opp mot 6 timer. Lokalene er ikke utstyrt med piano, så undervisningsøktene foregikk alltid uten pianist. De musikalske rammene var derfor begrenset til at jeg sang a cappella. Fokuset var å utforske det tekstlige innholdet og å dykke ned i rollefiguren Monica ved hjelp av Method Acting-øvelser. Undervisningen startet før jeg hadde oppnådd musikalsk sikkerhet med ariene og under arbeidet sang jeg uten noter fra en omtrentlig musikalsk hukommelse. Musikalsk nøyaktighet var med andre ord ikke prioritet under arbeidet og spesielt i starten ble ariene sunget i tonearter som ligger nærmere talestemmen. Etter hvert som arbeidet skred fremover ble behovet for å synge i rett toneart og å integrere det sceniske arbeidet med det musikalske større. Jeg tok da med meg et lite keyboard til øvingslokalene. Det har vært av stor betydning for meg å ha en som kjenner Method Acting godt fra innsiden og som kunne hjelpe meg gjennom diskusjon og undervisning, samt med å gjøre nødvendige justeringer underveis.

Første møte

Før vårt første møte fikk jeg tilsendt fem spørsmål som jeg skulle besvare på samtlige av de fire ariene. Første møte besto kun av samtale. Øyvind Frøyland utfordret meg med en rekke spørsmål knyttet til handlingen i operaen og relasjonene mellom rollefigurene. I videre undervisning ble vi enige om å jobbe både sensorisk og med karakterarbeid, samt å tørre å gjøre modige valg. Han oppfordret meg til å vente en stund med å jobbe musikalsk med sangene og å bare fokusere på det tekstlige innholdet i første omgang. Ettersom eksamenskonserten nærmet seg stresset dette meg og jeg kom fram til at det ikke var gjennomførbart. Ariene er teknisk krevende og inneholder flere krevende rytmefigurer og

ulogiske melodilinjer som ikke var under huden på dette tidspunkt. Jeg valgte derfor å løse dette ved å øve teknisk uten tekst. Jeg fokuserte kun på å øve på nasale konsonanter som fremmer fremre klangplassering (Colton, Casper, & Leonard, 2011, s. 332) og friksjonslyder, lepperuller og bruk av fonasjonsrør som alle fremmer jevne og myke stemmebåndsvibrasjoner, samt skaper en motstand som utvider svelget og fremmer resonansen (Titze, 2006, s. 457). På denne måten kunne jeg jobbe med arienes tekniske utfordringer uten at tolkningen av tekst ble påvirket av musikken i den innledende fasen.

Andre møte

Til neste møte med Øyvind Frøyland skulle jeg gjøre et opptak av en nøytral innlesning av samtlige fire arier. Jeg skulle la det gå noen dager før jeg hørte på innlesningen og da skulle jeg skrive ned alle tanker og assosiasjoner jeg fikk. Deretter møttes vi for en 3 timers økt. Vi startet med å snakke om arbeidet jeg hadde gjort og de tanker jeg hadde fått. Igjen utfordret han meg med spørsmål som fikk meg til å tenke utenfor boksen. Etter samtalen gjorde jeg en egen avspenning før vi begynte å arbeide med sensoriske øvelser. Jeg ble introdusert for bruken av erstatning og for ”følelsesdagbok”. Jeg arbeidet med å visualisere den valgte erstatningen og jeg skrev deretter følelsesdagbok til vedkommende. Vi prøvde ut ulike intensjoner og også ulike erstatninger, da jeg opplevde at det første valget ikke var rett. Deretter tok vi arbeidet et steg videre og jeg skulle si sangteksten til den valgte erstatningen, som en monolog. Neste steg ble å veksle mellom tale og sang. I første omgang vekslet jeg mellom tale og en sangstil som ligger nær talestemmen. Min neste hjemmeoppgave var å fortsette å arbeide med denne vekslingen mellom sang og tale, men å stadig bevege meg nærmere den klassiske sangteknikken. Jeg jobbet også mye på egenhånd med å etablere erstatningen ved hjelp av sansearbeid.

Tredje møte

Under dette møtet jobbet jeg i 6 timer med Øyvind Frøyland. I liket med forrige gang startet vi med å samtale om arbeidet jeg hadde gjort på egenhånd siden sist. Deretter gjorde jeg en avspenningsøvelse før vi begynte å jobbe med den første arien og å etablere erstatningen. Jeg testet ut ulike intensjoner og forsøkte å være Monica i ulike aldre. Først jobbet jeg med å være Monica som et lite barn, deretter som ung tenåring og til sist som beruset 18-åring. Den siste jobbet vi mest med og i forbindelse med dette arbeidet ble jeg introdusert for øvelsen ”Private øyeblikk”. I den forbindelse jobbet jeg sensorisk med å kjenne smaken av vin og å føle beruselsen i kroppen, samt å kjenne på lysten til å forføre erstatningen og til å kjenne

nærheten av vedkommende. Helt til sist la vi på sangen i arbeidet. Denne gangen hadde jeg med keyboardet for å kunne kontrollere at jeg sang i rett toneart, men jeg begrenset bruken av det ettersom jeg opplevde at det brøt konsentrasjonen og tilstedeværelsen. Deretter begynte vi på arbeidet med den fjerde arien, ”Monica’s Waltz”. Vi arbeidet med å hente fram sinne ved bruk av erstatning. Jeg skrev også et personlig unnskyldningsbrev til erstatningen. Videre jobbet vi med å dekke over en følelse med en annen. Jeg leste teksten som en monolog mens jeg desperat forsøkte å dekke over sorg med et smil, for deretter å gå over i sinne. Jeg ble oppfordret til å se filmatiseringen av Tennessee Williams ”Sporvogn til begjær” fra 1951, som er en av de store klassikerne innen Method Acting-tradisjonen. Dette fordi den ene rollefiguren i filmen har interessante likhetstrekk med rollefiguren Monica. Til neste gang fortsatte jeg med å jobbe sensorisk, med å etablere erstatningene og å lese de ulike emosjonelle dagbøkene jeg hadde skrevet. Jeg begynte å øve musikalsk med tekst ettersom jeg skulle ha en øvelse med akkompagnatør og forsøkte å overføre arbeidet med Method Acting etter beste evne. Under øvelsen med akkompagnatøren gjorde jeg uvanlig mange musikalske feil og jeg innså derfor etterpå at jeg måtte trappe opp den musikalske innøvingen før feilinnlæringene satte seg for godt i muskelminnet. Ved siden av musikalsk vask fortsatte jeg sansearbeidet på egenhånd, samt å jobbe med ”private øyeblikk” på egenhånd.

Fjerde møte

Under det fjerde og siste møte jobbet vi igjen i 6 timer. Vi startet med å snakke om utfordringer jeg hadde møtt på, spesielt med tanke på integreringen mellom det musikalske og det sceniske. Deretter fokuserte vi på de ariene jeg hadde jobbet minst med, ”Mummy, Mummy, Dear” og ”Black Swan”. Vi jobbet med bruk av ulike erstatninger, sansearbeid og bruken av følelsesdagbok. I arbeidet med ”Mummy, Mummy, Dear” satte vi opp enkel scenografi for å simulere følelsen av at Monica står bak et forheng og utgir seg for å være et gjenferd. I denne arien jobbet vi også med at jeg bevisst veksler mellom å bruke to ulike erstatninger. For å etablere vekslingsene og impulsene jobbet vi med sangene i langsomt tempo. I arbeidet med ”Black Swan” jobbet jeg først med å se for meg den valgte erstatningen som et barn, deretter slik som vedkommende er i dag. Vi fant en stor matte som vi etablerte som erstatningen og la den i fanget mitt. Vi jobbet med frykten over å miste noen i viten om at de aldri kommer tilbake. Øyvind Frøyland dro i matten mens jeg sang og klamret meg fast til den. Til sist gikk vi gjennom alle sangene i kronologisk rekkefølge for å få en følelse av Monicas utvikling gjennom operaen. Før hver arie jobbet jeg med sansearbeid, etablering av erstatningen og leste jeg gjennom følelsesdagboken. Jeg ble også introdusert for bruk av

følelshukommelse i arbeidet og i den sammenheng skrev jeg ned en bestemt situasjon fra barndommen, som vekket de følelsene jeg trengte å overføre til arbeidet med arien. I likhet med forrige arbeidsøkt brukte jeg også denne gangen mini-keyboardet for å forsikre meg om at jeg sang i rett toneart.

3.7 Siste innsjurt og egenøving

Den siste delen av aksjonsstudien besto av egenøving frem mot eksamenskonserten hvor de fire ariene inngikk i eksamensprogrammet. Denne siste innsjurten besto først og fremst av å etablere det arbeidet som allerede var gjort og å få det under huden, samt å integrere arbeidet musikalsk i møte med repetitør og sangpedagog. Ikke minst fokuserte jeg på å få på plass en del musikalske innlæringsfeil, etter å ha sunget mye etter omtrentlig hukommelse i arbeidsprosessen, fremfor å bruke noter. Av nye steg som ble tatt på egen hånd valgte jeg å benytte meg av følelshukommelse i arbeidet med flere av ariene og benyttet også følelседagbok i den forbindelse. Under generalprøven avtalte akkompagnatøren og jeg at det vil være fint om jeg holder den ene hånden på flygelet, slik at jeg har kontakt med instrumentet og vi fremstår som en enhet. Under generalprøven introduserte jeg muntlig arbeidet med Method Acting og jeg presenterte hver av de fire ariene jeg skulle synge. Ettersom dette fullstendig ødela flyten og min konsentrasjon og tilstedeværelse valgte vi at jeg heller innlemmet informasjonen i det skrevne programmet som skulle deles ut under eksamenskonserten. Dagen før eksamenskonserten fokuserte jeg på mental og fysisk avspenning. Eksamenskonserten ble filmet og var først ment som endelige sluttstasjon for aksjonsstudien, men det var tydelig på opptaket og også på tilbakemeldingen fra sensor at valget om å legge hånden på flygelet hemmet friheten i stemmen. Etter min mening hemmet det også friheten i formidlingen. Valget om å ha hånden på flygelet var aldri en del av Method Acting-prosessen og jeg så det derfor som nødvendig å gjøre en ny innspilling, hvor arbeidet med Method Acting kunne få komme mer til sin rett. Jeg bestemte meg derfor for å gjøre et nytt opptak av ariene på en foajé-konsert i Kilden noen få uker senere. Dagen før konserten fikk jeg beskjed om at konserten må utføres med mikrofon på grunn av akustikken i foajeen. Ettersom bruken av mikrofon også vil redusere friheten i kroppen, valgte jeg å utføre selve filmingen av ariene til dagen etter konserten. Bare på denne måten kunne arbeidet med Method Acting få komme til sin rett.

3.8 Innsamling av data og loggføring

I følge Rönnerman (2004, s. 21) er loggføring et viktig verktøy til å få innsikt i egen refleksjon. Jeg valgte å loggføre gjennomføringsperioden av aksjonsforskningen for å stimulere egen refleksjon rundt prosessens forandring og utvikling. Loggboken fungerer som en primærkilde i denne studien. Det ville ikke vært mulig for meg å memorere alle vurderingene jeg har gjort underveis. Refleksjonene er skrevet når de er ferske og er knyttet opp mot detaljerte beskrivelser av hva som ble gjort den aktuelle dagen. McNiff (2013) oppfordrer til å skille mellom handling og refleksjon i loggføringen. Jeg valgte å følge denne anbefalingen. Jeg noterte først hva som ble gjort, for deretter å notere mine refleksjoner rundt handlingen. Min intensjon har vært å skrive ned mine umiddelbare tanker og å ikke sensurere meg selv. Loggføringen har derfor et personlig preg. Fokuset har vært på de utfordringer som oppsto underveis og på hva jeg opplevde at fungerte og ikke fungerte og følgelig hva jeg trodde var årsaken og hvordan utfordringer eventuelt kunne løses.

3.9 Kvalitetskriterier

I denne studien er fokuset refleksjon og evaluering, fremfor måling av et fenomen. Dette fordrer at reliabilitet og validitet må vurderes annerledes enn de gjøres i mer tradisjonell kvantitativ forskning. Reliabilitet handler om studiens målesikkerhet og pålitelighet, mens validitet refererer til hvor godt dataene representerer fenomenet som studeres (Johannessen, Tuft, & Christoffersen, 2006). I følge Tomal (2010, s. 83) kan det være problematisk å få kontroll på reliabilitet og validitet innen aksjonsforskning. I følge Lena Folkesson handler utfordringene blant annet om hvordan aksjonsforskning skal utføres for å aksepteres som forskning av det akademiske forskningsmiljøet.

Idén om att tillämpa konventionella begrepp som reliabilitet, validitet og generalisering för att bedöma forskningen, ger inte heller det unika inom praktikerforskning full rättvisa. ... Det handlar alltså inte om att i första hand tillfredställa den akademiska forskningens ”krav”. Snarare handlar det om att skapa en professionell trovärdighet, när det gäller praktikers bidrag till den egna professionella kunskapsbildningen. Dessutom handlar det om att forskning i den egna praktiken måste tillåtas utgöra forskning på sina egna villkor (Folkesson, 2004, s. 121-122).

Eisenhart og Borko (1993) har utarbeidet fem kriterier som kan brukes til å kvalitetssikre denne typen forskningsmetoder. Det første kriteriet handler om at forskningsspørsmålene, datainnsamlingsmetodene og analyseteknikkene passer sammen. I denne studien har jeg som

nevnt loggført datainnsamlingen og det er loggføringen som danner grunnlaget for analysen og drøftingen av problemstillingen. Det er med utgangspunkt i problemstillingen jeg har valgt de metoder jeg mente var best egnet til å besvare forskningsspørsmålene og i så måte har jeg forsøkt å sikre et godt samsvar mellom forskningsspørsmål, datainnsamlingsmetoder og analyseteknikker. Det andre kriteriet handler om anvendelsen av den valgte metoden på en kompetent måte. Jeg har forsøkt å benytte de rammer som aksjonsforskningen gir og å redegjøre grundig for hvordan jeg har gått frem. På denne måten blir forskningen min transparent og troverdigheten kan styrkes. Troverdighet står også sentralt i det tredje kriteriet, som handler om at forskningen må bygge på eksisterende teoretisk eller praktisk kunnskap. Jeg har valgt å trekke allerede eksisterende praksis innenfor skuespillerfaget inn i sangfaget. I så måte tar studien utgangspunkt i en teoretisk og praktisk tradisjon og kan bidra med fornyet praktisk kunnskap. Jeg har også forsøkt å styrke min egen troverdighet ved å gjøre rede for mitt personlige ståsted og min motivasjon for å gjennomføre studien. Det fjerde kriteriet handler om intern og ekstern validitet. Det vi si at forskningen skal ta tak i viktige spørsmål som oppstår i selve praksisen, men også være relevant i en utvidet sammenheng. Selv om målet har vært å utvikle egen virksomhet gjennom ny kunnskap og erfaring, har jeg forsøkt å gjøre studien tilgjengelig og forståelig for lesere med ulik bakgrunn i håp om at andre kan tolke og dra nytte av studien. Det femte og siste kriteriet går ut på å samle de fire foregående kriteriene på en helhetlig måte. Det har vært min intensjon å skape et produkt som gir et grundig innblikk i fremgangsmåte og som tydeliggjør hvordan studien henger sammen. I samsvar med McNiff (2013) har jeg forsøkt å gjøre studien så transparent som mulig i alle ledd for å styrke kvalitetssikringen.

4 Drøfting og resultater

Jeg har valgt å legge frem resultater og drøftingen av disse i samme kapittel. Forhåpentligvis vil dette gi en helhetlig presentasjon av datamaterialet som gjør det enkelt for leseren å følge resonnementene underveis.

