

Verners Kūfuss  
**SOCIĀLĀS KUSTĪBU SPĒLES**

•

**Mūsu laikā  
neapturami sairst smalkie,  
kādreiz stiprie audi,  
kas savieno cilvēkus, garīgas būtnes un lietas.  
Visi organizatoriskie pasākumi,  
ar kuriem tiek mēģināts  
mākslīgi atkal savienot irstošā auduma daļas,  
ir veltīgi,  
lai cik asprātīgi tie arī būtu.  
Haoss ir neapturams.  
Vienīgi māksla, mākslinieciskā izjūta,  
kas dzīvo cilvēku grupās,  
var pārveidot haosu  
radošā darbībā.  
Tad haoss pārtop dīgli.  
Tādēļ der  
mazās, modeļveidīgās grupās  
vingrināties  
pārdomāt, izjust un realizēt  
visu atbrīvojošos spēku kopsakarību  
ar cilvēciskā stāva kustībām.**

•

*"Cilvēks spēlē tikai tad,  
kad viņš pilnā šī vārda nozīmē ir cilvēks,  
un viņš ir tikai tad pilnīgi cilvēks,  
kad spēlē..."*  
Fridrihs Šillers

*Kopš sešdesmitajiem gadiem, balstoties uz Šilleru un caur viņu uz Gēti, es esmu izstrādājis daudzus spēļu vingrinājumus cilvēku grupām. Tie ir pierādījuši savu māksliniecisko vērtību vispirms dziedinošās pedagoģijas jomā, tad arī sociālajā un vispārējās pedagoģijas jomā. Pateicoties Mervi Mansikkala, vēlāk klāt nāca dejas, tad arī eiritmijas elementi. Mūs un mūsu draugus vieno kopīgi meklējumi pēc kāda visu apkopujoša mākslas darba, ko grieķi sauca choros, ģermāņi – laik, somi – kalewala.*

Tātd spēle nav vis kāda metode, kāda sistēma, bet gan viens vienīgs ceļš. Tas sākas kā sēkla – it kā punktveidīgi, taču atveras līdzīgi leņķim, kas var augt bezgalīgi. Spēļu vingrinājumi vadās pēc stingriem noteikumiem, taču šie noteikumi vingrinājumu gaitā arvien mainās un attīstās – labi pārskatāmi visiem dalībniekiem.

Kurš uzaicinās Verneru Kūfusu, tam būs darīšana ar dinamisko, domāšanas balstīto spēles aspektu, kas pārtop dramatiskā norisē. Savukārt, tas, kurš uzaicinās *Mervi Mansikkala*, iepazīs mierīga, nesteidzīga rakstura spēli, kas, drīzāk, līdzinās eiritmijai.

Šī darba sastāvdaļa ir sarunas par pārdzīvoto, par sociālām sakarībām, par pedagoģiju, sevišķi par valdorfbērnuudārzu un sākumskolu, kā arī par personīgo dzīves uztveri.

Dažādās vietās cilvēki kopj šos vingrinājumus visdažādākajās dzīves sfērās, tā kā var runāt par skolas iedīgļi. Pirmām kārtām šie spēļu vingrinājumi noder pedagogiem, sevišķi bērnuudārza audzinātājiem, bet arī mūziķu un eiritmistu darbā.

Vingrinājumi ar nūjām, šņorēm, akmeņiem, ūdeni un vispār dabā un ar dabu paplašina spēļu loku.

### **Kas ir spēle un ko tā vēlas?**

Spēlē cilvēks uzdrošinās brīvi kustēties, jo viņš jūtas kopienas nests. Grupa pārdzīvo sevi kustībā kā kaut ko daudz aptverošāku un pilnīgāku nekā atsevišķs cilvēks – arī tad, ja nevienam no dalībniekiem nav pieredzes šajā jomā. Visiem kļūst redzami sociālie procesi un esošo problēmu risinājumi rodas paši par sevi.

Cilvēkiem kustoties, starptelpā kļūst sajūtams kaut kas tāds, ko var apzīmēt kā kopīgu – dzīvu un skaidru domāšanu, kas iesniedzas pat matemātikas jomā. Tādējādi grupa ir vienlaicīgi kustīgs, tēlaini plastisks un muzikāls mākslas darbs. Tas, kuram ir acis redzēt un ausis dzirdēt, var atpazīt te dziļas simboliskas un spirituālas sakarības, taču tās nav nedz jāfiksē, nedz jāizrunā: tieši tajā pastāv spēles noslēpums. Kurš gan gribēs to noplacināt?

