



DE BESTE VERSIE VAN JEZELF

Eenakter

door

EGBERT PLADDET

TONEELUITGEVERIJ VINK B.V.
Tel: 072 - 5 11 24 07
E-mail: info@toneeluitgeverijvink.nl
Website: www.toneeluitgeverijvink.nl

VOORWAARDEN

Alle amateurverenigingen die het stuk: **DE BESTE VERSIE VAN JEZELF** gaan opvoeren, dienen in alle programmaboekjes, posters, advertenties en eventuele andere publicaties de volledige naam van de oorspronkelijke auteur: **EGBERT PLADDET** te vermelden.

De naam van de auteur moet verschijnen op een aparte regel, waar geen andere naam wordt genoemd.

Direct daarop volgend de titel van het stuk.

De naam van de auteur mag niet minder groot zijn dan 50% van de lettergrootte van de titel.

U dient tevens te vermelden dat u deze opvoering mag geven met speciale toestemming van het I.B.V.A. Holland bv te Alkmaar.

Copyright: © 2020 Anco Entertainment bv - Toneeluitgeverij Vink bv

Internet: www.toneeluitgeverijvink.nl

E-mail: info@toneeluitgeverijvink.nl

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, verfilming, video opname, internet vertoning (YouTube e.d.) of op welke andere wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van I.B.V.A. HOLLAND bv te Alkmaar, welk bureau in deze namens de Uitgever optreedt.

Het is niet toegestaan de tekst te wijzigen en/of te bewerken zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van I.B.V.A. HOLLAND bv te Alkmaar, welk bureau in deze namens de Uitgever optreedt.

Vergunning tot opvoering van dit toneelwerk moet worden aangevraagd bij het Auteursrechtenbureau **I.B.V.A. HOLLAND bv**

Postbus 363

1800 AJ Alkmaar

Telefoon 072 - 5112135

Website: www.ibva.nl

Email: info@ibva.nl

ING bank: 81356 – IBAN: NL08INGB0000081356 BIC: INGBNL2A

Geen enkele andere instantie dan het IBVA heeft de bevoegdheid genoemde rechten van u te claimen, of te innen.

Auteursrechten betekenen het honorarium (loon!) voor de auteur van wiens werk door u gebruik wordt gemaakt!

Auteursrechten moeten betaald worden voor elke voorstelling, dus ook voor try-outs, voorstellingen in/voor zorginstellingen, scholen e.d.

Vergunning tot opvoering:

1. Aankoop van minimaal **2** tekstboekjes bij de uitgever.
2. U vult het aanvraagformulier in op www.ibva.nl of u zendt de aanvraagkaart (tevens bewijs van aankoop), met uw gegevens, naar I.B.V.A. Holland. Uw aanvraag dient tenminste **drie weken voor de eerste opvoering** in bezit te zijn van I.B.V.A. Holland.
3. U krijgt daarop de nota toegestuurd. Na betaling wordt u de vereiste vergunning toegestuurd.

Vergunning tot HER-opvoering(en):

1. U vult het aanvraagformulier in op www.ibva.nl of u zendt de aanvraagkaart met uw gegevens naar I.B.V.A. Holland. Uw aanvraag dient tenminste **drie weken voor de eerste opvoering** in bezit te zijn van I.B.V.A. Holland.
2. U krijgt daarop de nota toegestuurd. Na betaling wordt u de vereiste vergunning toegestuurd.

Opvoeringen zonder vergunning zijn niet toegestaan en strafbaar op grond van de Auteurswet 1912. Zij worden gerechtelijk vervolgd, terwijl de geldende rechten met 100% worden verhoogd. Het tarief wordt met 20% verhoogd voor opvoeringen waarvoor geen toestemming werd aangevraagd binnen drie weken voorafgaand aan de voorstelling.

Het is verboden gebruik te maken van gekregen, geleende, gehuurde of van anderen dan de uitgever gekochte tekstboekjes.