4.1 Drøfting og sammenligning av gammel og ny praksis

Som nevnt i metodedelen handler aksjonsforskning om å utvikle og forandre en virksomhet. Relasjonen mellom handling og refleksjon står sentralt under prosessen (Rönnerman, 2004, s. 13). Tenkningen, metode- og kunnskapsutviklingen skjer fra innsiden og blir subjektiv ettersom jeg forsker på meg selv. Det er min egen praksis som danner grunnlaget for studien og det er denne jeg har ønsket å utvikle. Studien har blitt utført ved å teste ut nye metoder med veiledning og på egen hånd. Jeg har identifisert aktuelle utfordringer som har dukket opp under utviklingsprosessen. Videre har jeg vurdert og reflektert over hvordan utfordringene kan løses og hvordan den nye praksisen fungerer sammenlignet med den gamle. Jeg har heldigvis kunnet drøfte utviklingen av praksisen underveis med Øyvind Frøyland. På denne måten har jeg hatt dialog med andre fagfolk med innsikt i praksisen, slik at jeg har fått støtte i de utfordringer som har oppstått underveis. Rönnerman (2004, s. 14) referer til en modell som tydeliggjør aksjonsforskningens ulike faser (planlegging, handling, observasjon og refleksjon). Som nevnt poengterer hun at denne ikke skal følges slavisk, men fungere som et utgangspunkt for refleksjon. Jeg har ikke fulgt modellen til punkt og prikke, men har vært innom alle faser og ofte flere ganger. Når ulike utfordringer dukker opp krever det ny planlegging og implementering av nye handlinger. I slike tilfeller går jeg gjennom modellens faser om igjen. Min gamle praksis har ikke vært like systematisk og grundig når det gjelder det skuespillertekniske aspektet ved formidlingen. Tidligere har jeg som nevnt alltid oversatt arien til eget morsmål, men kun tidvis satt meg inn i librettoen. Jeg har skrevet en slags rollebeskrivelse og prøvd å se for meg handlingen i sangen for mitt indre øye. Dette arbeidet har i høyeste grad fellestrekk med Method Acting, men mangler sentrale elementer. Jeg har ikke hatt fokus på å oppnå avspenning og heller ikke jobbet med øvelser for å fremme konsentrasjon. Det sensoriske arbeidet har vært mangelfullt, selv om indre bilder absolutt har påvirket sansene mine. Jeg har aldri tidligere jobbet med personalisering og erstatninger, men har kun forholdt meg til å tenke ”som om” jeg var rollefiguren. Med Method Acting har jeg jobbet med en helt annen grundighet og resultatet av det er en mye dypere tekstforståelse og

en sensorisk tilnærming som har fremmet en mer organisk formidling. Målsettingen har ikke vært å søke etter en komplett praksis, men å utfordre og utvikle mitt eget arbeid.

4.2 utfordringer i arbeidet med Method Acting

Arbeidet med Method Acting er en prosess som krever tid og modning. Som nevnt kan det ta to til tre år for en skuespillerstudent å bli kjent med alle de ulike fasene av Method Acting (Easty, 1989, s. 47). Ikke minst kreves det mye tid for å opprettholde og videreutvikle ferdighetene. Easty (1989, s. 26) sammenligner dette med hvordan en musiker øver på sitt instrument. Det er derfor med den største ydmykhet at jeg i det følgende vil drøfte de utfordringer jeg har opplevd i arbeidet med Method Acting. Aksjonsstudien har hatt en begrenset tidsramme og min erfaring med Method Acting ligger innenfor disse begrensede rammene. Arbeidet har vært meget lærerikt og givende, men slitsomt. Det krever mye energi, tilstedeværelse og konsentrasjon. Ikke minst krever det god kontakt med egne emosjoner og det i seg selv kan oppleves intenst. Jeg hadde flere lange økter under veiledning av Øyvind Frøyland. Etter disse øktene kunne jeg føle meg veldig sliten, men det var på en god måte. Jeg opplevde at jeg virkelig hadde fått brukt meg selv kreativt og skapende. Ikke minst at jeg opplevde at jeg fikk utløp for følelser som i hverdagen sjelden får lov til å komme til overflaten. Det føltes befriende. Jeg forstår den tidligere presenterte kritikken mot at Method Acting beveger seg i grenselandet mot terapi, ettersom man leter i seg selv etter opplevelser og relasjoner som kan vekke de mest egnede emosjonene. Jeg tenker at dette arbeidet vil kunne oppleves som ubehagelig for noen, men jeg opplevde det ikke slik. En årsak er nok at jeg synes det er interessant å forske i meg selv og jeg er ikke redd for å kjenne på følelser eller å snakke om de. Her må det selvfølgelig poengteres at det forutsetter at jeg har tillit til mottakeren. I dette tilfellet Øyvind Frøyland som skapte en veldig trygg og profesjonell ramme for arbeidet. Emosjonene kom aldri ut av kontroll og det ble aldri benyttet ferskt materiale av utfordrende karakter hvor man ikke hadde rukket å bearbeide eller få litt distanse til opplevelsen. Dette er i tråd med Easty (1989, s. 46) sine anbefalinger om at dersom det benyttes opplevelser av traumatisk eller spesielt utfordrende karakter bør de være eldre enn 7 år. Dette nettopp for å forhindre at følelsene kommer ut av kontroll.

Det ville være arrogant av meg å uttale meg som om jeg hadde rukket å bli en ekspert på Method Acting. Jeg har kun blitt kjent med noen av de måtene man kan jobbe på som Method Acting-skuespiller og det er mine subjektive utfordringer i møtet med metoden som vil bli

presentert. Ikke minst vil integreringsarbeidet mellom skuespillerteknikk og sang bli viet mye fokus.

4.2.1 utfordringer under analysearbeid

Det finnes mange måter å analysere et stykke og dets rollefigurer på. Som nevnt er målet med analyse å oppnå en dypere forståelse av rollen og stykket (Stanislavsky, 1963, s. 19). Jeg startet analysearbeidet med en grundig gjennomlesning av hele librettoen. Underveis noterte jeg tanker og tolkninger, samt skrev et sammendrag. Arbeidet gjorde at linjene i historien ble klarere og jeg forsto motivasjonen for rollefigurenes handlinger bedre. Jeg noterte meg også hva jeg burde skaffe meg mer kunnskap om. Det gjaldt spesielt de historiske omstendighetene. Handlingen foregår i Budapest. Årstall er ikke beskrevet i librettoen, men Menotti skrev operaen i 1945. Jeg tok derfor et eget valg på at handlingen i operaen utspiller seg rundt denne tiden. Jeg leste meg opp på Budapest og Ungarns historie. Jeg leste om fattigdom under depresjonen og om sigøynernes lave status. Jeg ville gjerne vite mer om dette ettersom Toby er en sigøyner som ble funnet på gata. Dette temaet viste det seg å være vanskelig å finne nok materiale på, men jeg fant ut at deportasjonen av sigøynerne ikke startet før i 1944. Jeg valgte derfor at handlingen utspiller seg under 2.verdenskrig, men før deportasjonen. Ettersom moren utgir seg for å være et medium leste jeg meg også opp på dette. Jeg har selv vært i Budapest og var i den forbindelse på en historisk vandring i byen med guide. Det var også med på å gjøre mine indre bilder mye klarere. Underveis tegnet jeg ned de scenografiske retningslinjene som Menotti gir i Librettoen. ”Jeg merker at den grundige konkretiseringen og nedtegningen av Menottis scenografiske beskrivelser hjelper meg i å visualisere rommet. Omgivelsene det hele skal utspille seg i blir tydelige” (fra egen logg, 14.april 2014).

Frøyland presenterte meg for analyseverktøyet ”de fem spørsmål”. Som nevnt skal disse spørsmålene besvares detaljert og konkret og har som mål å påvirke skuespilleren fysisk og emosjonelt (NSKI, 2009, s. 42). Disse spørsmålene er med på å klargjøre de gitte omstendigheter og danner de første elementene i den skapende prosessen (Kemecsi, 1998, s. 35-36). De fem spørsmålene gjorde at jeg utfordret meg til å ta valg knyttet til tolkning. Spørsmålene skulle gjøres på hver av de fire ariene og arbeidet var tidkrevende. Jeg merket at spørsmålene var effektive i å oppnå dypere forståelse for teksten. ”Spørsmålene gjør at jeg sanser og visualiserer scenen og karakterene ytterligere. De indre bildene tar form og blir

enda tydeligere” (fra egen logg, 28.april 2014). Jeg hadde besvart alle de fem spørsmålene på alle ariene da jeg hadde første møte med Frøyland. Under dette møtet utfordret han meg med en del spørsmål knyttet til historien og relasjonene. Ikke minst utfordret han meg med spørsmål knyttet til hva som var det egentlige budskapet i operaen. Under samtalen merket jeg meg at det var en del spørsmål jeg ikke hadde klare nok svar på enda.

Vi snakket om at man ikke alltid mener det man sier eller gjør. Jeg bør lete etter spenninger i teksten og tørre å velge modig. Det er ikke sikkert den mest åpenlyse tolkningen er så interessant. De sensoriske valgene må ha kraft til å påvirke meg. Hvis jeg velger at det er kaldt i leiligheten må jeg jobbe med at det påvirker meg i scenen (fra egen logg, 2.mai 2014).

I hver eneste økt har Frøyland oppfordret meg til å tenke utenfor boksen. Vi har prøvd ut ulike retninger og ulike tolkningsmuligheter i arbeidet.

Jeg innser at jeg har hatt for vane å gjøre valg veldig tidlig i prosessen og at jeg i min gamle praksis har eksperimentert lite med ulike uttrykk. Det oppleves veldig nyttig å bli utfordret på å ikke låse seg, men heller være åpen for nye tolkninger. På denne måten opplever jeg at jeg blir i stand til å finne nye lag (fra egen logg, 14.mai 2014).

Det modigste tolkningsvalgene jeg har gjort under aksjonsstudien er knyttet til valg jeg har gjort rundt karakteren Monica. Min fremstilling av henne er veldig annerledes enn de jeg har sett gjort av andre. Som oftest fremstilles hun veldig naiv og uskyldig. Det er Baba som drives til vanvidd, mens Monica ofte fremstår som god og ansvarsfull ovenfor både Toby og Baba. Hun fremstilles også med en ungpikaktig uskyld og godhet av Lamoreaux i bilaget til en CD-utgivelse av ”The Medium” fra 1996 (Menotti). Etter min første gjennomlesning av librettoen ser jeg at også min tolkning av Monica er at hun er enkel og naiv. Jeg opplever at hun på dette tidspunktet ikke har blitt et menneske av kjøtt og blod, men at min forståelse og mine valg knyttet til henne fremdeles befinner seg på et overfladisk nivå. Under analysearbeidet graver jeg stadig dypere i rollefiguren og under aksjonsstudien når jeg stadig nye lag. Den 21.mai 2014 skriver jeg følgende om hvordan jeg forstår karakteren Monica:

Dette er ikke bare historien om moren som mister forstanden, men også om datteren som innhentes av sin tapte barndom og omsorgssvikt og alt for tidlig voksenrolle. Leken med Toby får henne til å glemme bekymringene. Hun lengter vekk til en bedre hverdag og en opphøyd virkelighet, med prinser og prinsesser. Dagdrømmer som aldri vil bli virkelighet. Hun har behov for kontroll, men mister totalt kontrollen på virkeligheten. Den hun kan ha kontroll over er Toby og hun bruker ham nådeløst i sin lek” (fra egen logg, 21. mai 2014).

Denne tolkningen ga mer og mer mening for meg. Jeg opplevde at Monicas emosjonelle reise stemte godt overens med de valg jeg hadde tatt knyttet til de gitte omstendigheter. Det faktum at jeg allerede hadde jobbet med arien ”Monica’s Waltz” tidligere og allerede hadde en tolkning av den bød på ekstra utfordringer. Jeg prøvde å være bevisst på å ikke låse meg til det jeg tidligere hadde gjort, men å heller la mine nye funn få fargelegge en ny tolkning av denne arien. I takt med at min forståelse av Monica endret seg måtte også innfallsvinkelen til arien endres. Lamoreaux beskriver at Monica gjengjelder Tobys kjærlighet. Jeg velger at Monica mister grepet i denne arien og at når Toby ikke vil leke mer begynner hun å kontrollere ham som om han er en marionettedukke i et dukketeater.

Monica påvirkes av Babas forfall og hun begynner å bli desperat når det gjelder sine metoder for å flykte fra hverdagen. Hun forsøker febrilsk å flykte inn i sin fantasiverden. Hennes siste arie blir som en manisk flukt fra virkeligheten. Hun har fått nok av jerngrep. Hun ønsker frihet. Toby har vært hennes lyspunkt, men hun innser at han bare har vært en mislykket billett på vei ut av elendigheten. I ”Monica’s Waltz” kontrollerer hun Toby og får plutselige sinneutbrudd og håner ham og trækker på hans kjærlighet til henne. Hun har lurt seg selv med sine fantasier og prøvd å være en annen enn den hun er. Nå vil hun vekk. Leken er ikke effektiv lenger. Den har blitt som et narkotikum og hun trenger sterkere midler for å flykte fra hverdagen (fra egen logg, 14. mai 2014).

Monicas maniske tilstand i denne arien var det vanskelig for meg å relatere meg til. Her trengte jeg mer inspirasjon til å vekke de rette emosjonene. Frøyland anbefalte meg å se filmatiseringen av ”En sporvogn til begjær”. Rollefiguren Blanche har mange likhetstrekk med min tolkning av Monica. Den 17.mai 2014 skriver jeg følgende i loggen.

Det var nyttig å se ”En sporvogn til begjær”. Rollefiguren Blanche ga ytterligere knagger til ønsket om å være noe man ikke er og til virkelighetsflukt og fortapte drømmer. Jeg følte dette ga meg nyttige innganger i jakten på å finne manien til Monica”.

I arien ”Mummy, Mummy, Dear” gjorde jeg et valg som fikk stor påvirkning for uttrykket i sangen. I operaen synger Monica sangen som gjenferdet til den avdøde datteren til en av klientene under en seanse. Tilsynelatende synger Monica for klienten, men underteksten rettes til hennes egen mor. Dette ble en spennende inngang som jeg gikk for.

Frøyland foreslo å utforske denne teksten i forhold til Baba og ikke kun klienten. Det var en åpning for meg. Mummy, Mummy are you there? Baba har ikke vært der for meg. Dette gir arien et mye mer nyansert og komplekst liv. Tankene vekker dype

følelser som bitterhet og smerte og sinne over hvordan Baba har frarøvet meg en trygg barndom” (fra egen logg, 2.mai 2014).

”Black Swan” bød på de største utfordringene når det gjelder tekstanalyse. I motsetning til de andre ariene er denne arien fylt med metaforer og symbolikk. Tolkningen er derfor ikke åpenbar og kan forstås på mange ulike måter. Jeg slet en stund med å bestemme meg for hvilken tolkning og retning jeg skulle velge. De fem spørsmålene ble avgjørende i å ta noen valg.

Uttrykket ”Black Swan” har visst vært brukt i London for å referere til det umulige. Før svarte svaner ble oppdaget i Australia ble de ansett for å være ikke-eksisterende. Etter det forandret uttrykket seg til å referere til det umulige som likevel blir mulig. Jeg opplever dette som en tekstlig veldig kompleks arie. Det er akkurat som om den er bærer av et potensielt hovedbudskap i hele operaen. Hva er ekte? Hva er falskt? Er det mulig at Babas falske sanser likevel er ekte? Er det umulige likevel mulig? Kanskje er den sorte svanen et bilde på det falske og at det venter straff for deres hykleri (fra egen logg, 16.mai 2014).

Tolkningen bærer preg av mange egne valg, men som gir mening for meg. I loggen ser jeg at denne arien har gitt meg hodebry gjennom hele analysearbeidet og jeg har drøftet veldig mange ulike tolkningsmuligheter. Jeg uttrykker også behov for å drøfte de ulike tolkningsmulighetene med noen. I samarbeid med Frøyland forsøkte jeg mange ulike varianter før jeg endte på en tolkning.

Brunetti (2006, s. 10) anbefaler som nevnt å starte med å behandle sangene som monologer og å begynne med å lese de på en helt avspent og nøytral måte. Denne måten å behandle ariene på ble også en del av det innledende arbeidet i aksjonsstudien. Frøyland rådet meg til å gjøre et lydopptak av dette arbeidet. Noen dager etterpå skulle jeg skrive ned alle tanker som måtte dukke opp mens jeg hørte på opptaket av den nøytrale innlesningen av teksten. Det fungerte som en brainstorm hvor jeg ikke skulle arrestere noen tanker, men forsøke å nøytralisere og nullstille hodet slik at helt nye tanker kunne dukke opp og kanskje lede til noe nytt.

Det var en del nye tanker som ramlet ned i hodet, som jeg ikke har hatt før. Jeg opplevde teksten på en annen måte under brainstormen. Jeg fikk klare tanker og ideer i forhold til tekst. Spesielt ble ”Black Swan” mye klarere og rikere i assosiasjonene etter dette (fra egen logg, 5. mai 2014).

