

# anoukvandijk dc

## Anouk van Dijk over Anouk van Dijk

- 1. Inleiding op mijn werk**
- 2. Creëren**
- 3. De countertechniek**

### **1. Inleiding op mijn werk**

Eén van de eerste herinneringen die ik aan een dansvoorstelling heb, is een danseres die viel en volledig de kluts kwijtraakte. Het keurslijf van formaliteit viel weg en ze was opeens een kwetsbare, strijdbare persoon. De val kwam onverwachts, was lelijk en verstoorde volledig haar strak uitgevoerde bewegingen. De virtuositeit en controle die ze had laten zien, werden door de val juist indrukwekkender. Plotseling vielen haar rode wangen op en ik zag dat er talloze gedachtes achter haar voorhoofd flitsten. Ze fronste en was kwaad op zichzelf. Ik zag ook dat ze eigenlijk moe was, maar dat ze dat daarvoor wonderwel had verborgen. Het was of de ondoordringbare muur tussen haar en het publiek volledig oploste. We schrokken met haar mee. Het fascineerde me mateloos.

Mijn werk gaat altijd over hoe de mens zich staande weet te houden. De wereld biedt niet zoveel ruimte aan mensen om te laten zien hoe ze zich voelen. Hun gemoedstoestand wordt constant beïnvloed. Ze zoeken naar de letterlijke en emotionele ruimte die nodig is om te functioneren. Ik zie zoveel 'normale' mensen om mij heen die balanceren op een wankel evenwicht. Ik zie soms dwars door mensen heen en voel dan dat iemand eigenlijk wel een bijl zou willen opheffen en zichzelf doormidden zou willen splijten, of de onderrand van de tafel zou willen likken, of zich telkens achterwaarts zou willen gooien om te kijken wat er gebeurt, of weg zou willen kruipen in een gaatje in de muur. Maar van buiten gebeurt er niets, ogenschijnlijk is men gewoon zichzelf. Die dualiteit in de menselijke natuur is fascinerend en voedt mijn creativiteit. Het is mijn taak als maker te laten zien hoe de wereld ons beïnvloedt.

Het abstracte medium dans is voor mij de allermooiste manier om dit dilemma te tonen. Dansers balanceren altijd op het grensgebied van lukken en mislukken. Die kwetsbaarheid is tevens een kracht en ik wil als maker dat spanningsveld laten zien. In dans vecht je altijd met schone schijn, is wat je ziet meestal niet zoals het voelt, is er immer een spanning tussen het artificiële en het natuurlijke, tussen het cerebrale en het dierlijke. Het gaat over de mens in gevecht en in harmonie met zichzelf. De mens die zich staande probeert te houden. Letterlijk en figuurlijk. Dit maakt dans voor mij theateraler en opwindender dan elke andere kunstvorm.

### **2. Creëren**

Creëren is voor mij in beginsel altijd een daad van reflectie, een innerlijke drang om vorm te geven aan een ongrijpbaar, alles overheersend gevoel. Een idee voor een voorstelling heeft altijd een direct verband met wat mij op dat moment in mijn leven bezighoudt. Dit kan een privé-aangelegenheid zijn, maar ook wat er in

de wereld om mij heen gebeurt, of waar mijn dansers doorheen gaan. Die gevoelens zijn in wezen abstract, maar juist door de puurheid en directheid ervan tegelijk erg sterk en dwingend van karakter.

Die abstractie handhaaf ik in de vertaling naar het theater toe. Dit betekent niet dat het werk afstandelijk of cerebraal is. Belangrijk is juist dat er altijd een vertaalslag mogelijk is voor een publiek, zodat de ervaring kan worden gedeeld. De theatrale ruimtes die ik kies voor mijn voorstellingen, vormen samen met het bewegingsmateriaal en de gedragscodes tussen de karakters een autonome wereld. In die wereld zie je de mens die keuzes maakt, die zich staande houdt. De theatrale context stuurt hoe je de betekenis moet plaatsen: vaak geeft een associatieve opeenstapeling van beelden en handelingen een bepaald gevoel (opwinding, eenzaamheid, verwarring, eigenwijsheid) en voel je waar het zich moet afspelen (een warme, broeierige plek, een koele afstandelijke plek). Menselijke en herkenbare trekjes maken de dansers tastbaar en fungeren als gids in de abstracte wereld.

Ondanks de bewust gekozen 'gevoelslocaties' blijft de duiding van de betekenis altijd abstract. De kijker wordt wel gestuurd in zijn kijken, maar moet de bewegingen en handelingen in mijn voorstellingen zelf een betekenis toeschrijven. Wat de een als menselijk en absurd ervaart, wordt door een ander als serieus en abstract opgevat. Mijn werk blijkt soms op onverwachte momenten grappig te zijn. Het is zwarte humor, verboden en wrang. Als iemand in het publiek om iets lacht, zijn er vaak anderen die zich geërgerd omdraaien en duidelijk maken dat ze het helemaal niet om te lachen vonden. Dit is precies wat ik zoek. Het ongemak kriebelt en zoekt bij sommige mensen een uitweg via de lach, vaak zonder dat ze er zelf erg in hebben. Andere mensen reageren op een meer beschouwende manier. Mijn voorstellingen hebben zo op iedereen een andere uitwerking. Hoewel de voorstelling duidelijk betekenis heeft, krijgt de kijker geen eenduidige ervaring opgedrongen. Ik vind het cruciaal dat de kijker deze vrijheid tot persoonlijke associatie en interpretatie van het werk behoudt.

