MEĐU HEROJIMA I DEMONIMA

Učesnici iz 6 HIT zemalja, leto 2018, „Mesto tišine”
pored Matighofena, u austrijskoj regiji Inviertel

heroes of inclusion
& transformation

MEĐU HEROJIMA I DEMONIMA

25 osoba iz 6 zemalja
istražuje osećanja i teme iz senke
u zajedničkom istraživačkom projektu

Urednici dr Helga Weule & dipl. inž. mr Manfred Weule

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Objavljeno 2019. godine

© Partneri u HIT projektu

Uvod, HIT rezultati i komentari:
© Helga Weule i Manfred Weule

Grafički dizajn i HIT logo:
Robert Mahdal - INY Design

Struktura knjige i dizajn korica:
Manfred Weule

Fotografija na koricama:
Delo učesnika nastalo tokom druge HIT radionice
u procesu koji je vodila Eva Matkuliaková

Fotografije:
HIT radionice i sastanci, dela učesnika radionica
i uključenih institucija/organizacija.
Autor slike sa 50. strane je Marten Eskil Vindž (Mårten Eskil Winge,
1825-1896). Slika je preuzeta sa 315. strane Poetske ede u izdanju
Fredrika Sandera iz 1893. Slika sa strane 51 © AU Library,
Campus Emdrup.

Materijal iz ove publikacije može se koristiti samo
za nekomercijalne svrhe uz jasno navođenje izvora i autora.

ISBN: 978-80-971354-5-4
EAN: 9788097135454

Projekat „HIT - Heroji Inkluzije i Transformacije” (HIT - Heroes of Inclusion and Transformation), sa referentnim brojem 2017-1-SK01-KA204-035403, sprovodi se uz podršku Evropske komisije u okviru programa Erasmus+ (Ključna akcija 2: Saradnja za inovaciju i razmenu primera dobre prakse - Strateško partnerstvo u oblasti obrazovanja odraslih). Sadržaj ove publikacije odražava stavove autora, Nacionalne agencije i Evropska komisija se ne mogu smatrati odgovornima za bilo kakvu drugu upotrebu informacija koje se nalaze u sadržaju.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

„Radost sledi svaki dovršen proces, ukoliko sam u stanju da uživam u postignutom cilju i da ga podelim sa drugima.” Ovaj projekat je potvrdio ovu hipotezu.

Sa velikim zadovoljstvom vam darujemo ovu, našu petu publikaciju.

Tim: DIVADLO BEZ DOMOVA

Međunarodna, interkulturalna i interpersonalna saradnja i razmena suštinski je važna za celoživotno učenje i neformalno obrazovanje. Svi mi neprekidno učimo i proširujemo svoja otkrića.
Svako od nas je na putovanju, a dok radimo sa drugim ljudima, često su ta putovanja herojska.
Veoma smo srećni što smo bili deo ovog herojskog putovanja, kojeg je šest partnera započelo u oktobru 2017, a stiglo do njegovog kraja u maju 2019. Ova knjiga sadrži različite „dijalekte” evro-engleskog jezika u svojim poglavljima. Ovo je deo Evrope kojeg smo želeli da prikažemo, bez njegovog pokrivanja standardizovanim engleskim jezikom.

Ovo smo mi:

Adventure Life *(Austrija)*

Asociación cultural, social, de salud y bienestar ACUNAGUA *(Španija)*

Divadlo bez domova *(Slovačka)*

Grupa „IZAĐI” *(Srbija)*

ReykjavíkurAkademían *(Island)*

Spolek divadelních ochotníků Alois Jirásek *(Češka Republika)*

Sadržaj

Često korišćeni termini i njihove skraćenice **10**

Predgovor **11**

Uvod (Austrija) **13**

Heroj i poziv u nepoznato • Glad (Španija) **29**

Demon otpora • Anksioznost: Govoriti ili ne govoriti? (Island) **44**

Konfrontacija heroja i demona otpora i sporazum • Agresija / bol (Srbija) **59**

Zemlja nepoznatog • Tugovanje (Češka Republika) **73**

Dar i povratak • Radost (Slovačka) **90**

Rezultati (Austrija) **106**

Institucije uključene u projekat **115**

Prilozi **116**

Bibliografija **119**

Često korišćeni termini i njihove skraćenice

Heroj (m.r.), **heroina** (ž.r.), **hera** (ž.r.), **heroji** (mn.) - deo u nama, ljudskim bićima, koji je spreman da krene u akciju prateći svoju želju, svoj poziv, svoju viziju.

Demon otpora (DO) - dvojnik heroja koji govori „Ne!" svakoj promeni, pokušavajući da odbrani životnu energiju koju su mnogi izgubili u ranom detinjstvu i mladosti. DO ima milion lica.

Put heroja (PH) - proces kroz koji heroj prolazi sledeći svoj poziv kroz mračnu šumu nepoznatog. Korake ovog putovanja, ispričane u drevnim epovima, mitovima i magičnim pričama, kao i u „Ratovima zvezda", opisao je Džozef Kembel (Joseph Campbell). Inspirisan Fineganovim buđenjem („Finnegans Wake") Džejmsa Džojsa (James Joyce), Kembel je ovom obrascu dao naziv „monomit".

Trening Put heroja (PH trening) - Seminar Pola Rebiloa (Paul Rebillot), od neprocenjive vrednosti za praćenje puta avanture do nas samih i pronalaženje ličnog arhetipa promene.

Krug osnovnih osećanja (KOO) - koncept koji opisuje protok životne energije, kao i emotivne zastoje i ćorsokake. Važan je za svaki proces promene, kao što je PH. Razvio ga je Vilant Mahlajd (Wielant Machleidt) pozivajući se na Hansa Lungvica (Hans Lungwitz), na osnovu merenja aktivnosti mozga EEG metodom. Koncept su kasnije razvili Helga Weule (Helga Vojle) i Manfred Weule (Manfred Vojle)

Predgovor

HEROJI

Čini se da su heroji postali poznati u poslednje vreme: u javnosti čujemo za ličnosti koje su „heroji kupovine", heroji su oni koji su postigli nešto posebno, ali i religijski fanatici. Takođe, u obukama za menadžment imamo i „obuke za heroje", te na kraju i „Put heroja". U skladu smo sa trendom. Za koga bismo danas rekli da je heroj, a posebno, za koga to ne bismo rekli? Da li je Tramp heroj? Da li je Majka Tereza heroina?

Heroji su pojedinci oba pola, koji upravljaju svojim životom i životnim uslovima na samoodgovoran način i razvijaju se u kontaktu sa drugima. Evolucija podrazumeva razvoj. Ako smo u stanju da razvijemo ono što je u nama - naše sposobnosti, resurse, svest, odnose - to je ono što mi zovemo životnom svrhom. Nerazvijeno ostaje u tami, u senci. Heroji HIT projekta, svih polova, pre svega su oni koji ne samo da menjaju sebe, nego i podržavaju druge, one koji žive u senci društva. Oni povećavaju socijalni diverzitet istupajući na svetlost i podržavajući transformaciju celokupnog društva. Dakle, pravac u kojem se krećemo jeste diverzitet u zajednici, partnerstvo i kritički stav prema ideologijama.

Samim tim je jasno i koji ljudi za nas nisu heroji: oni koji prisiljavaju ljudska bića i okruženje na standarde, koristeći moć i autoritet, zaštićeni ideologijom autoriteta: „ideologija je nužna, zna kuda ide i pruža sigurnost".

Kao putnici na Putu heroja mi nikada nismo sami: sa nama su uvek i značajni saputnici koji nas podržavaju i pomažu nam da proverimo svoju orijentaciju: razni pomoćnici, preci i pretkinje, prirodni elementi, životinje, umetnost i snovi, ali i protivnici, kao što je dvoličan Demon otpora, koji nas svojim osećanjima i rečima stavlja na težak test - kojim pravcem će krenuti Put heroja. I ne manje važno, na ovom putu nas prate i drugi ljudi, i sami na Putu heroja.

SENKA

„Svako od nas ima deo ličnosti koji je skriven od nas samih. Najčešće nas roditelji i učitelji podstiču da razvijemo svetlu stranu naše ličnosti - da se okrenemo ka dobro osvetljenim predmetima kao što su matematika i geometrija – i da postanemo uspešni." [1] U tami senke borave načini ponašanja i karakteristike koje nisu priznate ili prihvaćene, zato što nisu bile u skladu sa onim što je odabrano. Grupe, gradovi i društva takođe imaju svoju analognu senku. Možemo je videti kada sebi postavimo pitanje šta je to što nam se ne sviđa kod druge osobe, grupe ili kulture. Ovo su ponašanja i osobine koje smo zaključali u svojoj tami zato što nam se ne sviđaju. Međutim, možemo ih videti kod drugih. Drugi su nam neophodni da bismo mogli da vidimo svoju senku. Često senku doživljavamo kao nešto zlo, čak i opsednuto.

1 Bly, 1988, str. 7

OSEĆANJA

Određen hrišćanski optimizam, a kasnije i znatno opasniji, navodno prosvetljen, optimizam progresa, onesposobio nas je da se suočimo sa senkom, piše Mari Luiz von Franc (Marie-Louise von Franz).
Budući da nismo u stanju da se suočimo sa negativnim osećanjima i temama iz senke „danas nas posebno ugrožava činjenica da uticajni krugovi u poslovanju i politici prenaglašavaju intelektualno znanje i veličaju statistiku. Međutim, problem dobra i zla je emotivni problem. Sa intelektualnog stanovišta, postoje razlozi za i protiv za skoro svako delo, ali samo osećanja i savest pojedinca mogu da donose najznačajnije odluke." (Franz, 1974).

PET ZNAČAJNIH KORAKA U SVAKOM PROCESU PROMENE

Osnova našeg istraživanja su lična iskustva sa emocijama, inkluzija i transformacija ostvarena tokom treninga „Put Heroja" (Pola Rebiloa). Prolazak kroz veći ili manji ličan projekat promene jeste cilj i sadržaj ovog treninga, kao i analiza, isprobavanje i promišljanje o ovom treningu koristeći različite metode. Ovaj proces se ostvaruje kroz ovih pet koraka:
Otkrijte impuls promene i predstavite ga
Pozovite otpor koji mu se protivi da se pokaže
Dozvolite da te dve strane prođu kroz sukob i dođu do odluke
Uđite u zemlju nepoznatog i položite test
Prepoznajte nešto novo kao dar i integrišite to u svoj svakodnevni život
Svaki proces inovacije, inicijacije i samostalnih kreativnih rituala, nužno sadrži ovih pet koraka.

HIT projekat je zajednički Put heroja, put istraživanja u mračnim oblastima društva, gde možemo naći negativna osećanja, čudovišta, ali i blaga. U ovom procesu mi stojimo na ramenima svih onih koji su aktivno delovali u ovom polju pre nas. Pokušavamo da opišemo svoje iskustvo, svoje misli i svoja dela tokom ovog puta.

Uvod

Dvadeset i pet ljudi iz šest zemalja i iz različitih kultura, ljudi koji rade sa različitim grupama klijenata u polju neformalnog obrazovanja, terapije i umetnosti, okupljeno je na projektu istraživanja i razvoja pod nazivom *HIT - heroji inkluzije i transformacije. Partnerski projekat za integraciju društveno relevantnih „mračnih" tema* (*HIT – Heroes of inclusion and transformation. A partnership project for the integration of social relevant shadow topics*)
HIT projekat se sprovodi uz podršku Evropske komisije u okviru programa Erasmus+ (*Ključna akcija 2: Saradnja za inovaciju i razmenu primera dobre prakse - Strateško partnerstvo u oblasti obrazovanja odraslih).* Osnovni cilj projekta je **razvoj inovacija u obrazovanju odraslih**, uz prioritet da „razvije i unapredi kompetencije edukatora za rad u oblasti društvene inkluzije". Ovo je u skladu sa operativnim ciljem programa Erasmus+ za 2017 u Slovačkoj Republici, koji glasi „promovisanje razvoja kompetencija edukatora/trenera u oblasti obrazovanja odraslih".
Rezultati ovog projekta predstavljeni su u ovoj knjizi. Naša namera je da ona bude korisna savetnicima, facilitatorima, voditeljima programa za obrazovanje odraslih, mentorima, terapeutima, aktivistima u polju kulture i umetnosti, socijalnim radnicima i svima ostalima koji rade sa marginalizovanim i osetljivim grupama ili sa ljudima koji žele da pronađu i izraze svoj identitet, kao i da žive u skladu sa njim. Naš projekat promoviše osnaživanje ljudi u ulozi onoga ko pruža, ali i onoga ko prima podršku.
Tehnološki i strukturalni procesi u ekonomiji i društvu teže standardizaciji pojedinaca po njihovim profesijama, sa fokusom na unapred definisane ciljeve i metode. Standardizacija ne podržava nestandardizovane pojedince i jedinstvene karaktere. A upravo oni su stvaran izvor **inovacija i preduzetništva**, oni imaju **aktivnu ulogu u demokratskom životu** i doprinose **inkluziji ljudi iz ugroženih grupa, uključujući i novopristigle migrante**, te imaju **osećaj pripadnosti zajednici**.[2]
Heroji i ovi jedinstveni i posebni pojedinci imaju nekoliko zajedničkih osobina: razlikuju se od ostalih, u kontaktu su sa vizijom i imaju posebne „jezičke veštine": uče da razumeju jezik tela, osećanja i duše i da dođu u kontakt sa sposobnostima i obrascima ponašanja koji su sakriveni u podsvesti ili „senci". Američki pesnik Robert Blaj (Robert Bly) kaže: „Jasno je da smo proveli prvih dvadeset ili dvadeset i pet godina svog života odlučujući šta ćemo potisnuti u senku selfa, a zatim sledećih četrdeset godina pokušavajući da ponovo stupimo u kontakt sa tim sadržajem."[3]

Podciljevi ovog projekta bili su sledeći
- Uvodni sastanak sa fokusom na cilj projekta i međusobno upoznavanje;
- Radionica Put heroja za lično iskustvo procesa i strukture treninga Put heroja i kruga osnovnih osećanja, kao i za odluku o podeli poslova u narednim istraživanjima;

2 Sve **boldovane reči** su iz programskog vodiča za period 2017-2020, programa Erasmus +, str. 5. Povezani termini su na str. 118.

3 Bly, 1988, str. 64

- Sastanak za planiranje i donošenje odluka o korisnoj strukturi projekta na osnovu podele zadataka radi koordinacije projekta i narednih koraka;
- Letnja radionica u formi niza kratkih radionica, teorije i refleksije o doživljenim iskustvima i planiranje strukture knjige;
- Sastanak za razmenu prvih komentara na pisani materijal - završni sastanak sa knjigom u fokusu.

Deo rezultata ovog skoro dvogodišnjeg projekta možemo predstaviti kroz strukturu ove knjige.

Struktura knjige

Struktura knjige sledi našu filozofiju istraživanja - diverzitet, zajednica diverziteta i kritika ideologija - zasnovanu na iskustvima (iskustveno socijalno učenje). Struktura je predstavljena u uvodu, koji sadrži neke detalje o ličnoj istoriji supervizora projekta i urednika knjige, Helge Weule i Manfreda Weule. Nakon toga slede korištene teoretske osnove, hipoteze i metode istraživanja. Podela rada na projektu sledi pet najvažnijih koraka treninga Puta heroja (PH) i kruga osnovnih osećanja (KOO). Grupa iz svake zemlje opisuje hipoteze, rezultate istraživanja i metode u određenom polju, u odnosu na svoju ciljnu grupu, uz dodatne komentare urednika.

