

RAHEL STERNBERG - ICH ZIEH MICH AUS BIN EH SCHON NACKT ABSCHLUSSBERICHT - FREIRAUMBEITRAG NOVEMBER 2021

Der Freiraumbbeitrag hat mir letztes Jahr die Möglichkeit gegeben, mich über drei Monate hinweg intensiv mit den Ideen und dem Schreiben meines Solos beschäftigen zu können. Ein wichtiger Faktor darin: **bezahlte Arbeitszeit**. Das höchste Gut für mich als freischaffende Künstlerin und daher war dieses Arbeitsstipendium ein wahrer Glücksfall. Ich setzte mich Morgens jeweils nachdem ich meine Tochter zur Krippe gebracht hatte, an den Computer in meinem Atelier in Uetikon am See und begann zu schreiben. Und ich hatte plötzlich Zeit zu sehen, wo es mich hinschrieb. So entstanden über 50 (!) Seiten potentieller Text für meinen Soloabend. Eine Auseinandersetzung mit dem künstlerischen Umgang eigener Traumata und meiner Rolle als Schauspielerin bzw. Autorin darin. Eine Selbstermächtigung, die mir den richtigen Aufschwung gegeben hat, meinen Kulturauftrag der Stadt Zürich als eigenständige Künstlerin wahrzunehmen.

Zwar sind viele Seiten Text entstanden, ebenso wurde mir bewusst, dass der Weg zu einem eigenen Theaterstück natürlich viel komplexer ist und auf so vielen Ebenen bearbeitet werden muss. Mit wem will ich zusammenarbeiten, welches Haus wird mein Koproduktionspartner und wie sieht die künstlerische Umsetzung genau aus? Dank des Geldes konnte ich eine Supervisorin hinzuziehen, Margarete Tammilehto, welche mich darin unterstützt Familien- und Arbeitssysteme in einen systemischen Kontext zu stellen. Die Systemarbeit bringt innere Klarheit und mir die Möglichkeit, sich der eigenen künstlerischen Arbeit mit mehr Kraft zuzuwenden. Zur methodischen Fragestellung habe ich mich mit den Publikationen von Lisa Tomaschek-Habrina befasst, welche sich intensiv mit dem Psychiater, Philosophen und Soziologen Jakob Levy Moreno (1889-1974) auseinandergesetzt hat. Sein Hauptwerk „Who shall survive? A new approach to problem of human interrelations“ erschien 1934 und geht davon aus, dass jeder Mensch über ein gewisses Rollenrepertoire verfügt, um unterschiedliche Lebenssituationen optimal bewältigen zu können. Mit Psychodrama lassen sich im Spiel biographische und aktuelle Lebenssituationen reinszenieren und Alternativen entwickeln. Wenn wir von inneren Anteilen sprechen ist es unweigerlich wichtig, dass diese nicht einfach nur da sind, sondern dass wir diese wahrnehmen können, Verbindungen schaffen können und damit in die Lage versetzt werden, Veränderungen vorzunehmen. Die Wahrnehmung unserer inneren Anteile erfordert eine Distanz zu diesen. Welcher innere Anteil übernimmt die Selbstreflexion? Bleibt als innerer Anteil immer so etwas wie ein dissoziierter, beobachtender Selbstanteil, der uns die Mentalisierung unserer Erfahrungen ermöglicht? In jedem Fall bleibt es unsere menschliche Fähigkeit, von außen auf uns selbst zu schauen, uns unserer selbst bewusst zu sein, und dies differenziert und pluralistisch.

Ebenso gab mir der Freiraumbbeitrag die Möglichkeit, mich intensiv mit meiner Stimme zu befassen. Ursprünglich wollte ich mit Miriam Helle zusammenarbeiten, die die Methode Soul Voice unterrichtet, leider war das krankheitsbedingt nicht möglich. Umso erfreuter war ich, mich mit Bettina Klöti treffen zu dürfen, die ja selber als Sängerin und Performerin eine langjährige Erfahrung hat und nun mit ihrer Zusatzausbildung am IBP für integrative Prozessbegleitung geradezu die perfekte Unterstützung für mein Projekt ist. Diese Zusammenarbeit ist sehr fruchtbar und wird auch in der Zukunft weitergeführt. Dank des Freiraumbbeitrags hatte ich die Möglichkeit über drei Monate hinweg mich **freizudenken** und als Künstlerin aufzustellen. Ich habe mich entschieden, meinen eigenen Verein zu gründen STERNBERG AND THE RAINBAND und werde meine Arbeit als eigenständige Künstlerin fortführen.

