



HÖGSKOLAN FÖR SCEN OCH MUSIK

Hästen och skådespelaren

Joonas Vartiainen

Självständigt arbete (examensarbete), 15 högskolepoäng

Konstnärligt kandidatprogram i skådespeleri

Högskolan för scen och musik, Göteborgs universitet

Termin 6 År 2020

Författare: *Joonas Vartiainen*

Arbetets rubrik: *Hästen och skådespelaren*

Arbetets titel på engelska: *The horse and the actor.*

Handledare: *Anne Södergren*

Examinator: *Mia Höglund Melin*

SAMMANFATTNING

I mitt självständiga arbete undersöker jag kopplingar mellan ridning och skådespeleri och hur ridningen påverkat min konstnärliga utveckling. Jag utgår ifrån mina egna erfarenheter av studierna vid HSM och mitt personliga hästintresse. Arbetet kompletteras med intervjuer med hästvana människor, varav de flesta är eller har arbetat med skådespelare.

Nyckelord: Ridning, skådespeleri, teater, ensamble, teknik, tydlighet, dialog, handlingar, närvaro, flock, ensamhet, mod, volymknappar

Hästen och skådespelaren

Kopplingar mellan ridning och skådespeleri

Finnhästen Kirppu stod snällt och väntade medan hennes unga och vackra ryttare hoppade upp på ryggen och jag stod bredvid och harklade och försökte komma på något att säga. Jag hade tidigare under dagen gått in i logen, klädd i min gråa, slitna och dammiga uniform och pratat med henne och frågat henne ut på en dejt och nu, innan jag själv skulle åka iväg efter dagens repetition, hade jag åter samlat modet och gått fram till henne. Hon satt på sin häst som en amason ur den grekiska mytologin. Som en flicka ur en målning av Frank Frazetta. Vi bytte några ord innan vi skildes åt. Klädd i ridbyxor, stövlar, tajt topp, dammig och med sitt blonda hår fladdrande efter sig red hon hem i solnedgången. Det var något av det tuffaste jag dittills sett i mitt liv. Då skulle jag aldrig ha gissat att vi ett år senare skulle rida på varsin finnhäst ner i solnedgången och att ridning skulle bli en stor passion i mitt liv.

Detta var även första gången som jag som skådespelare arbetade i en produktion där det ingick en häst. Det var första gången som jag personligen fick vara med om något som kombinerade två för mig idag mycket kära intressen, skådespeleri och hästar. Det var sommaren 2017 och jag medverkade i produktionen Okänd soldat i Harparskog, en föreställning baserad på Väinö Linnas roman. Förutom 28 skådespelare medverkade även den 24-årige finnhästen Kirppu i pjäsen. Hon drog bland annat fältkök och likvagnar och drog allmänt åt sig publikens sympatier. Hon var enligt min mening en fullvärdig medlem av ensemblen och på många sätt den riktiga stjärnan i pjäsen. Förutom att jag blev djupt imponerad av både henne och hennes ryttare, så var jag även fascinerad över hur lätt och bra de två arbetade ihop.

Hösten därpå påbörjade mina studier vid Högskolan för scen och musik vilket innebar en stor förändring i mitt liv. Dock var jag redan "välsignad" (som Mia Höglund-Melin en gång uttryckte det) av hästar och har grubblat en hel del över detta och när det var dags att börja arbeta med det självständiga arbetet, så visste jag direkt att min text skulle på något vis kretsa kring hästar.

Vad undersöker jag?

Först och främst måste jag påpeka att jag inte påstår att jag är eller tror mig vara någon expert när det kommer till skådespelar- eller ridkonsten. Jag har utövat dem en kort tid och endast skrapat på ytan av allt det arbete som det består av. Mina tankar kring skådespeleri och ridning kommer utan tvekan att ändras ju längre tiden går. Det är helt enkelt så att dessa två konster ger mig glädje och faktumet är att man aldrig egentligen blir "klar" med dem, utan det finns alltid något nytt att lära sig och man befinner sig en ständig utveckling. Så, en del fakta i arbete kommer att vara självklarheter för människor med erfarenhet av att arbeta med hästar.

I det här arbetet har jag valt att använda ordet ridning. Jag är medveten om att arbete och ett liv med hästar omfattar mycket annat än bara ridning men har valt att fokusera främst på det. Även skådespeleri handlar om så mycket annat än att bara "stå på scen och skådespela", men jag känner att jag vill mest prata om dessa två aspekter.

Jag har länge grubblat över varför just ridning och skådespeleri har blivit så viktigt för mig och om det har varit endast frågan om en slump eller om det möjligtvis finns någon koppling mellan dessa två konster som gett mig så mycket och i så fall vad är det som är så viktigt och varför är det så viktigt för mig? Jag har hoppats att mina erfarenheter från den ena konstarten hjälper mig att utvecklas i den andra och att jag får en bättre

insyn i bägge två genom eventuella kopplingar mellan ridning och skådespeleri och kanske i bästa fall kan jag tillämpa i skådespeleri det som jag lärt mig i ridning och hoppas även att ridningen inte blir ett hinder för min skådespelarkarriär.