Konačno poglavlje opisuje rezultate i iskustva projekta i neke teoretske i praktične zaključke za njegovu ciljnu grupu, kao i teme za naredna istraživanja.

1. Ko smo mi i zašto smo odabrali ovu temu

Helga počinje priču:

„Oduvek sam bila fascinirana velikim i nepoznatim stvarima: kao dete - noćnim nebom, velikim šumama, odnosima izvan uskih granica moje porodice, zabranjenim nepoznatim stvarima; kao devojka - svetom ljudi i svime što nisam mogla da shvatim i obuhvatim. Usput sam postala filozofkinja i umetnica sa fokusom na dijalektiku i građenje zajednice sa jedne strane i na slikanje sa druge - obe strane bile su povezane sa osnaživanjem moje intuicije i mog uma. Veoma rano postala sam trenerica grupne dinamike (*Austrian society of group dynamic and organizational consulting ÖGGO*), a kroz svoje slike sam obrađivala lične snove, traume i prirodu. Takođe sam vodila radionice koristeći metod procesnog slikanja (vidite fotografiju). Moja dva deteta su me otvorila ka malim svetovima koji su mi bili neobični. Zajedno sa njima bila sam u mogućnosti da učim važne stvari o osećanjima, posebno o žalosti, radosti i anksioznosti zbog ostavljanja, o rađanju i smrti.

Osamdesetih godina sam prvi put prihvatila poziv: pristala sam na ponudu konsultantske firme da postanem savetnica u menadžmentu. Kroz ovu praksu i dodatno obrazovanje otkrila sam poslovni svet nemačkog govornog područja Evrope sa jedne strane, i pokazan mi je svet divljine i kišnih šuma na drugom kraju sveta, kao i urođenička umetnost isceljenja, koju su mi pokazala dva šamana iz Perua, sa druge strane. Postala sam svesna da je ovom procesu razvoja, kreativnosti i stvaranja nečega novoga u svim ovim poljima potrebna pomoć u orijentaciji (H. Weule, 2013).

Tradicionalni procesni model grupne dinamike bio je teorija od zavisnosti preko kontrazavisnosti - koja se javlja iz vakuma nakon konflikta - ka međusobnoj zavisnosti. Drugi model bio je Johari prozor. U procesu slikanja otkrila sam da moram da se suočim sa gubitkom uobičajenim navika posmatranja i da moram da imam hrabrost da prepustim kontrolu. Devedesetih godina postali su mi posebno važni diverzitet i život na moj način.

Istog dana sam saznala za krug osnovnih osećanja i upoznala svog partnera, na kongresu „Kraj velikih nacrta i početak sistematske prakse" u Hajdelbergu, 1991. Oba su me toliko fascinirala da ih istražujem i dan danas. Sedam godina kasnije pridružio im se i Pol Rebilo i njegovo isceljujuće umetničko delo „trening Put heroja". Manfred deli svoju priču:

„Rođen sam u protestantskom, racionalističkom, uskom i teškom svetu proizvođača stojeva, u porodici koja je potekla od zanatlija i farmera, Nemaca, konzervativnih i lojalnih caru. Živeli su u gradu u blizini severnog nemačkog planinskog lanca Harc, gde je hiljadu godina rudarstva transformisalo prvobitnu primordijalnu šumu oko legendarnog Brokena - kao iz scene Valpurgijske noći u Geteovom Faustu - u pejzaž sa zatrovanim industrijskim područjima i retkom monokulturom, u nekim gradovima postoje veliki rudarski otpadi oko talionica. Moj otac je učestvovao u oba svetska rata i očekivao je da njegovi sinovi preuzmu upravljanje fabrikom kao treća uzastopna generacija. Jedina podrška mojim osećanjima dok sam bio dečak bio je erdejlski terijer Astor. Majka mi je poklonila poprečnu flautu i časove za nju. Ovo je u moj život unelo umetnost i lepotu. Moja porodica je bila veoma ponosna na „lajpciškog profesora", mog deda-ujaka Karla Weule, koji je sprovodio istraživanja na terenu kao etnolog u nemačkoj Istočnoj Africi i izgradio antropološki muzej u Lajpcigu. Zbog njega mi je bilo lakše da ostvarim svoju želju da studiram kulturnu antropologiju.

Ovo pokriva sve teme mog života:

Moj duboki otpor prema tome da me formiraju hijerarhijske institucije i da one odrede moje mesto u društvu započeo je samokontrolisan način inicijacije - u čudnu, nemačku kulturu - u otkrivanje moje životne svrhe. Predavač iz Organizacionog razvoja (Organizational development (OD)) jednom je primetio da: „kao vajar, on sam sebe oblikuje od svog materijala". Nakon sabatikala, u četrdeset i drugoj godini, moj put me je doveo na seminar „*Leitbild*" (vođene unutrašnje slike koje pokazuju

Helga Weule: pet od sedam slika ličnih procesa o životnoj svrsi (2001)

elemente nečije životne svrhe), koji sam razvio i vodio sa svojom partnerkom, Helgom, od 1991.[4] Njegov cilj je odvajanje od konvencionalnih obrazaca dostignuća, uspeha i adaptacije (shvaćene kao optimizacija), vraćanje poverenja u sopstvena osećanja i osećaje, fokusiranje na cilj i izobilje, umesto na nedostatke i oskudicu. Ovaj proces „prisećanja" sopstvenog životnog projekta dopunjen je procesom Pola Rebiloa „trening Put heroja" i „Otkrijte svoj lični mit".[5] U okviru Puta heroja svrha života podrazumeva viziju i „program" heroja. Svi ovi procesi deo su celoživotnog puta inicijacije, koji se može slediti u postindustrijskim delovima sveta."

2. Društvena relevantnost teme

Manfred nastavlja:
„Da vidimo kako je sve počelo: zbog opresivne tišine u periodu nakon Drugog svetskog rata u vezi sa mnogim pitanjima opterećenim anksioznošću i sramom, kao što su rat, nacionalsocijalizam, antisemitizam i masovno istrebljenje, početak pokreta iz 1968. doživeo sam kao oslobađanje, kao dozvolu da postavim neprijatna pitanja i da tražim odgovore. Karl Marks je obezbedio osnovno vođstvo u tom procesu. Međunarodni pokret mladih iz 1968. podario mi je dragocene uvide: ja sam u stanju da učinim neočekivane stvari. Imali smo veliki broj pitanja, ali među odraslima nismo mogli da nađemo partnere za dijalog. Stoga smo se po odgovore vratili u dvadesete godine i u marksizam i lenjinizam. Međutim, nisu postojale značajne razlike između marksističko-lenjinističke partije i armije „klasnog neprijatelja" - koja je oblikovala mog oca i dedu: obe mašine negiraju individualnost i kreativan diverzitet. Moje telo mi je pomoglo da postanem svestan toga. Međutim, moj um je počeo to da shvata tek nakon određenog broja godina, a nakon otvaranja zatvorenih vrata do mojih osećanja kroz bioenergetiku i geštalt terapiju, zapao sam u duboku egzistencijalnu i duhovnu krizu (Grof, 1989) iz koje sam uspeo da izađem samo zato što je moja želja da ostanem sa svoja dva mlada sina postala jača od mog bola. Ono što me muči sve do danas, to je želja da istražujem pitanja koja su mi važna, da se fokusiram na zajednice diverziteta i da proučavam i rušim kulturološke tabue i teme iz senke."[6] Helga nastavlja:
„Postajala sam sve svesnija toga koliko sam podređena ekonomskim interesima u svojoj konsultantskoj praksi i koliko snažno se moja potreba za samokontrolom sukobljava sa spoljašnjom kontrolom od stane poslovnih kompanija i njihovih ekonomskih ciljeva. Prihvatila sam Manfredov impuls da zajedno razvijemo „*Leitbild*" seminar, što je bila prilika da se ponovo posvetim svojoj ličnoj životnoj svrsi, otišla sam na sabatikal i napustila svoju uspešnu kompaniju 1993. godine. Moja anksioznost zbog moje lične životne svrhe podstakla me je da prvo istražim osećanja i njihove stranputice, kao i drevnu veštinu lečenja, (projekat „Emotivna organizacija" (Weule, 1998), „trening

4 Leitbild je način da se prisetimo nečega - nešto prvo ne znamo, a zatim ga znamo. Sedam godina kasnije naš rad u ovom polju osnažen je kroz iskustvo sa kulturom Dagara iz Zapadne Afrike, u kojoj je životna svrha osnovno pitanje (Somé, 1994 i 1998) i kroz Džejmsa Hilmana (James Hillman), koji životnu svrhu naziva „kodom duše" u svojoj teoriji „žira" (Hillman, 1996).

5 U nekim magičnim bajkama i u sumerskom epu o Inani (Wolkstein, 1983; Pereira, 1983) i o Gilgamešu (Schrott, 2001)

6 Za dekodiranje skrivenih kulturoloških osuda posebno je inspirativan rad Danijela Kvina (Quinn, 1992 i 1997).

Put heroja", Pola Rebiloa i „veštinu čitanja sudbinskih karata", Malidome Some (Malidoma Somé)). Međutim, moj partner i ja smo počeli da radimo sa malim, samoorganizovanim grupama i pojedincima kojima je bilo potrebno ohrabrenje. Ipak, naš „demon otpora" je insistirao da hitno iznesemo neke lične teme iz senke na svetlost.
Eksplozivna priroda ove teme se pokazuje kroz dva fenomena: s jedne strane, kroz anksioznost o budućnosti koja danas obuzima sve više i više ljudi širom sveta zbog ekonomske, ekološke, političke i religijske krize, a sa druge strane kroz potisnuta takozvana „negativna" osećanja koja se izdižu iz društvenih tabua. Lako je manipulisati ljudima koji nisu u stanju da izraze svoja osećanja ili emocije. Dugoročno, potiskivanje osećanja stvara bolesti i duše i tela.
Postoji snažan društveni trend funkcionalizacije i standardizacije pojedinaca radi ekonomskog interesa s jedne strane i njihovog manipulativnog „hranjenja stvarima" s druge strane. Ovo stvara zavisnost, nesamostalnost, psihičke bolesti. Nužna je društvena i kulturološka promena. Terapeuti i savetnici, mentori i socijalni radnici moraju pružiti podršku tim ljudima. Ali kako je to moguće bez stvaranja novih zavisnosti? Šta može podržati ove profesionalne grupe i istovremeno izbeći zamku ćorsokaka i straha od diverziteta, te ne postati i samo „standardizator"?
Naša savremena racionalistička kultura napravila je tabu od takozvanih „negativnih emocija" kao što su žalost, bes, patnja i strah. Poželjne su takozvane „pozitivne emocije", kao što su radoznalost i radost. Tabuiziranje i sankcionisanje „negativnih emocija" stvara emotivne blokade. Česta posledica je pokoravanje autoritetu, te napadanje i marginalizovanje drugih.
Politika moći može da podstakne i usmeri ovo otpuštanje. Na ovaj način se omalovažavanje drugih lako pretvori u fundamentalizam, radikalizam i terorizam. A oni koji se tako ponašaju navodno pripadaju „dobrima", „hrabrima" i „vrednima". Ova vrsta „otpuštanja" samo pojačava disocijaciju „negativnih emocija" i osnažuje blokadu. Separacija, kompeticija i anksioznost zbog budućnosti su sve jači.
Ovaj tok događaja jeste reverzibilan: isključivanje „negativnih" osećanja i internalizacija njihovih opravdanja dogodila se u našem detinjstvu, kako ne bismo izgubili brigu i pažnju. Ono što smo sami učinili, možemo sami i transformisati."
Manfred nastavlja:
„Iza rane je dar. Anksioznost i sram prekidaju naš kontakt sa osećanjima i otvaraju vrata za manipulaciju. Muškarci uglavnom besom i gnevom sakrivaju anksioznost i tugu, kao i ja. Međutim, anksioznost i sram nam takođe mogu biti podsticaj za uranjanje u ta osećanja i postavljanje pitanja šta je to što telo želi da nam pokaže. Uz pomoć „stručnog svedoka" moguće je prisetiti se, istražiti i ponovo proživeti stare povrede koje nam je npr. nanela „crna pedagogija" (Miller, 1983). Žalost nam pomaže da se odvojimo od manipulacije i da se ponovo pridružimo živom toku osnovnih osećanja (Weule, 1998).
Neposredno nakon što smo Helga i ja stigli na naše „mesto tišine" u Austriji, izgubio sam veći deo materijalnog nasledstva od roditelja zbog lošeg ulaganja. Biografska srećna okolnost nas je odvela na putovanje u Zapadnu Afriku: ispostavilo se da je to svet za kojim sam čeznuo još od kada sam video knjige Karla Weule na policama mog oca. Sada je potrebno da moj poziv postane jasniji, da podržavam druge da otkriju koja je njihova životna svrha. Kada sam upoznao iscelitelje iz tradicionalne kulture Dagara u Burkini Faso, u Zapadnoj Africi, rizikovao sam i zatražio savetovanje. Tradicionalni iscelitelji iz Zapadne Afrike znaju kako da iscele odnos sa precima i sa

divljinom. Ti preci pomažu u praćenju puta životne svrhe. Ova kultura pravi razliku između destruktivnog i dobrog nasledstva. Ovo mi je bilo od velike pomoći. U godinama koje sam proveo preplavljen kritičkim i destruktivnim porodičnim nasledstvom, pripremao sam tlo za svest o dobrom nasledstvu moje porodice. Sada je došlo vreme da prihvatim dobro nasledstvo moje porodice i da se ponovo ukorenim u pejzaž mog detinjstva i mladosti. To je zaista bilo nešto! Više nisam bio sam! Kosmologija Dagara sa pet elemenata i njihov put životne svrhe i rituala pokazuje puteve do zajednice.
Ovaj put sam predstavio u javnom predavanju u mom rodnom gradu 2014. godine. Postojala je značajna rezonanca, ali i strepnja u iskustvu rušenja tabua porodice iz koje ja sam potičem." (M. Weule, 2013)

3. Sadržaj ovog istraživačkog i razvojnog projekta

Pol Rebilo nas je naučio da vodimo i facilitiramo ovaj PH trening, a 2006. smo dobili sredstva od programa Evropske Unije za mlade za naš prvi interkulturalni PH trening u Austriji. Godine 2007, učesnici ovog treninga osnovali su udruženje „*Adventure Life*". Kroz projekte udruženja „*Adventure Life*" imali smo mogućnost da pružamo iskustvo PH treninga više od deset godina, kao transkulturalni osnovni obrazac procesa krize i transformacije. U okviru treninga koristili smo razne metode - od rituala i umetnosti do raznih metoda razvoja svesnosti - metode koje facilitiraju inkluziju „negativnih osećanja" i tabua (temi iz senke), a osnažuju samoregulišuće sile (Mittermair, 2009). Zbog toga je PH trening središte našeg projekta, uz facilitaciju konfrontacije kroz mitove. Ovo je dopunjeno istraživanjima i iskustvima sa „krugom osnovnih osećanja".
Koristili smo rezultate istraživačkog projekta „Emotivna organizacija" (Weule, 1998) - osećanja u organizaciji sa jedne strane i organizacija osećanja sa druge. Dok smo radili kao organizacioni savetnici i voditelji obuka za menadžere shvatili samo da pojedinci koji su svesni spektra svojih osećanja i rade na njihovom formiranju imaju unutrašnji fokus. Međutim, pojedinci koji su umanjili ili potpuno zanemarili percepciju svojih osećanja imaju snažan spoljašnji fokus: njihova kontrola je spoljašnja, te su podložni manipulaciji. Kako bismo bili u stanju da primetimo i formiramo osećanja, potrebni su nam odgovarajući teorijski koncepti i termini: ovde smo prepoznali teoriju o pet osnovnih osećanja i „krug osnovnih osećanja" (Machleidt, 1989), koji su se pokazali kao veoma korisni za naš rad.

