

IN DEZE RUBRIEK  
PRATEN MENSEN MET  
EEN UITZONDERLIJKE FYSIEK OVER  
DE RELATIE MET HUN LICHAAM

# LICHAAMSTAAL

ABKE HARING (35) | ACTRICE

## Hoe voelt het om als vrouw in de huid van Hamlet te kruipen?

'Het is een heel mooie rol en ik vind hem op dit moment voor mij interessanter en leuker dan die van Ophelia, bijvoorbeeld. Mijn eerste jongensrol, in 2011 in *Bloed & rozen*, was een schitterende ervaring: opkomen in Avignon voor tweeduizend mensen, met zangers achter me en vogels die overvlogen in de avondlucht. Ik wilde toen eerst mijn lange haren niet knippen, maar uiteindelijk heb ik het toch gedaan. Ik zag toen het androgyne in mezelf verschijnen waarover anderen het al hadden gehad. Ik heb dat nooit een issue gevonden, ik zit gewoon goed in mijn vel.'

'Ik vind het alleen jammer dat ik er met kort haar meteen stoer uitzie, terwijl ik me soms zo niet voel. Maar voor Hamlet wilde ik mijn haar absoluut weer kort. Hij maakt allerlei sprongen in zijn adolescentie hoofd en is nog niet helemaal gevormd, dus in die zin klopt het androgyne.'

## Speelt u hem even fysiek als we dat van u gewend zijn?

'Ik heb heel veel tekst, maar ik merk dat ik zelfs dan mijn lijf niet kan, wil of hoeft uit te schakelen. Sinds een jaar of vier zet ik mijn lichaam heel bewust in op scène en zo bouw ik voorstelling na voorstelling aan wat voor mij misschien wel hét vraagstuk is: hoe combineer ik bewegingen en woorden? Niet makkelijk, want ze mogen niet vloeken. Of net wel,

maar dan moet het een gemotiveerde keuze zijn. Het voelt alsof ik me hiermee op ruw, onbekend terrein begeef. Misschien is het wel een oneindige zoektocht, maar het is wat me boeit.'

## Dans ontroert u naar eigen zeggen meer dan theater.

'Klopt, en dat heeft niets met de kwaliteiten van theater te maken, maar met mijn persoonlijke liefde voor beweging. Iemand legt iets in zijn lichaam en wij mogen dat zien. Dat is zo kwetsbaar, zo eerlijk. Als ik zelf emoties speel, kan ik dat ook niet zonder ze fysiek te voelen. Ik denk graag met mijn lichaam, het is voor mij een soort onmisbare klankkast.'

'Al heel vroeg had ik nood aan fysieke training, wilde ik tot het uiterste gaan met mijn lichaam. Waarschijnlijk ben ik daarom op mijn dertiende mime gaan spelen op straat (*lacht luid*). Ik vond het heel bloot en eng, maar ik wilde spelen, met of zonder woorden. Eigenlijk was ik heel graag danser geworden, maar op ballet gaan is op de een of andere manier niet gelukt en dat was uiteindelijk prima.'

## Hebt u leren zorgen voor uw lichaam?

'Ja. We hadden thuis twee groentetuinen en gingen vaak bessen plukken en jam maken. Ik eet nog altijd gezond. Vaak ben ik de *ongezelligerd* die niet mee-eet voor de voorstelling, maar alleen een beetje van haar eigen gezonde brood knabbelt. Ik moet nu een-

maal een beetje honger hebben op scène, dat houdt me scherp. Achteraf kook ik dan wel voor mezelf, desnoods diep in de nacht.' 'Ik heb de ziekte van Hashimoto, een schildklierandoening waardoor ik plots heel snel kan vermageren of verdikken. Dan baal ik geweldig en merk ik weer hoe belangrijk ik het vind om fit te zijn. Anders kan ik ook niet acteren.'

## Sport u ook veel?

'Heel veel. Ik woon deels in New York en niets maakt me gelukkiger dan uren te fietsen, door de stad, naar de zee, aan helemaal niets te denken. Ik verlies mezelf ook drie keer per week in de gymles. Daarna voel ik tegelijk rust en een boost. Trainen is voor mij een beetje zoals acteren: de perfecte afwisseling tussen controle en vrijheid, tussen de teugels strak houden en ze vieren.'

'Mijn zwakke punt is genoeg slapen, want ik ben een nachtbeest. Ik doe niets liever dan tot vijf uur 's ochtends de krant zitten te lezen, documentaires kijken, met een thermoskan hete thee erbij en de ramen open om buiten de stilte te horen vallen. Heerlijk! Drank en drugs hebben me nooit aangetrokken – het is al tien jaar geleden dat ik tipsy was en toen heb ik moeten kotsen en ben ik flauwgefallen (*lacht*). Nee, ik heb maar één drug en dat is de nacht. En spelen.'

Door Katrien Steyaert

Foto Johan Jacobs

'DAT ANDROGYNE HEB IK NOOIT  
EEN ISSUE GEVONDEN. IK ZIT  
GEWOON GOED IN MIJN VEL'



*Abke Haring speelt de hoofdrol in 'Hamlet vs. Hamlet', op tekst van Tom Lanoye en in een regie van Guy Cassiers. De première is woensdag in Amsterdam, [www.toneelhuis.be](http://www.toneelhuis.be)*