De største utfordringene i denne øvelsen opplevde jeg når jeg lyttet til innlesningen av ”Monica’s Waltz”. Det var ikke overraskende med tanke på utfordringene med å løsrive seg fra min tidligere tolkning av denne arien. ”Det var en ekstra utfordring å nøytralisere tankestrømmen på denne arien og å tillate nye tanker til å strømme på. ... Jeg merker at veldig mange av tankene er tenkt før, men noe nytt kom det” (fra egen logg, 8.mai 2014).

Jeg har aldri gjort et så omfattende analysearbeid knyttet opp mot en rolle før og det tar mye tid i en ellers hektisk hverdag. I praksis kan dette by på utfordringer hvis arbeidet skal utføres under enda strammere tidsrammer. I et ærlig og litt utmattet øyeblikk skriver jeg følgende: ”Denne grundigheten kommer jeg ikke til å ha tid og ork til hver gang jeg skal synge en ny sang” (fra egen logg, 30.april 2014). Lenger ut i aksjonsstudien begynner jeg i større grad å se verdien av alt jeg har dokumentert skriftlig gjennom prosessen. De nøyte utfylte spørsmålene knyttet til de gitte omstendigheter, brainstormingen og ikke minst selve loggføringen har alle bidratt til at idéene og tankene gjennom prosessen har blitt godt forvaltet.

Plutselig har man glemt en spennende tanke som dukker opp igjen når man leser i notatene. Jeg får en påminnelse om et spor jeg ikke har fulgt og på et senere tidspunkt kan det få fornyet gjenklang i utviklingen av arbeidet (fra egen logg, 27.mai 2014).

4.2.2 Utfordringer i arbeidet med avspenning og konsentrasjon

Avspenning og konsentrasjon blir som nevnt sett på som selve grunnmuren i Method Acting når det gjelder å fremme den sceniske tilstedeværelsen (Carnicke, 2000, s. 17). Som poengtert av Strasberg (1988, s. 126) i teoridelen, vil fysiske spenninger kunne forhindre at opplevde følelser uttrykkes. Følelsene forblir hos skuespilleren og når ikke publikum. Under aksjonsstudien var det derfor av stor betydning at hver økt startet med øvelser som fremmet avspenning og konsentrasjon. De to siste ukene av aksjonsstudien, hvor det nærmet seg eksamenskonsert med stormskritt, var spesielt preget av utfordringer knyttet til avspenning. 19. mai 2014 skriver jeg følgende i loggen: ”Det var krevende i dag. Jeg merker at stressnivået er litt høyt og det er mulig jeg gjorde en alt for hurtig avspenning i dag. Det nærmer seg eksamen og det kjønes på kroppen”. Det faktum at jeg i innspurten ikke tar meg like god tid til å spenne av kan videre påvirke resultatet av øvingsøkten. Hele øvingsøkten er preget av høy muskeltonus og indre stress og kan være en direkte årsak til at den oppleves krevende. Det er et paradoks at når jeg ser ut til å trenge avspenningen som mest, er jeg for stresset til å ta meg tid til den. Dette er også et eksempel på sammenhengen mellom psykisk

og fysisk spenning. Som fremhevet av Easty (1989, s. 64-65) vil opphørt spenning i den ene også kunne føre til at spenningen slipper taket i den andre. Gjennom aksjonsstudien er det flere eksempler på hvordan uhensiktsmessige muskelspenninger har påvirket min prestasjon. I loggen kommer det frem at spesielt dager hvor jeg følte meg sliten, hadde redusert form eller på andre måter hadde hatt en dårlig dag påvirket avspenningen og konsentrasjonen negativt. Som oftest øvde jeg uforstyrret i lydisolerte rom på min arbeidsplass, men ved de anledningene jeg øvde hjemme merket jeg straks et økt indre stressnivå. Tanken på at naboer kunne høre meg reduserte min frihet i arbeidet i form av både mer spenning i kroppen og nedsatt konsentrasjon på oppgaven. Det samme gjorde seg i blant gjeldende når jeg arbeidet sammen med Øyvind Frøyland på NSKI, dersom jeg visste at det var personer i naborommene som kunne høre meg. I loggen beskriver jeg at dette gjorde det ”vanskelig å slippe seg helt løs” (14 mai, 2014). Dette gjaldt kun når vi overførte arbeidet til sang. Dersom jeg gjorde øvelser hvor jeg brukte talestemmen, følte jeg meg avspent. Straks øvelsen skulle overføres til sang økte faren for å bli selvbevisst og anspent. Støy i naborom var også en faktor som kunne forstyrre konsentrasjonen min. Straks jeg hadde ro rundt meg og en visshet om at ikke utenforstående kunne høre meg, kunne jeg bedre oppnå avspenning og konsentrasjon.

Med tanke på at uhensiktsmessige muskelspenninger vil kunne ha negativ påvirkning både på min sceniske tilstedeværelse og sangprestasjon, ble redusering av mentalt stress og muskelspenninger spesielt viktig de siste dagene før eksamenskonserten. De to siste dagene valgte jeg derfor å bare jobbe mentalt og med avspenningsøvelser. Jeg tillot meg selv bare å tenke tanker som kunne støtte en god fremføring. Destruktive tanker om alt som potensielt kunne gå galt og at jeg ikke følte at jeg hadde det nok under huden enda, tillot jeg meg selv ikke å tenke. Jeg var bevisst på at negative tanker ville føre til økt indre stress, som igjen ville føre til økt fysisk spenning. Mitt mål var å legge til rette for mest mulig frihet i både kropp og stemme. På kvelden før eksamensdagen hadde jeg en lang økt med avspenningsøvelser. Jeg hadde absolutt nerver, men jeg opplevde at avspenningsøvelsene roet meg betraktelig og at jeg var i bedre stand til å puste dypt etterpå. På selve eksamensdagen forsøkte jeg å ha en så rolig morgen som mulig. Jeg tok meg god tid til avspenningsøvelser og ønsket ikke å gjøre noe som kunne stresse meg opp. Akkompagnatøren foreslo å spille gjennom noen av de mest krevende partiene rett før konserten. I loggen skriver jeg følgende:

Jeg ville ikke synge noen av de mest krevende sangene før konserten, fordi jeg ikke ville risikere å bli stresset over å plutselig synge feil og dermed bli redd for at det også skulle gå galt på konserten. Jeg prøvde i størst mulig grad å kun si positive ting til meg selv og å gjøre ting som ga meg tro på at dette skulle gå bra (fra egen logg, 2.juni 2014).

Som nevnt i teoridelen beskriver Strasberg (1988, s. 124-130) hvordan muskelspenninger paralyserer kroppen og hemmer tankens evne til konsentrasjon og fantasi. Med tanke på all fokus jeg hadde på avspenning og med tanke på hvor sentralt fysisk frihet står i Method Acting, er det ett valg jeg gjorde under konserten som er vanskelig for meg å forstå i ettertid. Akkompagnatøren og jeg kommer til enighet om at det vil være fint om jeg legger den ene hånden på flygelet under konserten, slik at vi fremstår mer som en enhet. Denne velkjente og tradisjonelle sangerposituren er ikke forenlig med alle timene jeg hadde lagt ned i å oppnå frihet i kropp og stemme og en spontan, naturlig og troverdig rollefigur. I loggen viser jeg tydelig frustrasjon over dette valget:

At jeg til stor del velger å holde armen på flygelet var en svært dårlig beslutning. ... Det strider i mot alt jeg har prøvd å oppnå med Method Acting. Jeg stivner i armen og denne stivheten påvirker overkroppen min og påvirker også friheten i stemmen. Dette ble også påpekt av sensor. ... Det jeg ser (på opptaket) er at muskelspenningene forplanter seg og gjør det fysiske uttrykket stivt. Når jeg tidvis slipper flygelet, får jeg en frihet i både kropp og stemme. Med en gang er kropp og stemme koblet på og uttrykket blir mye mer ekte og troverdig. Jeg forstår ikke hva jeg tenkte på! Jeg velger å stå i en positur! Hvordan i alle dager kan det fremstå som ekte i formidlingen av et menneske av kjøtt og blod? (fra egen logg, 2. juni 2014).

Som en følge av dette så jeg meg nødt til å gjøre et nytt opptak av arbeidet med Method Acting. Opptaket fra eksamenskonserten anså jeg for å ikke være representativt for det arbeidet som var lagt ned i aksjonsstudien. Denne posituren var helt ny for meg og ikke noe som var naturlig for kroppen min å gjøre. Dersom jeg hadde vært vant til å stå på den måten, hadde jeg muligens gjort det med mindre spenning i armen. Jeg ser på det endelige opptaket at jeg legger hånden noe på flygelet her også, men i motsetning til første innspilling oppleves det mer organisk og den blir ikke værende der. Jeg ser at jeg tidvis stivner noe i kroppen på teknisk krevende partier, men jeg opplever ikke lenger at jeg blir stående i en kunstig positur.

Som nevnt henger avspenning nøye sammen med konsentrasjon (Strasberg, 1988, s. 130). Jeg opplever at avspenningen gir en ro i kroppen som tilrettelegger for konsentrasjonen. Dette fører til at jeg blir mindre opptatt av meg selv. Konsentrasjonen ligger på det jeg skal sanse og

på teksten jeg skal formidle. Under aksjonsstudien opplevde jeg ved flere anledninger at denne roen i kombinasjon med konsentrasjonen fikk meg til å tenke klarere. Jeg ble i stand til å lettere redde meg ubemerket inn igjen hvis noe gikk galt. Et typisk eksempel er at jeg begynner å synge feil tekst, men da raskt klarer å finne på noe annet å synge helt til jeg kommer inn på rett spor igjen. Tidligere ville jeg fått panikk og kreativiteten ville låst seg, og hele seansen ville mest sannsynlig blitt meget synlig for publikum. Dette stemmer overens med at fysisk spenning blir sett på som kreativitetens største fiende (Carnicke, 2000). Når jeg er avspennt og konsentrert opplever jeg at jeg beholder roen og har tilgang til min egen kreativitet. Et tydelig eksempel på en forholdsvis grov feil skjedde på ”Monica’s Waltz” på selve eksamenskonserten. I loggen skriver jeg følgende om denne episoden:

Plutselig gjør jeg en veldig overraskende musikalsk feil som jeg ikke kan huske å ha gjort før. Etter piano-forspillet kommer en a cappella-del hvor jeg starter i feil toneart. Jeg merker fra første tone at jeg synger i en lavere toneart enn jeg skal, men det er ingen vei tilbake og jeg håper bare at det ikke skal bli for åpenlyst når pianisten begynner å spille igjen. Jeg fortsetter å fokusere på å være tilstede i rollefiguren og den konsentrasjonen jeg bygde opp på forspillet. Jeg rekker å tenke at jeg skal droppe å synge første tone sammen med piano, slik at vi ikke kræsjer tonalt. På denne måten havner jeg og piano rett på min andre tone. ... Når jeg ser på opptaket er jeg overrasket over at man ikke kan se noen form for panikk eller usikkerhet på meg over at jeg har havnet i feil toneart, men at jeg klarer å forbli i rollen. ... Jeg opplever at den konsentrasjonen jeg får når jeg fokuserer på tilstedeværelsen og formidlingen tar vekk nervene, slik at jeg beholder hodet kaldt, registrerer at jeg gjør feil, men forblir i rollen og tenker klart i forhold til hvordan jeg skal løse det. Jeg fikk ingen panikk (2. juni 2014).

Som nevnt i teoridelen beskriver Easty (1989, s. 76-77) sceneskrek og prestasjonsangst som konsentrasjonens fiende. Videre poengterte han at sceneskrek er et direkte resultat av manglende konsentrasjon. Dersom man lykkes med å konsentrere seg om arbeidet vil ikke tankene som forårsaker nervøsiteten få næring, og nervøsiteten kan derfor forsvinne. Jeg opplever at både fokuset på avspenning i forkant av eksamenskonserten, samt fokuset på å etablere rollefiguren førte til at jeg reduserte nervøsiteten betraktelig. På denne måten opplever jeg at arbeidet med Method Acting er med på å styrke min sceniske selvtillit. Den oppnådde konsentrasjonen gjør meg så fokusert på oppgaven at det blir ikke rom for negative tanker og dermed reduseres både prestasjonsangst og sceneskrek. Det faktum at jeg begynner å stole på min egen evne til å redde meg selv inn igjen hvis noe skulle gå galt, gjør meg også mer avspennt. På den annen side mistenker jeg at den musikalske feilen jeg gjorde på ”Monica’s Waltz” skyldes at jeg kun var konsentrert på sansearbeidet og å etablere

rollefiguren under piano-forspillet. Jeg glemte å tenke på det musikalske og konsekvensen ble at jeg startet i feil toneart. Her opplever jeg at sangere har et krevende element som ikke skuespilleren trenger å fokusere på. Mens skuespilleren kan bruke sitt fulle fokus på den sceniske tilstedeværelsen, må sangeren fremdeles ha nok hjernekapasitet til musikalsk fokus. Som nevnt hevdet Strasberg (1988, s. 131) at skuespillertalentet ikke kan strekkes lenger enn personens konsentrasjonskapasitet. Skuespillere skal ha mange tanker i hodet samtidig og jeg mener at sangere skal ha enda flere. Det blir derfor av betydning at også sangere arbeider bevisst med å utvide og utvikle sin evne til konsentrasjon. I mitt tilfelle førte mitt manglende musikalske fokus til at jeg mistet kontroll på tonaliteten. Dette skjedde med den arien jeg kunne aller best, og min opplevelse er derfor at man aldri kan slippe det musikalske fokuset. Den sceniske og musikalske tilstedeværelsen bør gå hånd i hånd til en hver tid. I loggen skriver jeg følgende tanker om utfordringene med konsentrasjons-kapasiteten:

Jeg har innsett at det krever veldig mye arbeid å utvide konsentrasjonsevnen, slik at jeg kan ha mange nok tanker i hodet på en gang. En sanger har enda mer å forholde seg til. Spesielt er det krevende i partier med komplisert rytme og/ eller melodi. Ikke minst må jeg være til stede i samspillet med pianisten (fra egen logg 1. august 2014).

I følge Strasberg (2000, s. 131) skjerper konsentrasjonsøvelsene sansene til å kunne forestille seg nærværet av noe som ikke er der. I loggen ordlegger jeg meg slik: ”Jeg opplever at sansearbeidet skjerper konsentrasjonen” (fra egen logg, 9. mai 2014). Dette kan tilsynelatende høres ut som det motsatte av Strasbergs beskrivelse. Jeg opplever derimot ikke dette som en motsetning, men en bekreftelse på at konsentrasjon og sansearbeid er sterkt forbundet. Jeg opplevde at jeg var avhengig av å være konsentrert under sansearbeidet, men når først konsentrasjon var oppnådd opplevde jeg at fokuset på sansearbeidet ga meg en stadig dypere konsentrasjon. Det som likevel var en utfordring under aksjonsstudien var å beholde konsentrasjonen. Spesielt var det en trussel for konsentrasjonen at jeg ofte måtte stoppe opp for å sjekke på pianoet om jeg sang korrekt. Dette ble spesielt et problem etter at jeg oppdaget en del musikalske feilinnlæringer, som jeg måtte prøve å løsrive fra muskelminnet. Dette førte til at konsentrasjonen til stadighet ble brutt og at jeg i blant måtte etablere sansearbeidet på nytt. Heldigvis opplevde jeg at det gikk stadig raskere å komme inn i konsentrasjonen og å finne tilbake til tilstedeværelsen.

Under selve eksamenskonserten hadde jeg i utgangspunktet forberedt at jeg skulle presentere publikum for hver av de fire ariene. På generalprøven oppdaget jeg derimot at dette stresset

meg og at jeg mistet konsentrasjonen i forhold til å etablere rollefiguren, når jeg skulle gå inn og ut av rollen foran publikum. Jeg valgte derfor å beskrive bakgrunnshistorien i konsertprogrammet, slik at publikum kunne sette seg inn i dette på egen hånd. ”Denne avgjørelsen var en stor lettelse og fungerte mye bedre for flyten, samt for min innlevelse og konsentrasjon i forhold til rolletolkning (fra egen logg, 30. mai 2014). På denne måten kunne jeg bevare konsentrasjonen og i de små pausene mellom hver arie kunne jeg fokusere på sansearbeidet og å vekke de aktuelle følelsene.