Daži spēles gājieni liekas radniecīgi eiritmijai, citi – dejai, vingrošanai, pat austrumu cīņu un kustību veidiem. Arī teātrī strādājošais aktieris atpazīs tajā elementus no saviem vingrinājumiem. Tā var atgādināt viņam *choros*, no kura cēlās visas mākslas. Spēle nav izdomāta, nav sakombinēta no ārpuses. Tā rodas no kādas pirmsaknes, no kuras attīstās viss, proti, no kustīgā cilvēka veidola.

Pat ja tikai divi vai trīs cilvēki kustās telpā, veidojot šādas vai tādas savstarpējas attiecības, vieglu soli sekojot savām jūtīgām, taustošām rokām – ar skatienu, kas nefiksējas uz atsevišķām lietām, bet gan vienlaicīgi aptver visu, kas norisinās apkārt, un kā totalitāti ieelpo to, ļauj tai dzīvot un attīstīties sevī, tad tā arī ir spēle. Spēle ir līdzīga kādam neredzamam, nesošam šķidrumam. Ja to pareizi izprot, to var nosaukt arī par humoru – humoru starp mums un ap mums. Tieši tas var palīdzēt mums satvert savu miesu, kas parasti mums izslīd, un arvien pārliecinošāk un spēcīgāk to pārvaldīt.

Tas, kurš spēlē ar citiem cilvēkiem, varēs pāri visam pieauguša cilvēka smagumam un svarīgumam atklāt sevī un citos bērnu. Tādējādi, pateicoties spēlei, mēs atkal atveramies bērniem, un bērni var atpazīt mūs un atzīt par sev līdzīgiem.

*"Cilvēka griba ir pilnīgi brīva starp pienākuma apziņu un iekšējo noslieci, un šajās viņa tiesībās uz personas majestātiskumu nedrīkst iejaukties nekāds spiediens no malas."*

*Fridrihs Šillers*

### **Kustības spēļu skola**

Kopš septiņdesmito gadu vidus es strādāju pie grupas kustību vingrinājumu izstrādāšanas, kuri ļauj mākslinieciski pārdzīvot sociālos procesus. Svarīgāko šī darba pamatu veido Šillera "Vēstules par estētisko audzināšanu". Spēcīgs rosinājums nāca arī no mūziķiem Jūliusa Knīrima un Pēra Ālborna, kā arī no dabaszinātnieka Frita Hendrika Jūliusa.

Šillera vēstules caurstrāvojošā smalkjūtība būtiski sasauca ar Rūdolfa Šteinera "Brīvības filosofijas" rosinātajām izjūtām. Meditatīvi strādājot ar šiem diviem darbiem, ir atklājušies šādi pieredzes lauki:

- sociāli mākslinieciskās kustību improvizācijas;
- pāreja no koriskā elementa pie muzikāli matemātiskā, tēlainā, plastiskā, arhitektoniskā un poētiski dramatiskā elementa;
- ķermeņa apzināšanās vingrinājumi pieaugušajiem un bērniem;
- nūju pagatavošana, mešana un paukošana ar tām;
- uztveres vingrinājumi dabā, saistībā ar ūdeni un akmeņiem;
- bērnudārza un sākumskolas pedagoģijas atjaunojums, starp citu uz R.Šteinera norādījumu pamata par ritmisko darbu un ar to saistīto "darba dziedājumu";
- dziedinošās pedagoģijas atdzīvināšanas pamatelementi ar terapeitisko spēļu palīdzību.

Skola darbojas, atsaucoties uz cilvēku grupu vai skolu kolēģiju uzaicinājumu, kas ir vēlams vismaz divas reizes gadā, vai arī vairākas reizes gadā rīkojot seminārus (pašlaik Uberlingenā pie Bodenzē Vācijā), kuros var piedalīties atsevišķi interesenti, vai arī sniedzot nedēļas nogales kursus dažādās Eiropas vietās. Sākotnēji skola ir domāta kā brīvā laika pavadīšanas vieta. Tā saprot sevi kā tangentālu loku, kura centrs atrodas perifērijā, tas ir, visur, kur tā tiek pieprasīta.