I detta arbete där jag försöker hitta kopplingar mellan skådespeleri och ridning gör jag även en djupdykning i mig själv som person och försöker lyfta fram de eventuella kopplingarna även bidragit till min konstnärliga utveckling. Jag har återkopplat till grundteknik som jag lärt mig på lektioner och även läst i böcker och har intervjuat och läst om hästvana människor som antingen är skådespelare eller som har haft med skådespelare att göra, och med hjälp av deras erfarenheter, tankar och åsikter försökt gräva mig djupare in i ämnet.

Min huvudfråga är alltså vilka kopplingar jag ser mellan skådespeleri och hur ridning och hur min relation till hästar och ridning inverkat på min konstnärliga utveckling?

Varför ridning?

I min barndom red flera hjältar. Conan Barbaren, Zorro, Fantomen, cowboys, riddaren osv. Som ung fantiserade jag en ofta om att rida ner mot solnedgången eller galoppa med ett svärd i handen, klädd i kragstövlar och håret fritt fladdrande. Jag tänkte till och med att det bästa sättet att dö vore genom ett kavallerianfall(töntigt, jag vet). Jag får fortfarande inspiration av samma saker som i min barndom och när jag t.ex. är ensam ute och rider barbacka i en snöig skog, endast ackompanjerad av en hund kan jag fantisera att jag är någon barbar ur en mörk tidsålder eller en prisjägare som spårar sitt byte.

Beslutet att börja rida var från början också rent praktiskt och det vore en nyttig färdighet att ha på sitt skådespelar CV. Att bevisa att jag

åtminstone hade lite hästvana och inte var rädd för att hoppa upp i sadeln vid behov. I fall det skulle uppstå ett tillfälle där ridning skulle ingå i mina arbetsuppgifter skulle jag åtminstone inte vara helt ute och cykla. Då Game of Thrones stjärnan, den danske skådespelaren Nikolaj Coster-Waldau erbjöds en roll i filmen Kingdom of Heaven ljög han om att han kunde rida. Rollen krävde ridfärdighet så Coster-Waldau skyndade sig att ta lektioner innan inspelningarna började.

Jag hade inte heller något val. När jag och min flickvän började sällskapa gjorde hon klart för mig att om jag tänkte vara tillsammans med henne så var det bäst att jag lärde mig att rida. Just nu är en av mina drömmar att en dag få rida på film eller i en teaterproduktion.

Ryttaren och skådespelaren

"If you would ask him what he is he wouldn't say he's an artist. He would say he is a sportsman. He's a photographer, he's a bowler, he's a golfer, he's a family man. I mean, his primary interest is living life and because of that is what makes him a great artist."

-Dr David Winiewicz om konstnären Frank Frazetta i dokumentären Painting with Fire

För mig har skådespeleri inte varit någon självklarhet. Jag var 21 år gammal då jag beslöt att sadla om efter att ha studerat historia två år vid Helsingfors universitet. Jag kom in på Högskolan för scen och musik som 27 åring. De flesta ryttarna har sen de var barn gått i någon ridskola. Vissa skådespelare är erfarna ryttare. Jag hittade både skådespeleriet och ridningen i övre 20 års ålder. När jag som studerande var med i en studentmusikal insåg jag, medan jag stod på scen, att det var det här jag ville syssla med och när jag första gången satte på en häst förstod jag att det här var min grej.

Jag lärde mig rida, som finnarna skulle kalla det, "med röven före i trädet" metoden. Stallägaren sade åt mig: "Okej Joonas, hoppa upp på den där hästen och försök att inte falla av." Jag red till en början mycket barbacka ute i skogen för att först vänja mig vid att vara uppe på hästrygg. Det var inte frågan om flera gånger i veckan utan sporadiskt, nu och då, varje gång jag var hemma i Finland.

Efter ett år blev jag uppmanad att börja i någon ridskola nära Göteborg där jag kunde ta lektioner vid sidan av studierna och utveckla min ridning. Jag hade kommit så långt att jag hölls på en häst och nu behövde jag grundläggande teknik, som t.ex. rätt sits och skänkel hjälpgivning under övervakning av en ridlärare för att komma vidare.

Jag har sett på skådespeleri i första hand som ett blivande yrke och jag anser mig själv lyckligt lottad om jag kan i framtiden försörja mig på något som jag älskar. Jag vill dock även ha ett liv utanför det, kunna koppla av och syssla med andra saker. I fall skådespeleriet skulle gå käpprätt åt helvete och jag skulle bli tvungen att skaffa ett annat brödjobb så skulle jag åtminstone ha något annat att fokusera på under min fritid. Det är ju trots allt rätt normalt med människor som lever för sin hobby. Jag har ingen "konsten före allt" mentalitet över huvud taget. Jag har andra sysslor vid sidan av konsten som i bästa fall kan knytas samman med konsten(kanske kunna kombinera skådespeleri och ridning). Jag vill inte bli en bitter skådespelare som sitter sysslolös i fall uppdragen tar slut. Då det är tystare på skådespelarfronten har jag mera tid med hästarna och jag har även märkt att jag får inspiration av det.