Osnovna osećanja i niz iskustava

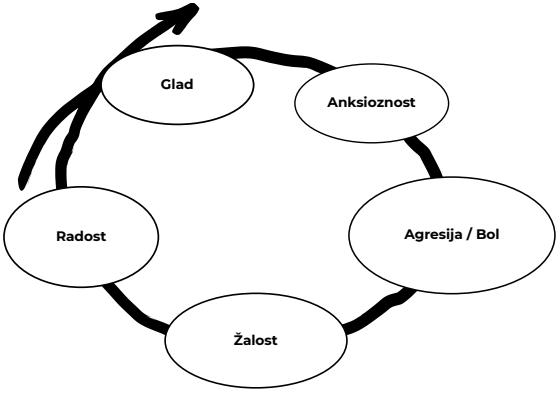
Beskonačan diverzitet boja možemo svesti na tri osnovne boje - crvenu, plavu i žutu. Analogno istraživanje ljudskih osećanja pokazuje da je moguće svesti zbunjujuć diverzitet osećanja na pet osnovnih - glad (radoznalost), anksioznost, agresiju/bol, žalost i radost - i svakom od njih pripisati različit i poseban fiziološki korelat elektroencefalogramskim merenjem moždanih talasa. Ova osnovna osećanja moguće je prepoznati već kod novorođenih beba. Pored toga, istraživanje pokazuje fiksiran niz u ciklusu ovih osećanja.

Niz osnovnih osećanja po Vilantu Mahlajdu (Weule, 1998)

	Osećanja pripreme		***Prag delovanja i uspeha***	***Post-procesna osećanja***	
Osećanje	Radoznalost Glad Želja	Anksioznost Sramota Nesigurnost	Agresija u smislu kontakta Bog, Bes Ljutnja	Žalost Nedostatak Motivacije	Radost
Akcija	Žudnja Traganje Zavisnost Istraživanje	Oprez Beg Planiranje Ispitivanje	Kontroverza Borba	Procesiranje Otpuštanje Pasivnost	Uživanje Ispunjenost
Kognicija	Namera Zainteresovanost Volja Težnja	Odbrana protiv anksioznosti Bezbednost Kontrola	Odluka Direktno kretanje ka cilju	Rezignacija Refleksija Odvajanje	Uspeh Ostvarenje Zadovoljstvo
Senke, ćorsokaci i blokade	Besciljno započinjanje novog Pravljenje planova Zavisnost	Prekomerna obazrivost Čuvanje teritorije Fobija Paranoja Paraliza	„Mnogo neprijatelja, mnogo časti” Aktivnost Ekplozivne akcije Manija	Cinizam Sarkazam Zavist Apatija Okrivljavanje Depresija	Hedonizam Izbegavanje poteškoća Zavisnost

Niz iskustava

Svako osećanje se izražava kroz akciju („shvatanje” br. 1) i kroz koncepte (kognicija, „shvatanje” br. 2).



Mahlajdov koncept osnovnih osećanja sadrži i opis „ćorsokaka" za svako osećanje, u kojem se možemo zaglaviti kada potiskujemo to osećanje ili kada ga ne puštamo. Ovo vodi u bolest: glad i radost u zavisnost, anksioznost u fobiju i paralizu, agresija/bol u maniju, a žalost u depresiju.

Zbog čega je ovaj niz krug? Prihvatanje svih osećanja iz niza kao impulsa za učenje omogućava nam da prođemo kroz ceo niz i da ga doživimo kao tok životne energije.

Počeli smo da testiramo primenu KOO kao sredstva za orijentaciju, u početku sa poslovnim menadžerima u oblasti donošenja odluka, kroz kvalitativnu studiju o upotrebi čula i svesti o osećanjima koja su dobrodošla i onima koja to nisu na sastanku na kojem se donose odluke. Istraživanje je pokazalo da je tabu i vrednuje se kao „negativan" svaki vid žalosti, kao i većina aspekta agresije/boli i anksioznosti, dok su glad i radost prihvaćeni kao „pozitivni" (Weule, 1998). Poslovni menadžeri moraju da upravljaju kontradikcijom između samokontrole i spoljašnje kontrole, podelom rada i koordinacijom. Budući da su osećanja pokretač samostalnog učenja, zanimljivo je pogledati poslovni svet, koji određuje svakodnevni život populacije. Klasična organizaciona istraživanja prepoznaju šest osnovnih obrazaca koordinacije (Mintzberg, 1979; Bauer, 1996):

Kontradikcija između samokontrole i spoljašnje kontrole:
šest osnovnih obrazaca koordinacije unutar organizacija

Koordinacija:

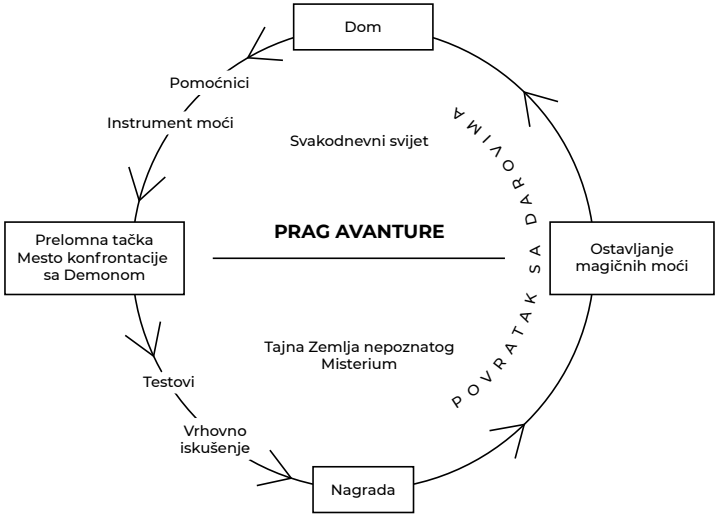
1. međusobna koordinacija između ljudi korišćenjem komunikacije
2. lična direktiva nadređenog podređenom
3. standardizacija po procesima
4. standardizacija po specifikaciji rezultata
5. standardizacija veština/kompetencija
6. standardizacija po vrednostima i normama

Osnovni obrasci 1 i 2 koriste govorni jezik kao sredstvo; njih ograničava samokontrola, pošto zavisi od uključenih ljudi, koji moraju sami sebe da koordiniraju. U obrascu 1 svi imaju isti položaj u ovom odnosu, a u obrascu dva odnos je hijerarhijski. Koren spoljašnje kontrole su navike, rutine, tradicije, koje i u ovom slučaju utiču preko ljudi koji imaju spoljašnju kontrolu.

Osnovni obrasci 3 i 4 koriste pisani jezik kao sredstvo za standardizaciju saradnje. Standardizacija po procesima

u svojoj klasičnoj formi može se naći u pogonima za serijsku proizvodnju, kao u filmu Čarlija Čaplina „Moderna vremena". Standardizacija po specifikaciji rezultata i kvalitetu produkata, u ovom slučaju usluga, generiše niz regulacija kao mehanizam kontrole. Spoljašnja kontrola se doživljava kao depersonalizovana anonimna moć kojoj osoba mora da se pokori; ona je pravilo praktičnog ograničavanja ili inherentne nužnosti. Suzbijaju se emotivna stanja koja se javljaju u ovoj situaciji, a ne uklapaju se sa sistemom, te emocije i osećanja postaju „strani elementi". Osnovni obrasci 5 i 6 su načini internalizacije, na neki način takođe i depersonalizacije i trivijalizacije. U edukaciji i razvoju profesionalnih funkcija i uloga u suštini se koristi standardizacija veština/kompetencija (obrazac 5), a one se ostvaruju u stručnim organizacijama kao što su na primer bolnice ili univerziteti. Zajedno sa sledećim obrascem (6. standardizacija po vrednostima i normama) postaju efektivne time što direktno teže oblikovanju ljudskih bića. Ovo posebno možemo videti u institucijama u kojima dominira ideologija, kao što su crkve, tajne službe, sindikati, itd. Institucija/organizacija ovde ima ulogu „učitelja" i „edukatora" pojedinaca i očekuje od njih da stave sa strane, ako ne i da potpuno odbace, svoju ličnost i svoju ličnu samokontrolu radi dobrobiti zahteva i potreba institucije/organizacije.

Osećanja su pokretač samokontrolisanog učenja/samoorganizacije, te moraju prevazići svoja ograničenja. Na taj način je lična samokontrola usmerena protiv bilo koje vrste diktatorstva: protiv spoljašnjih autoriteta, kao i protiv diktatorstva sopstvenog razuma. Samokontrola osećanja je korektivna, što može voditi ka anarhiji, posebno ukoliko je organizacije ne uzimaju u obzir. Masivno potiskivanje podriva koheziju organizacije, te organizacija postaje „tvrda, ali krhka", bez osećaja povezanosti. Ali ukoliko organizacije slučaju samo te korektive, organizacija će dospeti u stanje rastapanja i rastvaranja, a osećaj povezanosti se ne može uspostaviti na početku.



Osećanja i nesvesne misli (npr. intuicija) imaju različit karakter i govore različitim jezikom nego razum; mi stoga koristimo analogna sredstva kao što su slike, predmeti, simboli, zvuci, telo i kretanje, pozorište i ritual, u svom istraživanju i radu. Na ovaj način postaje jasno da ljudska osećanja uvek imaju „smisao", često sadrže skrivenu poruku ili dar. Čim je ovo značenje dekodirano, dar je raspakovan, ljudska životna energija i kreativnost počinju da se kreću bez prepreka (u poslovnom svetu to se naziva motivacijom i posvećenošću). Ovako mi konsolidujemo

svoj uvid da svest o osećanjima povećava samosvest, te time i sposobnost samokontrole. Stoga nam krug osnovnih osećanja može dati orijentaciju u kreativnim i inovativnim projektima (npr. obukama o kreativnosti), u obukama o grupnoj dinamici i procesima izgradnje zajednice (vidite slike u prilogu), kao i u kurikulumu za savetnike u obrazovanju.

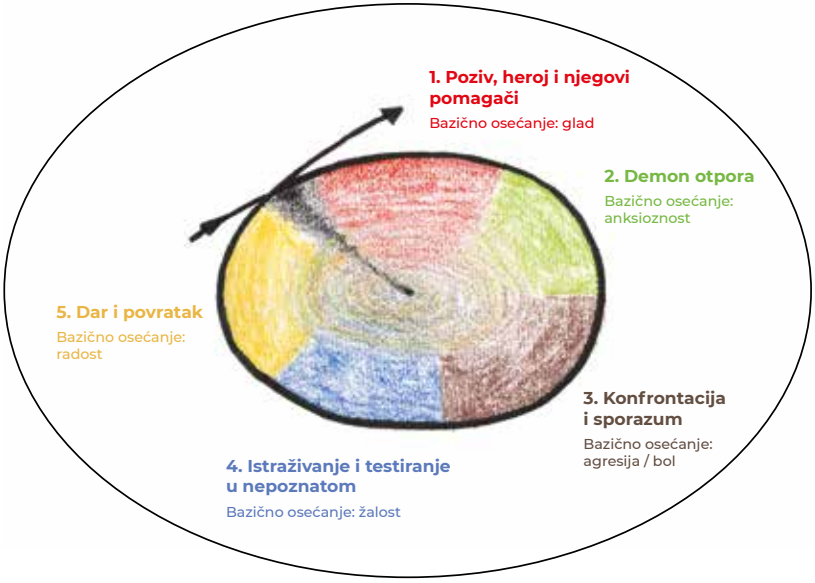
Već deset godina kombinujemo PH krug čiji autor je Pol Rebilo i krug osnovnih osećanja i otkrili smo da su oba kruga dobar vodič za samomotivaciju i samoorganizaciju učesnika naših radionica.[7]

PH treninzi učesnicima nude mogućnost lične grupne dinamike, u ovom slučaju obuke o kreativnosti i krizi, tj. o inkluziji neproživljenih i potisnutih ličnih izraza (Miller, 1997) i o transformisanju patnje i destrukcije u moćno i živo formiranje zajednica.

Proces Puta heroja i osnovna osećanja

Ova dva procesa su osnova našeg projekta. Radeći sa njima otkrili smo da su sigurni prostori nužni za ponovno uspostavljanje kontakta sa osnovnim osećanjima. Ovi prostori dozvoljavaju ponovno proživljavanje i transformaciju anksioznih osećanja kao što su bes, bol i žalost.

PH trening obuhvata rad sa kreativnim ritualima koji nude zaštitu. Otkrili smo da postoji veoma mali broj takvih, bezbednih prostora u našoj kulturi.



HIT Put heroja Lanzarote 2018,
Helga Weule & Manfred Weule Adventure Life

7 Osnovna osećanja i proces Puta heroja je tema kojom se bavila Lenka Šrejberova (Šrejberová, 2018), sada Lenka Ružičkova (Lenka Růžičková)

4. Kako je istraživanje moglo preći u zemlju nepoznatog

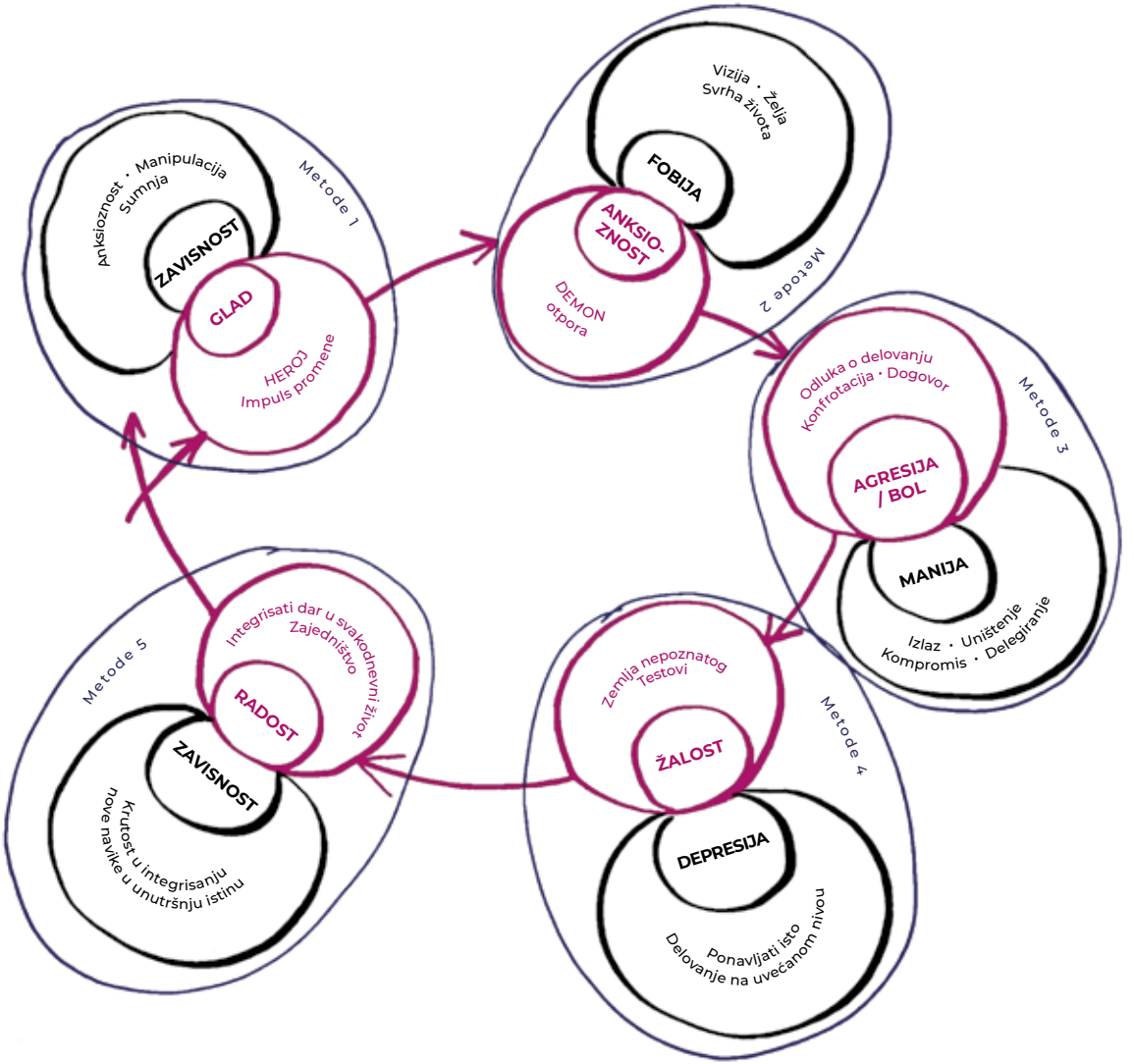
Nakon zajedničkog iskustva u PH treningu, započeli smo da istražujemo zemlju nepoznatog - zaigrano, celovito i hrabro - u teoriji i u praksi. Stoga smo mogli praktično zajedno razviti istraživački projekat HIT. Prvi korak je bio pronalaženje dobre strukture za istraživanje i prva podrška projektu bio je dogovor oko podele rada. On izgleda ovako:

HIT struktura istraživanja

Zatvorenici Mladi Osobe sa invaliditetom	Odrasli Celoživotno obrazovanje	LGBTI osobe, porodice i stručnjaci	Deca, mladi, MNRO, starije osobe	Odrasli Osobe sa invaliditetom Beskućnici	Odrasli Celoživotno obrazovanje za savetnike Deca
ACUNAGUA	REYKJAVIK ACADEMY	COME OUT	SDO - AJ	DIVADLO BEZ DOMOVA	ADVENTURE LIFE
Španija	Island	Srbija	Češka Republika	Slovačka	Austrija

Druga izvor podrške bilo je istraživanje grupa i organizacija. Iz svog iskustva smo shvatili da grupa od dvadeset i pet ljudi iz šest različitih zemalja nije konzistentna, nego da nam je nužno potrebna odgovarajuća organizaciona struktura sa različitim funkcijama kao što je organizacioni tim, supervizorski tim i pet istraživačkih timova sa zajedničkom podstrukturom da bi sami bili odgovorni za svoju koordinaciju i donosili odluke.
Takođe smo naučili da je značajno da prepoznamo osećanja - emocije i afekte, te da je nužno da se dogovorimo o zajedničkom jeziku regulacije. Ovako opisujemo te razlike:
Afekti su spontani (instinktivni) izlivi životnih reakcija, koji se izražavaju kroz eksplozivno otpuštanje emotivnog zastoja. Emocije se kreću unutar i izvan osobe, izražavaju se kroz pokrete i osećanja su emocije koje su povezane sa svešću (vidite tabelu u prilogu). Za nas su osećanja „šema koja spaja" (Bateson, 1972), osećanja su „sveta" (Malidoma Some).
U zemlji nepoznatog posebno je važan diverzitet s obzirom na mnoštvo čulnih, neverbalnih metoda koje smo koristili za istraživanje i prezentaciju: naš opseg je obuhvatao pričanje priča, slikanje, maske, meditacije u prirodi, simbole, muziku i ples, kao i pozorište i rituale. Ove metode su nam olakšale da ponovo dođemo u kontakt sa svojim osećanjima.
Tokom projekta postalo je jasno da su KOO i PH strukture značajne ne samo za pojedinca, nego i kao smislena orijentacija za grupe, projekte i organizacije sa kompleksnim diverzitetom (vidite deo sa rezultatima).

HIT struktura istraživanja



Helga & Manfred Weule 1 - 2018

5. Značajna funkcija u projektu: pogled iznutra - pogled spolja ili učesnik - posmatrač

Supervizija: uloga komentara

Unutar projekta postoje dve osnovne perspektive. Posmatranje iz „balona" (istraživanje svog procesa i osnovnog osećanja sa grupom iz svoje zemlje) i posmatranje iz ugla celokupnog projekta, ili posmatranje jednog „balona" iz drugog. Prva perspektiva je „iznutra", a druga „spolja". Naši komentari (pisani i verbalni) su pogled spolja i posmatranje celokupnog projekta koristeći svoje lične resurse kao filozofkinja i umetnica i kao kulturni antropolog i umetnik. Ovo su povratne informacije koje podržavaju učenje svih nas. Samo ova perspektiva i posmatranje spolja mogu prepoznati grupne senke, ili u ovom slučaju grupne tabue (Franz, 1974). (Vidite opis nestruktuirane konfrontacije u poglavlju „Konfrontacija - Agresija/bol".)

Ovo ilustruje jedna od najboljih teorija:

Ja i drugi - poznato i nepoznato - dve verzije Johari prozora

Jozef Luft i Hari Ingam (Joseph Luft i Harry Ingham) razvili su teoriju prikladnu za sve vrste komunikacijskih procesa i to ilustrovali kroz grafički model: „Johari prozor". Genijalno je to što ova ilustracija vizualizuje temu samopercepcije sopstvenog „slepog ugla" („ne vidimo da ne vidimo ono što ne vidimo"): šta mi je poznato, a šta mi je nepoznato o samom sebi? Šta mi je poznato, a šta mi je nepoznato o drugima?

JOHARI prozor	*Poznato meni*	*Nepoznato meni*
Poznato drugima	Javna ličnost	Slepi ugao
Nepoznato drugima	Privatna ličnost	Nepoznato

Teoretska mapa Johari prozora je procesna teorija društvenog učenja: kako da zajedno sa drugima pređem od poznatih ka nepoznatim uvidima? Ovo pokazuje koliko je značajna uloga posmatrača procesa. Ovo Kurt Levin (Kurt Lewin), otac grupne dinamike, hvali kao „praktičnu teoriju", zato što je jednostavna, fleksibilna i primenjiva

na neograničen broj situacija. Socijalno učenje se odvija kada su povratne sprege deo procesa komunikacije i deljenja i bacaju svetlo na lični, individualan ili kulturološki „slepi ugao", tj. prenose ga iz senke na svetlost.[8]
Helga Weule je u svojoj praksi kao trenerica grupne dinamike tokom sedamdesetih i osamdesetih koristila Johari prozor kao sredstvo za orijentaciju u procesima formiranja grupe. Tokom devedesetih ga je proširila, uključivši i istraživanja o svesti i uvide o teoretskoj fizici o crnim rupama i tamnoj materiji[9].
Inspirisao ju je Majkrosoftov logo za Vindous koji je koristio simbol nalik Joharijevom prozoru. Za razliku od digitalnog sveta računarskih aplikacija ona je morala da otvara prozor ka nepoznatim dimenzijama. Počela je da shvata i prihvata da je nepoznato neograničene veličine. Ovo je značajna razlika u odnosu na staru teoriju i otvara mogućnost beskonačnog učenja. Njen adaptiran **novi Johari prozor** sada izgleda kao druga slika.
Stoga, mi verujemo da su naši komentari na poglavlja povratna informacija. Ova povratna informacija govori nešto o posmatraču, s jedne strane, a sa druge osvetljava slepi ugao (teme iz senke) autora. Na taj način nepoznato postaje malo manje za obe strane. U austrijskoj grupi je mr Elizabet Kamenicki (Elisabeth Kamenicky) imala ulogu internog supervizora za naše intervencije i komentare. Naša uloga supervizora bila je način da se obezbedi diverzitet istraživačkih rezultata, ali i komunikacija među partnerima u našem zajedničkom istraživačkom projektu. Takođe smo zamolili starijeg kolegu, Ričarda Timela (Richard Timel) za superviziju naših uloga u HIT projektu. On je profesor predmeta Lični i organizacioni razvoj na Univerzitetu u Insbruku i stručni trener za Grupnu dinamiku Austrijskog društva za grupnu dinamiku i organizaciono savetovanje (ÖGGO). Duboko smo zahvalni za tvoje učešće, Ričarde!

JOHARI prozor po Helgi Weule	*Poznato meni*	*Nepoznato meni*
Poznato drugima	Javna ličnost Podaci čula Standardi	Uticaj na druge Slepi ugao
Nepoznato drugima	Privatna ličnost Osećanja	Nepoznato Nesvesno Prošlost Budućnost

Cilj HIT projekta bio je da doživimo, naučimo i proučimo diverzitet sadržaja i metoda u različitim kulturama, grupama klijenata i osoba, koje se koriste za uklanjanje emotivnih blokada i ideoloških predrasuda.
Iz naše uloge supervizora i urednika, nije nam bilo lako da ovu orijentaciju prihvatimo u praksi. Doprinosi ovoj knjizi bili su veoma raznoliki. Postojali su brojni otpori,

8 Zahvaljujući kulturi Perua i njegovim dvema plemenskim kulturama, Helga je stekla plodonosnu perspektivu izvan austrijske kulture i same sebe, a tradicionalna kultura Dagara iz Burkine Faso/Zapadne Afrike pokrenula je Manfredovo novo shvatanje nemačke kulture i samog sebe.

9 Standardni model kosmologije, Lambda-CDM model, na osnovu različitih posmatranja daje sledeće rezultate o sastavu univerzuma po procentu mase: oko 73% tamne energije, 23% tamne materije, oko 4% „obične materije", npr. atomi i 0,3% neutroni. Izvor: nemačka Vikipedija o „tamnoj masi", preuzeto 10. januara, 2019. - Danas ne razumemo tamnu energiju i tamnu materiju. Vidimo da je znatan deo fizičke stvarnosti „taman" ili nepoznat!

sukobi, neprijatnosti i problemi u njihovom povezivanju i kreiranju celine na osnovu njih kroz naš uvod i komentare. Jedini način da to ostvarimo bio je da svaki doprinos sagledamo i iz perspektive tema iz senke, da ih učinimo delom našeg razmišljanja i osećanja, te da ih opišemo u svojim komentarima onako kako je to moguće za nas, na osnovu naših praktičnih i teorijskih iskustava sa PH i KOO.
Sledećih pet poglavlja sadrži doprinose grupa iz svih uključenih zemalja, sa našim intervencijama i komentarima. Ovi članci se zasnivaju na radionicama koje je svaka grupa održala u svojoj zemlji da predstavi rezultate projekta i primi detaljnu povratnu informaciju. Bili su deo sedmodnevne radionice („letnja radionica") koju su austrijski supervizori održali u svom „mestu tišine" u austrijskoj regiji Inviertel, u leto 2018. godine.
U poslednjem poglavlju o rezultatima HIT projekta opisujemo uspešne i još uvek otvorene rezultate ovog celokupnog projekta. Ove rezultate smo analizirali i prihvatili na konačnom sastanku u februaru 2019, u Pragu.
Lični utisci o celokupnom projektu nalaze se na samom kraju.

Helga Weule & Manfred Weule

dr Helga Weule (1948)
Filozofkinja, slikarka, savetnica, baka i voditeljka obuka za trenere grupne dinamike i organizacijske savetnike, edukatorka za psiho-socijalne savetnike po Geštalt metodi, umetničkoj i sistematskoj terapiji, voditeljka obuka za superviziju i vodiče Puta heroja; između 1991. i 2011. predavala je predmet Društvene veštine i veštine upravljanja na Univerzitetu Johan Kepler (u Lincu) i održala brojne govore na međunarodnim kongresima; jedna od osnivača Austrijskog udruženja za grupnu dinamiku i organizaciono savetovanje (1973, ÖGGO), Instituta za strategije svesti (2000) i Udruženja *„Adventure Life"* (2007), zajedno sa Manfredom Weule vodi radionice za otkrivanje životne svrhe, za psihosocijalne savetnike i supervizore. Autorka nekoliko knjiga i članaka u stručnim časopisima.

dipl. inž. mr Manfred Weule (1947)
Kulturni antropolog, savetnik, supervizor, organizacioni savetnik, deda i muzičar na flauti. Edukator za psiho-socijalne savetnike po Geštalt metodi, umetničkoj i sistematskoj terapiji, voditelj obuka za superviziju i vodiče Puta heroja; sa Helgom Weule osnivač socijalnog projekta u Peruu. Koordinator interkulturalnog trening projekta sa tradicionalnom zapadnoafričkom kulturom (1999-2007), jedan od osnivača Instituta za strategije svesti (2000) i Udruženja *„Adventure Life"* (2007), zajedno sa Helgom Weule vodi radionice za otkrivanje životne svrhe, za psihosocijalne savetnike i supervizore. Autor nekoliko knjiga i članaka u stručnim časopisima.

mr Elisabeth Kamenicky (Elizabet Kamenicki) (1970)
Diplomirani ekonomista u oblasti poslovne administracije, aktivna na dva polja. Vodi kompaniju za tehničke proizvode. Takođe se bavi facilitacijom grupne dinamike, savetovanjem, razvojem timova i organizacionim savetovanjem. Vodeći princip u njenom radu je ohrabrivanje razlika i diverziteta u praksi i jeziku, pružanje podrške njihovom uravnotežavanju i integraciji. Najčešće koristi terapiju fokusiranu na rešenja, kao i provokativnu terapiju, konstruktivizam, sistemski pristup i grupnu dinamiku. Predaje grupnu dinamiku na Univerzitetu Alpen-Adria u Klagenfurtu i članica je Austrijskog društva za grupnu dinamiku i organizaciono savetovanje (ÖGGO).

HEROJ i POZIV u NEPOZNATO · Glad

„Osećam se ispunjeno. Imam sve. Okružena sam izobiljem. Nikada nisam bila bez hrane. Moj frižider je uvek pun. Moj ormar je pun odeće i redovno kupujem novu. Imam svoj auto, svoj bicikl, svoj skejtbord, svoj snoubord, svoju dasku za surfovanje, svoje skije. Imam svoj ajfon, ajped, mekbuk, igračku konzolu, Eplov sat. Imam nalog na Fejsbuku, Instagramu, Tviteru, Pinterestu, Snepčetu, Majspejsu, Viberu i Tinderu. Imam brojne virtualne prijatelje po celom svetu. Mislim da imam sve. Mada čak i uz sve ovo što imam, nešto mi nedostaje. Ne mogu da osetim zadovoljstvo. Ne osećam se živim."

Anonimni autor

Šta je to što nedostaje našem anonimnom autoru? Da li materijalno i stvarno izobilje zaista ne može da ispuni najdublju ljudsku želju za radošću i srećom? A ako ne može, šta je izvor koji je može ispuniti? Dug je put do ostvarenja ovog cilja, do osećanja zadovoljstva i radosti u našim životima. Provešćemo vas kroz prvi korak Puta heroja koji nam pokazuje koliko je značajno da stvorimo PRAZNINU u svom životu.