4.2.3 utfordringer med sansearbeid: personalisering, erstatning og private øyeblikk

Strasberg (1988, s. 132) mente at konsentrasjon er inngangen til sansearbeidet. Sansearbeidet blir som nevnt sett på som selve reisverket i Method Acting (NSKI, 2009, s. 8). Under aksjonsstudien fikk jeg selv erfare sammenhengen mellom konsentrasjon og sansearbeid tydelig. Som nevnt opplevde jeg utfordringer med å ha så mange tanker i hodet på en gang. Det å skulle sanse erstatningens nærvær og å vekke følelseshukommelse knyttet til egenopplevde situasjoner, samtidig som jeg skulle huske tekst og sørge for at jeg ikke gjorde musikalske feil var meget krevende. Spesielt opplevdes vanskelige sangtekniske partier som et hinder for sansearbeidet. ”Jeg opplever at tanken fort risikerer å henge etter. Jeg må henge med i den fastlagte rytmen og dersom mine tankeskift kommer for sent føles det uorganisk” (fra egen logg, 1. august 2014). Jeg ser tydelig på opptakene når tankeskiftene henger etter ordene jeg synger. Dette kommer til uttrykk ved at jeg starter setninger i et uttrykk som ikke passer til ordene, men at jeg plutselig kommer på hva jeg egentlig synger og dermed henger det passende uttrykket seg på noen sekunder for sent. Method Acting-skuespillere har som nevnt fått kritikk for at følelsene deres henger etter i stykkets stadig skriftende situasjoner (Hornby, 1992, s. 183). Easty (1989, s. 74) poengterte at det er konsentrasjonen det skorter på dersom reaksjonene henger etter. Min opplevelse er at dette blir en ekstra stor utfordring i møte med sang. Til en viss grad er jeg enig med Easty om at det kan skyldes mangel på konsentrasjon. Ettersom en sanger er nødt til å bruke noe av sin tankekapasitet på det musikalske kan en krevende takt være nok til at reaksjonen ikke henger like organisk med. En skuespiller kan følge sin egen indre rytme, mens sangeren har begrenset fleksibilitet i tempovariasjon uten at dette vil påvirke samspillet og musikalsk driv negativt. Det ytre tempoet som til stor grad styrer sangeren gjør at det blir ekstra tydelig hvis reaksjonene henger etter. Det mangefasetterte fokuset blir en stor utfordring, og i større grad tror jeg at

man må stole på at kroppen til en viss grad husker sansearbeidet som er gjort under øvingsperioden. Frøyland rådet meg til å arbeide i slow motion for å etablere impulsene. Dette kan være effektivt for å forhindre at jeg blir hengende etter og jeg opplevde øvelsen som veldig nyttig.

Det føles som å trække opp en emosjonell sti, når jeg gjør det på nytt umiddelbart etterpå er det lettere å gå den samme stien. Dersom jeg gjør det på nytt dagen etter famler jeg for å finne det igjen, men jeg opplever likevel at kroppen husker det bedre og bedre. Jeg fikk tilbakemelding på at jeg må passe meg for å ikke automatisere bevegelser. Impulsene kommer der og da fordi man er i situasjonen. Jeg må passe på at ingenting blir koreografert” (fra egen logg, 21. mai 2014).

Spesielt merket jeg hvor viktig det var å etablere impulsene langsomt i ”Mummy, Mummy, Dear”. Her valgte jeg å bruke to erstatninger. En erstatning som vekket sinne og en som vekket lengsel. Her ble det ekstra tydelig dersom jeg hang etter. Ikke minst var det viktig å bli oppmerksom på at å spore opp arbeidet ikke betyr at man automatiserer bevegelser.

Det handler om å få kroppen til å huske emosjonene som kan få en til å reagere impulsivt, der og da, som om det er for første gang. Jeg fikk beskjed om at alt skal leve og komme som en respons på det som foregår innvendig (fra egen logg, 27.mai 2014).

Gjennom arbeidet opplever jeg at uttrykket blir mer og mer ekte. De første gjennomgangene er ofte preget av et forstørret og litt sentimentalt uttrykk. På de neste oppleves i blant uttrykket noe mindre, men mer ekte og forankret. Jeg opplever at arbeidet åpner sansene og at impulsene setter seg mer og mer.

Jeg kjenner at det kommer mer og mer for hver repetisjon med akkompagnatøren, men under prøvene har jeg en annen ro til å fokusere på sansearbeidet enn med publikum til stede. Da tør jeg ikke slippe det musikalske fokuset i like stor grad, i frykt for å komme ut av det (fra egen logg, 1.august 2014).

Dette sitatet er hentet rett etter en konsert. Under aksjonsstudien rekker jeg å få erfaring med å benytte metoden foran et publikum ved to ulike fremføringer. Jeg beskriver utfordringene ved å fokusere for mye på sansearbeidet i konsert-sammenheng. Denne utfordringen handler som jeg har vært inne på mye om hvor mye jeg har kapasitet til å tenke på på en gang. Dette var et uromoment for meg hele veien. Jeg var usikker på i hvilken grad jeg ville være i stand til å ha alt i hodet samtidig eller om jeg bevisst måtte gi slipp på noe. Gjennom studien fant jeg aldri helt balansen på dette og ble ikke helt trygg. Med mer tid og en enda dypere forståelse og

beherskelse av metoden mistenker jeg at denne balansen er mulig for en sanger å finne. Krasner (2000, s. 137) forsvarer den kritikk som har vært rettet mot sansearbeidet innenfor Method Acting og mener at kritikerne ikke har forstått sansearbeidets hensikt. Så fort minnet som trigger emosjonene er hentet fram og integrert i arbeidet mener han at emosjonene naturlig vil kunne følge stykkets skiftende situasjoner. Han poengterer at øvelsene er teknikkøvelser rettet mot prøveperioden for å hjelpe skuespilleren til å utløse de rette følelsene. Easty (1989, s. 60) derimot mener at teknikken også skal brukes på scenen, og at dersom skuespilleren utvider sin konsentrasjonskapasitet vil det være fullt mulig å fokusere på både replikker og sansearbeid samtidig. Her ser vi at tolkningen av metoden spriker og jeg opplevde en del forvirring under studien angående dette. Spørsmålet for min del ble om det er mulig for sangeren å bevare dette doble fokuset når det musikalske fokuset legges til. Jeg drøftet noen av disse utfordringene med Frøyland. Den 14. mai 2014 skriver jeg følgende i loggen:

Frøyland og jeg hadde en viktig samtale om bruk av erstatning. Det er en inngang til sansearbeidet, men det trenger ikke å være med hele veien. Han fremhevet at arbeidet kobler meg på. Kroppen sanser og husker og dette vil farge arbeidet.

Denne samtalen hjalp meg og jeg kom frem til at jeg måtte stole på at sansearbeidet hadde satt seg i kroppen og at det ikke kunne være primærfokus under konserten. Med andre ord ga jeg litt slipp på sansearbeidet under konsertene. Jeg kunne kjenne at kroppen responderte og at kroppen husket mye selv om ikke alt var like godt under huden. Konsekvensen av det var at jeg hadde mindre fokus på sansearbeidet, men et større tekstlig fokus på konsertene enn under øvelsene. Dette følte mye tryggere med tanke på å ha nok tankekapasitet til å huske tekst og også til å unngå å snuble i musikalske krevende partier. En annen utfordring ved selve konsertene versus øvelsessituasjonene var også mangel på mulighet og tid til å etablere sansearbeidet før ariene. Ariene skulle fremføres etter en Stravinsky-syklus av helt annen karakter, så det ble svært krevende å omstille seg hurtig nok for Menotti-ariene. Gjennom aksjonsstudien har jeg fått erfare hvor mye sensorisk mengdetrening som skal til før sansehukommelsen kobles raskt på. Jeg opplevde at jeg klarte å vekke følelsene hurtigere og hurtigere. Her har konsertsangeren en ekstra utfordring, ettersom at konsertene oftest kjennetegnes av hyppige skift mellom ulike rollefigurer og uttrykk. Med andre ord krever det et grundig arbeid hvis dette skal kunne fremstå troverdig. I så måte tror jeg det er en stor fordel dersom rollefiguren får gjennomgå en naturlig utvikling gjennom et sammenhengende stykke, i motsetning til å stadig hoppe inn og ut av situasjoner. Arbeidet kan sammenlignes

med en filmskuespiller som heller ikke jobber sammenhengende, men like fullt må ta med seg alt rollefiguren har vært igjennom og vekke de rette reaksjonene i en scene tatt ut av sin sammenheng.

Under prøvene hadde jeg mulighet til å både lese gjennom emosjonell dagbok og til å gjøre sansearbeidet for å etablere og vekke emosjonene. På de aller siste prøvene og konsertene gikk det opp for meg at nå måtte det tidkrevende sansearbeidet vekkes på få sekunder. Jeg forsøkte å bruke de korte pausene mellom sangene og eventuelle forspill til hurtig etablering.

Det er et paradoks at jeg til tider føler at arbeidet med Method Acting drar meg litt vekk fra teksten og gjør den vanskeligere å huske. Alle øvelser har utgangspunkt i analyse og forståelse av teksten, så det handler ikke om at teksten ikke får plass. Den er på mange måter fundamentet i studien, men jeg opplever at det å etablere erstatningen og å vekke følelseshukommelsen tidvis gjør at jeg ikke er like mye til stede i hvert ord, men mer til stede i mitt personlige liv og å vekke egenopplevde følelser. Gjennom studien opplevde jeg tidvis at dette kunne gjøre meg statisk og famlende etter uttrykket, istedenfor å fokusere på tankeskiftene i teksten. I loggen beskriver jeg denne utfordringen på følgende måte:

På arien ”Where, Oh, Where” blir det stadig lettere å etablere erstatningen, men utfordringene starter når jeg er i gang. Jeg opplever at jeg fort blir litt statisk og er mer i en flørtetilstand enn at jeg er tilstede i ordene. Jeg undrer meg over om det er en fare med Method Acting at man ved å bruke sitt eget blir værende i sin egen tilstand, som kan gå på bekostning av intensjonen med de skrevne ordene. Samtidig tror jeg at når erstatningen og delmålet er mer under huden vil jeg få et annet overskudd til å bruke hvert ord i den skrevne teksten og å være til stede i den. Der opplever jeg ikke at jeg er enda (fra egen logg, 26. mai 2014).

Akkurat dette opplevdes lettere i min gamle praksis hvor jeg fokuserte på å se for meg handlingsforløpet i teksten for mitt indre øye, og med en direkte parallell til teksten hele veien. Nå føles det som en utfordring å huske tekst fordi jeg har mer fokus på tilstanden bak ordene enn på selve ordene. Jeg tror ikke nødvendigvis dette behøver å gå på bekostning av formidlingen utad, ettersom følelsene jeg jobber med å vekke bak ordene stemmer overens med tekstens innhold. Like fullt opplevs den tidvise distansen til ordene forstyrrende og jeg tror det kan være en medvirkende faktor til at reaksjonene tidvis blir hengende litt etter. Det kan også skyldes at følelseshukommelsen jeg benytter ikke er helt optimal. Bare få dager før eksamenskonserten prøvde jeg å skrive et nytt emosjonelt brev knyttet opp mot arien ”Black

Swan”. Dette gjorde jeg fordi jeg opplevde at jeg ble litt statisk i uttrykket og at jeg trengte noe nytt som kunne trigge emosjonene. Dette var ikke et emosjonelt brev som tok meg i en helt ny retning. Jeg søkte etter å vekke den samme emosjonen som før, men ville konkretisere det mer slik at jeg kanskje kunne famle mindre. Målet i denne arien er å ta avskjed med erstatningen og jeg bestemte meg for å knytte det opp mot en situasjon fra eget liv hvor jeg fryktet å ta avskjed. Den nye følelseshukommelsen viste seg å fungere mye bedre. ”Her ligger det dype lag av følelser som ga mye mere innhold og dybde til sangen. ... Det var lettere å bruke ordene i teksten etter det nye emosjonelle brevet” (fra egen logg, 29.mai 2014). Dette sitatet er et tydelig eksempel på at dersom jeg finner en godt egnet følelseshukommelse oppleves det lettere å løfte ordene og å være tilstede i teksten.

Arbeidet med å søke etter rett erstatning og velegnet følelseshukommelse var en utfordring gjennom hele studien. Et av valgene når det gjaldt erstatning klaffet derimot med en gang. Det var en erstatning koblet opp mot sinne. I to arier bruker jeg denne erstatningen for å vekke sinne og jeg finner følelsen umiddelbart. Jeg kjenner selv at hele meg kobles på og at kroppen reagerer helt impulsivt og organisk. ”Har jeg etablert erstatningen kommer sinnet mitt lett, men når det gjelder alt som berører sårbarhet opplever jeg stor indre motstand. Jeg må derfor fokusere mye på å trigge og etablere disse følelsene fremover” (fra egen logg, 21.mai 2014). Her kommer det frem at noen følelser var mer krevende enn andre. Lengsel og sårbarhet var en følelse jeg måtte søke hardt for å finne. Noen ganger fant jeg følelsen jeg søkte før sangen begynte, andre ganger fant jeg den underveis og i blant fortsatte jeg å søke og søke uten å få tilgang på den rette emosjonen. Jeg tror jeg hadde trengt mer tid på å utforske sårbarhet og jeg skulle ha eksperimentert lenger ved å bruke ulike erstatninger og trigget ulike følelseshukommelse. Følelser som vekket min sårbarhet sto sentralt både i arien ”Mummy, Mummy, Dear” og i ”Black Swan”. I loggen kommer det frem ved flere anledninger at jeg opplever at jeg blir alt for sentimental og påtatt følende.

I arien ”Mummy, Mummy, Dear” føles det famlende og utenpå. Jeg søker og leter hardt, men jeg treffer ikke helt kjernen av følelsen. Det er virkelig vanskelig å finne sårbarheten. Jeg føler bare at jeg blir sentimental og da arresterer jeg meg selv. Det er mulig at jeg trenger mer stimuli enn emosjonell dagbok på denne arien. Kanskje jeg bør bruke mer tid på å sanse og å visualisere erstatningen? (fra egen logg, 27.mai 2014).

I ettertid ser jeg at jeg burde forsøkt ulike erstatninger på denne arien. I loggen kommer det fram at jeg hele tiden har jobbet med samme erstatning, men søkt etter ulike situasjoner

knyttet opp mot personen. Det faktum at jeg opplever at emosjonell dagbok ikke er tilstrekkelig stimuli, kan skyldes at øvelsen er ment som en snarvei til å skape sansestimulans. Gjennomlesningen av en tidligere opplevelse eller et brev til en bestemt person (erstatningen) skal som nevnt hurtig stimulere sansene til å gjenskape følelsen (Frøyland, personlig kommunikasjon, 4. august 2014). Når jeg opplever utfordring ved å vekke bestemte følelser tror jeg at det må grundigere arbeid til enn emosjonell dagbok. Her tror jeg man kommer lenger dersom man bruker god tid på å vekke følelseshukommelse gjennom grundigere sansearbeid.

Under aksjonsstudien rakk jeg ikke å få alle ariene godt nok under huden. Jeg rakk derimot å få noen partier av ariene under huden. Igjen sier dette meg noe om hvor viktig det er for operasangere, i likhet med skuespillere, å trimme sansene slik at tilgangen på emosjonene kan utvides og hentes frem raskere. Jeg ser ikke på arbeidet med å få tilgang til sitt sansearkiv som noe man blir ferdig med, men noe som alltid kan utvikles og forbedres. Søking, prøving og feiling sto sentralt gjennom hele studien. Selv om studien har en sluttdato, har ikke arbeidet en sluttdato med et ferdig resultat. ”Nye konserter skal ikke bli en imitasjon av det jeg tidligere har gjort. Arbeidet må utvikles videre for å kunne fortsette å fremstå spontant” (fra egen logg, 3. august 2014). Easty (1989, s. 26). poengterte at skuespilleren bør øve daglig for å utvikle ferdighetene sine og utvide sitt ”sansehukommelses-arkiv”. Dersom man slutter å øve vil også ferdighetene begynne å ruste. På scenen må sansene øves opp bevisst for å kunne fungere like realistisk som i det virkelige livet. Her er åpenbart aksjonsstudiens tidsrammer svært begrenset og jeg følte ikke at jeg kom i mål med dette. Selv om jeg gjerne skulle hatt mer tid til å virkelig forankre sansearbeidet, opplever jeg god effekt av sansearbeidet på den tiden jeg hadde til rådighet. ”Jeg merker at det åpner sansene og arbeidet får retning og lag” (fra egen logg, 21. mai 2014). Det gjør meg også veldig bevisst. Jeg innså for eksempel på et tidspunkt at jeg hadde blikket rettet mot selve stolsetet hvor jeg skulle forestille meg at erstatningen satt. Da gikk det opp for meg at jeg ikke hadde jobbet grundig nok med å sanse tilstedeværelsen av erstatningen. Jeg brukte da mer tid på å virkelig se for meg erstatningen og å se personen i øynene i rett høyde. I dette arbeidet jobbet jeg også med å kjenne at personen sitter der med hendene. Jeg forestiller meg at jeg nærmer meg og at jeg tar vedkommende på hodet eller på skuldrene eller at jeg tar opp en hånd. Hele tiden har jeg fokus på å se for meg ansiktstrekkene, klærne og kjennetegn ved personen så detaljert og så tydelig som mulig. Jeg opplevde at tilstedeværelsen av erstatningen ble styrket som følge av

dette arbeidet. I blant kunne jeg oppleve at jeg begynte å feste blikket på stolsetet igjen midt i arien, selv om jeg hadde hatt en grundig økt med sansearbeid.