MASTERPIECE – ICH ZIEH MICH AUS BIN EH SCHON NACKT soll ein Soloabend mit drei Musiker*innen werden, ein Stück über das Überleben, erzählt anhand meiner eigenen Fragmentierung durch verschiedene Traumata. Das Unausprechliche findet in der Musik eine Sprache, das Ausgesprochene bin ich mit einem ganzen Ensemble von Persönlichkeiten und die Bühne ist der Ort an dem sie zusammenkommen und beleuchtet werden. Klingt deep, ist es auch, aber mit viel Humor, ohne den überlebt man nicht. Ich stelle mir eine eigenwillige, poetische, sprachlich-musikalische Komposition vor, von der Decke hängen viele Mikrofone die wie anhaltender Regen aussehen (RAINband: das Regenband ist eine Wolke und Niederschlagsstruktur, meteorologisch), ich und die drei Musiker*innen (die rainBAND) sind auf verschiedenen Minibühnen (Bruchstücke) verteilt im Raum und finden im Verlauf des Stückes zu einem Ganzen. Ein Ganzes mit Narben, ähnlich der japanischen Reparaturmethode für Keramik, bei der die Bruchstücke mit feinstem Pulvergold wieder gekittet werden. Die Goldverbindung hebt den Makel hervor, die Einfachheit und Wertschätzung der Fehlerhaftigkeit stehen im Zentrum dieser Anschauung.

Ich möchte mich an dieser Stelle noch einmal ganz herzlich bei der Kommission bedanken! Dieses Stipendium war wegweisend für mich und meine Arbeit als Künstlerin, VIELEN DANK!



In meinem Atelier in Uetikon am See, welches ich auch dank des Freiraumbetrags finanzieren konnte.

EIN BRUCHSTÜCK AUS

MASTERPIECE - ICH ZIEH MICH AUS BIN EH SCHON NACKT

(Arbeitstitel, Stand März 2022)

STERNBERG AND THE RAINBAND

Meine Mutter ist ein Gebäude
sie hat mir die Tür aufgemacht
da war ich noch klein und trug keine Kleider
der Eingang war sehr prachtvoll geschmückt
eine Treppe führte hoch
es wurde dunkler
und ich hatte Angst vor dem Dunkeln
aber die Tür unten war längst zu.

Meine Mutter ist ein Gebäude
ich hab mich in ihr verirrt,
meine Mutter ist ein Gebäude
und als ihre Fassade bröckelte
konnte ich es nicht sehen
denn ich war in ihr
ich dachte ihr Haus
sei mein Haus
ich hab mich in ihr eingerichtet
ich hab mich in ihr zugedeckt
ich hab ihn ihr gegessen
aber ihr Möbel waren kaputt
ihre Decke war kalt
ihr Essen nährte mich nicht.

So blieb ich 33 Jahre in ihrem Haus
und selbst als die Fassade bröckelte
konnte ich es nicht sehen
denn ich war drinnen
nie draussen
nie draussen
um mein Haus zu finden
ich wusste nicht,
dass es so etwas gibt
wie ein Haus für mich
das mir gehört,
dass ich einrichten kann wie ich will
ich dachte ihr Haus sei mein Haus
und jetzt da das Gebäude auch innen morsch und
verlassen ist
trete ich raus ins Licht
und wünschte sie wäre tot.

Jetzt da ich ihr Haus verlassen habe
stehe ich draussen und merke
dass ich klein und nackt bin
die Welt draussen ist grösser geworden

ich bin es nicht
ich bin so klein und nackt wie ich reingekommen
bin
und in mir tausend Gefühle
die alle nicht meine sind
die aber das einzige sind was ich habe.
Ich hab nur meine Nacktheit
und tausend Gefühle
die nicht meine sind.

Und dann hab ich doch ein Haus
gefunden
da stand die Tür auch offen
und innen brannte ein schönes Feuer
und es gab viel süssen Kuchen
und Milch kam aus einem Brunnen
und das Haus war voll mit Menschen
und hatte eine schöne Architektur
und sogar die Treppe war golden.

Also ging ich hoch.
und die Treppe war plötzlich eine
Rolltreppe
die abwärts führte
und ich musste mir ziemlich Mühe geben
doch hochzukommen
und ich war zwar ausser Atem
aber es macht auch Spass
und ich kam auch irgendwann oben an
und da wurde mir ein nacktes Kind
in die Arme gelegt
und ich sah es an
und fühlte nichts
ich fühlte nichts
und geschockt
mit diesem Kind in meinem
Arm stand ich rückwärts
die Treppe runter
bis ich am Eingang
der ein Ausgang
und wieder nackt
vor einem Haus
das auch nicht meins war
und wieder nackt
mit einem Kind im Arm
das genauso nackt war wie ich.