Ingen har heller tvingat mig att tillbringa så mycket tid i stall under den senaste tiden. Både skådespeleri och ridning är tidskrävande och vissa uppoffringar görs i ens eget liv på grund av förpliktelse, kärlek och lojalitet för konsten. Borde jag i stället för att vara i stallet springa på

provspelningar eller mingla på diverse tillställningar för att skapa kontakter?

Länge ville jag hålla allt som hade med skådespelarutbildning att göra långt från ridningen. Det skulle vara mitt sätt att koppla av från allt annat, skola, skådespeleri, stress. Jag började gå till ridskolan på min fritid, helger och lediga förmiddagar. Jag tackade ofta nej till fester, gick hem tidigt för att sova, steg upp klockan sex på morgonen, åt morgonmål, tog tåget till Nödinge och fortsatte med buss eller gående till stallet. Jag var framme klockan åtta och tillsammans med ridläraren tog vi ut och in hästar och drack en kopp kaffe i den kalla och rena morgonluften och beskådade soluppgången.

Jag tillbringade dagarna med att bära höpåsar och tunga vattendunkar och mocka i hagarna som under regniga dagar kunde förvandlas till en enda stor lervälling som förde tankarna till slagfältet vid Paschendale. Som belöning fick jag ofta ta en häst och rida fritt inne i ridhuset. Hästar, kroppsligt arbete och frisk luft blev en skön motvikt till de långa dagarna inne i skolan.

Att både skådespeleri och ridning har blivit viktigt i mitt liv beror delvis på en stolthet. Jag hade hittat två aktiviteter som jag nödvändigtvis inte var så bra på men som jag älskade och som gav något åt mig och där jag hade en vilja att utvecklas. Jag hade ingen tidigare erfarenhet av dem.

Kanske kände jag mig även stolt över det faktum att jag höll på med något som inte någon i min familj eller vänskapskrets sysslade med. Det var min egen grej och något som jag kunde hålla för mig själv.

De var då jag en påskhelg skulle åka hem till Finland som min lärare i rörelse vid HSM bad mig att tänka djupare på min relation till hästen och ridning och vilka eventuella kopplingar jag kunde göra mellan ridning och

mitt skådespeleri? Jag tänkte åka tidigare i väg och skulle missa en av hans rörelsektioner, så jag hade lovat att skriva ner om min helg och berätta om mina upplevelser med hästarna hemma i Finland. Detta skulle jag göra i min metoddagbok där jag skulle beskriva vad jag gjort, hur det gick, vad jag lärt mig och hur jag skulle gå vidare. Det var då jag första gången började allvarligt fundera över min relation till hästen och ridning och dess koppling till skådespeleri. Jag tog vara på det som jag fick lära mig om hästar och ridning och började så småningom märka små likheter mellan det och skådespeleri.

Vilka kopplingar ser jag mellan skådespeleriet och ridning?

Tekniken

"Tekniken är ett medel för berättelsen och med tiden syns inte längre tekniken."

-Anteckning ur min egen dagbok

Jag upprepar ett mantra i mitt huvud: Skänkla, skifta, lätt hand, kompensera, se vart du är på väg, kontrastera, böj in, aktion, rak rygg, slappna av, andas, hinder, lätta, släpp. Tekniker som finns i min verktygslåda och som jag kan återvända till när som helst om jag kör fast i mitt arbete. Mia Höglund-Melin har pratat om skådespelarens gymnastik. Att helt enkelt gå ut på golvet och pröva sig fram och använda sig av olika övningar och tekniker.

Tekniken finns där, men jag kan inte tänka på den medan jag kör för då snubblar jag med all säkerhet. Därför har jag repeterat och gjort ett ordentligt förarbete. Jag har en plan som jag tänker följa. Som ett exempel kan jag ta en omelett. Det går inte att göra en omelett, men det går att kläcka några ägg, vispa, tillsätta kryddor, steka och servera. Skådespeleri är ett visst mått handlingar utförda med viss mått energi och jag vågar

påstå att det är även ridning.

Jag är fullt medveten om det oförutsedda och att vad som helst kan hända under en föreställning eller då jag rider och att jag till och med mitt under utförandet blir tvungen att improvisera och vara öppen för att saker och ting kommer att ske och acceptera det. Jag vet vart jag är på väg. Jag har en helhetsbild. I teater vet Karaktären kanske inte vet var den är på väg men det gör jag som skådespelare.