*Ikviens individuālais cilvēks nes sevī tīra, ideāla cilvēka dotības,  
un viņa lielais uzdevums ir saskanēt ar savu nemaināmo veselumu  
visās tā mainīgajās izpausmēs.”*

*Frīdrihs Šillers*

### **Ko nozīmē "spēle"?**

Šillers saka, ka cilvēks spēlē tikai tad, kad viņš ir pilnā vārda nozīmē cilvēks, un ka viņš esot pilnīgi cilvēks tikai tad, kad spēlē. Bet tas nozīmē, ka cilvēks tikai tad ir patiešām cilvēks, kad viņš ir brīvs. Un, tikai būdams brīvs, viņš ir pilnīgi cilvēks.

Spēle nozīmē: brīvi apieties ar pastāvošajiem noteikumiem un spēkiem. Pats par sevi "būt brīvam" neko nenozīmē. Cilvēks var būt brīvs tikai attiecībā pret kādiem spēkiem un būtnēm. Spēlē tiek vingrināta šī brīvība.

Cilvēkam nav jābūt pilnīgi brīvam, lai pārdzīvotu brīvību. Bumba nav brīva, divi cilvēki arī, taču viņi var tādējādi mest bumbu viens otram, ka abi jūtas brīvi un pat bumba liekas atbrīvojusies no savas lietišķības. Brīvība nekur nepastāv, bet gan jebkurā mirklī var rasties arvien no jauna, un tieši spēle ir šāds brīvības tapšanas process.

Brīvības vārdā pastāvošais, reiz tapušais ir jāizjauca, jāatceļ stabilizējusies kārtība. Tādēļ spēle vienmēr ir saistīta ar haosu. Sēklai, kas grib augt, mitrumā un siltumā jāatsakās no savas cietās formas. Vai arī, lai ieņemtas uzturvielas varētu būt lietderīgas un tajās esošie spēki atbrīvotos, tām ir jāpiedzīvo sasmalcināšana, pat iznīcināšana zarnās. Substāncu un spēku uzņemšana var notikt tikai ārpus tām. Katra īsta spēle nozīmē stāvokļu un attiecību sagremošanu. Tā zīdaiņa spēle sākas ar garšošanu un košļāšanu. Tikai vēlāk klāt nāk arī tveršana, kas būtībā ir tā pati garšošana un košļāšana, tikai ar rokām, pat ar visu ķermeni. Spēle ar bumbu ir visa tā, ko var darīt ar bumbu, "košļāšana" un "gremošana", kas ir pārnesta ārpus organisma, atbrīvojusies no nepieciešamības sekot fizioloģiskām likumsakarībām.

Arī sociālajā vidē noritošajiem dvēseliskiem un garīgiem procesiem jātop ne vien saprastiem, bet arī kārtīgi "sakošļātiem" un "sagremotiem". Spēļu vingrinājumi var kļūt par mākslinieciskiem "gremošanas" vingrinājumiem, par dziedinošo eliksīru grūti sagremojamām sociālām situācijām.

Lai iekustinātu grūti kustināmo, lai "izgaršotu" pārāk sacietējušo visās dzīves jomās, pastāv māksla, un spēle ir visnevainīgākā un visjaunākā no mākslām. Mūsu starpā parādās bērns, vai varbūt tomēr āksts, kas mums uzsmaida. Bērns (vai āksts) ņem mūs pie rokas un ved pa dzīvi. Kad pieaugušie sāk spēlēt, tad arī bērni var viņus atkal uztvert nopietni. Mēs pārstājam traukties pretī tehniskai nāvei. Mēs atrodam jaunus darba laukus, saistītus ar dzīvi un to veicinošus.

Ja mēs spējam sagaidīt bērnus uz sliekšņa, pār kuru viņi ienāk mūsu pasaulē, mēs atklājam jaunu darba ritmu, un tad mūsu darbs rit starp mūzikas caurstrāvotu mīlestību un pasaules pretestības pārvarēšanu. Tur, kur cilvēki strādā ar mūziku, kur pats darbs skan, tur – ap skolām un bērnudārziem – veidojas jaunas kultūras centri, arī pilsētu vidū.

Kā nākotnes modeli šodien to var piedzīvot nedaudz cilvēki. Tā Šillers saprot spēli, un uz to norāda arī Rūdolfs Šteiners.