PRAZNINA i GLAD su kamen temeljac i prvi uslov za započinjanje Puta heroja

Svi smo svesni da se procesi našeg Zapadnog društva, kojeg karakteriše ogromno izobilje, danas polako pretvaraju u kulturu ostataka. Dostupne su nebrojene mogućnosti. Stoga je većina nas zarobljena u mračnoj rupi neprekidne želje da imamo sve više i više. Svi ti sati provedeni u antiseptičnim kancelarijama, trčeći za veštačkim ciljevima velikih koncerna. Hiljade sati provedeno u zarađivanju novca koji nikada ne donosi stvarno zadovoljstvo. Milioni slika sa odmora na Fejsbuku i Instagramu koji opravdavaju „veličanstvene momente" provedene u rezortima u kojima je sve uključeno u cenu. Današnje vreme je preplavljujuće i pretrpano za nas.

Danas plaćamo da bismo u svom životu stvorili PRAZNINU, tražeći jogu i meditativne ritrite, sesije mračne terapije, potrage za vizijom, itd. To je zato što svako ko se prejeo mora da ispovraća ono što ga više ne hrani. Možda se pitate zašto je nužno da u sebi stvorimo PRAZNINU? Zato što postoji mnogo toga što možemo otkriti pod blatom sažvakanih ostataka naše kulture. Tu se nalaze osećanja. Osećanja koja nas vode, koja nas štite, koja nam pomažu da živimo i preživimo. Samo u kontaktu sa tim osećanjima možemo odlučiti da li želimo da zaista živimo svoj život ili samo da funkcionišemo. Tek kada stvorimo PRAZNINU u stanju smo da prepoznamo osećanje GLADI i čujemo glas svoje intuicije koji nas vodi na put nepoznate avanture, povezan sa najdubljom željom našeg srca.

Počinjemo da osećamo GLAD u sebi i da čujemo POZIV

Šta nas sprečava da čujemo unutrašnji glas intuicije? Zašto je toliko teško da shvatimo stvarnu želju svog srca? Svesni smo da u svakom od nas postoje brojni glasovi. Glas koji nas osuđuje, drugi glas koji nas kritikuje, zatim glas koji nas upozorava i drugi koji nas opravdava. U ovom poglavlju osmotrićemo glas koji je u bliskom kontaktu sa našom suštinom, glas koji NIJE povezan sa našim umom i egom. To je glas PRAZNINE i GLADI, koji

sledi naša srca. Ali prvo, da bismo mogli da čujemo ovaj glas, moramo shvatiti kako da dođemo u kontakt sa njim. Živimo u nezgodnom vremenu i prostoru. Faktori kao što su elektronika, zvučna i vizualna zagađenost preplavljuju nas sa pojačanim percepcijama, te naš um i mozak neprekidno rade najvećom brzinom i korak po korak gubimo vezu sa svojim osećanjima i svojim telom. Mnogi ljudi se žale da im je um nemiran, da nisu u stanju da prepoznaju šta stvarno žele i da se osećaju izgubljeni u milionima misli. Ukoliko nismo u kontaktu sa svojim osnovnim osećanjima, ne možemo da osetimo GLAD. Ovo je epidemija naše Zapadne kulture, previše impulsa, previše ideja, a mi smo izgubljeni u lavirintima svojih umova. Kako da izađemo iz njih?

Prvi značajan korak je ponovno povezivanje sa svojim telima, svojim dahom i divljom prirodom. Samo kada smo u kontaktu sa svojim fizičkim telima i sa vazduhom koji ispunjava naša pluća, mi smo u stanju da ponovo osetimo svoja osećanja, da prepoznamo svoje potrebe. U prošlosti su naši preci živeli u divljoj prirodi i bili u dobrom kontaktu sa svojim osećanjima. Naša generacija je izgubila kontakt sa telom i sa divljom prirodom i provodi sate za računarima u svetu virtualne stvarnosti gde lako zaboravljamo na tanke niti koje nas povezuju sa zemljom.

Kasnije u našem poglavlju nudimo nekoliko vežbi koje se mogu koristiti za povezivanje sa našim telima i dahom, kako bismo stvorili PRAZNINU i osetili GLAD u sebi. U svakom slučaju, lako možete napraviti svoju ličnu aktivnost koja će za vas stvoriti prazninu. Neka vas inspirišu razne meditacije, vežbe sa dahom, meditacije u pokretu i ples, kao i bilo koja vrsta fizičke aktivnosti u divljoj prirodi koja se ponavlja i stimuliše vaše telo.

Na kraju ovog poglavlja opisan je proces raškolovavanja kao proces stvaranja praznine i pomaganja deci i odraslima da ponovo dođu u kontakt sa svojom „gladi za učenjem". Ovaj proces je deo projekta zajednice u Markofu u Beču. Ovaj novi projekat za život, rad i učenje teži da u gradove uključi „nove seoske zajednice". Njegova vizija je promocija naše sposobnosti da budemo u zajednici (dodatak urednika).

POZIV, GLAD i HEROJ

Poziv je eho gladi i rađa se u praznini. Njegova suština je slušanje korišćenjem svih pet čula i dovođenje tela i uma u stanje budnog praćenja svih unutrašnjih i spoljašnjih stimulacija i povezivanje emotivne, senzorne i perceptivne memorije. Kako možemo da prepoznamo poziv? Mi kao ljudi imamo toliko mnogo mogućnosti na zemlji. Svaki poziv je jedinstven kao i osoba koja ga nosi. Međutim, postoji nešto što je zajedničko za sve nas - čin rođenja. Hajde da posmatramo bebu fokusirani na njen prvi dah, bez obzira na detalje kao što su njeno mesto rođenja, religija ili fizičko stanje. Ta beba je potpuno u kontaktu sa svim svojim osećanjima i sa stvarnošću oko sebe, sa zvukovima, mirisima, predmetima, ali je u kontaktu i sa svojim potrebama kao što su umor, glad, bol, itd. Beba reaguje na sva ova osećanja. Ovo suptilno ljudsko biće živi u skladu sa onim što oseća. *Međutim*: *u našoj civilizaciji, veliki broj pravila, naučnih ili stručnih saveta, pedagoških preporuka i potisnutih ili zaključanih osećanja roditelja preseca ovaj direktan kontakt bebe sa njenim osećanjima i stvara emotivne blokade kod dece kako bi preživela (Miller, 1997), (dodatak urednika)*. Godine prolaze i mališani dobijaju sve više i više impulsa iz kulture: struktura, pravila, predrasuda, zabrana, preporuka, a uz njih će oni nužno početi da primećuju i nova osećanja. I polako, korak po korak, godinu po godinu, rastom i razvojem, ljudsko biće gubi kontakt sa svojim osećanjima i postaje teško i preplavljeno. Možda on prestaje da slobodno plače zato što „dobri dečaci ne plaču". Možda ne vrišti kada je besan zato što se „pravi muškarac nikada tako ne ponaša". Možda se ne smeje i ne skače zato što „pravi muškarac mora

biti disciplinovan". Postoji dugačka lista zabrana, uverenja, predrasuda, uslova i struktura koja počinje sa važnim rečima „trebalo bi da ti…", koje senkom zamagljuju njegov život. Sada kreće da se pojavljuje frustracija, osećanje izgubljenosti, ništavilo, zbunjenost. *Sva ta potisnuta, iskrivljena osećanja spuštaju se u naše telo i manifestuju se kao tenzije, bolesti, nedostatak daha i mnogi drugi problemi - jednom rečju, kao naš „telesni oklop" (Vilhelm Rajh (Wilhelm Reich)), kojim zaustavljamo osećanja (dodatak urednika)*. Ovde dolazimo do prelomne tačke.
Magična pitanja za otkrivanje poziva su: „Šta mi moje telo govori? Šta ja želim? Šta mi moji snovi govore? Šta je moja životna svrha? Šta sam oduvek želeo/želela da učinim, da isprobam, da otkrijem, a nikada nisam?". Reči „trebalo bi da…" ne pripadaju poglavlju o pozivu i heroju. Poziv se rađa u praznini i potiče iz duboke gladi i snažne potrebe da promenimo svoj život. Mnogi među nama su već doživeli iznenađujući trenutak kada su začuli poziv. Može se javiti u obliku snažnog unutrašnjeg glasa ili slike ili u obliku stvarne osobe koja utiče na naše naredne korake ili jednostavno kao telefonski poziv sa jasnim predlogom za nas, itd. U svakom slučaju, poziv je uvek praćen osećanjem uzbuđenja, kao da iznenada ugledate vrata na mestu gde nikada ranije nisu bila. To je iznenađujući trenutak koji ima ukus i miris nove prilike, uzbuđenja, energije, ali se javljaju i prve sumnje zbog napuštanja sigurnosti i prelaska u nepoznato. Da bismo učinili ovaj korak, nužna je određena doza hrabrosti da bismo otkrili sve herojske kvalitete koji nam mogu pomoći da započnemo ovo putovanje.

HEROJ u nama i naša KANARSKA stvarnost

U okviru treninga Put heroja imali smo priliku da zaista dođemo u kontakt sa svojim herojskim kvalitetima prisećajući se heroja iz svog detinjstva i mladosti. Postoje brojni heroji kojima se divimo, ali moramo biti svesni da svi mi, bez obzira na našu rasu, pol ili godine, svi mi posedujemo jedinstvene kvalitete koji čekaju da ih neka posebna prilika aktivira - čekaju poziv. Ljudske tragedije su jedan od najjasnijih primera upotrebe herojskih kvaliteta. Razne ekstremne situacije - ratovi, nesreće, prirodne nepogode - u kojima ljudi osećaju da moraju da upotrebe svoje herojske kvalitete da bi preživeli - kvalitete za koje nisu ni znali do tada. Svi mi imamo moć da budemo heroji i heroine.
Međutim, nije nužno da se suočimo sa ekstremnom situacijom da bismo pokazali svoju snagu. Zlostavljana žena koja želi da živi u miru, zatvorenih koji sanja o slobodi, zavisnik koji čezne da prestane, ilegalni imigrant koji traži novi dom… ali takođe i briga o porodici sa malo novca, suočavanje sa neočekivanom bolešću, gubitak voljene osobe, prevazilaženje zlostavljanja koje smo doživeli u detinjstvu, gubitak posla, porođaj, odrastanje i sam život, za sve ovo je nužno da probudimo heroja ili heroinu. U trenutku kada neko čuje poziv i poželi da promeni svoj život (da napusti toksičan odnos, da napusti loš posao, itd.) najčešće se dešava sledeće: snažna želja, glad za promenom, probija sve rutine. Trenutak odluke slede i sumnje, nesigurnost i strah, ali i ogromne emocije o novom i nepoznatom putu. Instinkt za preživljavanje i unutrašnja potreba da prevaziđemo nove izazove aktiviraju sve herojske kvalitete u nama kako bismo bili spremni da prođemo kroz tamne dubine, da se borimo i preživimo na našoj herojskoj ekspediciji.

„Tako nam reku [Sirene], a glasom oglasiv se l'jepim, i moje Srce požèlī ih čuti i obrvama tad stanem
Druzima namigivat, a oni se veslati nagnu; Onda mi ustanu druzi Perìmēd ì s njīm Eurìloh
Pa me privežu s više još uža i pritisnu jače. A kad se ukloni lađa Sirenama, kada ih više
Čuti već nismo mogli, ni pjevanja nì glāsa njihna, *Onda drugovi mili iz ušiju izvade vosak,*
Koji im metnuh unútra, i mene oslobode uža."
Homer, Odiseja *(prevod Tome Maretića)*

Fenomen ilegalne imigracije, koji danas posebno muči jug Evrope, daje posebno značenje mitu o Uliksu ili pozivu. Na primer, migracije marokanskog naroda ka Kanarskim ostrvima imaju posebne karakteristike budući da nisu posledica ekstremnog siromaštva, nasilja ili rata. Takođe postoji veliki broj adolescenata, ne odraslih ljudi, koji putuju u izuzetno opasnim okolnostima koje nudi „patera" (veliki drveni brod) i rizikuju svoje živote tokom dva ili tri dana puta. Ovi mladi ljudi, nezadovoljni svojim vođama i opštom korupcijom, religijskim doktrinama i represivnim nasleđem iz sveta odraslih, sa lošim izgledima za budućnost zbog visokog procenta nezaposlenosti i privučeni evropskom kulturom i konzumerističkim stilom života, započinju ovo opasno putovanje. Naravno, još jedna značajna činjenica koja podstiče ilegalnu imigraciju jeste ogroman pritisak mafije koja postaje sve bogatija kako raste broj raseljenih lica.

Iz perspektive Puta heroja, postoji poziv, ne samo ličan nego i kolektivan, koji iz navedenih razloga svake godine pokreće hiljade mladih Arapa da započnu lov na blago u obećanoj zemlji izobilja i uspeha; na Kanarskom arhipelagu ili u drugim delovima Španije. Naravno, tokom te zdrave potrage za unapređenjem života dolaze i sirene, iskušenja, kao što je agresivan konzumeristički model koji ih neodoljivo privlači i zbog kojeg mnogi odustanu od svog cilja i postanu plen njegovog smrtonosnog šarma. Ovome moramo dodati i enorman kulturološki šok i krizu vrednosti koja se javlja kada nakon nekoliko dana putovanja otkriju društvo koje je znatno opuštenije i otvorenije od društva koje su napustili.

Drugim rečima, nema sumnje da je za polazak na ova putovanja nužno razviti brojne herojske vrednosti pošto je rizik od smrti visok, a problemi koji se javljaju brojni i ozbiljni. Kao da to sve nije dovoljno, nedokumentovani migranti iz Podsaharske Afrike (čiji broj je veliki), pre svog putovanja moraju ilegalno proći dug put (obično kroz pustinju) da bi stigli u Maroko (kapiju ka Evropi). Putuju različitim načinima, nagurani i često skriveni u neljudskim uslovima, dok su njihovi životi u opasnosti (Film Herarda Olivaresa (Gerardo Olivares) „14 kilometara" iz 2007, ovo veoma dobro prikazuje. Njegov glavni junak se bori da ostvari svoj unutrašnji poziv, pobegne od bede i postane profesionalni fudbaler u Evropi). Stvarnost od koje beže ljudi iz Podsaharske Afrike često je znatno teža od stvarnosti Marokanaca, budući da dolaze iz stanja ekstremnog siromaštva, gladi, ratova, epidemija ili svega navedenog istovremeno. Nepobitno je da je samo preživljavanje u ovim društvima i dolazak do Evrope čin ogromnog herojstva. Ukratko, bez obzira na njihovo poreklo, oni imaju isti cilj: da stvore bolji život za sebe i da pomognu svojim porodicama.