**Rechten BELGIË: Toneelfonds JANSSENS, afd. Auteursrechten,
Te Boelaerlei 107 - 2140 Bght ANTWERPEN Telefoon (03)3.66.44.00.
Geen enkele andere instantie heeft de bevoegdheid genoemde rechten van u te claimen, of te innen.**

PERSONEN:

Alba Rose (Anne-Fleur de Roos) - Jonge vrouw, ambitieus, maar zonder plan en zonder idee wie ze echt is. Ze draagt meerdere outfits: een donkere trainingsbroek en zwarte hoodie; een wit linnen korte vrouwenkaftan, Ibiza-stijl; een bikini met daaroverheen een soort linnen strandjas, ook in Ibiza-stijl; een tuniek in blauw, roze of een andere pastelkleur.

De pizzakoerier - Een man met een rationeel karakter. Hij verbaast zich over de situatie waarin hij terechtkomt, maar heeft er geen oordeel over. Hij draagt zo'n typische pizzakoerierjas.

Roy - De ex van Alba. Hij snapt hoe Alba in elkaar zit en is 100% eerlijk. Roys stem is te horen in het stuk.

Marc - De vader van Alba. Hij is een succesvol zakenman. Uit zijn telefoongesprek met Alba is op te maken dat hij meer aandacht voor zijn werk heeft gehad dan voor Alba. Hij doet zijn best wel, maar weet niet beter. Marcs stem is te horen in het stuk.

Aurora van den Berg - Deze vrouw is een meditatiegoeroe die geleide meditaties verkoopt op het internet. Haar stem is te horen in het toneelstuk. Alba steelt soms kennis van Aurora en doet of het haar teksten zijn. De teksten van Aurora van den Berg kunnen van tevoren worden opgenomen of live worden ingesproken tijdens het stuk.

(een grote vrouwelijke hoofdrol; een mannelijke bijrol; twee mannelijke bijrollen (stem) en een vrouwelijke bijrol (stem))

Opmerking voor de regisseur:

In principe zijn alleen Alba en de pizzakoerier fysiek te zien in het toneelstuk. Van de andere acteurs zijn alleen de stemmen te horen. Het is echter wel mogelijk om deze acteurs ook in beeld te brengen.

De regisseur kan ervoor kiezen om de stemmen van Roy en Marc tijdens het toneelstuk alleen te laten horen, of ook op een scherm

te laten zien, alsof Alba een Facetimegesprek met ze heeft. Als er een heleboel technische mogelijkheden zijn, kan de regisseur er ook voor kiezen om de dingen die Alba op haar telefoon doet op het scherm te laten zien.

OVER HET STUK:

Teaser:

De beste versie van jezelf is een moderne eenakter over eenzaamheid in deze digitale tijd. Spirituele lifestylevlogger Alba Rose (echte naam Anne-Fleur de Roos) is naar Bali gevlogen om daar vlogs op te nemen voor haar betaalde website. Alba's positieve levensinstelling komt eerst nog authentiek over, maar al snel blijkt dat haar echte leven een stuk gecompliceerder is. Door middel van binnenkomende telefoongesprekken en een interne crisis komt de kijker erachter dat Alba niet zo verlicht is als ze wil overkomen.

Het verhaal van Alba is tragikomisch en herkenbaar in deze tijd. ***De beste versie van jezelf*** toont hoe makkelijk het tegenwoordig is om je te verschuilen in de menigte. Ook toont het in meer universeel opzicht hoe moeilijk het is om jezelf te zijn in een wereld van onbegrensde mogelijkheden.

(een tropisch ogende, kleine kamer. We zien wat witte meubels, af en toe aangekleed met plastic klimop. Wat stoelen ook. Er staan tropische planten in witte of houtkleurige potten. Achterin de kamer staat een kamerscherm. Naast het kamerscherm staat een klein kledingrek. In het midden van de kamer, ook achterin, staat een ijskast. Verder kan de kamer aangekleed worden met steigerhout, linnen, hout en wit, heel veel wit. Er ligt een camerastandaard op de grond, naast de camera zelf. Bij de camerastandaard staat een kleine kruk)

SCÈNE 1

(Alba komt op, gekleed in een donkere trainingsbroek en een zwarte hoodie met de capuchon over haar hoofd getrokken. Ze loopt naar de voorkant van het podium, doet de capuchon af, zet de camera klaar alsof ze dit al heel vaak heeft gedaan. Als alles klaarstaat, zet ze de camera alvast aan. Alba loopt richting het kamerscherm. Ze gaat erachter staan. De mensen in de zaal zien dat ze de trainingsbroek en hoodie op een stoel naast het kamerscherm legt. Ze komt terug in een wit-linnen Ibizaoutfit. Alba loopt terug naar de voorkant van het podium met een kleine makeuptas in haar hand. Daar gaat ze bij de camera op een kruk zitten. Ze draait de camera naar zich toe. Terwijl ze zichzelf in het lcd-schermbekijkt, maakt ze zich op. Tijdens deze scène horen we een stem. Het is een geleide meditatie van Aurora van den Berg)