Då jag ska över ett hinder med en häst kan jag inte titta ner på hindret utan jag måste redan ha blicken på följande hinder. En teaterpjäs påminner mig på sätt och vis om en hinderbana. Skådespelarna har en plan och går igenom varje moment i "banan" på samma sätt som en ryttare innan en tävling går genom banan och räknar sprången mellan varje hinder.

Nu och då lönar det sig dock att skita i tekniken och bara köra. Som när jag t.ex. ska hoppa en bana och läraren ber mig att inte tänka på tekniska finesser utan bara galoppa fullt och hålla blicken på följande hinder eller under en sånglektion då läraren ber mig att inte tänka på det sångtekniska utan i stället köra på. Det är nämligen så att så fort vi bara gör det som vi ska göra så uppenbarar sig nog tekniken. Lita på att den finns där. Därför tillbringar vi ju flera timmar i skolan för att slipa dessa tekniker och om det känns på scen att du är helt borttappad så är ett knep att försöka göra så tekniskt och konkret som möjligt; varenda replik och varenda rörelse. Igen omeletten som ett exempel: Kläcka ägg, tillsätta kryddor, vispa, steka och servera. Fokusera på uppgiften och ta ett steg i taget.

Jag strävar efter att hålla min nacke rak. Inte trycka fram hakan. Jag håller axlarna bak och ryggen rak. Min lärare i röst och tal har fäst en bit tejp fast i ryggen och nacken så att jag kan öva på min hållning under

Shakespeare. På hästrygg tänker jag att ett spjut går genom mig för att hålla mig själv i rätt linje. Jag försöker att slappna av och andas, som jag blir påmind om på både skådespelar- och ridlektioner. Jag sitter djupt. Jag känner in rytmen. Jag försöker hitta en gemensam puls och en gemensam andning med min partner. Bara genom vår andning kan vi styra både hästar och människor. Hästen märker genast om jag inte andas och börjar spänna mig i sadeln. Om jag t.ex. vill att hästen ska slappna av kan jag själv ta ett djupt andetag och blåsa ut luften i en djup suck för att bli avspänd. På scenen i teatern kan vi med att bara medvetet hålla andan fånga publikens uppmärksamhet.

Tydlighet och kommunikation

”Ridning är kommunikation med hästen: ryttaren berättar med olika hjälp för sin häst vad den bör göra.”

Anne-Katrin Hagen i boken Die Reiterhilfen

Då ens medspelare är ett djur på flera hundra kilo så gäller det att vara tydlig och detta sker genom rätt kommunikation. Som i skådespeleri är det frågan om närvaro och fokus. Fokus på uppgiften som vi ska utföra. Hästen kan inte utföra sin uppgift om jag inte gör det klart för den vad jag vill. Den kan inte lista ut det eller börja gissa. Därför måste jag själv veta vad jag vill. Hästen blir bara förbryllad om ryttaren t.ex. samtidigt fattar galopp och drar i tyglarna.

”Om vi förmedlar tvivlande och motstridiga känslor reagerar hästen för säkerhetsskull inte alls”, skriver Ina G Sommermeier i boken Richtig sitzen.

Om man observerar hästar i en flock märker man att de är väldigt tydliga med varandra. För människor kan det verka som rent av fult och våldsamt då hästar t.ex. sparkar och biter varandra, men de använder enkla och effektiva metoder för att göra det klart för varandra vad de vill och därför

måste även vi människor göra det tydligt vad vi vill med dem. Jag säger inte att vi skådespelare borde börja använda våld mot varandra utan snarare bli mera tydliga med varandra och göra det klart vad vi vill för att undvika missförstånd och konflikter. Vi måste kunna kommunicera med varandra.

"Om vi inte har ett gemensamt språk måste vi skapa det", säger den bulgariske hästviskaren och hästtränaren Vladimir Georgiev i en intervju med Titta Puurunen från YLE. "Vi måste få hästen att lyssna och visa respekt", säger Georgiev.

Georgiev, som numera bor i Finland och har över 30 års erfarenhet av hästar, har arbetat som jockey, konsttryttare på cirkus, stuntryttare på film, tränare för sporthästar och även som ridlärare för skådespelare skriver Puurunen. I sitt arbete är Georgiev i ständig kontakt med hästen. Han pratar mycket med den och stryker och klappar för att bygga upp ett tillit.

"Bra ridning börjar redan då du borstar och sadlar hästen", skriver Anne-Katrin Hagen. "Ryttaren skapar samtidigt kontakt med hästen."

Dialog

Jag funderar över det här att skapa ett gemensamt språk och kunna tala med hästen och minns en ridlektion då jag övade galoppfattning. Min lärare Marie bad mig att prata med hästen utan att använda ord. Jag skulle tänka mig att det gick en länk mellan mitt och hästens huvud, som om vi kunde läsa varandras tankar. Hon sade att det var svårt att förklara, så hon bad mig att hoppa ner från sadeln och försökte själv visa konkret vad hon menade. Efter att ha fattat galopp några gånger hoppade Marie ner och bad mig att hoppa tillbaka upp och prova själv eftersom det var det ända sättet som jag skulle förstå vad hon menade.

