
SCENELIV

#01 – 2022

Dansk Skuespillerforbunds medlemsblad



Dansk teater i 300 år

Forløsning af traumer gennem kunsten



Kunst kan være en stærk katalysator, når traumer fra overgreb og andre smertefulde oplevelser har fået et menneske til at undertrykke sin livsgnist. Det har skuespiller **Lotte Arnsbjerg** oplevet på egen krop og ud fra den erfaring stiftet den selvejende institution The Art of Transformation – et fællesskab for kunstnere og fageksperter med fokus på sundhedsfremme gennem kunst og kreativ udfoldelse.

Af Louise Kidde Sauntved

Lotte Arnsbjerg.
Foto: Esben Frese

Egentlig var det ikke meningen, at hun ville tale mere om det. Men da Lotte Arnsbjerg først havde nævnt for sin gode ven og musikalske samarbejdspartner i New York, Carman Moore, at hun var blevet misbrugt som barn, fik hun ikke lov at slippe så let.

“Jeg havde så tit oplevet at føle, at jeg var en belastning, hvis jeg sagde det højt, så jeg begyndte at tale om noget andet. Men Carman kiggede på mig med et klart blik og spurgte: ‘Hvad med den lille pige?’ At arbejde med det indre barn var ikke nyt for mig. Men måden Carman spurgte ind til det, følte anderledes. Der var en ægte nysgerrighed.”

Næste morgen var køkkenbordet dækket med papir, farveblyanter, levende lys, blomster og et billede af Lotte to år, som Carman havde fundet i hendes dagbog. Og så bad han hende tegne situationer fra de overgreb, en onkel i familien havde begået mod hende, fra hun var fire til syv år.

“Jeg tegnede så godt jeg kunne: Hans ansigt, hans hår. Fliserne på væggen. Badekarret. De åbne bukser, en skygge i loftet, en knap. Og så begyndte Carman at tale til den lille pige på fotografiet.”

Bagefter brændte han tegningerne en for en.

“Det var et ritual. Og jeg forstår nu, hvor meget det kan gøre at omsætte et traume til handling. Noget man gør, med hænderne, kroppen, stemmen og kreativiteten. Alle mennesker kan udtrykke noget, og i udtrykket bevæget traumer sig og tilstanden forandres. Det kan sætte opløsning af ældgamle mønstre i gang.”

To verdener

“Ritualet i Carmans køkken tilbage i 2012 er kernen i, hvad The Art of Transformation er i dag. Det handler om at omskabe undertrykkelse og tilbagehold af et indre liv i mennesker, og i stedet bringe noget andet frem, som er ultralevende. I Carmans køkken blev tegningerne opløst af ild, og samtidig foregik Carmans henvendelse til den lille pige kun i nuet – han talte om, hvor fantastisk hun er. Hændelsen, som skabte traumet i mig, lå jo i fortiden. Men ressourcen, som er intakt, er i nutid. Og det var nyt for mig, at jeg var i stand til at skille de to verdener ad. Det, at omsætte det som var sket engang til aktiv handling, var som at tage mit liv tilbage. Det fik mig til at se, at der er forskel på, hvad jeg blev udsat for, og det menneske jeg er. Og netop det perspektiv tror jeg er brugbart for rigtig mange mennesker, uanset hvilke smertefulde oplevelser man har gennemlevet.”

Da Lotte Arnsbjerg og Carman Moore efterfølgende gik tilbage til det kreative arbejde med musikken, væltede det pludselig “ned” med færdige kompositioner og tekster.

“Alle sange havde den samme tydelige forbindelse til den lille pige, som ville fortælle sin historie som et smukt eventyr. For selvom der var barske detaljer og ensomhed og mørke, var budskabet overvældende lyst og fuld af glæde over at blive hørt og set.”

Kunsten som talerør

Efter et år lå 52 sange klar, der endte med at blive til multimedieforestillingen ‘Girl of Diamond Mountain’, der havde premiere i 2013 ved en kulturfestival på Manhattan foran 230 mennesker.