### **Spēles sociālā jēga**

Grupās improvizācijas, saucamas "spēļu vai rotaļu vingrinājumi", nav kādu konkrētu nolūku realizēšanas rezultāts. Ilggadējā darbā ar Gētes metamorfozes ideju, ar Šillera vēstulēm, ar Šteinera "Brīvības filosofiju", ar ūdens straumēm un pārdzīvojot Jūliusa Knīrima un Pēra Ālborna muzikālās improvizācijas,

manī radās kustību tēli, nepieciešamība pēc kustības. Šie tēli arvien skaidrāk prasījās pēc mākslinieciskās izpausmes. Kustībā improvizējošās cilvēku grupas izrādījās par manis izjustajiem kustību tēliem vislabāk atbilstošo substanci. Tā diezgan ātrā secībā radās daudzu vingrinājumu ķēde, kas satur noteiktu likumu kodolu, taču to izpildīšanas gaitā pastāvīgi mainās un attīstas tālāk.

Lai arī šie vingrinājumi nav radušies ar nolūku, bet gan no mākslinieciski imaginatīviem un inspiratīviem meklējumiem, tiem tomēr piemīt sava jēga un iedarbība. Tie ir sociāli orientēti. Dzijāka vingrinājumu jēga ir sociāla, proti, to uzdevums ir modināt un stiprināt cilvēkos sociālā elementa izpratni jeb sociālo maņu.

Tam ir nepieciešams pavisam cits skats uz sociālo jautājumu nekā mums ir ierasts. Pašlaik lielākai daļai cilvēku "sociāls" nozīmē kaut ko tādu, kam ir darīšana ar intelektuālo izzīni un ar morāli. Cilvēki ķeras pie sociālo problēmu risināšanas ar gataviem priekšstatiem par to, kas ir sociāls, un par to, kā atsevišķa cilvēka dvēsele jāizmaina, lai viņš kļūtu sociāls. Rezultātā no vienas puses rodas dažādas organizācijas sociālo attiecību sakārtošanai un no otras – tiek mēģināts no sevis un citiem izspiest gatavu sociālo izturēšanos.

Šo mēģinājumu rezultāti parasti ir visai apšaubāmi. Rodas iespaids, ka cilvēki urbjas kādā spoguļsienā, kurā saskata atspoguļojamies kādu ceļu, bet reāli nevar uz tā nostāties. Diemžēl šos "sociālos darbiniekus" ir grūti vai pat neiespējami pārliecināt par šāda veida mēģinājumu neauglīgumu.

Pavisam citu skatu uz sociālo jautājumu paver Rūdolfs Šteiners. Šis skats ir pazīstams daudziem cilvēkiem, un viņi ir centušies saprast, ko viņš ar to ir domājis. Taču diemžēl daudzi no viņiem izturas līdzīgi zviedru karaļa statujas apcerētājam Stokholmā, kurš, lai saprastu karaļa austrumu virzienā norādošās rokas žesta jēgu, pievēršas smalkiem pašas rokas pētījumiem.

Rūdolda Šteinerā norādījums satur sevī domu, ka sociālo problemātiku nevar saprast tik ilgi, kamēr cilvēki neatzīs, ka tā saucamie motoriskie nervi nav vis tikai kustību izraisītāji, bet gan paši ir arī sensoriski, tātad kustību uztveroši.

Šteinerā norādošais žesta jēga ir: Skatieties uz to, kas notiek ārpus uztverošajiem nerviem, t.i., ārpus ķermeņa, ķermenim apkārt. Citās vietās Šteiners runā arī par to, kā cilvēka Es satver ķermeni no ārpuses. Tātad sociālais nav nekas cits kā cilvēcisko Es kopdarbība tur, kur tie patiešām mīt, t.i., ārpus fiziskām miesām, starptelpā.

Tas, kurš uzmanīgi veiks spēļu vingrinājumus, var to ļoti vienkārši pārdzīvot: pašu vēlmju, dziņu, pārdomu un kompleksu netraucēti, cilvēki iesaistās pārskatāmajās kustībās un kustību kombinācijās, kas rodas uz vienkāršo likumu pamata. Pēkšņi kļūst redzams citādi neievērots starpcilvēciskais lauks, mūs saistošā starptelpa, starp diviem laika mirkliem paveras ārpuslaika dimensija, kļūst redzams kaut kas liels un līdz šim nepazīstams. Tā ir būtne, kas mīt un darbojas starp cilvēkiem, kas vienmēr ir klāt tur, kur satiekas "divi vai trīs". Atliek diviem cilvēkiem iziet cauri vienām durvīm vai satikties uz kāpnēm, to var pamanīt. Tajā, kā mēs šādus "starp-gadījumus" (īstajā vārda nozīmē) atrisinām, parādās kaut kas tāds, kas ir vairāk nekā mūsu prātīga organizatoriskā griba, vairāk nekā mūsu dvēseliskās un morālās kvalitātes.