GELUID VAN EEN GONG

AURORA: Sluit je ogen, ontspan je gezicht en schouders en voel je lichaam. Dit is jouw moment. Dit is jouw dag. Alles is mogelijk. Alleen je beperkende overtuigingen staan nog in de weg. Haal een paar keer diep adem. Voel je lichaam. Alles mag er zijn, ook de pijn en de blokkades die je misschien voelt. Alle emotionele schade die je oploopt, zet zich vast in je lichaam. Alles wat zich heeft vastgezet in je lichaam, mag helemaal gevoeld worden. Als je deze dingen helemaal opnieuw durft te voelen en te doorleven, kan het getransformeerd worden. Durf te voelen; durf alles helemaal te uiten, met alle emoties die daar bij horen. Op deze manier kom je uit bij wie je werkelijk bent. Welkom bij jezelf.

GELUID VAN EEN GONG

SCÈNE 2

(Alba gaat voor de camera zitten. Haar gezichtsuitdrukking verandert: waar ze eerst licht nerveus en fronsend keek, kijkt ze nu onbezorgd en verlicht in de camera. Ze drukt op de opnameknop van de camera)

ALBA: Heeyheeeeey allemaal. Hier ben ik weer. Dit is Alba Rose met een nieuwe vlog en ik ben echt super excited vandaag! Ik ben namelijk in Uluwata op Bali, Indoneeeesiaaaa! Vanmorgen ben ik al gaan surfen hier, echt heerlijk!

Het is ongelooflijk wat dit eiland met me doet: ik ben hier nu twee dagen en ik voel me zo relaxed en dicht bij mezelf: ik adem vrijer; ik slaap beter en ben nu al helemaal los van die typische Westerse wereldstress.

Oké, ik zal eerlijk zijn: het is niet alleen genieten hier. Zoals ik jullie afgelopen woensdag heb verteld, ben ik begonnen met healthyfasting: ik drink alleen water met gember en limoen en ik eet alleen groene appels. Hierdoor kom ik heel dicht bij mijn gevoel. Is dat altijd leuk? Nee! Is het goed om oude patronen te doorbreken? Absoluut!

(wijzend in de cameralens)

Oké jij daar, even serieus nu. Ik wil jou inspireren om ook helemaal voor jezelf te gaan; om de beste versie van jezelf te worden. Dus als mijn filmpjes jou inspireren – wat ik natuurlijk hoop – is het goed om te onderzoeken of je mee wilt doen met mijn online programma *The Lightpath*: het pad naar een licht en zinvol leven. Hier leer ik je master te worden over vier thema's: door healthyfasting en meditatie, door op een gezonde manier te leren omgaan met toxic people en door het manifesteren van een rijk en zorgeloos leven, kun jij het leven krijgen dat helemaal bij jou past. Ben jij geïnteresseerd in een leven met onbegrensde mogelijkheden? Klik dan op de link onder deze video en meld je aan! Het kost nog geen 50 euro per maand en je krijgt een heel jaar toegang tot mijn video's met geleide meditaties, lifehacks en tips om de aller-, allerbeste versie van jezelf te worden. O, en als je je voor 7 januari aanmeldt, dan krijg je 5% korting op de eerste

maand. See you on the lightpath! Love, light en kisses van mij, alleen voor jou! And if you really love me, like and subscribe! (*Alba maakt het Namastégebaar naar de camera. Daarna zet ze de camera uit*)