Etableringen av sansearbeidet gikk fint, men jeg faller tidvis ut. Da må jeg etablere det på nytt. Spesielt er dette krevende når jeg bruker pianoet for å sjekke toneart eller andre musikalske usikkerheter. Da mister jeg flyten og det jeg har etablert kollapser (fra egen logg, 18.mai 2014).

Ettersom sansearbeidet handler om å vekke hukommelsen til de fem sansene våre og å stimulere kroppen til å reagere så troverdig som mulig på imaginære objekter (Easty, 1989), merket jeg at arbeidet gjorde meg mer bevisst på mine reaksjoner i det virkelige livet. Under aksjonsstudien testet jeg ved flere anledninger ulike intensjoner på samme arie. På arien ”Where, Oh, Where” arbeidet jeg med å vekke en flørtende og forførende tilnærming til Toby. Her eksperimenterte jeg blant annet med å synge arien som en 8-åring som prøver å få Toby til å le, en tenårings gutt som prøver å flørte med ham og en beruset ung kvinne som prøver å forføre ham. På den sistnevnte jobbet jeg blant annet med å sanse lukten og smaken av vin og å gjenskape en beruselse. Deretter forsøkte jeg å synge arien og testet ut hvordan det påvirket mine reaksjoner. I øvelsessammenheng tillot jeg meg å eksperimentere og å gå til ytterpunktene. Frøyland og jeg hadde som nevnt flere samtaler som handlet om å ta modige valg, men samtidig var det viktig å reflektere over hva som ville fungere i en konsertsammenheng. Jeg oppdaget at det å endre intensjon fikk konsekvenser for valg av erstatning og ved flere anledninger testet jeg ulike erstatninger. I dette arbeidet ble det også testet ut hvordan jeg reagerte dersom erstatningen endret alder. Ved et tilfelle holdt jeg en yogamatte i armene og jeg opplevde raskt at jeg aksepterte at matten fungerte som erstatningen og at jeg reagerte deretter. Erstatninger blir skapt med hjelp av fantasien og er med på å levendegjøre døde objekter (Easty, 1989, s. 127-132). Sansearbeidet skal være med å stimulere til dette og det merker jeg at det gjør. På et tidspunkt valgte jeg også å benytte meg av den ekte erstatningen i arbeidet. Dette resulterte i økt sansebevissthet.

På arien ”Black Swan” fikk jeg i dag muligheten til å spille mot den ekte erstatningen. Han lå i fanget mitt mens jeg sang arien. Det var litt rart å synge arien med den ekte personen i fanget. Jeg burde nok gjort det flere ganger for å overkomme at det føltes snodig, men det opplevde likevel veldig nyttig. ... Det føltes som om det har gjort noe med mitt indre syn. Nå ser jeg ham klarere i fanget uten å ha ham der (fra egen logg, 26. mai 2014).

Jeg opplevde at overføringsverdien etterpå var stor og at jeg i større grad lyktes med å se for meg hele erstatningen i detalj og å sanse nærværet i enda større grad. Som poengtert av Easty (1989, s. 127-132) vil resultatet av dette føre til at skuespilleren forholder seg til objektet med en annen nærhet og fremme troverdige reaksjoner. Det var til tider krevende å ikke kunne forholde seg til en motspiller, men at jeg like fullt skulle forholde meg til at personen var til stede. Spesielt følte dette krevende på arien ”Monica’s Waltz”. Her har jeg valgt at Monica befinner seg i en manisk tilstand og som nevnt veksler hun hurtig mellom å synge som seg selv og å late som om hun er Tobys stemme. ”Det føles lettere å finne manien, men jeg er usikker på hvordan dette vil fungere i konsert-sammenheng. Det hadde vært ekstremt mye lettere hvis jeg hadde hatt en motspiller” (fra egen logg, 19.mai 2014). En stor utfordring i dette arbeidet var å få til den hurtige vekslingen på en slik måte at publikum ville forstå når jeg var Toby og når jeg var Monica. Monica ber Toby om å knele foran henne og i librettoen står det at hun steller seg bak ham og at hun tar tak i hans armer og gestikulerer med armene hans mens hun synger hans ord uten at publikum kan se at hun synger. Visuelt blir det på denne måten enda tydeligere at Monica gir Toby sin stemme. Uten motspiller var jeg nødt til å løse dette annerledes. Jeg valgte å forholde meg til at han kneler foran meg på gulvet, men utspiller heller samtalen som et rollespill foran ham hvor jeg latterliggjør hans følelser. Publikum må kunne se tydelig at jeg hele tiden forholder meg til ham. Spesielt tydelig blir henvendelsen til Toby når jeg under resitativet innser at noe er galt og at Toby ikke er helt med på leken. Publikum skal kunne se at jeg pønsker ut en fremgangsmåte og deretter befaler ham til å knele. Under dette resitativet følger jeg hans forflytning i rommet med blikket og må visualisere ham veldig klart for meg hvis publikum også skal oppfatte at han er der. Denne visualiseringen følte jeg at fungerte bedre og bedre.

Arbeidet med erstatninger var krevende og bød på flere utfordringer. ”Erstatninger oppleves tidvis i veien. Jeg vil helst bare se for meg min egen versjon av Toby, uten at han trenger å være en person fra mitt eget liv” (fra egen logg, 19.mai). Dette opptok meg mye under aksjonsstudien. Fantasi står sentralt i Method Acting og erstatning handler om å stimulere fantasien til å bevisst skape en ønsket reaksjon (Kovens, 2006, s. 61). På den annen side opplever jeg en undervurdering av hva som kan skapes basert på ren fantasi. I blant følte det til stor hjelp å se for seg erstatningen, mens andre ganger følte det veldig forstyrrende og upassende å visualisere en person fra eget liv. Det kan fungere på deler av sangen, mens det i andre deler blir helt upassende. Det var for eksempel derfor jeg valgte å veksle mellom to ulike erstatninger i arien ”Mummy, Mummy, Dear”. Andre ganger opplevde jeg at følelsene

mine fikk mer stimuli av å se for meg en Toby basert på hvordan jeg ser for meg at han er. Jeg tok opp problematikken med Frøyland og i etterkant av samtalen skrev jeg ned følgende råd fra ham: ”Det er naturlig å bruke erstatninger for å vekke følelsene, men i blant er de forstyrrende og da skal man ikke være så firkantet at man tenker at $2+2=4$, men kunne gi slipp på det” (fra egen logg, 21.mai 2014). Dette rådet hjalp meg til å ikke forholde meg like rigid med tanke på å sanse den valgte erstatningen til en hver tid. I så måte samsvarer min opplevelse med bruk av erstatning med skuespiller Christian Rubecks uttalelser om at det kun er nødvendig å bruke erstatninger dersom du trenger annen stimuli for å få det til å fungere (Brynhildsvoll, 2010, s. 31). Dette kan for eksempel være nyttig i en kjærlighetsrelasjon. Dersom motspilleren ikke klarer å vekke de rette følelsene, kan det hjelpe å se for seg en person fra eget liv som vekker disse følelsene. I arien ”Where, Oh, Where” hvor jeg skulle forestille meg at jeg forførte Toby merket jeg at det fungerte godt å bruke erstatning.

Når det gjelder min gamle praksis arbeidet jeg aldri bevisst med personalisering. Easty (1989, s. 124-127) mener som nevnt at en fremgangsmåte uten personalisering vil føre til en overfladisk fremstilling av rollefiguren. Han kaller dette å ta utgangspunkt i de falske omstendighetene til rollefiguren, istedenfor å trekke paralleller til sitt eget liv. En slik personalisering vil gi en større grad av sannhet i formidlingen. Bruken av personalisering innenfor Method Acting har som nevnt fått en del kritikk. Blant annet blir det hevdet at det subjektive fokuset fører til at alle rollefigurene blir liggende nært opp til skuespilleren selv og at fremstillingen av ulike roller blir like (Brustein, 1973, s. 1). Jeg har kun jobbet med en rolle i denne studien, så jeg kan ikke uttale meg om manglende variasjon i eget rollegalleri. På den annen side opplevde jeg ikke personalisering som et hinder i å finne ulike uttrykk, heller som en styrke i å finne ekte følelser. I så måte vil jeg si meg enig i Krasners (2000, s. 132) motsvar til kritikken, som handler om at det subjektive ikke er statisk og at skuespilleren bringer nye erfaringer og idéer til hver rollefigur. Gjennom øvelsene følte jeg at personalisering vekket et stort mangfold av ulike følelser og ulike sider ved meg selv. Jeg tror mine utfordringer handler om manglende erfaring med metoden og at jeg må gi slipp på gamle vaner og bli fortrolig med det nye. Personaliseringen skal gjøre skuespilleren mer troverdig, mens jeg tidvis føler at jeg sklir vekk fra rollefiguren og som nevnt også teksten når jeg fokuserer så mye på mitt eget liv. For meg var det uvant å ikke føle at jeg var i rollen, men mer tilstede i meg selv. I den sammenheng er det interessant å trekke frem Eastys (1989, s. 45-46) syn på at dersom en skuespiller gir opp sin egen identitet i arbeidet vil vedkommende miste kontroll.

Han poengterer at det ikke er mulig for skuespilleren å forlate egen kropp og sinn, og at skuespilleren må hente rett stimuli fra eget følelsesregister.

I loggen har jeg gjort en interessant observasjon når det gjelder å smelte sin egen identitet med rollefigurens. Ved flere anledninger skriver jeg meg selv i 1.person når jeg beskriver Monicas tanker og følelser, istedenfor å bruke 3.person. ”Jeg vil ha frihet. Toby er billetten ut, en mislykket billett ut. Jeg vil vekk. Leken er ikke effektiv lenger. Den er blitt som et narkotikum. Jeg må ty til hardere virkemidler for å kunne rømme fra hverdagen” (fra egen logg, 14.mai 2014). Jeg ser på dette som et tegn på at jeg begynner å identifisere meg med Monica og at personaliseringen gjør det lettere å leve gjennom henne. Jeg oppdaget at distansen mellom meg og rollefiguren ble mindre og mindre og innså at jeg kunne trekke forbløffende mange paralleller mellom Monicas liv og mitt eget. Jeg opplevde det som veldig uvant å bruke min egen identitet i så stor grad som jeg gjorde. Selv om jeg innser at arbeidet er viktig for å fremme skuespillerens nærhet til rollen ved å trekke parallelle følelser og forståelse fra eget liv, spurte jeg meg samtidig om Method Acting undervurderer skuespillerens evne til empati i utgangspunktet. Det er i så fall paradoksalt, ettersom empati står veldig sentralt i Method Acting. Som nevnt i teoridelen skal personaliseringsøvelser stimulere skuespillerens empati og at dette er helt avgjørende for å kunne skape noe ekte. Det som slår meg er at empatien hele tiden skapes ved å trekke paralleller til det egenopplevde. ”Kan vi mennesker bare forstå andre gjennom oss selv? Er vi ikke i stand til å sette oss inn i noe vi ikke kan identifisere oss med?” (fra egen logg, 21.mai 2014). Disse tankene gjorde meg litt vemodig. Jeg har nok hatt et romantisert forhold til skuespillerens evne til innlevelse og det å sette seg inn i andre mennesker. Det er klart at vi har en helt egen nærhet til det egenopplevde, men jeg ønsker å tro at det finnes mennesker med nok empati til at medfølelsen i seg selv kan gi tilstrekkelig stimuli til rollen, uten å finne en parallell hendelse i eget liv. Dersom den ikke gjør det, ser jeg personalisering som et meget nyttig verktøy til å vekke følelsene. Den 26.mai skriver jeg følgende i loggen: ”Når jeg gjør narr av Tobys kjærlighetserklæringer får jeg vondt av ham. ... Jeg synes denne tolkningen er så hjerteskjærende brutal mot ham, men nettopp det gjør den enda mer spennende” (26. mai 2014). Når jeg beskriver dette som spennende sikter jeg til motstanden jeg opplever til handlingen jeg utfører. Dette er et eksempel på at vi mennesker kan si én ting, tenke noe helt annet og gjøre noe tredje, som poengtert av Irina Malochevskaia i et intervju med Norsk Shakespeare- og teatertidsskrift (Bjørneboe, 2005). Spenningen som oppstår kan styrke

underteksten. ”Den emosjonelle motstanden jeg opplever skaper en indre konflikt og jeg tror dette kan skape en spenning i formidlingen” (fra egen logg, 26.mai 2014).

En annen emosjonell motstand jeg opplevde handlet om min samvittighet knyttet til bruk av erstatninger. ”Det er krevende å bruke nære relasjoner i et så mørkt materiale. Selv om det bare er mitt arbeid, føles det vanskelig overfor dem likevel” (fra egen logg, 9.mai 2014). Vanligvis blir Monica fremstilt med en ungpikaktig naivitet, mens min tolkning har som nevnt tatt en annen retning. Det var derfor nødvendig å grave i en del vanskelige følelser fra min egen følelseshukommelse. Jeg tok opp utfordringene jeg opplevde i forhold til dette med Frøyland. 14.mai 2014 oppsummerer jeg samtalen i loggen: ”Man kan se på det som en verdi å bruke den motstanden som oppstår. På samme måte som det også vil finnes dårlig samvittighet i Monica for hennes tanker”. Så på samme måte som at jeg får vondt av Toby når jeg gjør narr av ham, kan også min dårlige samvittighet ovenfor de valgte erstatningene brukes som en motstand for å skape spenning i underteksten.

Jeg var på forhånd litt nervøs for at en del av de jeg har brukt som erstatninger i arbeidet skulle sitte i salen. Men jeg bestemte meg for å prøve å ikke la meg stresse av dette. Jeg bestemte meg også for å ikke bruke erstatningene i den grad når jeg sto der oppe, men å stole på at det var nødvendig å bruke dem under selve øvingsperioden for å vekke de aktuelle følelsene. ... Assosiasjonen til mitt eget liv kjente jeg levde under konserten og var i bevisstheten underveis, men uten at det tok forstyrrende stor plass (fra egen logg, 2.juni 2014).

Det å bruke tid på å visualisere erstatningene når de skulle sitte rett foran meg virket unødvendig og jeg var redd for at det skulle sette meg ut å fokusere for mye på dem. Det var derfor det følte rett å gi slipp på dette fokuset, men å stole på at kroppen ville huske arbeidet uten at jeg fokuserte for mye på erstatningene under selve konserten.