Vienkāršākajās ikdienas kustībās, ja vien mēs esam spējīgi pārdzīvot tās kā jēgpilnu notikumu, mēs esam daudz tālāk attīstīti nekā savos priekšstatos un savā dvēseliskajā, privātajā jomā. Rotaļīgi kustību vingrinājumi Šillera ziņā nav nekas cits kā piepaceltas, idealizētas ikdienas situācijas, kurās mēs vingrinām šīs starpbūtnes uztveres spēju, ļaujām tai darboties – būtnei, kas vienmēr ir klāt, bez kuras nekas nenotiek, arī tad, ja mēs to neievērojam. Šī starpbūtne – Šillers sauc to par "spēli" – ir otrs pils mūsu dzīvē, uz kuru mēs varam orientēties blakus tam, kas rodas kā mūsu iekšējās piepūles rezultāts. No šejienes mūsu pasaulē iesniedzas kāda pilnība, kas mums ir jāuztver un jāiesaista savā dzīvē. Tā nedarbojas no mūsu ķermeņa iekšienes, nedz arī no dvēseles, tā kā tā ir saistīta ar ķermeni, tā uzrunā mūs no ārpuses – caur inteligentu, iejūtīgu, kopdarbību, kurai nav nekāda pragmatiska mērķa – caur spēli.

Šādos vingrinājumos tiek modināta un stiprināta mūsu sociālā maņa. Tā nevar piederēt atsevišķam cilvēkam vienam pašam. Tā dzīvo starp mums kā bērnišķīga, pilnīga būtne.

### **Kas ir "precīza izjūtas spēja" ?**

Arī visprecīzākais domātājs, vissolidākais amatnieks, un jo īpaši mākslinieks vienmēr kaut ko izjūt savā darbībā. Izjūtas savieno mūs ar dzīvi, pavada mūsu domu gaitu, darbības norisi, mākslinieciskās jaunrades procesu. Skolojot savas izjūtas, mācoties izvairīties no nevajadzīgā abstrakcionisma, mēs tuvojamies intuīcijas jomai un no pašām lietām saņemam to būtības atklāsmes. Tādējādi mēs varam ienest vecajā, pazīstamajā arvien kaut ko jaunu.

### **Kāda ir "korisko kustības vingrinājumu" jēga?**

Kad, piemēram, cilvēku grupai kopā jāiziet cauri apla centram, rodas sarežģīti kustību procesi, pirmām kārtām, aizsprostojumi, kurus diez vai varētu atrisināt ar priekšstatu palīdzību. Ja vingrinājuma dalībnieki iemācās paļauties uz savām izjūtām, uz "pirkstgalu sajūtu", un, ja, pirmām kārtām, viņi sasniedz izjūtu kopīgo, korisko elementu, tad viss kļūst pavisam vienkārši, pat jautri. No kustību procesu izjūtas šie vingrinājumi ir radušies un rodas arvien no jauna. Svarīgi ir problēmas pārveidot kustībās un uzticēt izjūtām to atrisināšanu.

\*\*\*

Kā no grieķu *choros* vai no ģermāņu *leikr* ir izveidojušās atsevišķas mākslas un sociālās formas, tā spēle jeb rotaļa ir dīgļis, kas satur sevī visas mākslas. Atkarībā no cilvēku grupas un situācijas rodas iespēja izstrādāt un vingrināt pārejas no viena mākslas veida pie cita.

### **Kas ir "ķermeņa apjautas vingrinājumi"?**

Sākotnēji pirmie šādi vingrinājumi ir radušies strādājot ar autiskiem bērniem, taču vēlāk attīstījušies par rotajām ar bērnudārza un skolas bērniem, kā arī ar pieaugušajiem. Kā plastiski muzikālie veidojumi, kas bieži vien izvēršas par dejām, tie pieprasa māksliniecisku pieeju. Pateicoties rotaļīgai pretestībai no spēles dalībnieku puses, tie palīdz gribai rast objektīvu, dinamisku attieksmi pret miesas instrumentu.