Erik, socijalni edukator, kaže: *„Na moje radno mesto, u omladinske centre za mlade između petnaest i sedamnaest godina, nedokumentovani migranti dolaze svake nedelje. Obično im pričam o Uliksu i sirenama, pošto su mladi gladni za novcem, odećom, mobilnom telefonima i sličnim stvarima; mnoge, zaslepljene prilikom za lako sticanje novca i brz uspeh, uvuče trgovina drogama ili krugovi prostitucije. Savetujem ih da, kao Uliks i njegovi hrabri mornari, zatvore svoje uši voskom ili da se vežu za simboličan stub svog broda, da ne bi nestali u rukama sirena, zaneseni njihovom pesmom. Pokušavam da ih podsetim da su došli da bi poboljšali svoje živote, da bi ostvarili svoje lične snove, da bi radili ili studirali i u najboljem slučaju da bi pomogli svojim porodicama tako što će im slati novac. Na kraju, pokušavam da ih podsetim na pravi poziv zbog kojeg su rizikovali svoje živote. Ogromna je nesreća da mnogi od njih poginu na tom putu (obično u nesrećama tokom putovanja brodom) ili postanu zavisnici, beskućnici ili zatvorenici. Međutim, mnogi drugi uspeju da izbegnu zamke našeg konzumerističkog društva, postepeno ostvaruju svoje ciljeve, upravljaju svojim životima i stvaraju prilike za unapređivanje samih sebe i svojih života."*

Važno je naglasiti da se i mladi Španci koji žive sa nedokumentovanim migrantima u omladinskim centrima suočavaju sa praktično istim životnim izazovima, zato što svi oni moraju proći kroz proces dolaska do odraslog doba, izaći iz sistema zaštite i ući na tržište rada. Naravno, priča o Uliksu i njene implicitne lekcije veoma su korisne i za njih. Njihova osnovna razlika je u tome što nedokumentovani migranti uglavnom potiču iz stabilnih porodica i žele da uđu u centar u kojem će njihove osnovne potrebe biti pokrivene, gde mogu da uče, gde im je pružena pomoć da legalizuju svoju situaciju, itd. Mladi Španci potiču iz slomljenih porodica, proveli su dugo vreme živeći na ulici, imaju problem sa narkomanijom i oni odbijaju da žive u omladinskim centrima. Za sve njih je značajno da pokušaju da poslušaju poziv, bez obzira na nacionalnost.

HEROJI iz zatvora - ZATVORSKA iskustva u našem radu

To može delovati paradoksalno, ali omladinski centri, kao i zatvori, gde se ukrštaju sve vrste nacionalnosti i kultura, mogu biti prikladna mesta za rad sa temom Poziva i Heroja. Istina je da obe spomenute institucije nisu savršena mesta za lični razvoj, ali ipak uvek postoji prilika da se u njima pronađe grupa koja ima potrebu za ličnim razvojem i promenom. Svaka osoba koja mora da započne odsluženje kazne ili da uđe u omladinski centar, doživljava to kao veoma dramatično iskustvo. Ovaj intenzivan trenutak u njihovom životu može biti prilika da se na neko vreme zaustave i osmotre svoje postojanje kroz perspektivu procesa Puta heroja. Prolazeći kroz hodnike i kroz teške zatvorske kapije, osoba može početi da vidi *zid kojeg je izgradilo naše društvo kako bi zatvorilo one koji nisu internalizovali norme i vrednosti naše Zapadne kulture (dodatak)*. Zatvori se nalaze u marginalnim gradskim područjima, izvan gradskih zidina, gde niko ne može i ne želi da vidi šta se zaista odvija u njima. *Dakle, zatvorenici su autsajderi, društvo mora da bude zaštićeno od njih. Iz mnogih razloga oni nisu bili u stanju da se prilagode normama i vrednostima, pravilima i zakonima, te stoga jasno predstavljaju tamne strane naše kulture: ljude koji su izgubili smisao svog života, koji nisu u stanju da upravljaju svojim emocijama i reaguju afektivno, čije zavisnosti ili manije su samodestruktivne ili koji su jednostavno „zli". Društvo njih ne prihvata, nego ih isključuje zatvarajući ih u zidove (dodatak urednika)*. Zatvorske ćelije su pune ličnih briga i strahova, koji su plodno tlo za sve vrste zavisnosti, manija i bolesti. Nije lako ostati zdrav i jasno razmišljati u okruženju sa tolikim nedostatkom ljubavi.

Praktični deo našeg istraživanja započet je u maju 2018, u kaznenom centru Lanzarote, tako što smo ponudili pozorišne sesije za zatvorenike. Kreativan proces smo podelili na dva dela. Prvi deo je podrazumevao stvaranje sigurne atmosfere u grupi od najviše dvanaest zatvorenika, da bi oni mogli da rade zajedno i istražuju zadatke koji će ih voditi da otkriju svoje lične herojske kvalitete i vezu sa pozivom, sa životnom svrhom. Drugi deo je započet u septembru 2018, probama za pozorišnu predstavu o jednom od najznačajnih herojskih, a istovremeno i anti-herojskih karaktera iz savremene literature, Patriku Mekmarfiju, protagonisti romana Kena Kejsija (Ken Kesey) „Let iznad kukavičjeg gnezda" (Kesey, 1962). Pozorišne sesije su održavane jednom nedeljno (dva sata), a u drugom delu dva puta nedeljno (četiri sata). Grupu su sačinjavale žene i muškarci različitih godina i nacionalnosti na dobrovoljnoj osnovi. Broj učesnika se menjao u skladu sa njihovom dnevnom rutinom, vrstom kazne, delom zatvora, ličnim procesima, itd. Konačno, formirana je stalna grupa od deset članove, četiri žene i šest muškaraca. U prvom delu procesa, sesije su bile veoma fleksibilne i opuštene kako bi se stvorilo bezbedno i sigurno okruženje za budući rad. Svaka sesija je počinjala sa krugom telesnih perkusija, vežbama zagrevanja, nakon kojih je sledila osnovna aktivnost, a završavali smo sa kratkim deljenjem utisaka i ritualom za kraj. Sesije su vodile dve osobe, rodno izbalansiran tim. Kao sredstvo, najviše su korišteni rituali, vežbe zagrevanja i dramske vežbe, rad sa simbolima, priče i legende, improvizacija i ručni umetnički rad. U nastavku ćemo navesti tri vežbe koje je naš tim razvio da bismo uključili dva različita aspekta: kvalitete heroja i prihvatanje poziva kroz viziju slobode.

Jedan od najvažnijih ciljeva našeg rada bilo je stvaranje sigurnog prostora i atmosfere kreativnosti i slobode. Naš slogan je bio: „čak i ako sam zatvoren, slobodan sam u svojoj kreativnosti". Drugi cilj bilo je kreiranje pozorište predstave zasnovane na knjizi „Let iznad kukavičijeg gnezda" i da na taj način zatvorenicima damo priliku da se izraze, da nešto urade, da budu zaigrani. Okruženje psihijatrijske bolnice, tema ludila i njene slike, ali pre svega karakteri svih pozorišnih figura, snažna su paralela sa svakodnevnom realnošću zatvorenih ljudi i njihovom nesrećom koja je posledica potisnutih emocija. Pozorišne probe bile su platforma za bezbedno izražavanje svih

skrivenih osećanja, karakteri luda nudili su neograničeno polje za izražavanje svih vrsta ličnih ludila nagomilanih tokom boravka u zatvoru. Bezbedno otpuštanje potisnutih emocija jedan je od najznačajnijih problema u zatvoru. Ne postoji privatnost za to, ne postoji ne-toksično okruženje i ne postoji podrška. Mi zbog toga verujemo da najveći broj zatvora predstavlja nebezbedna mesta. Jednom smo pitali glumce: „Kako preživeti stvarnost zatvora i ne poludeti?", a oni su nam odgovorili „Poniznost je jedini način za preživljavanje, poniznost prema samom sebi, svim procesima i okruženju. Onaj ko to ne učini počinje da nestaje u crnoj rupi zavisnosti, laži, depresije i agresije."

Put do ostvarenja ovog cilja bio je izuzetno zanimljiv, sa mnogim lekcijama i snažnim emocijama sa obe strane. Osam meseci zajedničkog rada produbilo je samopouzdanje zatvorenika, njihovo međusobno poštovanje i poverenje, kao i posvećenost grupi. Bili su u stanju da rade na svojim ličnim temama i da se oslobode emotivne napetosti. Zatvorenicima, koji se nalaze u veoma specifičnoj životnoj situaciji, nije bilo lako da rade sa temom Poziva. Odlučili smo da poziv povežemo sa vizijom slobode koju svi oni toliko žele. Kada uzmemo u obzir sve specifične uslove zatvorenika i uslove za grupni rad koji nisu uvek bili povoljni (nedostatak intimnosti za dublje procese, radna soba u koju drugi zatvorenici ulaze, itd.), moramo priznati da je za nas veliki uspeh i sama činjenica da smo se približili pozivu, razumeli ga i povezali se sa najdubljim životnim željama.

Kao što smo već napomenuli, u nastavku ćemo navesti četiri vežbe koje smo kreirali za zatvorenike i sa njima. Prva vežba, „Pitajte svog anđela/zaštitnika", tiče se procesa otkrivanja herojskih kvaliteta smeštenih u nesvesnom i predrasuda prema zatvorenicima (u poglavlju je opisan prvi deo ove vežbe). Druga vežba, „Stvorite svoju slobodu", tiče se kvaliteta i karakteristika slobode u trenutku njenog ponovnog sticanja. Treća vežba, „Ključ", tiče se otkrivanja novih mogućnosti, novih puteva nakon izlaska iz zatvora.

Vežbe koje su korištene u ZATVORU

„Živ pokret"
Vežba za povezivanje uma, tela i disanja

Cilj: opuštanje i umirivanje uma i tela kako bismo postali potpuno prijemčivi
Prostor: unutra ili napolju
Broj učesnika: Broj učesnika zavisi od kapaciteta prostora. Ne postoji minimalan ili maksimalan broj učesnika.
Materijal: različite vrste muzike
Stručne veštine voditelja: osnovno znanje o anatomiji tela i veštine vođstva
Trajanje: 20-30 min
Uvod u vežbu: pozovite učesnike da slušaju svojim telima kroz opuštene pokrete i udisanje i izdisanje.
Proces: Pustite blagu muziku. Vežba počinje jednostavnim i kratkim pokretima uz udisanje i izdisanje. Na primer: savijte ruku kada udišete i ispružite ruku kada izdišete. Nekoliko minuta posvetite ovoj dinamici i osetite sve veću lakoću sa svakim udahom i izdahom. Nastavite sa sve većim i dužim pokretima po celom prostoru, uvek uz disanje. Malo po malo, dođite u kontakt sa stvarima oko sebe (predmetima, zidovima, podom, itd.). Sledeći korak je da sa tog kontakta pređete na kontakt među učesnicima. Pozovite ih da se međusobno lagano dodiruju fokusirajući se na disanje. Posvetite nekoliko minuta ovom koraku i vratite se u početnu tačku u kojoj svaki učesnik ima svoj prostor u kojem može da usmeri pažnju na disanje. Ukoliko je moguće, pozovite ih da zatvore oči da bi pojačali osetljivost. Obratite pažnju na sledeću pesmu (bilo bi dobro da je dinamična, plemenska muzika) i pustite telo da vodi. Nakon nekoliko munuta, kada učesnici počnu da se umaraju, potpuno zaustavite muziku i kretanje uz znak da stanu. Ovo je savršen trenutak za slušanje tela. Preporuke: cilj prvog dela je povezivanje sa telom, postepeno umirivanje uma, te je potrebno koristiti blagu i meditativnu muziku kao poziv na slobodan pokret. Nasuprot tome, muzika u drugom delu mora biti ritmična i snažna zato što je namera da telo dospe u stanje euforije i iscrpljenosti. Upozorite učesnike da je važno da slušaju svoja tela i vode računa o svojim fizičkim ograničenjima. Ovo je značajna poruka koju je nužno *objaviti na samom početku.*

„Stvorite svoju slobodu"
Vežba za povezivanje sa vizijom slobode

Cilj: dati glas, oblik i dimenziju viziji slobode među zatvorenim ljudima
Prostor: unutra ili napolju, ali je nužna privatnost
Broj učesnika: maksimalno 10
Note: Ova vežba nije prikladna za izgradnju grupe. Preporučujemo njeno korišćenje u grupama gde postoji poverenje. Možete odabrati i drugu temu. Tema slobode bila je od suštinskog značaja u našem radu u zatvoru. Sigurno možete pronaći mnoge druge teme koje su prikladne za vašu grupu.
Materijal: velika, tanka plastika za zaštitu poda ili nameštaja

Stručne veštine voditelja: opšte znanje o vođenju grupe
Trajanje: 60 minuta
Uvod u vežbu: Pozovite učesnike da uspostave kontakt sa velikom plastičnom folijom tako što će je dodirnuti, rastegnuti, pomeriti, podići. Ovo je odlično zagrevanje za rad u grupi. Igrajte se sa njom i otkrijte sve njene funkcije. Nakon toga, pozovite učesnike da razmisle o činjenici slobode. Šta ona znači za njih? Koje vrednosti ona predstavlja? Kasnije ih pozovite da unište plastičnu foliju svi zajedno i da svako uzme po deo ovog materijala i sam napravi kostim za sebe kao predstavnika slobode. Dajte im nekoliko minuta da postanu figura „slobode".
Proces: Kada svi obuku svoje kostime, možete ih pozvati da svako pojedinačno odgovori na nekoliko pitanja. Voditelji postavljaju pitanja da bi bolje shvatili šta svaka osoba oseća po pitanju slobode i koja je njena vizija slobode. Možete koristiti neka od sledećih pitanja: Ko si ti? Koji su tvoji kvalitet? Šta ti je važno? Šta želiš? Da li znaš [ime osobe koja glumi slobodu]? Da li imaš neki savet za ovu osobu? Na ovaj način možete intervjuisati sve učesnike i pomoći im dobro isplaniranim pitanjima da mnoge ideje iz nesvesnog prenesu na nivo svesti.
Preporuka: Kasnije možete pozvati druge učesnike da postavljaju pitanja, kao da su oni voditelji.

„Ključ"
Vežba za povezivanje sa unutrašnjim pozivom

Cilj: Promišljanje o svojim životnim koracima na pozitivan i konstruktivan način. Šta je to što želim kada izađem iz zatvora? Koje kapije želim da otvorim nakon što budem pušten?
Prostor: unutra ili napolju, ali je nužna privatnost
Broj učesnika: maksimalno petnaest osoba, ali preporučujemo manju grupu
Trajanje: oko 30 minuta
Materijal: plastelin ili glina, ali možete koristiti i druge prikladne materijale. Preporučujemo blagu i inspirativnu muziku uz ovu vežbu (u vreme pravljenja ključa).
Uvod: pozovite učesnike da zamisle dan izlaska iz zatvora. Koje su njihove vizije budućnosti kada ponovo steknu slobodu? O čemu sanjaju? O zanimljivom poslu, mirnom životu, putovanjima, stvaranju? Pozovite ih da uzmu komad gline, plastelina i naprave ključ koji će otvoriti zamišljena vrata ka tim novim mogućnostima.
Proces: Svako radi za sebe. Učesnici sede u krugu i voditelj daje uvod u vežbu. Prvi deo se može uraditi na ovaj način ili kroz vođenu vizualizaciju uz muziku koja će pomoći učesnicima da intenzivnije zamisle trenutak sticanja slobode. Nakon uvoda ili vizualizacije, pozovite ih da uzmu plastelin i u tišini naprave ključ, fokusirajući se na svrhu vežbe. Kada završe, vratite ih u početni krug i neka svako od njih ispriča koja vrata želi da otvori. Pitanja drugih učesnika su dobrodošla. Uspeh ove vežbe zavisi od sposobnosti voditelja i od spremnosti učesnika da se

uključe. Poteškoće koje se mogu javiti u suštini zavise od ovih faktora.
Preporuke: bilo bi dobro da su želje i snovi učesnika realni i opipljivi
Varijacije: Najjednostavnija verzija bi bila da donesete kutiju sa ključevima različitih oblika, boja i veličina i da svaki učesnik može odabrati jedan i proći kroz vežbu. Ovo bi bio najbolji način ukoliko ne raspolažete sa dovoljno vremena ili prostorom za rad.