I den første arien, ”Where, Oh, Where”, leker Monica og Toby sammen. Jeg har valgt at Monica flørter med Toby og prøver å forføre ham i deres tilsynelatende uskyldige lek, men arien slutter med at han ikke lever opp til hennes forventninger. For å finne rollefigurens seksuelle tiltrekning til Toby og den forføreriske undertonen i arien ble det arbeidet med ”private øyeblikk”. Som nevnt handler øvelsen om å jobbe med handlinger som føles private foran andre. Formålet med øvelsen er å gi slipp på hemninger som hindrer følelsen fra å bli delt (Krasner, 2000, s. 135). Dette arbeidet var spesielt krevende foran veileder og han rådet meg til å prøve ut øvelsen også på egen hånd. På denne måten kunne jeg erfare hvordan

sansene reagerte uten å bli selvbevisst og arresterende. Det var betraktelig lettere å gjøre øvelsen alene og det resulterte i en større frihet. Vi repeterte øvelsen da vi møttes uken etter og det føltes noe friere da, men fremdeles var det en utfordring å prøve å ignorere at jeg ble iaktatt under øvelsen og det var irriterende å oppleve dette som en begrensning. Strasberg (1988, s. 138-144) poengterte nettopp at nesten alle mennesker opplever begrensninger på grunn av selvbevissthet, hemninger eller sjenanse. Dette hemmer skuespilleren fra å uttrykke seg like fullt og ærlig på scenen som de kan privat. Det var dette jeg fikk erfare i møte med øvelsen. Samtidig var det interessant å oppleve at jeg ved å arbeide med øvelsen på egen hånd fikk vekket sansehukommelsen. Jeg tror det førte til at det ble noe lettere å spore opp en friere reaksjon da jeg ble iaktatt på nytt. Som løftet frem i teoridelen mente Strasberg (1988, s. 146) at øvelsen ”private øyeblikk” var spesielt velegnet for sangere. Når det private øyeblikket er etablert kan øvelsen kombineres med en monolog eller sang. Det var også slik jeg jobbet med øvelsen. Først ble det jobbet med å etablere det private øyeblikket sensorisk og deretter kombinerte jeg arbeidet både med å behandle sangen som en talt monolog og til slutt sanglig. Under øvelsen opplevde jeg at min tilstedeværelse var litt av og på. I loggen kommer det frem at det er spesielt dager hvor jeg slurver med det sensoriske arbeidet at arien fungerer dårlig. ”I dag jobbet jeg ikke sensorisk først, men forsøkte å gå rett på slik det kommer til å foregå på eksamen. Det kan være grunnen til at det var vanskelig å finne den rette følelsen og at arien føltes statisk istedenfor leken” (fra egen logg, 28. mai 2014). Dagen etter jobbet jeg grundigere sensorisk og skriver følgende: ”I dag ble arien mer leken enn i går” (fra egen logg, 29. mai 2014). Dette viser hvor viktig det sensoriske arbeidet av det private øyeblikket er for etableringen av de rette reaksjonene i scenen. Konsekvensene av å ikke gjøre arbeidet grundig fører til en stivhet i kroppen og de ekte følelsene blir ikke vekket. Som nevnt i teoridelen hevder Kovens (2006, s. 125-126) at øvelsen fremmer sangerens kontakt med ekte følelser og med å kunne opptre personlig og naturlig i sitt reaksjonsmønster på scenen. På denne måten mener han at operasangeres ofte klisjéfylte reaksjonsmønstre kan unngås.

4.2.4 Hvilke musikalske utfordringer møter jeg i arbeidet med Method

Acting?

De fire Monica-ariene har ulik grad av tonale og rytmiske utfordringer. ”Black Swan”-arien er tonalt mest logisk oppbygd, mens ”Monica´s Waltz” er den arien som er mest krevende både rytmisk og tonalt. ”Where, Oh, Where” har resitativ-partier med en tonalitet som også er krevende å innstudere. Ariene byr også på noen rytmisk komplekse partier som kan være

utfordrende i samspillet med pianist. Ikke minst inneholder noen av de partier som ligner på hverandre, men med variasjoner. Ettersom ariene skulle fremføres uten noter var det mye som skulle på plass musikalsk. I forkant av aksjonsstudien var jeg usikker på hvordan jeg skulle gripe an den musikalske innøvingen. Ville det være en fordel å ha det musikalske på plass før jeg begynte arbeidet med det skuespillertekniske eller omvendt? Jeg valgte å starte den musikalske innstuderingen av ariene før selve aksjonsstudien startet. Den siste og mest krevende arien, ”Monica’s Waltz”, hadde jeg sunget på konsert noen år tidligere. Denne arien var jeg derfor musikalsk mest sikker på. De tre andre var jeg ikke like trygg på musikalsk og jeg hadde kun jobbet med de på et overfladisk nivå da jeg startet aksjonsstudien. Grunnen til at jeg valgte å starte det musikalske arbeidet før selve aksjonsstudien med Method Acting var først og fremst fordi jeg hadde begrenset med tid fram til eksamenskonserten, hvor ariene skulle inngå i eksamensrepertoaret. I ettertid ser jeg at hadde vært en fordel dersom aksjonsstudien hadde vært utført uten dette stressmomentet. Det faktum at jeg hadde eksamenskonserten hengende over meg kan ha forsert noen valg som ble tatt, spesielt i den innledende fasen. Som påpekt av Brunetti (2006, s. 8-9) er det viktig at sangeren jobber langsomt, slik at ikke arbeidet forseres. Han poengterte videre at arbeidet bør være prosessorientert, fremfor resultatorientert. Ikke minst skal arbeidet starte fra innsiden og ut for å unngå at sangeren ender opp med å imitere en følelse vedkommende egentlig ikke føler. Vissheten om at eksamenskonserten stadig nærmet seg kan ha hatt innvirkning på at aksjonsstudien ble noe mer resultatorientert, enn hva den hadde blitt uten dette elementet. På den annen side speiler aksjonsstudiens rammer en realitet. For den profesjonelle sanger vil det være en visshet om at ariene skal vises offentlig under prosessen og arbeidet med en ny rolle vil som oftest ha en begrenset tidsramme.

Jeg var spent på hva Frøyland ville si angående at jeg hadde begynt på det musikalske arbeidet før vårt første møte og før arbeidet med Method Acting var påbegynt. Han rådet meg til å legge den musikalske innstuderingen og det sangtekniske arbeidet på ariene til side for en stund. Videre mente han at jeg i den innledende delen av studien burde fokusere på utforskingen av det tekstlige innholdet i ariene og operaen. Jeg sa meg først enig i dette, men merket raskt at jeg ble stresset over denne avgjørelsen. Jeg valgte derfor etter kort tid å gjenoppta det musikalske arbeidet. I loggen begrunner jeg denne avgjørelsen på følgende måte:

Rytmask, melodisk og teknisk er det såpass mange hindringer at hvis jeg venter lenger nå vil jeg ikke bli musikalsk trygg på den. Jeg vil ha den i ryggraden, slik at jeg har fullstendig frihet til å fokusere på det andre (fra egen logg 2. mai 2014).

I likhet med Frøyland mener også Brunetti (2006, s. 10). at man bør vente med den musikalske innstuderingen. I følge ham bør sangeren begynne å arbeide med sangteksten som en monolog, uten å fokusere på melodi og rytme. I denne studien er ikke bare ariene teknisk krevende, men de byr som nevnt også på melodiske og rytmiske utfordringer. Etersom tidsrammene ikke tillot meg å drøye det musikalske arbeidet nevneverdig prøvde jeg å tenke ut alternative måter å jobbe med det musikalske på. I denne tidlige fasen var målet å bli kjent med teksten uten musikalsk påvirkning. Den 2. mai 2014 skriver jeg om følgende idé til hvordan jeg kan løse utfordringen: ”Jeg kan kopiere en versjon hvor jeg kun forholder meg til notene og hvor teksten ikke står, slik at jeg ikke på dette tidspunktet lar musikken påvirke ordene, men forholder meg til den musikalske strukturen nøytralt”. Jeg valgte å jobbe med innstuderingen og med tekniske utfordringer ved å synge ariene på vokaler eller ved å benytte elementer fra sangtekniske øvelser for å fremme kontakt med støtte, forbedre stemmens plassering eller øke dens resonans. Eksempler på lyder jeg benyttet var nasale konsonanter (m, n eller ng), friksjonslyd som /v/, lepperulle (blåser luft ut av leppene slik at de begynner å vibrere) og rulle-r. I ettertid ser jeg på den tekstnøytrale innstuderingen som et vellykket kompromiss. Spesielt med tanke på det musikalsk krevende materialet og de tekniske utfordringene jeg sto ovenfor og som på kort tid skulle på plass. Min opplevelse er at den musikalske innstuderingen kunne startet enda tidligere og at jeg ikke hadde trengt å være engstelig for om dette ville forstyrre arbeidet med Method Acting. Dette forutsetter at man arbeider med det musikalske uten teksten slik jeg har beskrevet. På denne måten kan man jobbe likeverdig med det musikalske og det tekstlige, men separat og uten at det påvirker hverandre nevneverdig i den innledende fasen. Brunetti (2006, s. 10) fremhever som nevnt at det er en fordel å kjenne til sangen musikalsk før man begynner arbeidet med Method Acting, men dette kun for å unngå å gjøre valg som strider fullstendig i mot det musikalske uttrykket. Når man jobber med musikalsk innstudering og teknisk krevende partier på et tekstnøytralt grunnlag er jeg av den oppfatning at det ikke skader det samtidige arbeidet med tekst. Den virkelige påvirkningen vil først skje når tekst og musikk integreres.

Brunetti (2006) retter seg i hovedsak til musikalsjangeren i sin bok ”Acting Songs”, når han oppfordrer til å vente med den musikalske innstuderingen. Som tidligere musikalartist er jeg av den oppfatning at musikalsjangeren ofte er undervurdert både musikalsk og sangteknisk,

men det er likevel liten tvil om at det for de fleste byr på større utfordringer å beherske den sangteknikk som kreves for å synge opera og at den musikalske strukturen oftere er mer kompleks. Jo mer krevende sangen som skal jobbes med er, dess viktigere tror jeg det er at det musikalske ikke utsettes for lenge. Jeg hadde drøyd den musikalske innstuderingen, fordi jeg mistenkte at jeg ville bli rådet til å starte prosessen med å fokusere på det tekstlige. Selv om jeg likevel valgte å tyvstarte, var dette i seneste laget med tanke på den korte tiden som gjensto til eksamenskonserten. Til tross for at jeg ble rådet til å drøye det musikalske arbeidet, jobbet vi mye med at jeg vekslet mellom tale og sang. Etter hvert sang jeg mer og mer. Ariene ble sunget fritt fra hukommelsen og uten fokus på musikalsk presisjon, ettersom de ikke var ferdig innstuderte. Dette var i rammer uten akkompagnatør og med fokus på sensorisk arbeid, personalisering og å vekke de rette emosjonene. Arbeidet ble utrettet med så mye frihet i kropp og stemme som mulig og det å synge i rett toneart, med rett rytme og rett melodi ble sekundært. I ettertid ser jeg at dette førte til store musikalske utfordringer senere i prosessen og ga meg en musikalsk usikkerhet som forfulgte meg helt fram til eksamenskonserten. Årsaken var at det i løpet av denne prosessen ble automatisert en rekke musikalske feilinnlæringer som viste seg å bli veldig vanskelige å venne seg av med. Dette preger store deler av loggføringen. Spesielt tydelige ble konsekvensen ved første prøve med både akkompagnatør og sangpedagog til stede.

Det var en stor utfordring å overføre det vi har jobbet med i arbeidet med pianisten. Arbeidet med metoden har gått på bekostning av musikalsk presisjon og mye rytmefigurer og toner (spesielt på resitativ) var nå feil og upresist. Fokuset ble derfor på musikalsk vask som gjorde det krevende og nesten umulig å koble på formidlingen. Jeg har nå under arbeidet med å synge fritt og uten notene tillært meg en del feil som har satt seg i musklene. Dette er interessant og jeg må tenke ut hvordan metoden kan brukes i arbeidet med krevende musikalsk materiale uten at det setter seg feil i muskelminnet. Arbeidet med å jobbe med rytme og melodi, men uten tekst, burde nok startet før og hele tiden parallelt for å være sikker på at dette sitter i kroppen når man begynner prosessen (fra egen logg, 16. mai 2014).

Det kommer tydelig fram at integreringen mellom det sceniske arbeidet og det musikalske byr på utfordringer. Min plan var å endelig kunne jobbe med formidlingen sammen med akkompagnatøren, men frustrasjonen blir stor når jeg forstår at mine musikalske feil er så store og mange at de byr på utfordringer i samspillet med pianisten. Det blir en mislykket integrering, hvor fokuset blir kun på musikalsk vask. Den musikalske usikkerheten gir ikke overskudd til å fokusere på formidlingen. Jeg bestemmer meg for å ta opp utfordringene med Frøyland ved vårt neste møte. Vi blir enige om å endre rammebetingelsene for neste

arbeidsøkt. Siden lokalet ikke er utstyrt med piano, tar jeg med et mini-keyboard og notene slik at jeg kan sørge for at jeg synger i rett toneart. På denne måten blir de musikalske rammene mer korrekte og jeg har muligheten til å dobbeltsjekke om jeg synger korrekt underveis. Ved de foregående øktene har jeg hatt en tendens til å synge i lavere tonearter som ikke gir meg de samme sangtekniske utfordringene. Dette fører til at vanskelighetsgraden reduseres og den virkelige integreringen blir ikke fullendt. Ulempen med dette arbeidet er at det forstyrrer tilstedeværelsen min hver gang jeg begynner å slå toner på keyboardet midt i sangen. Jeg merker at når jeg først er i gang og har oppnådd flyt har jeg kun fokuset på formidlingen og glemmer uansett å benytte meg av keyboardet. Den viktige endringen er at jeg i alle fall starter i rett toneart. I verste fall synker eller stiger jeg noe, men avvikende toneart vil være mindre enn før.

Den 21. mai 2014 skriver jeg følgende i loggen: ”Jeg må videre jobbe med å automatisere og å få både sansearbeid og musikalitet inn i muskelminnet. Det handler om å få alt under huden, slik at det kan leve”. Jeg bruker mye tid på å rette opp i de musikalske feilinnlæringene og den 24. mai beskriver jeg at dette igjen har gått på bekostning av arbeidet med formidlingen. ”Det var nå svært krevende å gjenskape det jeg gjorde og som jeg følte så sterkt på siste arbeidsøkt med Frøyland. Det er overhodet ikke under huden eller i muskelminnet det heller”. Dette er et eksempel på hvor viktig det var for meg å jobbe parallelt med begge elementer under hele prosessen. I innspurten begynte jeg derfor hver økt med musikalsk vask, før jeg arbeidet med å etablere det sensoriske og til sist forsøkte jeg å integrere det hele.

Min opplevelse er at trygghet i det musikalske gir frihet og overskudd til formidlingen. Mangel på det samme gjør det vanskelig å leve seg inn i det og å holde på tilstedeværelsen. Dette kommer fram i det jeg skriver i loggen den 26. mai 2014: ”Jeg snubler fremdeles i noen musikalske fallgruver som totalt vipper meg ut av tilstedeværelsen. Irriterende!” Videre beskriver jeg at jeg ikke opplever disse utfordringene med arien ”Monica’s Waltz. ”Den hadde jeg musikalsk under huden fra før og det føles som om det gir en frihet og at jeg evner å dykke emosjonelt dypere i denne arien enn i de hvor jeg kjenner en musikalsk usikkerhet”. Jeg innser at jeg i min kritikk av at klassiske sangutdannelser fokuserer for lite på skuespillerteknikk har gått i motsatt felle. Mitt fokus på skuespillerteknikk har ført til for lite fokus på det musikalske og eksamensinnspurten preges av stress og uro rundt dette. Det er ikke før det er fem dager til eksamen at jeg skriver at de musikalske feilinnlæringene begynner å forsvinne. Likevel har det skapt en mental usikkerhet. ”Jeg må begynne å stole på

meg selv, for jeg dobbeltsjekker mye på piano. Det er distraherende med tanke på å holde seg til stede i innlevelsen” (fra egen logg, 29. mai 2014). Til og med dagen før eksamenskonserten preges jeg av usikkerhet, selv om jeg bevisst prøver å roe meg selv ned:

Jeg føler meg fremdeles musikalsk usikker noen steder. Spesielt gjelder dette den 1. og 3. arien. Jeg prøver nå å ikke stresse med det, men å stole på at om det går galt klarer jeg å redde meg ubemerket inn igjen (fra egen logg, 1. juni 2014).

Jeg opplevde også noen utfordringer i integreringen av det musikalske og sceniske i samspillet med pianist. Det handler mest om at vi hadde ulikt fokus og i blant kommuniserte forbi hverandre. Pianisten fokuserte på musikalsk presisjon, mens jeg var opptatt av å integrere det uttrykksmessige sammen med det musikalske. Heldigvis forsøkte pianisten å forstå min målsetting med arbeidet. Det er ikke gitt å møte slik forståelse hos en akkompagnatør. Jeg har flere ganger møtt instrumentalister som ikke har vist den samme forståelsen for å gi plass til tekstlig formidling, men som kun er opptatt av å ivareta de musikalske kvalitetene. Dette er ikke så merkelig ettersom instrumentalister arbeider med musikkformidling uten å forholde seg til teksten. Det er ikke rart om de glemmer at sangeren har et dobbelt ansvar ovenfor både komponist og tekstforfatter. Dette glemmer jo dessverre sangere ofte også selv. Utfordringene med ulike fokus opplevde jeg ble løst ved å sørge for å ha en god kommunikasjon.

