

9. BISTRENJE VODE

Otpuhivanje mjehurića od sapunice rašireni je motiv u djetinjstvu i u umjetnosti. **Ima nešto fascinantno u toj nemogućnosti potpune kontrole nastajanja i održavanja mjehurića od sapunice.** Ovo gotovo „opće mjesto“ koristio sam i u četvrtoj predstavi mog James Joyce ciklusa, davši Joyceovom sinu Georgiu da otpuhuje balone od sapunice i da pri tom citira uglavnom porazne kritike o očevom romanu „Ulysses“. Citirao je etablirana kritičarska pera s raznih strana svijeta, izvlačeći sapunicu iz dlanova, podlaktica, s vrha prstiju, iz tijela – artikulirajući tako igraonicu - rugalicu različitih kritičarskih temperamenata. Strastvenost i temperament kojim je izgovarao citate na raznim jezicima ponudio je ironiziranu sliku različitih mentaliteta i kultura. Sina ljute osvrta na očevo djelo, on te kritike svojom interpretacijom ironizira i omalovažava. Tim načinom uspostavlja distancu od riječi kritičara, uzima sam u ruke djelo i kroči osnažen prema nekoj svojoj spoznaji o kvaliteti onoga što je napisao njegov otac.

Kad su Joycea pitali gdje je bio za trajanja Prvog svjetskog rata, odgovorio je: „Pisao sam Ulysses“.

Što bi na slično pitanje mogli odgovoriti očevi - sudionici ovih novih ratova?

U kakvom svijetu rastu njihovi sinovi?

Opismenjenom i poticajnom za čitanje ?

Piše li negdje neki novi Joyce?

Kako dokučiti budućnost?

Otpuhivanje balona od sapunice jedan je od najnježnijih tretmana kojemu prepuštam sve s kojima radim. Dok se oni bave nastajanjem i nestajanjem tog svijeta, gledam ih u njihovoj posvećenosti nemogućem – produženju života sapunice.

Još jedan sasvim jednostavan zadatak kojeg možete ponavljati više puta dnevno, glasno je izgovaranje orijentira u mjestu u kojem živite u trenutku kada ste negdje za kratko zastali. Kako to mjesto življenja izbjeglice uglavnom nisu sami birali, nego su iz izbjegličkih kolona tu zastali i ostali, ovaj zadatak pomaže bržem pristajanju na prostore u kojima su se zatekli. Dakle, zastanite negdje i izgovorite glasno: „Ja sam N.N. Živim u XX. Zastao sam u ulici XY, ispred mene je ZZ, iza mene LL. Odlučio sam krenuti ovim smjerom...“

Kad se stigne nešto dalje, ponovno zastati i glasno ponoviti: „Ja sam N.N. Živim u XX. Ispred mene je ZZ, iza mene LI, lijevo XY, desno YZ .. Odlučio sam krenuti smjerom...“

Važno je što preciznije se orijentirati u prostoru i vremenu u trenutku koji ste odabrali za rješenje ovog zadatka: „Danas je taj i taj dan, datum, mjesec, godina, sati i dodati : **PRVI PUT U MOM ŽIVOTU.**“

Tako vrlo jednostavno stižemo u budućnost. Uočavajući kako se taj dan razvija prvi put u mojem životu, oformljujemo vlastiti životni prostor. Vlastiti prostor budi osjećaje topline i privrženosti. Ako taj važan prostor i ne ostvarimo odmah, spoznaja da svakodnevno, ne znajući što nas očekuje, na tome radimo, osnažuje nas.

I mi stižemo sve bliže mjestima na kojima smo se zatekli.

Čovjek se u fizičkom smislu pojavljuje na zemlji kada se jajašce majke spoji s očevom spermom koja oplodi jajašce. Oplođeno jajašce se sastoji od nekih 95% vode, dok se odraslo tijelo sastoji od oko 70% vode. Može se reći kako je tijelo sačinjeno od vode; čovjek je cijelog svog života okružen različitim vodama i njezinim oblicima; površina planeta Zemlja pokrivena je 75% vodama. Kiša, rijeke, mora i jezera, močvare, a nad njima oblaci, magla, inje i led u brdima, glečeri na polovima, razni su oblici vode.

Nije li rađanje budućnosti protjecanje vode s izvora sadašnjosti?