De autonome werelden die ik neerzet stellen heel specifieke eisen aan de dansers, zowel aan hun mentaal bewustzijn als aan het gebruik van hun lichaam. Ik heb het, mede gezien mijn ervaringen in het verleden, daarom noodzakelijk geacht in de afgelopen 10 jaar een eigen bewegingssysteem te ontwikkelen dat dansers optimaal voorbereidt op de uitvoering van mijn werk. Dat heeft geresulteerd in een bewegingssysteem dat voortbouwt op de tradities van de moderne dans uit de 20e eeuw, maar daaraan elementaire nieuwe inzichten toevoegt. Het is belangrijk te benadrukken dat dit algemene bewegingssysteem zich onderscheidt van mijn specifieke bewegingsstijl: het systeem is een manier van denken over het lichaam die het werken in mijn bewegingsstijl mogelijk maakt, maar daarnaast ook goed toepasbaar blijkt te zijn op andere trainingsmethodes en bewegingsstijlen. Hierdoor vertegenwoordigt dit bewegingssysteem een denkwijze die bijdraagt aan de verdere ontwikkeling van de hedendaagse danskunst. Het systeem heet de countertechniek.

### **3. De countertechniek**

De countertechniek gaat lijnrecht in tegen de geldende opvatting in de dans dat het bekken, als zwaarste bot in het menselijk lichaam, het centrum is van elke beweging. In de countertechniek worden alle bewegingen juist van het bekken weggestuurd om het bekken zo licht mogelijk te maken. Daarbij wordt gewerkt met contra-richtingen die een natuurlijke balans bewerkstelligen. De danser houdt nooit vanuit het bekken met spierkracht een positie vast, maar bewaart zijn

balans door aan al zijn bewegingen steeds een tegenbeweging te geven: zijn voet gaat bijvoorbeeld naar beneden en zijn borstbeen omhoog, zijn hand gaat naar voren en zijn ribben naar achteren. Waar het werken vanuit het bekken een statische balans creëert doordat de danser steeds alles bij elkaar houdt, geeft de countertechniek de danser een dynamische balans doordat hij zijn bewegingen van elkaar wegstuurt. Omdat de danser op ieder gekozen moment de balans kan laten omslaan naar één kant en zo de balans kan verbreken, heeft hij veel meer bewegingsvrijheid dan bij het werken vanuit het bekken. Het feit dat je kunt kiezen, geeft bovendien rust en controle aan de beweging. Daardoor kun je extreme richtingswisselingen in je bewegingen toelaten. De bewegingsuitslag kan zo spectaculair groot worden, zonder dat de danser volledig uit de bocht slingert.

De consequenties hiervan worden pas echt duidelijk wanneer de danser door de ruimte beweegt. Bij afwezigheid van een vast centrum staat het lichaam in de countertechniek altijd in nauwe relatie met de ruimte om de persoon heen. Door een beweging ruimtelijk te richten, moet je immers ook de contra-richting ruimtelijk gebruiken. Anders val je namelijk om. Het ruimtelijk bewustzijn wordt hierdoor vergroot en je energie wordt daarmee over je lichaam verspreid. Als gevolg hiervan wordt de beweging lichter om uit te voeren en ontstaat er een natuurlijke manier om heel groot te bewegen. Je gebruikt de ruimte om je heen als het ware als partner in de dans.

De countertechniek is dus een methode om meer ruimte te geven aan het lichaam. Meer ruimte *binnenin* het lichaam, maar ook meer ruimte *om* het lichaam heen. Dansers die voor het eerst met de countertechniek in aanraking komen, vinden het een angstige ervaring. Doordat de countertechniek het bekken niet gebruikt als centrum van alle beweging, verliezen ze de controle over juist dat gebied dat ze gebruikten om zich aan 'vast te houden'. Als de dansers er eenmaal aan gewend zijn geraakt, geeft het werken met de countertechniek hun echter juist veel meer vrijheid. Het stelt hen in staat om altijd hun balans terug te krijgen, hoe extreem de uitslag van hun lichaam ook is.

De laatste paar jaar kwam in mijn werk de nadruk meer en meer te liggen op het inwerken van een aantal vaste dansers, omdat de countertechniek in toenemende mate de basis vormt van al mijn werk. De ervaringen van de afgelopen jaren hebben bewezen dat een danser veel wint als hij eenmaal de basistheorie van de countertechniek weet te hanteren. De danser voelt zich vrijer, gaat met meer bewustzijn te werk en kan zo de ruimte innemen of opslokken, bewegingen laten exploderen of laten smelten. Dit besef van de ruimte maakt de danser op een scherp afgetekende manier zichtbaar. Als toeschouwer kijk je naar een mens die ergens doorheen gaat. De danser wordt daardoor interessant om naar te kijken. Hij is niet langer alleen een bewegend lichaam, maar wordt een mens die zich bewust is van de keuzes die hij maakt. Kwetsbaar in zijn pogingen om zich staande te houden. Die ervaring is de essentie van mijn werk. Precies daar vinden techniek en inhoud elkaar in mijn voorstellingen.