4.2.5 Hvordan påvirkes sangteknikken av arbeidet med Method Acting?

Jeg har tidligere drøftet hvordan valget om å holde i flygelet på eksamenskonserten påvirket spenningsnivået i kroppen og resulterte i at det fysiske uttrykket stivnet. Dette forhøyede spenningsnivået påvirket også friheten i stemmen. Som nevnt henger stress og muskelspenninger nøye sammen (Easty, 1989, s. 64-65). Ved flere anledninger opplevde jeg hvordan økt stressnivå påvirket stemmens frihet. Det forhøyede stressnivået gjorde seg spesielt gjeldende de tre siste ukene før eksamen. Den 12. mai 2014 skriver jeg følgende i loggen: ”Følte meg litt mindre fri og presset i dag. Kan være på grunn av dårlig søvn og en del stress for tiden. Kan også være fordi jeg vet at det er noen som kan høre meg i rommet ved siden av. Gjør meg nok litt mindre fri”. Det å vite at noen kunne høre meg mens jeg jobbet påvirket meg negativt mange ganger gjennom prosessen. ”Jeg øvde hjemme og jeg merket at jeg ikke turte å syngte helt ut i frykt for at naboer kunne høre meg. Fungerer ikke så godt når jeg holder tilbake. Det blir anstrengende for stemmen i lengden” (fra egen logg, 29. mai 2014).

Det samme kunne jeg kjenne under øktene med veiledning på NSKI. Dersom jeg visste at det var noen som var i naborommene eller plutselig oppdaget at et vindu var åpent begynte jeg å trekke meg og straks gikk det på bekostning av friheten i stemmen. Jeg innså at enten må jeg øve i rom hvor jeg vet at jeg ikke kan bli hørt av andre eller så må jeg slutte å vie dette fokus. I lengden tror jeg det vil være en fordel om jeg klarer å bekymre meg mindre om at andre kan høre meg, fordi det tvilsomt er siste gang jeg jobber i et rom som er lytt. I så måte tror jeg Method Acting i seg selv kan være et godt verktøy for å gi slipp på dette fokuset. Dersom man under arbeidet virkelig har oppnådd den hensiktsmessige fokus og konsentrasjon som kreves tror jeg at det kan forhindre at man gir ytre påvirkning som dette oppmerksomhet. Følgende sitat fra loggen mener jeg illustrerer dette:

Jeg er litt utålmodig og merker at stressnivået påvirker stemmen. Det kom seg utover økten og jeg merker at stemmen tidvis var frigjort og at det påvirker friheten i utføringen og motsatt. Jo friere jeg klarer å være i formidlingen jo mer energi har jeg til sangen (fra egen logg, 19. mai 2014).

Det faktum at jeg etter hvert opplever økt frihet i både stemme og i den fysiske utføringen under øvelsen, tror jeg skyldes konsentrasjonen jeg har opparbeidet under sansearbeidet. Jeg starter øvelsen med høyt stressnivå, men det reduseres under arbeidet og dermed påvirker det friheten i stemmen positivt. I det samme sitatet fra loggen blir det også tydelig hvordan friheten i det fysiske uttrykket gir energi til sangen. Det finnes mange eksempler fra loggen på at når jeg opplever å finne de ekte følelsene frigjøres ikke bare et troverdig spill, men stemmen responderer også spontant, fritt og ekte. Dette samsvarer med Major og Laings (2011) påstander om at skuespillerteknikk vil fremme en avspent kropp og et fokusert sinn, som igjen vil løfte sangprestasjonen.

Jeg spiller på Monicas mani og at hun mister grepet og prøver å glemme og flykte fra alt. ... Det opplevdes sterkt når jeg begynte å ta av på slutten av introen. Jeg vil vekk fra situasjonen og jeg kjenner at stemmen blir betraktelig friere (fra egen logg, 28.mai 2014).

Det at stemmen føles friere og derfor lettere å bruke tror jeg skyldes aktiveringen av kroppen. Dermed blir stemmen godt forankret og støttet. Dette kan gi økt vokal energi og kan forklare følgende sitat fra loggen den 26. mai 2014:

På ”Monica’s Waltz” følte jeg at jeg hadde mye mer teknisk overskudd i dag. Partier som før har vært krevende og tunge føltes i dag lette. Jeg sjekket piano for å forsikre

meg om at jeg ikke hadde sunket i toneart fordi tonene føltes så mye lettere å synge, men det hadde jeg ikke.

Det er flere eksempler fra loggen på at aktiveringen av kroppen øker ved emosjonell stimuli. Den sterkeste opplevelsen gjennom hele aksjonsstudien skjedde da jeg under veiledning jobbet med arien ”Black Swan” og delmålet avskjed. Vi jobbet med erstatning og vi rullet sammen en yogamatte som jeg holdt i armene. Matta fungerte som erstatningen og var et menneske fra mitt eget liv som jeg ikke vil miste, men i denne scenen var nødt til å forlate. Jeg holder personen i armene mine for aller siste gang og tar avskjed mens jeg synger arien. På slutten av arien begynner Øyvind Frøyland å dra i erstatningen og jeg kjemper og klarer ikke å gi slipp på personen jeg holder i armene. I loggen den 21. mai 2014 skriver jeg følgende om dette arbeidet: ”Når Øyvind dro i erstatningen klamret jeg meg fast og fikk masse kraft og tilstedeværelse som ga stemmen god forankring og mye klang, rom, fylde og varme”. Her skjer det minst to ting som jeg opplevde aktiverte forankringen i kroppen og ikke minst støttefunksjonen. Når Øyvind Frøyland dro i erstatningen og jeg holdt igjen ga dette fysisk motstand som aktiverte kroppen og støtten. Dermed får stemmen energi som en følge av det. Det andre som skjer er at når Øyvind drar i erstatningen som jeg ikke for alt i verden vil miste, vekker dette også sterke emosjoner som både kropp og stemme responderer på. Dette eksempelet illustrerer hvordan stemme og kropp fungerer som en enhet som svarer spontant og fritt på emosjonene. Min opplevelse er at vanskelige sangtekniske passasjer føles mindre krevende og anstrengende som en følge av det. Det tydeligste funnet i studien er at når jeg kjente at jeg var emosjonelt tilstede og forankret frigjorde det stemmen slik at sangtekniske utfordringer ble redusert.

Den innledende fasen i studien samsvarer med Brunettis (2006, s. 10) anbefalinger om å starte med å behandle sangteksten som en monolog. Han foreslår at det først arbeides med den på en nøytral og avspent måte. Ved siden av å drøfte og grave dypere i det tekstlige materialet sto arbeidet med sang som monolog i fokus under de første møtene med Frøyland. Det opplevdes som en utfordringen å gå fra talt tekst til sang. Oppgaven var at jeg hele tiden skulle pendle mellom det talte og det sungne. Dette kan høres ut som en enkel oppgave for en sanger, men jeg skriver følgende om det jeg opplevde som en utfordring i loggen den 8. mai 2014: ”Rammene for oppgaven var av så realistisk karakter og det føltes vanskelig og unaturlig å plutselig gå over i sang. Når jeg til slutt klarte det, var det ikke klassisk, men en sangstil som ligger nærere talestemmen”. Jeg tror det var mer nærliggende å synge i en slik sangstil fordi

det følte mer naturlig og veien var kortere å gå. Å plutselig synge klassisk følte veldig kunstig innenfor de gitte realistiske rammene og følte i begynnelsen helt umulig. Når sang i utgangspunktet ikke er en naturlig måte å kommunisere med hverandre på i hverdagslivet, hvordan skal jeg da kunne uttrykke meg like troverdig når jeg synger som når jeg snakker? Frøyland og jeg drøftet hvordan denne utfordringen kunne løses og at jeg skulle fortsette arbeidet med dette på egenhånd. Øvelsen besto i å stadig skifte mellom tale og sang og gradvis nærme meg den klassiske sangteknikken. Dette arbeidet førte til at avstanden mellom å uttrykke seg med tale og med sang gradvis ble mindre. Det var også fruktbart å gjøre dette arbeidet på egenhånd, ettersom jeg opplevde det ekstra utfordrende å utforske dette fritt mens jeg ble observert. Jeg kom stadig nærmere en aksept hvor det følte naturlig for meg å gå fra tale til sang, til slutt også klassisk sangstil. Etter hvert opplevde jeg at jeg kunne mene de sungne ord like mye som de talte ord. Når det gjelder pendlingsarbeidet møtte jeg størst sangtekniske utfordringer på arien ”Monica’s Waltz”, som er den vanskeligste arien. Pendlingen ble spesielt krevende her ettersom innstillingen for den klassiske sangstilen ligger langt unna innstillingen for talestemmen. Spesielt i begynnelsen var det krevende å finne tilbake til den klassiske innstillingen. Den 13. mai 2014 skriver jeg følgende om utfordringene:

I dag pendlet jeg mindre for å komme mer inn i driven i handlingen, så lite på nytt. Sang mer enn de tidligere dagene. Gikk bedre med ”Monicas Waltz” i dag, følte ikke like tung å synge som i går. Tror det var fordi jeg pendlet mindre mellom sang og tale, men fikk en flyt hvor det også var lettere å leve seg inn i en historie som fløt. ... Det er mulig at jeg bør forbli i sangfunksjonen straks jeg opplever at jeg er på plass emosjonelt.

Her kommer det frem at jeg har arbeidet med pendling en stund og at jeg føler meg moden for å pendle mindre og synge mer. Da kan jeg bli værende i den klassiske sangstilen og det kan være årsaken til at det blir lettere å synge de sangtekniske partiene. Intensjonen bak ordene begynner å sitte slik at det er lettere å leve seg inn i det. Utfordringene med pendlingen var ikke et problem på de mindre krevende ariene. Her opplever jeg at pendlingen veldig effektivt bringer meg dypere inn i teksten og intensjonen bak ordene. Ikke minst opplever jeg at det frigjør stemmen. Det kommer tydelig frem i loggen den 12. mai 2014:

Pendling mellom sang og tale frigjør energi i stemmen. ... Sangstemmen responderer friere på følelsene, men kan tidvis virke litt ute av kontroll. Spesielt når jeg forsøker å si teksten på en frasering på mange ulike måter og hele tiden prøver å overføre intensjonen til sangen direkte etterpå.

Her ser vi at jeg under pendlearbeidet jobbet med å si teksten med ulike intensjoner for deretter å overføre dette til sangen. Slik jeg vurderer det kommer jeg dypere bak ordene når jeg snakker de. Blant annet tror jeg dette skyldes at jeg ikke behøver å bruke hjernekapasitet på musikalske og sangtekniske aspekter, men kan vie alt mitt fokus på å koble mine tanker på teksten. Når jeg pendler til sang umiddelbart etterpå klarer jeg lettere å beholde intensjonen og tilstedeværelsen og jeg overfører dermed disse kvalitetene til sangen. Arbeidet med å prøve ut ulike intensjoner gir meg en stadig dypere forståelse av tekstens innhold og åpner opp for muligheten til å oppdage noe nytt i teksten. Jeg nevner at pendlingen frigjør energi i stemmen. Igjen tror jeg det er kontakten med emosjonene som frigjør spontane impulser i kroppen og som får positiv påvirkning på en friere stemmefunksjon. Likevel beskriver jeg at jeg tidvis mister kontroll. Her er vi inne på en sentral utfordring som jeg blant annet beskriver i loggen den 24. mai 2014: ” Jeg opplever at sårbare partier kan bli litt innsnevrede. Det er som om kroppen går i beskyttelsesmodus, og at det går muskulært på bekostning av klangrom”. Her berører jeg tematikken som Kovens (2006, s. 125) belyser. Han mener at hovedproblemet med sangere er deres frykt for ekte følelser fordi det vil gå på bekostning av sangteknikken. I sitatet fra loggen beskriver jeg hvordan følelser får musklene i halsen til å trekke seg sammen. Dette igjen får negative konsekvenser for stemmens frihet og bærekraft. Kovens (2006, s. 125) hevder at det er mulig å trene opp evnen til å kunne spenne av i kropp og svelg samtidig som man føler ekte følelser. En bevisst og konsekvent mestring av dette opplevde jeg ikke at jeg rakk å oppnå under aksjonsstudien. De sårbare følelsene førte fort til at det snurpet seg i halsen, men jeg fryktet ikke at dette skulle skje. Kanskje hadde jeg fryktet det mer dersom jeg visste at stemmen skulle bære over et orkester, men i mitt tilfelle skulle den kun bære over et piano og jeg opplevde heller at stemmeklangen bar emosjonene og at stemmen speilet det indre livet mer troverdig. På den annen side hevder Kovens (2006, s. 127) at ettersom musikken gir så mye, trenger ikke en sanger like sterk emosjonell stimuli som en skuespiller. Han mener at sangeren ikke skal gå så langt at det går utover god sangteknisk kontroll. Jeg opplever det som krevende å finne dette balansepunktet mellom det sangtekniske og det skuespillertekniske. Jeg er enig i at det ene ikke skal gå på bekostning av det andre, men å søke etter en vellykket integrering. Min opplevelse er at det kan være mer å tape på å holde igjen emosjonene, både skuespillerteknisk og sangteknisk. For eksempel beskriver jeg i eksamensinnspurten: ”Jeg merket i dag at jeg ikke fant frem like mye sinne som sist. Jeg tror dette skyldtes at jeg holdt igjen for å skåne stemmen før eksamen” (fra egen logg, 26. mai 2014). Dette beskriver hvordan det å tøyse stemmen også kan forhindre meg fra å vekke emosjonene. Det krever mye arbeid å få både god sangteknikk og skuespillerteknikk

under huden, men de gangene integreringen klaffer er min opplevelse at de støtter hverandre og at den ene teknikken kan frigjøre overskudd til den andre, slik at det lettere fungerer som en helhet. Den aller største utfordringen når det gjelder integreringen mellom det skuespillertekniske og det sangtekniske opplevde jeg under første øvelse med både sangpedagog og pianist til stede. Under denne øvelsen forsøkte jeg bevisst å fokusere på integreringen, men jeg fikk raskt tilbakemeldinger på sangtekniske elementer som ikke var på plass og da begynte naturlig nok utfordringene.

Det var vanskelig å tenke på det sangtekniske fordi jeg prøvde og famlet med å finne tilbake til emosjonene jeg fant sist. Jeg brukte såpass stor hjernekapasitet på det, at å tenke på sangteknikk i hvert fall ville rive meg ut av innlevelsen. Både sangpedagogen min og jeg er enige om at det ikke behøver å være en barriere for sangteknikken at jeg fokuserer på innlevelse, men jeg tror det kun kan løfte det sangtekniske når man er genuint til stede i det og ikke når man famler slik jeg gjorde. Da blir det rett og slett for mye for hjernen å tenke på og skuespillerteknikken er ikke fri nok til å støtte sangteknikken eller motsatt. Med en gang jeg finner veien inn til de ekte emosjonene gir det energi og overskudd til sangen (fra egen logg, 24. mai 2014) .

Flere ganger gjennom aksjonsstudien slo det meg hvor tidkrevende og omfattende det er for en sanger å behandle det skuespillertekniske og sangtekniske like grundig. Det vil ofte kunne være et tidsspørsmål å få til begge deler, men det handler også om prioritering og rutiner. Jeg tror det er viktig at det fokuseres på å gi sangstudenter god opplæring i skuespillerteknikk slik at dette arbeidet kan få modnes og utvikles og integreres med sangteknikken så tidlig som mulig. Gjennom aksjonsstudien har jeg fått bekreftet hvor tett teknikkene henger sammen og at den ene teknikken kan frigjøre noe i den andre. En av de største utfordringene er selvdisciplin og å få gode rutiner i arbeidet, uten å komme inn i en autopilot. Jeg skal kunne synge arien som om det var for første gang og fylle den med nytt liv igjen og igjen.

5 Avslutning

5.1 Oppsummering av drøfting og konklusjoner

Arbeidet med Method Acting har tilført min praksis en systematisk grundighet når det gjelder å integrere skuespillerteknikk med sangteknikk. Målet har ikke vært å oppnå en komplett praksis, men fortsette å utforske og utvikle mitt eget arbeid. Jeg innser at arbeidet krever tid og modning.