Jag hoppade upp och föreslog bestämt, utan ord, åt Sun(hästen) att fatta galopp.

"Okej Sun. Nu gör vi det här tillsammans."

Som ni säkert gissar så lyckades vi fatta galopp och vi gjorde det tillsammans. Givetvis så spelade rätt teknik också en stor roll, men mycket byggde också på rätt attityd, bestämdhet och tron på det vi skulle göra. Jag tvingade inte Sun till något utan gjorde bestämt ett val och förslag. Oftast är det så att hästen till och med väntar att vi ska ge impulser åt den att agera.

"Med halvhalt bereder vi dialogen mellan ryttare och häst", skriver Sommermeier. Det är ett sätt att fånga hästens uppmärksamhet.

En vanlig övning som vi ofta gjort under rörelselektionen är att ge och ta tryck. Först leder den ena, sen leder den andra och till sist ingen. Det handlar om ett ständigt ge och ta, ge och ta och föreslå. Hästar lär sig att väja från tryck. Dess naturliga reflexer får den att besvara tryck med tryck. Genom att skänkla påverkar ryttaren hästen att agera på ett visst sätt. Då hästen ska framåt trycker ryttaren med skänkeln och genom att upphöra att ge den impulsen så belönar ryttaren hästen och tydliggör på så sätt att den gjort det som vi önskat.

Övningar i skolan där vi ger varandra impulser får mig att tänka på halvhalter och skänkelvikningar och andra finesser som ryttaren gör med synes mycket små medel. Det kan handla om att bara lätt krama med några fingrar runt tyglarna för att ge hästen en impuls att agera på ett visst sätt. Även att ta emot vikt kräver samma sak i både skådespeleri och ridning. Vi kan inte ändra på vår kroppsvikt men vi kan hjälpa vår motspelare eller häst på olika sätt som gör oss lättare att bära.

Handlingar

En övning som vi gjort under scenframställning går ut på att man kommer i genom en dörr, hänger av sig en rock, går till ett bord, håller upp ett glas vatten, dricker och går och sätter sig i en stol. Allt detta bör göras så "neutralt" som möjligt. När man utfört uppgiften kan läraren be en att t.ex. göra något moment snabbare eller långsammare, men fortfarande så "neutralt" som möjligt. Fast vi som skådespelare inte gjort något annat än att ändrat tempo, så läser publiken in en massa saker som psykologi. Då jag ser en erfaren ryttare rida ser det ofta ut som om hen bara sitter på hästryggen och inte gör något trots att hästen utfört fina piruetter. Dock vet jag att det som ligger bakom är massvis med teknik och årtal av träning. Samma med skådespeleri tänker jag. Mycket av det vi inte ser är också teknik.

"Först när hjälpen är så bra att en som betraktar från sidan knappt kan märka dem, kan vi prata om god ridning", skriver Anne-Katrin Hagen.

Närvaro

"När man rider och är kring hästar krävs ett stort inkännande och ett fysiskt, kroppsligt lyssnande, precis som när du är på scen. En öppenhet och närvaro. Känslig men också kunna påstå, göra tydliga val och vara den som tar kommandot, inte tveka eller bli osäker och rädd, då känner dom(hästarna) det med en gång. Precis som med publiken, du måste hitta ett sätt att jobba med det. Du letar alltid efter en gemensam andning och ett samspel, en rytm. Det är något med att hitta tyngdpunkten när du rider. Det jobbar ju vid med också. Kraften från vårt center! Vara avspänd men vaken, öppen för impulser... Sen får du ju öva på viljor då hästar inte alltid vill som du."

-Alva Petterson

Sant, de går inte att vara spänd på hästrygg. Prova bara att trava

barbacka och samtidigt spänna hela kroppen. Det går inte. På scenen strävar vi även efter att inte låsa oss själva. Under lektionerna uppmanas vi ofta att ha böjliga knän och tänka på att låta oss bli puttade när som helst. Samma sak på hästrygg tänker jag. Genom en god sits skapar vi kontakt med hästen och även styr den.

Vad är då närvaro? Är det att vi tillåter oss att finna oss i ett skapande tillvaro och bejaka det som kan hända? Både i teatern och i ridning är vi uppmärksamma på vår omgivning. Dessutom kan en ensemble som är närvarande och lyhörd känna in varandras puls, läsa vad det är för rytm de befinner sig i, lyssna till den gemensamma andningen och vid behov korrigera i fall de hamnar ur balans. På samma sätt då man börjar rida på en ny häst så känner man först av dess rörelser och rytm och försöker skapa kontakt.

Vladimir Georgiev berättar i en intervju med Risto Rasilainen i Helsingin Sanomat, en finsk dagstidning, att han alltid först studerar hur hästen betar sig och agerar.