Yellow Fish vodi ljude do vode i kada u nju zakorače, zaplivati im je u jednom novom elementu koji već po sebi samom provocira drugačije ponašanje. U vodi se odradi čitav program: hodanje, trčanje, ležanje, kretanje u raznim pravcima, disanje, ispiranje usta grgoljenjem glasovlja, dijalozi glasom i pokretom, klupko fizičke akcije, plivanje u osami, doživljaj vlastitog glasa posebno kad ga ponese jeka s okolnih padina ili građevina. Moguće je razviti i neku scensku situaciju, uvježbati i odigrati u vodi. Ma što radili, voda nam pruža otpor, ona ostaje itekako prisutna u formiranju i kvaliteti svih naših pokreta, pojačava našu pažnju, ometa preciznost, uključuje u djelovanje našu cjelovitu muskulaturu, utječe na našu kondiciju. Rad u vodi potiče koncentraciju i pomaže nam razlučiti bitno od popratnog i nevažnog. Voda bistri pogled i stavlja situaciju koja se tematizira u precizne okvire; sve nevažne nakupine otpadaju i pliva se direktnije unutar doživljenih, zadanih ili isprovociranih situacija. Emocije se jasno realiziraju, ali sami smo im otpor da ih oplemenjujuće i konstruktivno usmjerimo.

U trenucima razmišljanja o budućnosti čovjek se intenzivno bavi trenutkom u kojem živi: to je početak promjena za doticaj budućnosti, ali može biti i bavljenje „podizanjem zida“ koji sprječava dolazak novoga. Zidanje zidova pred novim jeste zidanje grobnice u kojoj se živeći umire.

Voda ima snagu čistiti i bistriti sebe samu. Kada kiša padne, prisjetimo se, i natopi tlo, filtrira je zemlja i postaje dijelom njezinih voda. Oblak se prazni kišom. Ista količina kiše pada svake

godine na istu zemlju, kažu istraživanja voda. Zbog te redovitosti oborina čovjek se može orijentirati planirajući poslove u poljima i na zemlji. Kad je zemlja vlažna, onda u njoj i sva sahranjena iskustva bubre i bez naših napora stižu nam u zglobove, do raspoloženja i misli, iz sjemenki do ploda.

Plodovi nakon kiše bistri su, umiveni, sočni, ukusni.

Kada paraliziraju depresivna raspoloženja, poželjno je stati pod kišu bez zaštite i pokisnuti do kože, do kostiju. Potom unijeti tu kišu u zatvoreni prostor i tu iscijediti odjeću, pa je prebaciti preko stolica da se osuši, svojim ritmom, bez nasilja električnih pomagala. Biti gol i umasirati kapi kiše u tijelo. "Brrr , hladno je", reći ćete. Točno, ali utoplate se masirajući svoje tijelo, potom odjenite nešto lagano, dok odjeća na sušenju ne bude dovoljno suha da je ponovno odjenete. Pokušajte **uspostaviti protočnost ovog kruga: od težine duše izaći na kišu i pokisnuti do kože i kostiju - iscijediti odjeću i prebaciti je negdje da se osuši - umasirati kapi kiše u tijelo - odjenuti privremeno nešto lagano dok se mokra odjeća ne osuši dovoljno da je možete ponovno odjenuti – tu istu pokislu pa osušenu odjeću.**

Odjeća na kojoj se ukrutila kišnica donosi našem tijelu jedan poseban osjećaj zaštite, sasvim drugačiji nego li ga pruža perilicom prhko isprano rublje. Odjeća kišnice pokreće tijelo, a voda nakon perilice prikriva tijelo, tako bih opisao tu razliku.

Čovjek kao da je odjenuo kretanje vode, glazbu vode pa to pogura i gibanje vode u čovjeku. Ovako voda u gibanju šumi, pjeva, snaži, provlači se i uvlači, nudi osjećaj promjenjivosti cjeline u vječnosti. **U suživotu s promjenjivošću ili točnije, živeći promjenjivost, strah postaje uzbuđenje, stanja težine ispitivanja snage, ustajalost depresivne građe sjeta s mogućnostima duge.**

Učiti nam je nositi se s promjenama u svim smjerovima i u svakom pogledu.

„Glazbene vibracije i riječi utječu na vodu u hrani i u biljkama“, piše, citirajući brojna istraživanja Masaru Emoto, japanski istraživač različitih efekata vode i liječnik alternativne medicine. „Dobra glazba i lijepe riječi zasigurno imaju pozitivan efekt na vodu“. Odrastao čovjek građen je od 70% vode, samo da podsjetim. Voda je i u hrani koju u sebe unosimo. Voda je i u tekućinama koje pijemo. **Voda je u vodi koja nas vodom vodi**, rekao bih.

Čak i vode stajačice bude nam osjećaj snage i spoznaju o vječnosti; a gledajte mora za vjetrova i oluja; rijeke kad bujaju i balvane kad ih okrećući tope i guraju prema naprijed. Roji se bogatstvo asocijacija čak i kada sasvim kratko posvetite pažnju vodi u prirodi.

Veliki dio tih asocijacija moguće je osmisliti kao vježbe u prostoru rada. Tada je naše prisustvo u vodi zapravo prisustvo vode u našoj fantaziji pa tako i fantazija bude natopljena

iskustvima koja iz sjećanja ulaze u prostor rada i formiraju zrak od vode koji se tada opire našim kretanjima.