### **Ko nozīmē darbs ar nūjām ?**

Arī tas sākotnēji ir radies no kopīgas spēles ar kādu autisku bērnu. Nūja vai spieķis, jo sevišķi, ja tas ir ritmiskā darbā pašpagatavots un ieeļļots, ir pierādījis sevi vingrinājumos kā iztaisojošs, konstruktīvs elements, kā kaujinieciskā elementa reālsimbols, kas ir saistīts ar kustību, miermīlību un muzikalitāti. Tā ietekme sniedzas daudz tālāk par terapeitiski rotaļīgo pielietojumu. Līdzsvaru vingrinājumiem ar nūjām veido balto vilnas bumbu izgatavošana un iejūtīga apiešanās ar tām.

### **Uztveres vingrinājumi dabā un ar dabu.**

Tie orientējas uz vietām, kurās vingrinājumi tiek veikti. Tajos tiek iesaistīta ainava, gadalaiki, āra laiks un gaisma. Tādējādi cilvēku spēle tiek pārbaudīta dabas kontekstā. Par īpašām pieredzes jomām var kļūt vingrinājumi ar kustošos ūdeni, ar dažādiem dabas objektiem, piem., ar akmeņiem.

### **Bērnudārza un sākumskolas atjaunošana**

Ilggadēja pieredze ar maņu vingrinājumiem pēc Rūdolfā Šteinera norādījumiem bērnudārzā un sākumskolā, pirmām kārtām, ar "apakšējo maņu" (kuras veido augšējo maņu pamatu) vingrinājumiem, kuri tiek veikti ritmiska darba pavadījumā, parādīja to efektivitāti cīņā pret gribas atrofēšanas (*Auflösung*) parādībām, ko mūsdienās var piedzīvot jau pie maziem bērniem un vēl vairāk skolās. Tādējādi kļūst iespējams panākt to, kas pirmajā septiņgadē tika palaists garām.

### **Dziednieciskās pedagogijas atdzīvināšana**

Sākot ar autiskiem bērniem, kuri ir it kā nespēlējošie bērni, ir iespējams attīstīt terapeitiskas rotaļas visiem dziedināmo un savā attīstībā aizkavēto bērnu un jauniešu veidiem. Tāpat ilggadēja pieredze rāda, ka

šādas rotaļas ienes arvien jaunu dzīvību sociālajās attiecībās starp tiem, kuri nes savu smago likteņu nastu, kā arī starp dziedniecisko iestāžu līdzstrādniekiem.

.....

*Kad jūtīgas, viedas rokas,  
nesošas, vieglumu uzdrīkstējušas kājas,  
kad viss kustīgais cilvēka veidols  
kopā ar citiem  
stājas pretī draudošām problēmām,  
tad arī galva kā miera pols  
var apjēgt grūtības radošus spēkus.  
Galva viena pati to nespēj,  
sirdij jānāk tai palīgā.  
Tikai kad locekļi spēlējot domā,  
tikai kad starptelpā un  
laika plūsmā starp cilvēkiem  
iejūtīgi un priecīgi  
iesaistās domāšana,  
visas bēdas var kļūt  
par kopīgiem ceļiem  
uz priekšu.*

### **Ap-miesa un jautrība**

"*In Ulm, um Ulm, um Ulm herum*" (vācu mēļmežģis, kas nozīmē: "Ulmē, ap Ulmi, ap Ulmi riņķī apkārt"; "*Ulm*" – pilsētas nosaukums). Miesa, ap miesu, ap miesu riņķī apkārt – tā ir mūsdienu cilvēka sajūtu joma. Miesā cilvēks meklē baudas, prieka izjūtu, taču tur tā viņam bieži vien arī pāriet. Tad var gadīties, ka daudz jautrāk kļūst ap miesu, tai riņķī apkārt. Miesā baudai vienmēr seko ciešanas. Ap miesu, tai apkārt sāk darboties jautrība, kas atrodas ap-miesā. Šo ap-miesu der iegūt. Tā ved mūs no sevis laukā. Tajā mēs esam ārpus sevis un tomēr tikai tajā mēs nonākam pie sevis pašiem.