"Jag ser vilken attityd den har och hur den förhåller sig mot mig och lyder den överhuvudtaget eller strävar den endast emot mig", säger Georgiev.

Georgiev dömer all form av våld mot hästar och säger att man inte uppnår något med tvång. I värsta fall kan en häst, som blivit fel behandlad, med tiden börja känna hat och rädsla mot människor. Man måste vara hård men rättvis. Så fort hästen gör rätt tackar man och berömmar den, t.ex. genom att prata i glad ton åt den, klappa, ge godis eller helt enkelt genom att djupt sucka och blåsa ut luft för att göra det klart och tydligt för hästen att vi tillsammans kan slappna av.

Till skillnad från hästar, som ofta får klappar, godis och beröm (åtminstone borde de få det, vissa hästar blir ju grymt behandlade), så är det inte som

skådespelare någon självklarhet att alltid få beröm. Jag säger inte detta direkt som något negativt eller i hopp om att få mera beröm utan jag brukar helt enkelt lita på att en regissör är nöjd med mitt arbete om jag inte får någon feedback och att regissören nog säger i fall jag ska göra något på ett annat sätt. På samma sätt kan man berömma en häst genom att helt enkelt låta den vara i fred ett tag. Våga ge långa tyglar. Fokusera på sig själv och låta hästen sköta sitt. Kommunikation är alltså a och o då vi skapar en trygg arbetsmiljö både på scengolvet och på ridbanan.

I ridning är vår arbetskamrat ett djur på flera hundra kilo och därför är det viktigt att inte låta den gå över oss utan att vinna dess respekt genom tydlighet och kommunikation.

Min roll i flocken

"En hästflock fungerar inte i en rangordning i hierarkiskt toppstyrt system utan varje individ använder maximal kapacitet vid rätt tidpunkt [...]Om man vill använda ordet ledare så kan man säga att hästarna har olika ledare i olika situationer, men individerna och situationerna förändras så systemet är därför aldrig fast. Det finns ingen inbördes konkurrens utan man överlever genom samarbete. Om vi ser två hästar slåss så innebär det att de försöker testa sina gränser och finna ett svar för att veta vilken roll man behöver ha i flocken.: "Vem ser bäst i mörker av oss två?", "Vem är mest uthållig av oss två?"

-Hästviskaren Emelie Cajsdotter intervjuad av Kersti Wistrand för föreningen Humanism & Kunskap

Vad är min roll i ensemblen? Hindrar vi oss själva som skådespelare? Ofta känns det som att vi inte utnyttjar vår maximala kapacitet. Vi tillåter inte oss att fullt ut vara i det skapande tillståndet. Vi lägger onödiga hinder för oss själva som i sin tur påverkar hela gruppen. Detta kan handla om att t.ex. inte våga yttra sin åsikt under ett möte. Varken jag eller gruppen vinner något med att t.ex. jag håller mig själv tillbaka, tvekar och är tyst.

En stor utmaning för mig i skådespeleri och ridning har varit att tydligt

kunna uttala vad jag vill. Jag har inga syskon vilket i praktiken betydde att jag som barn inte behövde kämpa för uppmärksamhet. Jag är i grund och botten tystlåten och blyg och därför har det varit svårt att vid behov höja rösten under arbete med hästar och klasskamrater. Jag har flera gånger blivit uppmanad att prova att aktivt ta del av diskussionen, inte sitta utanför eller sky för att yttra min åsikt. Samtidigt lär jag mig hurudan skådespelare och människa jag själv är och vill vara.

Jag behöver inte vara någon annan. Jag kan vara Joonas maximalt ut. Mina idéer är inte mindre värda än de andras. Vi bidrar alla till den konstnärliga processen med våra egna unika egenskaper och styrkor. Detta betyder dock inte att jag måste börja ändra på mig själv för någon annans skull. Jag kommer ihåg hur en av mina gamla lärare, från en av folkhögskolorna som jag gick på, uppmanade mig att aldrig tappa min blyghet enär det är en av de saker som gör mig unik.

Min tendens att plötsligt lämna en grupp beror delvis på rädslan av farorna som lurar i både ridskolor och teaterhus. Det uppstår hierarkier. Vem får spela vilka roller och vem som får rida vilka hästar. Allt onödigt skitsnack som borde stanna på andra sidan av tröskeln smyger sig in och sprider sig som virus längs med korridorerna, i form av bland annat prat bakom människors rygg. Och så får vi förstås inte glömma de rådande makthierarkierna som finns i både skådespelar- och rid världen. Jag vill inte vara en del av det. Jag vill göra mitt jobb och sedan åka hem. Jag behöver annat i mitt liv än mitt arbete.

Den ensamma ryttaren och flockdjuret

"Jag skulle inte vara den människan jag är om jag inte skulle få vara ensam ibland.