“Efter forestillingen var der *dead silence* i salen. Men så strømmede folk op til os og ville fortælle om egne personlige historier. Også publikummer, som ikke havde oplevet overgreb, snakkede løs. Alle syntes at kunne genkende noget af sig selv i forestillingen. Og jeg tænker, at det er fordi den handler om en længsel efter at finde hjem til sig selv.”

Efter at have oplevet samme reaktion igen og igen, fra publikummer i både DK og USA, blev det klart for de to kunstnere, at det her måtte deles med så mange mennesker som overhovedet muligt.

I Danmark fik Lotte Arnsbjerg stor støtte fra Kuno Sørensen, som på det tidspunkt var ansat som psykolog i Red Barnet, med speciale i seksuelle overgreb.

Kommende aktiviteter:

- 29.04-01.05 Transformation metode workshop, AU Kasernen, Aarhus
- 18.05-22.05 Transformation Lab, Kulturbunkeren, Aarhus N.
- Aktiviteter præsenteres i samarbejde med Aarhus Kommune, FO Aarhus, Aarhus Universitet og Museum Overthorpe.

Har du lyst til at deltage i aktiviteter og modtage næste Open Call i din indboks, så skriv dig op til TAoT news på www.the-art-of-transformation.com

Ved workshops skriver deltagerne deres tanker og overvejelser ned. Disse bliver senere brugt på scenen.
Foto: Henrik Ladegaard



“Du er nødt til at få det oversat til dansk,” sagde han. Og det gjorde Lotte så. ‘Girl of Diamond Mountain’ blev til ‘Pigen Under Vandet’. En anden vigtig støtte var Jacob Holdt, som gennem hele sit liv har kæmpet for stigmatiserede mennesker. Kuno, Jacob, og andre som havde set forestillingen i enten USA eller DK, bakkede op om ideen til en festival, med kunsten som fællesskabende talerør for personlige beretninger. I perioden 2016-2019 blev Transformation Festival stiftet og afholdt i København, New York og San Francisco med omkring 60 kunstnere og fageksperter ombord hver gang.

Samarbejde med fagkundskab

“I 2018 kom Trevor Davies så på banen og her begyndte et mere procesorienteret koncept at tage form. Tanken var at strække processer over mere end bare en fire-dages festival, både for at nå ud til flere og for at afprøve flere formater.”

Det blev til The Art of Transformation (TAoT), der i dag består af partnerskaber med organisationer og fageksperter indenfor både kultur og sundhedsfremme. Gennem året afvikles forskellige event-formater, blandt andet Transformation Puls, som er et mindre netværksarrangement live eller online og Transformation Lab, som er fem fulde dage med faglige oplæg, workshops, debatter, koncerter, performance og forestillinger. Programmet lægger vægt på interaktiv udveksling mellem aktører og deltagere, med fokus på kreativ udfoldelse som sprogdannelse for det ordløse og uforklarlige.

Lotte Arnsbjerg er ydermere involveret i en stigende række samarbejder med organisationer og fageksperter indenfor sundhedsfremme. Blandt andet har hun de seneste år udviklet et tæt samarbejde med overlæge og forsker Birgit Bundesen, der gennem Foreningen/Center for Kunst og Mental Sundhed har opnået stærke resultater med skrivegrupper for unge i psykiatrien og ønskede at udvide med scenekunstens virkemidler.

Lotte Arnsbjerg

Uddannet fra Skuespillerskolen ved Odense Teater i 1991. Skuespiller, sanger, instruktør og ejer af virksomheden Trueformance, som hjælper kunstnere, erhvervsledere og private med at vende personlige blokeringer til personlig empowerment.

Grundlægger og kunstnerisk leder af The Art of Transformation, Transformation Festival og Sanseteket, der dækker over online- og liveevents, herunder forestillinger, koncerter, dans, performance, debatter, dialogcafeer, udstillinger og kreative workshops.