Raditi na svladavanju otpora važan je aspekt moga rada; razumijevanje elemenata koji nas priječe u drugom je planu; **u svakom radnom zadatku i vježbi treba uspostaviti neki otpor našim kretanjima i namjerama, pa poraditi na rješenjima kojima prevladavamo taj otpor i stižemo do novih prepreka;** „Vježbanje života“ naslovio je Nedeljko Fabrio jedan od svojih romana, a ja bih istim naslovom naslovio ciklus vježbi uspostavljanja i svladavanja otpora.

U nizu vježbi umijemo djelovati i ispod vode. Za organizaciju života u ovom prostoru potrebna je itekako mašta da bismo promijenili disanje, način međusobne komunikacije, kretanja, govora. Sama pretpostavka da smo mi ta bića koja žive pod vodom priziva i naše drugačije tijelo, transformaciju do u detalja, a posebno drugačiji odnos prema sili gravitacije. Iznenadimo se koliko smo pod vodom drugačiji. Kako drugačije doživljavamo i sebe i sve oko nas. Kako drugačije dišemo, krećemo se i razgovaramo. To drugačije je drugačije od pojedinca do pojedinca, od grupe do grupe, pa je dio rada usmjeren to doživljeno drugačije opisati, reflektirati, racionalizirati.

Poželjno je da sve ove prostore i doživljaje što ih u vježbama uspostavljamo maštom, kad god je to moguće, zamijenimo realnim prostorima u prirodi. Odvedimo ljude u vodu, krećimo se osviješteno od plićaka prema dubini, osjećajmo koje se prepreke nalaze pod stopalima, zaplivajmo i osvijestimo kvalitetu prepreke koju voda ispriječi našem tijelu, zaronimo s njima ispod vode.

I ja sam gotovo uvijek sudionik grupe posvećene nekom zadatku. Ako procijenim da moje direktno sudjelovanje nije poticajno ili ako znam da moram budno pripaziti zbog sigurnosti svakog sudionika, onda sam promatrač s namjerom, supervizor, gledatelj.

Depresivna stanja razbijaju oblaci. Gusti, tmasti, tmurni oblaci.

Otiđite na mjesta s kojih možete promatrati oblake, zamračeno nebo, zaklon svjetla. Usmjerite pažnju na kretanje te mase. Uočite ulaz oblačića raznih oblika u zgusnutu masu i istovremeni izlaz raznih oblika iz te gustoće. Imenujte boju, uočite promjenu svjetlosnih odnosa između te mase i skrivenog sunca, prekrivenog dana. Budite strpljivi barem onoliko dugo koliko strpljenja ima osoba koja lovi ribu, pa satima sa svojom udicom čeka da riba zagrije. Upustite se u promatranje, pa i onda kada vam vjetar ulazi u kosti. Učite o sebi gledajući kretanje oblaka. Kretanje gustih, tmastih oblaka pred kišu, vaš je učitelj. I vidjet ćete i doživjet ćete da se oblaci uvijek razidu. Ili padne kiša. Ili se jednostavno, nekako ostacima svjetla i radom vjetra, razidu. Opasna može biti grmljavina uz sijevanje munja, ali vi ćete se

od toga već požuriti skloniti. **Bavljenje poslom promatrača kretanja oblaka, obnovit će vašu snagu, postat ćete sam svoj liječnik.**

Od vode ne možemo pobjeći. A i zašto bi?! Voda se vodom igra u svoj raskoši svojih oblika. I kao da nam uvijek iznova želi reći: „Pogledaj sebe u sebe sama, pa se odatle, iz svoje vlastitosti, zaputi u svijet u svoj raskoši svojih oblika“.

/čovječuljak /

ima nešto fascinantno u toj nemogućnosti potpune kontrole nastajanja i održavanja mjehurića od sapunice - PRVI PUT U MOM ŽIVOTU -

uspostaviti protočnost ovog kruga: od težine duše izaći na kišu i pokisnuti do kože i kostiju - iscijediti odjeću i prebaciti je negdje da se osuši - umasirati kapi kiše u tijelo - odjenuti privremeno nešto lagano dok se mokra odjeća ne osuši dovoljno da je možete ponovno odjenuti – tu istu pokislu pa osušenu odjeću - u suživotu s promjenjivošću ili točnije, živeći promjenjivost, strah postaje uzbuđenje, stanja težine ispitivanja snage, ustajalost depresivne građe sjeta s mogućnostima duge - voda je u vodi koja nas vodom vodi - u svakom radnom zadatku i vježbi uspostaviti treba neki otpor našim kretanjima i namjerama, pa poraditi na rješenjima kojima prevladavamo taj otpor i stižemo do novih prepreka - sve prostore i doživljaje što ih u vježbama uspostavljamo maštom, kad god je to moguće, zamijenimo realnim prostorima u prirodi - depresivna stanja razbijaju oblaci. gusti, tmasti, tmurni oblaci - bavljenje poslom promatrača kretanja oblaka, obnovit će vašu snagu, postat ćete sam svoj liječnik.