-Mauno Koivisto

"Hästen är ett bytes- och flockdjur som är skapat att leva på stäpper. [...] Hästen bör inte förmänskligas - för dens eget bästa. Hästen är en häst, den betar sig som en häst."

-Anne-Katrin Hagen

Den största skillnaden jag hittar mellan mig själv och hästen är det faktumet att hästen är ett flockdjur. Då jag gärna går ifrån en grupp för att vara för mig själv, vill hästen helst vara i sin flock där den känner sig trygg. Instinkten att ta till flykt är naturlig hos hästen och mycket tid ägnas åt att göra det klart för hästen att det inte är så farligt att lämna de andra för en stund och därför är det också så viktigt att bygga upp ett tillit till hästen och kunna kommunicera som jag nämnt tidigare.

"Även om hästar kan vara oberäkneliga(inte som människor, utan för att de är djur och för att de ser och hör saker annorlunda än vi människor), så är de ändå i princip oberäkneliga på samma sätt. Människor är komplexa. Och besvärliga. And needy. Och skådisar ännu tie gånger värre. Hästar är ändå rakt på sak. Om jag fick välja: Horses any day! Man kan ändå lita på att när de lärt sig en sak så kan de det. Det är människor som gör misstag. Och ibland med flit. Fast å andra sidan så är ju också det som är så givande med mänskliga medspelare(tycker inte om ordet motspelare) just att de kan vara oberäkneliga på så olika sätt. Ingen föreställning är den andra lik. Klart det är ändå så med ridning också, men det är ändå mer beräkneligt med hästar, de reagerar i princip alltid på samma sätt på samma sorts stimuli."

-Dan Idman, skådespelare, lärare och producent

Betyder det alltså att hästar är pålitliga och människor är oberäkneliga? Det är kanske en orsak varför vissa människor föredrar hästars sällskap framför människors. Det betar sig helt enkelt annorlunda. Än en gång:

hästen betar sig som en häst. Deras syn t.ex. fungerar inte som människors. Även om deras syn inte är så skarp så märker de ljus, rörelse och skuggor mycket bra. Hästar är "rakt på sak" eftersom de, som Emelie Cajsdotter skriver, testar sina gränser och för att tydliggöra vilken roll de har i flocken. Det veckar som de samarbetar bättre än vi människor gör sinsemellan.

Trots att både skådespelare och ridning involverar andra människor(jag vill påpeka att jag tycker att jag nog kommer överens med människor och kan arbeta i grupp), så finns det stunder då jag kan ensam i lugn och ro fördjupa mig i min syssla. Då jag ensam t.ex. mockar i ett stall eller läser repliker. Ridning är i dagens läge en mycket feminiserad sport och detta kan vara en del av orsaken varför jag i ridhus nu och då känner mig lite utanför.

Visst, skulle jag få en chans att arbeta på en institution skulle jag antagligen ta vara på den chansen. På samma sätt som jag strävade efter att få komma in på en scenskola strävar jag nu efter att hitta en ridskola på den plats där jag råkar befinna mig. Jag vill in i dessa stora hus och så fort jag är inne i dem vill jag ut. Sköta det väsentliga och sen sticka.

För mig, som är blyg och som alltid haft en känsla att jag inte är en i gänget och som på scen känner att jag för en stund blir sedd och hörd, är det väsentliga i det som vi gör på en teater så viktigt. Då jag är i Sverige långt borta från nära och kära vill jag jobba och använda tiden, som jag måste vara borta från mitt hem, till något produktivt och inte känna att jag bara går omkring och slösar tid. Jag gillar själv att dra paralleller till film där en ensam och namnlös ryttare anländer till en stad, räddar den från fara och fortsätter sedan rida vidare ner i solnedgången.

Mod

"Courage is being scared to death but saddling up anyway."

-John Wayne

Både skådespeleri och ridning kräver mod. Det kräver mod att t.ex. stå ensam framför en jury under en audition eller t.ex. göra bort sig framför hundratals människor eller gå i ösregn, i beckmörker, i ett främmande land, mitt i ingenstans för att börja rida i en knattegrupp, eftersom det inte fanns några lediga platser kvar i vuxengruppen.

Det krävs mod att våga göra tydliga val och stå för sina val. Det krävs mod att yttra sina åsikter och stå bakom dem. Det krävs mod att säga i från. Det kräver mod att hoppa upp i sadeln igen efter att du fallit av och har ont i hela kroppen, eftersom hästen inte får lära sig att en övning tar slut om den lyckas få ryttaren ur sadeln. Det krävs mod att under en teaterövning kunna stoppa en övning om det känns att det inte är någon vits att fortsätta. Och det krävs mod att erkänna att man är rädd. Tricket är att försöka hantera sin rädsla, hålla sig själv lugn och fokusera på sin uppgift.

Som jag redan tidigare nämnt kämpar jag själv med att ta plats, vara tydlig, yttra min åsikt och till och med vid behov vara hård, men rättvis. På samma sätt som en häst direkt märker osäkerhet och rädsla hos en ryttare, märker även en publik om inte en skådespelare tror eller står bakom det som sägs på scen eller om skådespelaren tvekar eller är osäker.