Tas, kurš mēdz nodoties dziļai melanholijai, ierokas sevī un brīnās, ka viņa dzīve kļūst arvien grūtāka. Viduslaikos cilvēki šaustīja savu miesu, lai atrautu no tās savu dvēseli un tādējādi atradinātu to no baudkāres, taču tieši tādēļ jo stiprāk pienagloja dvēseli pie miesas. Jo vairāk mēs bēgām no savas miesas, jo vairāk miesa guva virsroku pār dvēseli, kļūdamā par tās ienaidnieku. Nu dvēsele ir tik ļoti sasaistīta ar miesu, ka vairs nedz dvēsele, nedz miesa nejutas brīvas. Kārtīgas dvēseliskas ciešanas bieži vien vēl var derēt kā ieguvums. Nomāktības un smaguma sajūta, kas mūs ik pa laikam pārņem, jāsaprot kā mājiens uz to, ka mēs arvien vēl sodam savu miesu un līdz ar to traucējam dvēselei no tās emancipēties un kļūt par sevi pašu.

Mēs, cilvēki, laika gaitā arvien augam, tikai lielākoties to nemanām. Aug, proti, mūsu ap-miesa, ap-mum-sriņķī-apkārt-miesa. Parasti mēs ievērojam tikai to, kas pieprasa no mums pūles – šķēršļus, kuri mums jāpārvar, bet nejutam, nepārdzīvojam un tādēļ neapzināmies to, kas palīdz mums šos šķēršļus pārvarēt. Pie miesas pārāk cieši piesietā dvēsele līdzinās izžuvušajām smadzenēm, kuras, pašu smaguma nopiestas, vairs nevar domāt. Augošā apmiesa ir visam mūsu ķermenim kā šķidrums smadzenēm: tā padara ķermeni vieglu par spīti tam piemītošajam smagumam. Ap-miesa var padarīt ķermeni vieglu. Tikai mums tā šim nolūkam jāiegūst, jāattīsta, jānostiprina.

Ķermenis ir nepieciešams, taču ar to ir saistītas grūtības, pretestības pārvarēšanas nepieciešamība, bet mēs varam uzlūkot savu ķermeni par spēka pielikšanas punktu vai par griešanās asi un apgriezt visu situāciju otrādi, tā kā griešanās pārvietojas ārpus miesas un arī pats griezējs atrodas ārpusē. Citiem vārdiem sakot, miesa kļūst par rīvēšanas plakni, bet sērkokciņš, to aizdedzinošā roka un uguns paliek ārpusē. Miesa kā sāpe ir gaisma, svece, taču gaisma tiecas uz āru, jo tās izcelsme ir ārpusē.

Ap mums ir *Ulm*, tagad mēs varam atstāt pilsētu. Ap tās mūriem viegli plūst upes ūdens, virs tās peld mākoņi, tai apkārt puš vējš, virs tās spīd saule. Sirds pukst ārpusē.

## Kā mums nokļūt ārā?

Tikai kopā. Viens atsevišķs cilvēks nevarēs izlauzties cauri mūrim. Tikai kad divi vai trīs ir kopā, kad viņi iet, kustas, tad sāk pūst vējš, kas parāda, ka viņi ir ārā. Var rasties jaunas kustības – starpkustības. Starptelpā plūst starplaiks, jo ap-miesas sastāv no telpas un laika. Tās ir neredzamas un tomēr jūtamās. Jūtas ir ārā – tur, kur mūsu miesas saskaras, kustas cita citai cauri. Bet, ja jūtas ir ārpusē, ap-miesā, un, ja ap-miesas var paplašināties līdz pat apvārsnim un līdz pat mūžībai, tad tās ir brīvas no miesas. Un tāpat arī domas, jo no miesas brīvās jūtas domā ārpusē. Tad tās ir līdzvērtīgas gribai.

Brīvi no miesas domāt, just un darboties – tā ir mūsu ap-miesas kompetence. Tā ir sociāla, turklāt bez mazākās piepūles. Tai nav jānomoka sevi ar moralizēšanu, jo tās lielākais prieks ir kalpot draugiem. Tikai tas, kas ir piesiets pie miesas, ir es-centrēts. Ap-miesa ir mēs-centrēta. Kad tā sajūt sevi kā Es, tā jau ir Tu.

Kad divi vai trīs priecīgi iet kopā, tad Viņš ir viņu starpā, caustrāvojot viņu ap-miesas. Miesa ir krusts. No tā Viņš sen ir nokāpis. Miesa ir kaps. To Viņš sen ir atstājis. Tagad Viņš nāk no apkārtnes un sauc laukā mūsu a-miesas. Ja mēs Viņu neuztveram, Viņš nevar mums palīdzēt, bet tad mēs būtu nolemti mūžīgai nāvei.