„Pitajte svog anđela/zaštitnika"
Vežba za otkrivanje svojih herojskih kvaliteta

Cilj: otkrivanje i ponovno povezivanje sa svojim ličnim kvalitetima kroz resurse iz podsvesti
Prostor: unutra ili napolju, ali je nužna privatnost
Broj učesnika: maksimalno petnaest osoba, ali preporučujemo manju grupu
Materijal: plastelin ili glina, olovka i papir
Stručne veštine voditelja: opšte znanje o vođenju grupe
Trajanje: 40 minuta

Uvod u vežbu: Uvedite učesnike da zamisle sledeće: „Dan vašeg rođenja bio je veoma značajan i poseban dan. Vi ga se sigurno ne sećate, ali mnogi vama bliski ljudi ga se sećaju. Zatvorite oči pokušajte da zamislite ovu situaciju. Kada ste rođeni tu je bila i jedna važna osoba. Ko je bila ta osoba? Vaš anđeo? Možda vaš zaštitnik? Ko je ta posebna osoba koja vas voli više od svega? To je osoba koja je uvek pored vas čak i ako je ne vidite. Pokušajte da je pronađete."
Proces: Nakon ove kratke vizualizacije pozovite učesnike da naprave figuricu svog anđela ili zaštitnika. Obezbedite im glinu ili plastelin uz prirodne materijale koje uspete da nađete (grančice, šišarke, kamenčiće, iglice, itd.). Dajte im dovoljno vremena da je naprave i slobodno pustite blagu muziku u pozadini (20 minuta). Nakon ovog koraka možete preći na drugi korak. „Pitajte svog anđela/zaštitnika kako bi vas on opisao? Šta bi rekao o vama? Koji su vaši najsnažniji kvaliteti? Koji su vaši jedinstveni talenti?" Sada im ostavite još 15 minuta da napišu kratak opis sebe, onako kako ih vidi njihov anđeo/zaštitnik. Neka drže svoju figuricu u blizini, da uvek bude pred njihovim očima kako ne bi izgubili vezu sa njom. Na kraju, neka pažljivo pročitaju napisani tekst sa pažnjom na pozitivne poruke koje dobijaju od njega. Nije nužno da poruke javno podele i to možete uraditi samo ukoliko imate veoma bezbednu i dugotrajnu grupu.

Rizici: Ovu vežbu smo uradili sa grupom zatvorenika u kaznenom centru. Tada smo uočili samo jedan rizik. Kada se osoba poveže sa svojim anđelom/zaštitnikom, ona se povezuje sa najjačom podrškom u svom životu. To može podrazumevati vraćanje u najemotivniji nivo njenog bića. Oslobađaju se snažne emocije i morate imati veoma bezbedan prostor i okvir da biste mogli da brinete o njima. Zatvor nije ovakvo okruženje. Vreme je veoma ograničeno, zatvorske ćelije su premale i prenatrpane da bi neko imao privatnost za svoj proces. Sva osećanja su dobrodošla, samo vodite računa o tome da imate dovoljno prostora da im se posvetite ukoliko to bude potrebno.

Komentari urednika:
Zanimljivo je da polovina ove grupe koje je odabrala temu „Heroj, poziv i glad" radi samo sa zatvorenim ljudima, isključenim iz društva. Ovi autsajderi nam detaljno pokazuju koje norme, vrednosti i dela naše društvo vrednuje: postignuće, prilagodljivost, zarađivanje novca, težak rad, dobro ponašanje. Ovim standardima nas svakodnevno hrani naša kultura, a zaključani autsajderi ih nisu dobro svarili, možda su ih ispovraćali, u svakom slučaju oni više nemaju iluzije o ovom društvu. Svakako, to što su isključeni iz društva za njih je hitna situacija, koja budi njihovu glad za promenom te situacije. Podela ove grupe na dve podgrupe daje dobar opis toga.
Međutim, jedna tabu tema te kulture ostaje u mraku: sopstvena glad, u ovom slučaju motivacija da sprovode ovaj rad sa muškarcima i ženama u zatvoru i sa decom i mladima: Madlen i Erik rade u zatvorima, Sisku i Sol rade sa mladima, svi potiču iz različitih kultura. Zbog turista i migranata kulturološke razlike imaju značajnu ulogu na ostrvu, kao što i oni sami pišu. Bilo bi dragoceno razmotriti i teorijski analizirati njihova lična iskustva. To vidimo u tekstu kojeg je napisala Sol (vidite ispod).
Naše racionalističke akademske studije i dalje negiraju uticaj posmatrača na posmatrano i veruju da može postojati „objektivan" način posmatranja. Odvajanje ličnih iskustava i akademskog istraživanja i dalje oblikuje naše konstruisanje teorija. Kao primer suprotnog stanovišta dajemo delove teksta kojeg je poslala Sol, četvrta članica španske grupe i kojeg smo mi primili veoma kasno:

Sol opisuje svoje iskustvo

„Pre nego što sam započela HIT projekat, zamišljala sam heroja.
Ceo život sam provela na jednom ostrvu afričkog kontinenta, sa morem na horizontu. Moje životno iskustvo bilo je bliže profilu ljudi sa kojima moje kolege rade, nego moderatoru HIT projekta. Međutim, nešto u meni se promenilo nakon HIT sastanka. Neispoljen bes koji sam skupljala u sebi počeo je da teče.
Ništa nisam razumela. Odbila sam da čitam metodičke tekstove i da sledim svoje kolege, koji su odabrali da rade u zatvoru. Izolovani zatvorenici, izolovani samohrani roditelji bez emotivne podrške koji nisu potpadali pod zaštitu socijalne administracije, zlostavljane žene, migranti, rasturene porodice, žene koje nisu prihvatale savet od bilo koga ko nikada nije iskusio njihovu stvarnost.
Osećam da je lako praviti teorije o gladi kada imate više hrane nego što vam je potrebno i bacate je u smeće.

Moj bes je trajao mesecima, heroina se probudila iz dugog sna koji ju je držao u stanju letargije: došlo je vreme da se izbaci ovaj bes, ovaj gnev, koji pripada njoj. Pokušala sam da to radim na razne načine: gledala sam komedije, išla sam u kupovinu, pušila sam i sve više jela, izneveravala sam samu sebe suludim pričama. Slušala sam i prihvatala živote i probleme drugih u prevelikoj meri, toliko da nisam videla šta se meni dešava. Ali ništa od toga me nije približilo rešenju… dok nisam počela da prihvatam da me moj bes savladava, dok nisam pogledala u njegovo lice i videla od čega je napravljen. U to vreme bila sam bolesna, u finansijskim problemima, bez posla, sa projektom koji je računa na mene i moje resurse, ali koji mi nije pružao podršku u mojoj životnoj situaciji. Niko mi nije rekao da je moj ogroman bol u stvari bol porođaja. Bila sam preplavljena sve dok nisam postala spremna da rodim heroinu.
Počela sam da slikam pastelnim bojama, napravila sam metod i neke vežbe i ona je počela postepeno da se pojavljuje. U početku na veoma suptilne načine. Uz slikanje su došle i reči, nisam mogla da prestanem da pišem. Budila sam se u cred noći sa potrebom da slikam ili da pišem.
Bes se raspršio čim sam shvatila od čega je napravljen: od otpora. Otpor posebno prema patrijarhalnom društvu i njegovim vremenskim okvirima, njegovim normama o ispravnom i pogrešnom. Odbila sam da slušam samu sebe. Ceo život sam pokušavala da ispunim očekivanja, ceo život sam pokušavala i trudila se da budem prihvaćena; pokušavala sam da živim u iskušenju.
Jednog dana, „slučajno" jedan tekst je dospeo u moje ruke i on mi je omogućio da shvatim i prihvatim našu prirodu… upravo taj dan mi je pomogao da rodim svog heroja…" Zbog toga sam imala neke probleme sa vremenom za moje angažovanje u HIT projektu:
„… dok su moje kolege pisale svoje tekstove za ovu knjigu, ja sam pisala tekst za tekstom, herojske priče. Dok su moje kolege mislile o prevodu, ja sam crtala jednu prelepu sliku za drugom, izražavajući svoja unutrašnja osećanja.

Moj heroj, Manifestadora, probudila se i počela da radi stvari na svoj način, ali ne iz hipotetičke stvarnosti, koju mi nameću drugi, nego iz njene srži, iz njenih osećaja..."

Magdalena Komarova (Magdaléna Komárová), (1977) rođena je u Banskoj Bistrici, mestu u Slovačkoj. Studirala je na Akademiji izvođačkih umetnosti (u Bratislavi). Ona je dramski terapeut i pozorišna facilitatorka. Radi sa marginalizovanim grupama, zatvorenicima, beskućnicima i mentalno nedovoljno razvijenim osobama.

Erik Himenez (Erik Jiménez), (1973) diplomirao je sociologiju i radi kao socijalni edukator u centrima za emancipaciju tinejdžera gde razvija različite umetničke projekte.

Sisku Ruz (Siscu Ruz), (1983) rođen je u Barseloni. On je glumac, pozorišni režiser u pozorištu „*Cuerpo Teatro"* i učitelj izvođačkih umetnosti.

Sonsoles Alterahs (Sonsoles Alterachs), (1963) rođena je na ostvu Bioko u Ekvatorijalnoj Gvineji. Ona je pripovedačica i koristi zvuk reči u terapiji.

ISKUSTVA iz ŠKOLE povezana sa PRAZNINOM i POZIVOM: Projekat Otvoreni Markof (the Open Markhof) u Beču

Raškolovavanje u Markofu = alternativna „škola", slobodno učenje, obrazovanje kod kuće

Projekat Otvoreni Markof je projekat saradničkog učenja koji promoviše prirodno učenje i izgradnju zajednice. Uključuje kovorking prostor sa kancelarijama i sobe za kreativnost: kuhinjski prostor, sobe za radionice, akademiju i školu, koja u stvari nije škola, i nudi prostor za događaje i seminare. Smešten je u trećem okrugu Beča, sa vizijom da bude „selo u gradu" za ovaj deo grada. Gudrun Florian-Troj (Gudrun Florian-Troy), jedna od članica austrijske grupe u okviru projekta, aktivna je članica Markofa i radi u njegovoj alternativnoj školi snabdevajući hranu za sve stanovnike. Odavde slede njena iskustva „domaćice" u okviru procesa raškolovavanja kao procesa čišćenja, koji mora da se ponovo otvori za inkluziju sposobnosti koje su stečene „prirodnim", tj. samokontrolisanim učenjem.

Šta je raškolovavanje i kako ga sprovodimo u Markofu?

Raškolovavanje je tranzicija između stare školske strukture i nove strukture gde su sama deca odgovorna za svoje

obrazovanje. Mi u Markofu ovaj proces vidimo kao „tranziciju ka slobodi" kroz nekoliko faza. I mi odrasli prolazimo kroz ovaj proces.

Koje faze iz kruga osnovnih osećanja vidiš u ovom procesu?

Često je želja za promenom ishod prezasićenosti i predugog boravka u redovnom školskom sistemu (NULA). Prva faza proističe iz srećnog, uzbuđenog, euforičnog prisustva dece i roditelja, radoznalosti i potrebe za nečim novim, uz osećanje bezbrižnosti (GLAD). Ovo prelazi u fazu bez strasti, koja može dugo trajati. Ovo je najteže vreme tranzicije, a može trajati i više godina, faza u kojoj su staratelji, roditelji i učenici uznemireni (ANKSIOZNOST). Pravi izazov je izdržati treću fazu. Deca vode herojske bitke i preispituju sami sebe. Besciljnost, dosada i provera granica često se ispoljavaju kroz agresiju. Strah stvara potrebu za privatnim časovima, koji samo produžavaju muku, da bi se ispunili zacrtani planovi (AGRESIJA/BOL). Sledeća faza procesa počinje sa prelaskom u autonomiju i samopouzdanje, što se u početku događa iz straha, a ne iz stvarnog interesovanja. „Staro" je pušteno i neka deca žele da se vrate u stari sistem. Često se roditelji u ovoj fazi osećaju čudno i nažalost upravo ovde gubimo učenike. To stvara veliku tugu, posebno zbog činjenice da je veliki deo truda dece prošao neprepoznat (ŽALOST). Kada deca završe sa ovom bitkom, postaju jača i odlučna da stignu do poslednje faze, potpune bezbrižnosti i ispunjenosti lakoćom. U ovoj fazi se produbljuje njihovo učešće i njihovo samopouzdanje, uz priznanje za sve što oni rade (RADOST).

Da li je proces raškolovavanja Put heroja?

Da! Ljudi koji prolaze kroz njega, deca ili odrasli, tokom celog procesa prolaze i kroz pet značajnih koraka „Puta heroja" Pola Rebiloa i kroz krug osnovnih osećanja. Oni čuju poziv na promenu u prvoj fazi i prepoznaju svog heroja zahvaljujući činjenici da mogu da budu ono što jesu (POZIV, HEROJ i njegovi POMOĆNICI). Druga faza, u kojoj se gubi strast i bude se njihovi otpori protiv samih sebe i protiv njihovog okruženja, otežava formiranje autentičnih odnosa među učenicima i voditeljima procesa učenja. Deca „prestaju da rade" i izbegavaju kontakt sa starateljima (DEMON OTPORA). Besciljnost ove faze ih unesrećuje i pokreće pitanja kao što su „Ko sam ja?", „Šta želim da radim?" i odražava borbe koje imaju sami sa sobom (KONFRONTACIJA i SPORAZUM). U četvrtoj fazi je ljudima potrebna hrabrost da nađu sami sebe (EKSPLORACIJA i TEST U NEPOZNATOM). Oni koji stignu do poslednje faze, pronađu svoje samopouzdanje i odustanu od svoje želje da dobiju potvrdu odraslih, postaju najveći darovi i u stanju su da se uzdignu kao heroji (DAR i POVRATAK).

Šta je cilj Puta heroja „raškolovavanje" i koje teškoće/negativna osećanja/tabu teme isplivavaju?

Proces nije lak i nužno je istrajavanje i hrabrost. Nisu svi u stanju da to urade i često roditelji ne mogu da prate svoju decu dovoljno ili izgube strpljenje i prekidaju (vidite ŽALOST). Svaka faza ima svoje zamke i može prekinuti proces.

Kako to utiče na nas u Markofu? Kako se nosimo sa tim?

Prikupljamo svoja iskustva za novi projekat i delimo mnogo toga sa roditeljima. Uključujemo ih u donošenje odluka i imamo intenzivne dijaloge sa njima. To nam olakšava da steknemo uvide i da podržavamo procese dece na drugom nivou.

Kako ja sama doživljavam raškolovavanje?

Moj sopstveni proces raškolovavanja daje mi novi pogled na prirodan pristup učenju, na transfer obrazovnog sadržaja i na moju interakciju sa drugima u mojim aktivnostima. Da bih dopustila da se ovo dogodi, morala sam da se suočim sa svojim mračnim temama i da radim na njima. Samo na taj način mogu da radim svoj posao. Projekat „*HIT- heroji inkluzije i transformacije. Partnerski projekat za integraciju društveno relevantnih „mračnih" tema*" omogućio mi je da dublje zaronim u svoj proces.

Komentar urednika: *Gudrun iz Austrije nije imala osnovnu istraživačku grupu u okviru HIT projekta i bila je „pridošlica" na Putu heroja. Njena osnovna grupa je zajednica Markof projekta, sa motom „za podizanje deteta potrebno je celo selo" (engl. „it takes a village to raise a child"), čiji je ona deo sa svojom decom i svojim mužem. Do sada su njena iskustva u ovom polju ostajala u senci „apstraktnog". Ali njen istraživački doprinos kroz objašnjavanje procesa „raškolovavanja" kao procesa Puta heroja jeste korak napred u oblasti samokontrolisanog učenja: pokazuje koliko je značajan proces „razučavanja", pre nego što počnemo da učimo nešto novo. Afrička tradicija ima dobru metaforu za ovo: ljudska svest se poredi sa kućom i smatraju da stara navika mora da napusti kuću da bi nova navika mogla da se useli.*

Demon otpora · Anksioznost
GOVORITI ILI NE GOVORITI?