Volymknappar

En av de största utmaningarna för min personliga utveckling som skådespelare, under hösten 2019, var att hitta och arbeta med volymknappar. Detta föreslog mina lärare mig att göra inför kommande termin. Jag tenderade att arbeta med ytterligheter och behövde utveckla

det som ligger däremellan. Jag blev uppmanad att utöva skådespelarens gymnastik. Att helt enkelt gå upp på golvet och fysiskt prova mig fram och vid behov ta hjälp av de tekniker som vi fått under vår utbildning. Hur stort kan jag göra? Hur litet kan jag göra?

”När vi känner vår egen kropps begränsningar kan vi bättre hantera informationsbyte mellan häst och ryttare”, skriver Sommermeier.

Då du börjar rida med en ny häst måste du också hitta rätt volymknappar. En del får man verkligen jobba med för att få dem att överhuvudtaget gå framåt och en del sticker iväg så fort du kortar tyglarna. Du måste hitta rätt hjälp med sits, skänkling, tyglar och röst.

Både i skådespeleri och i ridning letar du ständigt efter dessa volymknappar. När du lyckas med något gäller det att gå tillbaka och försöka hitta konkret vad det var man gjorde. Som exempel så kan jag berätta då jag som skådespelare arbetar med känslor. Känslor orsakar reaktioner i kroppen och när de kommer kan man försöka känna efter dem och lägga på minne hur de framträder för att senare använda dessa fysiska handlingar i sitt arbete. Genom upprepning och övning bygger man så småningom upp ett muskelminne.

Under min första termin vid HSM gick jag en mörk och regnig kväll mot mitt boende och kände mig ledsen av någon anledning och kände att jag var nära till gråt. Istället för att gå djupare in i känslan utforskade jag hur känslan kändes rent fysiskt för att senare eventuellt kunna återupprepa det på golvet istället för att försöka framkalla t.ex. ett smärtsamt minne från barndomen("fake it till you make it").

På samma sätt försöker jag i ridning gå tillbaka för att förstå vad det var som jag gjorde när jag lyckades med något. Hur fick jag t.ex. den där hästen upp i galopp? Ett säkert sätt är att helt enkelt spela in sina

övningar både på banan och ute på teatergolvet för att senare kunna återvända till materialet och analysera det. Ett annat sätt är att skriva ner i en metodbok vad man upptäckt, hur det kändes och hur man går vidare, precis som min lärare i rörelse uppmanade mig att göra under påskhelgen.

Sammanfattning

”Genom träning uppnår du även annat än en god kontakt med hästen. Eftergift och bestämdhet i lämpliga mängder skapar en framåtförande kraft även i andra situationer i livet.”

-Ina G. Sommermeier

Min huvudfråga var från början vilka kopplingar jag ser mellan skådespeleri och ridning och hur ridning inverkat på min konstnärliga utveckling? Min uppfattning är att jag genom ridning börjat förstå bättre min utveckling som skådespelare. Det är ganska långt frågan om en ständig kamp med mig själv. I både ridning och skådespeleri utvecklas min självkännet och förståelse för andra och för mig själv personligen har det också varit frågan om att konfrontera rädsla och osäkerhet. Att kasta sig huvudstupa in i något som kan verka läskigt, men som i bästa fall ger en känsla av glädje och framgång. Skådespeleri och ridning kräver likadana fysiska och psykiska egenskaper. Skådespelararbetet och arbete med hästar är båda arbete i grupp. En Ensemble på en teater och en flock i hagen. Hästar är flockdjur och känner trygghet i flocken och för att förstå dem bättre måste jag utgå ifrån deras naturliga vilja att inte vara ensamma. Själv är jag mera van med att vara ensam och att komma ur min ägna bekvämlighetszon har varit utmanande.

Desto mer jag grävde mig in i ämnet, desto mera drog jag kopplingar mellan ridning och skådespeleri och desto mer hamnade jag att tänka på min egen process som skådespelare och mitt förhållande till min

omgivning. Det behövdes en konkret syssla vid sidan av skådespeleriet för att se på arbetet med en ny blick.

Kopplingen är att jag genom tekniker som jag fått med mig under min utveckling blivit bättre på att behärska mina hantverk. Både skådespeleri och ridning handlar om att arbeta med andra och kunna kommunicera, vilket varit utmanande för en tyst och blyg person som jag.

Källförteckning

Die reieterhilfen 2003, Anne-Katrin Hagen

Richtig sitzen 2002, Ina G. Sommermeier

Frazetta: Painting with fire (2003)

<https://yle.fi/uutiset/3-7722507>

<https://humanismkunskap.org/2019/06/13/hastviskaren-emelie-cajldotter-hos-kungens-hastar>

<http://www.emeliecajldotternaturmedicin.n.nu/>