- Hvilke utfordringer møter jeg under analysearbeidet og hvordan løser jeg de? Hva tilfører det min praksis?

Utfordringene var å ta tørre å ta modige valg og å være åpen for nye tolkninger. Det var spesielt krevende på arien ”Monica’s Waltz”, som jeg hadde jobbet med tidligere. Jeg jobbet bevisst med å ikke låse meg til min tidligere tolkning. De fem spørsmålene var nyttige når det gjaldt å ta valg og den grundige besvarelsen gjorde at jeg kunne sanse og visualisere scenene og rollefigurene ytterligere. Analysearbeidet har gitt meg en mye dypere tekstforståelse. Det har gjort linjene i historien vesentlig mye klarere og jeg har fått en større innsikt i rollefigurene. Det å lytte til en nøytral innlesning av tekstene og å notere seg alle tanker som måtte strømme på var veldig nyttig, spesielt i møte med tekst som inneholder mye symbolikk og metaforer. All dokumentering av analysearbeidet bidrar til at tanker og idéer blir godt forvaltet og kan få fornyet gjenklang senere i prosessen ved ny gjennomlesning.

- Hvilke utfordringer møter jeg i arbeidet med avspenning og konsentrasjon og hvordan løser jeg de? Hva tilfører det min praksis?

Jeg hadde en tendens til å slurve med avspenning når jeg var stresset og egentlig trengte den som mest, som for eksempel når eksamen nærmet seg. Dager hvor jeg var sliten eller hadde redusert form påvirket spenningsnivået i kroppen negativt. Støy eller visshet om at noen kunne høre meg mens jeg arbeidet utfordret konsentrasjonen min. Jeg oppnådde bedre konsentrasjon og avspenning de dagene jeg jobbet i lydisolerte rom. Det var også dager hvor jeg oppnådde en så god konsentrasjon på selve arbeidet at jeg ikke lot meg påvirke av ytre omstendigheter. Det mentale stresset knyttet rundt eksamenskonserten løste jeg ved å kun fokusere på å redusere mentalt stress og på fysisk avspenning de to siste dagene før konserten.

Jeg opplevde at dette roet meg og at det fremmet en dypere pust. Avspenningen gir en ro som fremmer god konsentrasjon. Dette gjør meg i stand til å tenke klarere og jeg får et overskudd til å redde meg inn igjen hvis jeg synger feil. Jeg får en større tilgang til min egen kreativitet og jeg opplever at konsentrasjonen på det jeg skal gjøre redusere prestasjonsangst og scenskrekke..

- Hvilke utfordringer møter jeg under sansearbeidet, personalisering, bruk av erstatning og private øyeblikk og hvordan løser jeg de? Hva tilfører det min praksis?

Krevende sangtekniske partier opplevde jeg som et hinder for sansearbeidet. Her risikerte tanken og uttrykket å bli hengende etter teksten. Jeg opplever at det musikalske fokuset gjør det ekstra krevende for sangeren å virkelig lande i sansearbeidet. Det var også en utfordring å huske tekst, fordi jeg hadde mer fokus på tilstanden bak ordene enn på selve ordene. Ved å etablere impulsene i ”slow motion” opplevde jeg at impulsene ble mer organiske og ekte for hver gjennomgang. Jeg måtte stole på at sansearbeidet hadde farget arbeidet og at det ikke kunne være primærfokus på konserten, men at jeg hurtig måtte vekke emosjonene i pausene mellom ariene og under forspillene. Det var avgjørende å søke etter rett følelseshukommelse eller erstatning. De gangene det virkelig følte rett var det lettere å løfte teksten og å være til stede i ordene. På øvelser jeg allerede hadde tilgang til var emosjonell dagbok veldig effektiv. Sårbarhet var en emosjon jeg hadde utfordringer med å vekke. Her måtte det grundigere sansearbeid med følelseshukommelse til. Generelt opplever jeg at sansearbeidet gir arbeidet retning og lag og at det blir lettere å oppleve tilstedeværelsen av erstatningen. Spesielt var det effektivt å bruke den ekte erstatningen i arbeidet. Etter dette var jeg i stand til å visualisere ham enda klarere i scenen. Tidvis følte det forstyrrende å benytte erstatninger fra eget liv og jeg endte med å gi slipp på det dersom det ikke fungerer og kun benytte meg av erstatning dersom jeg ikke får nok stimuli i scenen. En av de største utfordringene i arbeidet med erstatning var at det utfordret min egen samvittighet. Dette ble løst ved å bruke den dårlige samvittigheten som en motstand i arbeidet og å skape en spenning i underteksten. Personaliseringsøvelsene vekket et rikt mangfold av følelser, men i begynnelsen opplevde jeg at jeg skled vekk fra teksten og rollen ved å ha et så stort fokus på meg selv. Utover i studien merker jeg at personaliseringen reduserer distansen mellom rollefiguren og meg. Dersom situasjonen vekker nok empati hos sangeren er jeg av den oppfatning at personalisering ikke er nødvendig. Når det gjelder arbeidet med private øyeblikk var dette spesielt krevende å utføre foran veileder. Dette ble løst med å prøve å gjenskape private øyeblikk på egenhånd for

så å gjøre øvelsen på nytt med veiledning. Dette førte til at sansehukommelsen ble vekket og at det ble lettere å spore opp en noe friere reaksjon da jeg gjorde den under veiledning på nytt.

- Hvilke musikalske utfordringer møter jeg i arbeidet med Method Acting og hvordan løser jeg de?

Musikalsk usikkerhet var et hinder for sansearbeidet, ettersom jeg da risikerte at det jeg hadde etablert kollapset. Ariene bød på store musikalske utfordringer og jeg innser i ettertid viktigheten av å integrere den musikalske innstuderingen parallelt med det skuespillertekniske arbeidet, selv om dette strider i mot råd fra andre som jobber med Method Acting opp mot sang. De største musikalske utfordringene kom som følge av at jeg hadde sunget ariene fritt fra hukommelsen og uten musikalsk presisjon under den innledende fasen. Under dette arbeidet begynte det å sette seg en del feilinnlæringer i muskelminnet som jeg brukte mye tid på å fjerne senere. Dette forsøkte jeg å korrigere ved å starte hver økt med musikalsk vask. På et for sent tidspunkt kom jeg på idéen om å jobbe med musikalsk innstudering på et tekstnøytralt grunnlag. På denne måten ble det mulig å jobbe parallelt og likeverdig med det musikalske og tekstlige, uten at det påvirket hverandre nevneverdig i den innledende fasen.

- Hvordan påvirkes sangteknikken av arbeidet med Method Acting?

Pendlingen mellom tale og klassisk sangteknikk gjør det lettere å overføre dybden i teksten og intensjonen bak ordene over til sangen. Jeg opplever at øvelsen frigjør spontane impulser i kropp og stemme. Tidvis opplever jeg at sårbare partier gir spenninger rundt strupen og reduserer klangrom. Selv om emosjonene tidvis kunne gå på bekostning av klangen, opplevde jeg at stemmeklangen bar emosjonene og at stemmen ble i stand til å speile det indre livet mer troverdig. Min opplevelse var at det var mer å tape ved å holde igjen emosjonene, både sangteknisk og skuespillerteknisk. Jeg merket at jo større fokus jeg klarte å oppnå på selve oppgaven, dess friere ble jeg i formidlingen og dette ga igjen energi til sangen. Dette fokuset reduserer stressnivået og påvirker stemmen positivt. Når jeg finner de ekte følelsene responderer både kropp og stemme fritt, spontant og ekte. Ikke minst opplever jeg at den emosjonelle stimulien aktiverer kroppen slik at stemmen blir godt forankret og støttet. Det føles dermed lettere å synge og stemmen får mer klang, rom, fylde og varme. Det tydeligste funnet i studien er at emosjonell tilstedeværelse forankret og frigjorde stemmen på en slik måte at sangtekniske utfordringer ble redusert. De gangene jeg merker at sangteknikk og

skuespillerteknikk er integrert støtter teknikkene hverandre og jeg opplever at den ene teknikken kan frigjøre overskudd til den andre.

5.2 Praktiske implikasjoner

Hvordan kan informasjonen fra studien brukes i praksis? Hensikten med undersøkelsen har vært å utforske på hvilke måter sangteknikk og skuespillerteknikk kan integreres og å avdekke hvilke utfordringer man kan møte på i dette arbeidet. Funnene viser at skuespillerteknikk kan frigjøre sangtekniske utfordringer. Dette kan bidra til å fremme behovet for undervisning i skuespillerteknikk for sangere. Studien synliggjør at det krever tid og grundighet for å oppnå et troverdig spill og å beherske skuespillerteknikk. Jeg tenker derfor at det er viktig at det undervises i skuespillerteknikk parallelt med sangundervisning under utdanningsforløpet, slik at sangere får god tid til å utvikle sine ferdigheter i begge fag. På denne måten vil fagene kunne modnes parallelt og det vil øke sjansen for en vellykket integrering av de to teknikkene. Innen fagmiljøet håper jeg på økt fokus på sangeres skuespillerferdigheter og at flere sangpedagoger får kunnskap om gode metoder for hvordan de kan styrke sine studenters formidlingsevne og innlevelse.

5.3 Forslag til videre forskning

Denne studien har rettet et blikk på sangerens doble ansvar ovenfor både komponist og tekstforfatter. Det er behov for mer forskning når det gjelder på hvilke måter sang- og skuespiller-teknikk kan integreres. I denne studien har jeg benyttet Method Acting, men det er bare en av veldig mange ulike metoder og retninger innen skuespillerteknikk. Det kunne vært interessant å se en lignende studie med en annen skuespillerteknikk-metode som utgangspunkt. Det hadde også vært interessant å gjøre en studie med flere informanter. En mulighet kunne være å måle sangeres utbytte etter en workshop i skuespillerteknikk eller etter en lengre periode med regelmessig undervisning. Under denne aksjonsstudien var jeg inne på tanken om å teste ut ulike tolkningsmuligheter og å gjøre ulike versjoner av de fire ariene, men denne idéen kom for sent til å realiseres. Mulighetene er mange og kun fantasien setter grensene for hvordan man kan utforske og eksperimentere med dette feltet videre.

Litteraturliste

- Batta, A. (2005). *Opera. Komponister. Værker. Opførelser* (K. Antz, M. Garnæs & L. Sørensen, Overs.). Danmark: Könemann.
- Befring, E. (2007). *Forskningsmetode med etikk og statistikk*. Oslo: Det Norske Samlaget.
- Bjørneboe, T. (2005). Det tar tid å frigjøre seg... *Norsk Shakespeare- og teatertidsskrift*. Lastet ned fra <http://www.shakespearetidsskrift.no/arkiv/12005/therese-bjoerneboe-intervju-med-irina-malochevskaja.html>
- Brodersen, N., Heradstveit, E., Hovig, G., & Ilsaas, T. (1995). *Spill levende: drama valgfag*. Vollen: Tell forlag.
- Brunetti, D. (2006). *Acting Songs*. North Chareston: BookSurge.
- Brustein, R. (1973, 15.04.). Are Britain's actors better than ours?, *New York Times*. Lastet ned fra <http://search.proquest.com/docview/119609502?accountid=45259>
- Brynhildsvoll, J. (2010, 24.09.). Metodistkirken, *Dagbladet*. Lastet ned fra <http://nski.no/wp-content/uploads/Dagbladet-fredag.pdf>
- Carnicke, S. M. (2000). Stanislavsky's system. I A. Hodge (red.), *Twentieth Century Actor Training*. London: Routledge.
- Chubbuck, I. (2004). *The power of the actor: the Chubbuck technique*. New York: Gotham Books.
- Colton, R. H., Casper, J. K., & Leonard, R. (2011). *Understanding voice problems: A physiological perspective for diagnosis and treatment* (4 utg.). Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- Easty, E. D. (1989). *On Method Acting*. New York: Random House LLC.
- Eikeland, O. (2001). Aksjonsforskning Lastet ned 23.02., 2014, fra <http://www.academia.edu/3469738/Aksjonsforskning>
- Eisenhart, M., & Borko, H. (1993). *Designing Classroom Research: Themes, Issues, and Struggles*. Boston: Allyn & Bacon.
- Folkesson, L. (2004). Aktionsforskning - på vems villkor? I K. Rönnerman (red.), *Aktionsforskning i praktiken - erfarenheter och reflektioner*. Lund: Studentlitteratur.
- Gilfry, R. (2008). Introduction. I L. A. Lucca (red.), *Acting Techniques*. Pomona: Vivace Opera.
- Hicks, A. E. (2011). *Singer and Actor: Acting Technique and the Operatic Performer*. Milwaukee: Amadeus Press.
- Hodge, A. (2000). Introduction. I A. Hodge (red.), *Twentieth Century Actor Training*. London: Routledge.

- Hornby, R. (1992). *The End of Acting: A radical view*. New York: Applause Books.
- Johannessen, A., Tufte, P. A., & Christoffersen, L. (2006). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Kemecsi, F. (1998). *Skådespelarens skapande process enligt Stanislavskij-metoden*. Stockholm: Liber AB.
- Kovens, E. (2006). *The Method Manual. For Teachers and Actors*. . Lexington: Ed Kovens.
- Krasner, D. (2000). Strasberg, Adler and Meisner. Method Acting. I A. Hodge (red.), *Twentieth Century Actor Training* (s. 129-150). London: Routledge.
- Lewis, R. (1980). *Advice to the Players*. New York: Theatre Communications Group.
- Major, L., & Laing, M. (2011). *The Empty Voice. Acting Opera*. Milwaukee: Amadeus Press.
- McNiff, J. (2013). *Action research: Principles and Practice* (3 utg.). New York: Routledge.
- Menotti, G. C. (1947). *The Medium. Tragedy in Two Acts*. New York: G. Schirmer. Inc.
- Menotti, G. C. (1996). *The Medium* [Andrea Lamoreaux i CD-bilaget]. Illinois: Cedille Records.
- Moston, D. (1993). *Coming to terms with acting: an instructive glossary*. New York: Drama Book Publishers.
- Norsk Skuespillerinstitutt. (2009). Lærere og ansatte Lastet ned 20.03., 2014, fra <http://nski.no/laererne/>
- NSKI. (2009). Norsk Skuespillerinstitutt. Studieplan. "Method Acting, en fagutdanning i filmskuespill" Lastet ned fra <http://nski.no/STUDIEPLAN.pdf>
- Rönnerman, K. (2004). Vad är aktionsforskning? I K. Rönnerman (red.), *Aktionsforskning i praktiken - erfarenheter og reflektioner*. Lund: Studentlitteratur.
- Savage, R. (2001). The Staging of Opera. I R. Parker (red.), *The Oxford Illustrated History of Opera* Oxford: Oxford University Press.
- Smith, W. (1990). *Real life drama: The Group Theatre and America, 1931-1940*. New York: Grove Press.
- Stanislavski, C., & Romyantsev, P. (1998). *Stanislavski on opera*. London: Routledge.
- Stanislavsky, K. (1963). I E. R. Hapgood (red.), *An actor's handbook: an alphabetical arrangement of concise statements on aspects of acting*. New York: Theatre arts books.
- Stene, Ø. (2011, 28.07.). Stanislavskijs metode, *Rushprint*. Lastet ned fra <http://rushprint.no/2011/07/stanislavskijs-metode/>
- Strasberg, L. (1988). *A dream of passion: The development of the method*. Middlesex: Penguin Books.

- Titze, I. R. (2006). Voice training and therapy with a semi-occluded vocal tract: rationale and scientific underpinnings. *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 49(2), 448-459.
- Tomal, D. R. (2010). *Action Research for Educators* (2 utg.). Plymouth, United Kingdom: Rowman & Littlefield Education.
- Vineberg, S. (1991). *Method Actors: Three Generations of an American Acting Style*. New York: Schirmer Books.

Vedlegg

Vedlegg 1: Video

De fire ariene er hentet fra operaen ”The Medium” og alle synges av rollefiguren Monica.

Arie 1: Where, Oh, Where

Arie 2: Mummy, Mummy, Dear

Arie 3: Black Swan

Arie 4: Monica´s Waltz

Komponist/ tekstforfatter: Gian Carlo Menotti

Musikere: Maria R. Wennnersten (sopran) og Mariam Kharatyan (flygel)

Innspillingslokale: Sal 1 i Sigurd Køhns hus ved Universitetet i Agder

Spilt inn: August 2014