SCÈNE 3

ALBA: *(diepe zucht. Alba neemt een slok gemberwater, pakt een Granny Smith van de fruitschaal en neemt er een hap van. De appel is erg zuur; dat is aan haar gezicht af te lezen. Ze pakt haar telefoon, swipet het scherm, kijkt en ziet een heleboel gemiste oproepen. Zucht weer geïrriteerd. Ze gaat naar WhatsApp en spreekt een audiobericht in)* Hai. Hé luister even. Je hebt me.. *(kijkt op haar scherm...)* elf keer geprobeerd te bellen. Ik heb elf keer niet opgenomen. Dit zou je kunnen zien als een teken, Roy. We hadden een relatie, die heb ik vorige week verbroken. Nadat een relatie voorbij is, heb je normaal gezien een paar maanden geen contact. Dan kom je elkaar een keer toevallig tegen bij een verjaardag van een gemeenschappelijke kennis en kijk je na deze ongemakkelijke ontmoeting of je vrienden wordt. Als jij me steeds blijft bellen, dan is het voor mij moeilijk om emotioneel los te komen van je. Misschien is dat ook je bedoeling: ik kan niet in je hoofd kijken. Hoe het ook zit, laat me even met rust, oké? Ik neem weer contact met je op als ik daar aan toe ben. *(medeleven tonend, maar ongemeend)*

Hé, ik klink misschien als een koude bitch maar geloof me dat dit nu nodig is. Oké? Hé doe. *(diepe zucht. Alba neemt weer een hap uit haar appel. Zuur. Ze loopt naar het meditatiekussen en gaat er in meditatiehouding op zitten. Ze mediteert met haar ogen dicht. Na een paar seconden klinkt het geluid van haar telefoon. De telefoon gaat onverminderd over. Alba blijft mediteren tot de ringtone niet meer afgaat. Ongeveer vijftien seconden nadat de ringtone is gestopt, klinkt het geluid van WhatsApp: er is een audiobericht ontvangen. Alba besluit het bericht te beluisteren)*

ROY: *(stem)* Hoi. Hopelijk beluister je dit. Ik mis je. Ik mis je, maar ik ben ook boos op je. En ik maak me zorgen. De ene dag zijn we samen en plannen we zelfs onze toekomst. De andere dag app je me dat het voorbij is, met de reden dat je met mij niet spiritueel kan groeien? Deze uitleg is voor mij niet genoeg. Wat kan ik doen om te bewijzen dat je ongelijk hebt? Nee, sorry, ik zeg het niet goed. Wat ik echt denk is: wat kan ik doen om te bewijzen dat je in een verwarde fase zit en dat je alleen hoeft te wachten totdat deze periode voorbij is en dat dan alles gewoon weer goed is tussen ons? Fuck dit. Echt, ik kan hier helemaal niks mee. Je kan dit ook niet maken, vind ik, zo onbereikbaar zijn. Je zegt dat afstand en geen contact nodig is om echt uit elkaar te groeien? Ik denk dat we juist met elkaar moeten praten om erachter te komen wat er nu echt aan

de hand is. Dat is wat ik denk en wil en meer kan ik nu niet doen. Laat wat van je horen. Doei.

ALBA: *(tijdens het bericht van Roy heeft Alba strak het publiek ingekeken. Het bericht raakt haar wel, maar ze doet haar best om bij haar overtuiging te blijven. Na het ingesproken bericht begint ze als in een trance te praten)* Ik kan elke dag opnieuw beginnen. Ik kies welk leven ik wil hebben en ik creëer dit zelf. Ik ben de architect van mijn eigen leven. Ik vertrouw op het pad van het niet-weten en ik volg mijn intuïtie. Ik vertrouw op wat het universum voor mij in petto heeft. Alles wat ik met mijn hoofd kan bedenken, is beperkt. Daarom vertrouw ik gewoon op iets wat mijn hoofd niet eens kan bedenken. En ik zeg JA. Ik zeg JA, JA, JA tegen de waarheid. Ik zeg JA tegen MIJN waarheid.

SCÈNE 4


(Alba loopt naar het kamerscherm, gaat erachter staan en kleedt zich om. Ze trekt een Ibiza-stijle strandoutfit aan. Ook verandert ze haar haren. Terwijl Alba zich omkleedt, horen we de stem van Aurora van den Berg. Haar tekst is nagenoeg hetzelfde als die van Alba in de vorige scène)

GELUID VAN EEN GONG

Als u het hele stuk wilt lezen dan kunt u via www.toneeluitgeverijvink.nl de tekst bestellen en toevoegen aan uw zichtzending.

Voor advies of vragen helpen wij u graag.

 info@toneeluitgeverijvink.nl

 072 5112407



“Samenspelen” is ons motto