Et særligt lys

“Jeg tænker ikke, at kunsten skal erstatte eksisterende behandling. Men jeg tror, at ressourcerne kan supplere hinanden, og at kunsten med sin sanselige tilgang til menneskers lidelser er et sublimt redskab, som kan skabe resultater, den eksisterende behandling ikke kan finde alene. Der er alt for meget behandling, som ikke lykkes, fordi systemet ikke møder det hele menneske. Spørgsmålet ‘Hvad er der i vejen med dig?’ er problematisk, for det fastholder folk i en situation, de i forvejen har svært ved at komme fri af. ‘Hvad er der sket for dig?’ er til gengæld et åbent spørgsmål, som åbner for en fremtid og håbet om mulig bedring. Der er så uendeligt meget brug for, at vi kigger på ressourcen, fremfor manglen, så mennesker der lever i smerte, kan opleve andet og mere end lidelse. Ofte er sårbare mennesker meget intelligente. Og kan man med rummelighed og omsorg lirke et vindue op til ressourcen derinde, vil det ofte vælte ud med genialiteter. Som om der bliver sat strøm til et helt særligt lys.”

Ikke fikses – men rummes

På The Art of Transformation dyrkes smerten ikke. Det handler ikke om at fikse det, der er i stykker, men om at være der som hele mennesker. Med alle vores forskelligheds behov.

“Vi har aldrig helt fået lært at rumme hinandens smerte i vores kultur. At være sammen med lidelse, uden at skulle gøre andet, end at være tæt på. Vi er nødt til at stå ved det, der er sandt og acceptere, at det som er sket, ikke kan fikses, men det kan rummes,” siger Lotte Arnsbjerg, der gerne vil sætte fokus på de mange ressourcer, der ligger gemt i den sårede sjæl. Ikke fordi man partout skal springe ud som kunstner, efter at have deltaget i The Art of Transformation, det handler mere om at åbne op til de muligheder, man har i sig.

“I The Art of Transformation forsøger vi at aftabusere og dele historier, som alle kan spejle sig i. Når vi samtidig giver det udtryk gennem kunstnerisk udfoldelse, sker der ofte en form for forløsning. Det kan lyde som terapi, men det overskrider aldrig den grænse. Det er udtrykket, vi søger. En følelse af et fællesskab, hvor alle er medskabende. Det er noget af det smukkeste, jeg ved, når mennesker giver slip på ideen om, at den rolle man har fået eller taget, er den eneste rolle at spille. Lige der åbnes for en kæmpe kraft, der måske har været lukket ned i årevis. Og det er netop den kraft, kunsten kommer med: At kunne transformere mennesker.”

For kunsten ønsker ikke at tilrette os, så vi passer ind.

“Tværtimod er den nysgerrig efter det, der er skævt og anderledes. Historier som kan give os et blik ind i en verden, vi ikke var klar over fandtes. Ikke gennem forklaring, men gennem handling. Med krop, sanser, lyde og sjæl.” ●

SEJER ANDERSEN, DIREKTØR FOR HVIDOVRE TEATER

Mindeord af Kirsten Vaupel

Teaterdirektør Sejer Andersen var åben, nysgerrig og klar til at støtte en ide, hvis han troede på den. Det gjorde han heldigvis, da Lise-Lotte Norup, Kirsten Siggaard og jeg præsenterede ham for vores ide om at lave en forestilling over Andrew Sisters sange fra 1940'erne.

Swing Sisters blev født i et køkken på Hvidovre Teater i 1991 og navngivet samme sted af Adam Price og Jesper Malmose.

Der var visse fødselsvanskeligheder, men lykkeligvis kom vi til verdenen september 1992. Med et brag der genlød i hele Danmark og rakte til forestilling nummer to – og sågar nummer tre.

Det var et lykkeligt samarbejde. Sejer var trofast, fulgte os rundt i landet og stoppede aldrig med at komme med sine gode råd.

Hverken Sejer eller vi kunne vide, at Swing Sisters ville leve i 30 år. Sejer, du skulle jo have været med til at fejre vores jubilæum næste år! Det kommer du så desværre ikke til, men vi er dig uendeligt taknemmelige, fordi du troede på os.

Det er den slags ildsjæle dansk teater lever af.
Æret være Sejer Andersens minde.