Un tomēr mūsu augošā ap-miesa viegli apdveš mūs. Tā ir mūsu uz āru vērtais smaids, kas dzīvinoši apņem visu veidolu. Tā grib mūs nest kopā ar citiem, nedaudz smagāka nekā par vieglu.

Tā ir tik jautra, tik priecīga, ka jebkādas sāpes, lai cik lielas tās arī izaugtu, tajā izšķīst. Mēs varam nokļūt ārpus sevis, lai pamazām nonāktu pie sevis, blakus citiem.

*Ceļš pie dievišķīguma,  
ja vien par ceļu var saukt to,  
kas nekad neaizved pie mērķa,  
cilvēkam ir atvērts viņa maņās.  
Frīdrihs Šillers*

*Jau vairākas reizes Mervi Mansikkala ir spēlējusi ar cilvēku grupu Latvijā. Viens no uzdevumiem kursa dalībniekiem bija "ietērt savus iespaidus kādā tēlā". Te ir daži no tiem:*

\*

Tas vienmēr ir ceļš. Tev tas jāizjūt, un tu seko tam kā sarkanam dzīparam, kā vilnim, kas nāk un atplūst, un tevi nes, un nesīs un vedīs, un aizvedīs, tik turi sevi vaļēju, modru un bezbailīgu šņācošā viļņa priekšā. Tas nenāk, lai ap-raktu, tas nāk, lai nestu, ja vien pratīsi zaudēt sevi un ļausies. Tiklīdz saspringsi un aizvērsies, gribēsi saglabāt sevi tādu, kāds esi, tevi nospiedīs un apraks bezgalība, kas velsies tev pāri. Pazaudē sevi un ļaujies, un atradīsi, un būsi.

\*

Tas bija brīnums, un mēs drīkstējām tajā būt, to piedzīvot. Tagad atskatoties, atceros – ne bez piepūles tas viss notika. Patiešām vajadzēja gribu – vispirms jau aizbraukt un tad katru dienu kopā nākt un sākt kustēties.

"Nu kā tad mēs te tā kustēsimies? – kāds ironisks velniņš iekšā jautāja. Bet tikko sākās kustība, kā viss jau notiek – te un tagad. Un visi kļūst uzmanīgi, nē, ne saspringti, bet tādi aušīgi, iekšēji vēriģi. Vairs nav nekā mazsvarīga šajā telpā, un, lai visu iespējamo varētu tvert, mēs atvērāmies un atbrīvojāmies, jo citādi nevar. Lai viss iespējamais varētu notikt – tam jāļaujas.

Un tā veras katras dvēseles noslēgtās un noputējušās durvis, un tajā ieplūst spirgtais brīvības vējš. Un tad tas staigā cauri mums visiem, no viena pie otra, visriņķī. Un tur pa vidu to brīžiem var lieliski gandrīz vai sataustīt. Tur ieskanas un skan tas, kas ik brīdi un ik dienu varētu dvēseli uzrunāt, bet parasti jau slēģi ir ciet. Te spēles vējš tos visus atrauj vaļā, un tāds lidojums... nu, pēc katra varēšanas, un katrs tam ļaujas pats: cik grib, kā grib un tver, cik var, cik spēj.

\*

*Nekustīgo ar paša kustību iekustināt.  
Haotisko ar paša mieru nomierināt.  
Ar paša mīlestību mīlestības trūkumu piepildīt.*

\*

Tur pārdzīvotais un piedzīvotais nav salīdzināms ne ar ko līdz šim pazīstamo. Tā bija "jaunzemes" atklāšana pašizjūtas un cilvēku savstarpējo attiecību jomā. Tas, kas, lasot iepriekš piedāvāto Vernera Kūfusa programmu, likās intriģējoši, bet tomēr diezgan abstrakti: "apmiesa", "starpbūtne" utt., nemanot ieguva reālus vaibstus, gandrīz vai ar rokām tveramu eksistenci. Parastā laika un parastās telpas priekšskars pārplisa un starp it kā "reālās", mums visiem pazīstamās dzīves mirkļiem uzzibsnīja kādas "patiešām reālās" dzīves gaisma, pavērās vesela jauna pasaule, kas, mums nemanot, vienmēr ir klāt un gaida tikai mūsu uzmanības pievēršanos sev, lai no savas pārpilnības dāsni jo dāsni mūs apdāvinātu. Tā bija pamošanās no mūsu parastā nomoda miega.