Uvod urednika:

U PH treningu Demon otpora je sila koja govori „ne" svemu što heroj želi da uradi ili ostvari. U okviru treninga, Demon otpora stupa na scenu u istom trenutku kada Heroj čuje poziv i započinje putovanje. U našoj teoriji, Demon otpora je povezan sa osnovnim osećanjem anksioznosti, sa strahom od života u punoj, divljoj moći - u pouzdanoj energiji životne sile, koju smo imali kao deca. U pozitivnom smislu, to je energija koja kontroliše, proverava, spasava i planira u našem životu.

U PH treningu, ovu silu možemo primetiti ukoliko pažljivo usmerimo svest na svoje telo, u ovom slučaju istražujući svoj telesni oklop (Vilhelm Rajh) formiran od potisnutih osećanja u telu. Čim ponovo stupimo u kontakt sa ovim osećanjima kroz aktivnosti i vežbe[10], iznosimo na svetlost svoje Demone otpora, a zatim im naši Heroji mogu dodeliti iskustva, izjave opravdanja i imena. Kada stupi na svetlost scene, Demon otpora pokazuje svoju sadašnju moć i oblik kroz Ples demona.

Heroj ima individualnu, kao i kolektivnu funkciju. Isto je tačno i za Demona otpora (DO). Socijalna funkcija Demona je briga za ono što postoji, tj. da takođe brani postojeći autoritet (individualni, politički, ekonomski, kulturološki…) i da suzbije trud ka promeni. „Ne" energija Demona otpora je ograničavanje, izgradnja zidova, moć celine koja deluje kroz pojedince. „Da" Heroja je razvoj, prelazak granica, moć pojedinca, dodavanje nekog smislenog dela celini - kao sila evolucije.

Anksioznost

Osećanje anksioznosti je nužan deo ljudskog iskustva. Demon otpora se rađa iz anksioznosti. Potrebna je znatna količina vremena, pažnje i brige da bismo slušali svoje Demone, a da im istovremeno ne dopustimo da nas ugnjetavaju. Tokom HIT projekta, islandski tim se fokusirao na specifičnu tabu temu sa kojom se naša nacija trenutno suočava, temu kojom se bavimo u ovom poglavlju - da bismo sagledali jedan od razloga za porast anksioznosti u našoj zemlji: ubrzane promene u oblasti morala u društvenoj kulturi Islanda. Ekonomska kriza Zapadnog sveta, 2008. godine, imala je ekstremne posledice po Island, koji je bio blizu bankrota. Za samo nekoliko godina, društvena struktura se dramatično promenila.

10 Kao što se radi u Danu Demona u okviru PH treninga, Alis Miler opisuje dublju aktualizaciju izgubljenih osećanja i sećanja njihovim prelaskom u svesno i kroz jezik u terapeutskom okruženju u delu „Drama nadarenog deteta" („The drama of the gifted child") i „Za tvoje dobro. Skrivena surovost u vaspitanju dece i koreni nasilja" („For your own good. Hidden cruelty in child rearing and the roots of violence"). Još jedan način je umetnost koja je opisana u poglavlju o radosti. Miler o njoj piše kada govori o svom slikanju, a Blaj (1988) o poeziji (beleška urednika).

Potpuno je preokrenuto ono što je prihvatljivo i ono što je neprihvatljivo, a nasilne masovne demonstracije, neviđene decenijama, ispunile su ulice i trgove dok se bes širio. Svaki Islanđanin pojedinačno morao je da razmotri svoju poziciju i identitet, kao i društvo u celini. Uz internet, društvene medije, Vikiliks, itd., poljuljani su naši stari načini poverenja i verovanja.
Ceo Zapadni svet se zatekao u stanju redefinisanja, ali je to postalo ekstremno jasno na Islandu, zbog njegove male populacije i bliskih veza među ljudima. Jedna od posledica ovih nemira je buđenje više hiljada neočekivanih heroja koji su se suočili sa zastarelim kulturološkim Demonima otpora u samima sebi, ali i u svojim sugrađanima.

Srećni ili nesrećni?

Smešten južno od Arktičkog kruga, Island je drugo ostrvo u Evropi po veličini i obuhvata sto tri hiljade kvadratnih kilometra. Ipak, on je jedna od najmanjih država u svetu. Od naseljavanja zemlje u osmom i devetom veku nove ere, ukupan broj ikada rođenih Islanđana manji je od jednog miliona. Trenutan broj stanovnika je skoro trista četrdeset hiljada, što je više nego ikada do sada (ovo je porast u odnosu na oko pedeset hiljada stanovnika u 1701.). Zbog ovoga je Island jedna od najređe naseljenih zemalja na svetu. Malene nacije su zanimljiva populacija za istraživanje budući da se društveni fenomeni često jasnije javljaju u manjim društvima, nego u većim.
Po Svetskom izveštaju o sreći (World Happiness Report), Islanđani jesu srećni. Čak i nakon strašne ekonomske krize, kao što je kriza koja je oborila Island 2008. godine, nacija i dalje ostaje jedna od najsrećnijih na svetu. Moguće je da je razlog odsustvo oružja i ratova. Reči su naše oružje, a ponekad ih koristimo lakomisleno, posebno kada komuniciramo kroz otvorene onlajn forume, što često činimo. Procentualno, Islanđani koriste medije više nego bilo koji drugi narod na svetu, 92% osamnaestogodišnjaka i starijih svakodnevno koristi Fejsbuk, što je samo jedan primer. Mračna strana otvorenog dijaloga jeste to što se stavovi i iskustva dele sve slobodnije, uključujući i oštre kritike koje mogu biti i neopravdane. Naravno, reči mogu stvoriti duboke rane u društvu u kojem su ljudi tako blisko povezani. Ova bliskost u društvu izvor je i međusobne zavisnosti, te može biti teško odlučiti koji potez je pravi.
S obzirom na to, moramo da spomenemo da Islanđani gutaju više antidepresiva od drugih naroda. Po korišćenju antidepresiva mi smo prva zemlja u svetu, a broj novih korisnika raste, po izveštaju OECD-a „Pogled na zdravlje 2015" („Health at a Glance 2015"). Rezultati pokazuju da je 2013, na hiljadu ljudi sto osamnaest svakodnevno uzimalo antidepresive. Na drugom mestu je Australija sa procentom od 9,6%.
To znači da je 10% „srećnih" Islanđana u to vreme svakog dana koristilo antidepresive. Čini se da se osećanja žalosti i anksioznosti razvijaju u veliku, kulturološku tabu temu na Islandu, a da naši Heroji i Demoni otpora hitno moraju da redefinišu šta je to što je u novoj kulturi prihvaćeno, a šta ona odbacuje. Takav proces može biti bolan, a naš zadatak je da pronađemo sredstva koja mogu biti korisna u procesu redefinisanja i isceljivanja. Verujemo da verzija Puta heroja Pola Rebiloa može biti ili postati takvo sredstvo.

Četiri različita pristupa

U istraživanju kao što je HIT projekat, važno je uzeti u obzir prethodna iskustva istraživača koja mogu uticati na rezultate. Islandska partnerska organizacija u HIT projektu, „*Reykjavík Academy*" je kišobran organizacija

samozaposlenih naučnika, pisaca i edukatora, koja je pozvala četiri osobe da učestvuju u HIT projektu. Nas četvoro inače ne radimo zajedno i nismo se dobro poznavali kada smo uskočili u ovo zanimljivo putovanje inkluzije i transformacije, a niko od nas nije bio upoznat sa treningom Put heroja. Ipak, imali smo dodirne tačke i slične ideje o mitološkim, ritualnim i dramskim nivoima, kao i o svetu pripovedanja, literature i biografije, tokom svojih profesionalnih života; gde opšti obrazac široke kategorije priča uključuje avanturističkog heroja koji u krizi ostvaruje pobedu i vraća se kući, izmenjen i transformisan.

Ali, dozvolite nam sada da vam se predstavimo, kao i neke darove koje smo primili i demone sa kojima smo se borili tokom procesa HIT projekta. Prvo da spomenemo Valgerdur H. Bjarnadotir (Valgerður H. Bjarnadóttir), (rođenu 1954.). Njeno obrazovanje je u polju socijalnog rada, ženske duhovnosti i šamanizma, sa naglaskom na korene i grane norveške mitologije. Nakon političke i administrativne karijere, Valgerdur je sada nezavisna naučnica i aktivistkinja, posvećena pitanjima rodne ravnopravnosti. U svojoj praksi pruža savetovanje i radionice, poučava i organizuje događaje o šamanizmu, snovima, mitologiji, samoosnaživanju, istoriji žena i drugim temama. Valgerdur je decenijama radila sa svim marginalizovanim grupama i pojedincima.

„Srećna sam što sam otkrila holističan metod Put heroja, zato što sam ceo život koristila kreativne metode, mitove, meditacije i rituale", objašnjava Valgerdur. „Devedesetih sam studirala u San Francisku, te dobro poznajem okruženje iz kojeg je Rebilo dobio svoje ideje, iako nisam čula za njega. Kada je stigao poziv za HIT projekat, bio je previše uzbudljiv da ga ne prihvatim. Zainteresovalo me je to što se u feminističkom svetu, u kojem ja radim, Put heroja smatra za patrijarhalan model. Prihvatila sam kao izazov zadatak da proverim da li mogu pronaći feministički pristup u ovom projektu i na moje zadovoljstvo, pojavila se Heroina, već na samom početku prve radionice, žena heroj, Aslaug Kraka (Áslaug Kráka), koja me je pratila tokom celog procesa."

Kasnije ćemo razmotriti ulogu mita u našem istraživanju, a sada će na pozornicu stupiti Runar Gudbrandson (Rúnar Guðbrandsson), (rođen 1956.). Runar se povremeno sretao sa Putem heroja, radeći kao glumac, pozorišni režiser i učitelj drame tokom četrdeset godina. Kao Pol Rebilo nekada, Runar vodi svoju kompaniju i stvara razne vrste profesionalnih i amaterskih predstava i poučava nove generacije glumaca. Vodeći obuke za glumce i poučavajući tehnike glume i tumačenja decenijama, Runar je razvio radni metod prilagođen svojim ciljevima

pod nazivom LAB, koji sadrži vežbe i principe iz različitih izvora (Barba, Grotovski, Vasilijev, Alšic, japanski Suzuki trening i Buto, Bio-mehanika, Tačka gledišta, Laban, itd.) Runar je kasnije postao zainteresovan za pozorište beskućnika i sam je producirao velike predstave sa desetinama beskućnika, bivših zatvorenika, tražioca azila - u suštini sa svima koji su želeli da glume na sceni.

„Iskustvo Puta heroja bilo je veoma uzbudljivo za mene", kaže Runar. „U emotivnom smislu, potpuno sam se prepustio, do te mere da sam se fizički razboleo. Dobio sam dijareju, užasno iskustvo koje sam kasnije shvatio kao vredno, zbog ogromnog katarzičnog olakšanja koje sam doživeo suočavajući se sa svojim demonima uz fizičke bolove", misli Runar. On takođe spominje da je moguće da će njegova sledeća predstava uključiti neke heroje inkluzije i transformacije, da će dozvoliti glumcima da koriste telo, mozak, glas i nervni sistem kako bi se otisnuli na putovanje i reagovali na prepreke i smetnje, transformišući se i pronalazeći radost kroz metode razvijene i osmišljene u pozorišnim praksama."

Obrazovanje Margret Sigridur Ejmundardotir (Margrét Sigríður Eymundardóttir), (rođene 1971.) i njena profesionalna karijera podsećaju na organsko tkivo sa brojnim različitim slojevima i granama. Radi u oblasti umetničkih veština i zanata, društvenih nauka i nauka o životnoj sredini, kao i u oblasti nege i poučavanja.

„Nisam nikada čula za Put heroja i nikada nisam doživela ništa slično pre nego što sam pozvana da učestvujem u ovoj avanturi, ali sam bila srećna što sam je započela. Za mene je Put heroja način da povežem sve svoje različite delove, na primer umetničke delove i delove koji vole prirodu, kao i duhovne delove. Vaspitana sam kao protestantkinja, ili tačnije, sama sebe sam razvila do raznih religija, pošto me je oduvek privlačio diverzitet duhovnog izobilja." U najširem smislu, Margret smatra da je HIT projekat uticao i na njen rad. „Različiti elementi u meni dobili su dozvolu da se razviju i ja shvatam da je ovo iskustvo uticalo na način na koji poučavam umetnost, da opuštenije pristupam svojim studentima, pružajući i njima priliku da se razviju", kaže Margret.
Bjorg Arnadotir (Björg Árnadóttir), (rođena 1957.) je profesorka umetnosti, profesionalna novinarka i specijalistkinja za obrazovanje sa fokusom na andragogiju i kreativnost. Osamdesetih godina, Bjorg je započela kontakt sa osetljivim grupama iz dela Švedske gde živi Sami zajednica i od tada je u svom radu obuhvatila sve vrste marginalizacije. Sada Bjorg radi kao spisateljica i facilitatorka pisanja u okviru partnerske organizacije „*Reykjavík Academy*".

„Susrela sam se sa pojmom monomita u literaturi, a znanje stečeno na HIT projektu koristim u svojim radionicama pisanja", Bjorg kaže. „Kao učiteljica pisanja, veoma sam zainteresovana za naratološki model Puta heroja, tj. mogućnost upotrebe ovog heroja kao sredstva za pomoć ljudima da izraze priče koje su u njima. Korišćenje kruga pet osnovnih osećanja daje dodatnu vrednost vežbama pisanja. Ideja transformativnog pisanja je za mene veoma stimulativna kada radim sa ugroženim grupama i sviđa mi se način na koji Rebilo vidi svaku radionicu kao umetnički performans i sveti ritual. Ovo su pristupi koji mi pomažu da unapredim dizajn i sadržaj svojih radionica. Ono što je za mene bilo problem u HIT projektu jeste to što sam kao jedina predstavnica islandske partnerske organizacije osetila da sama nosim ogromnu odgovornost za konačan projekat, ovaj tekst koji upravo čitate. Umesto da sebi dozvolim da uživam u procesu na ličnom nivou, kao što obično činim kada stičem novo znanje, imala sam nagon da kognitivno razumem sve različite nivoe Puta heroja i HIT projekta i krug osnovnih osećanja, da bih mogla da svoje iskustvo izrazim rečima. Moji demoni su mi neprekidno govorili: „Bjorg, propuštaš suštinski važne stvari!"

Tema našeg istraživanja: Pokret „I ja" (#MeToo)

Kada nam je ponuđeno, na početku HIT procesa, da odaberemo jedno od pet osnovnih osećanja (glad, anksioznost, agresija/bol, žalost i radost) naš četvoročlani tim je odmah znao koje od njih nas privlači u to vreme. Odabrali smo osećanje anksioznosti i to je započelo drugi deo putovanja, zanimljiv deo kada su heroji morali da se suoče sa preprekama kako bi bili u stanju da pređu granicu i započnu transformativnu avanturu.

Razlog zbog kojeg smo odabrali upravo ovu posebnu vezu sa nizom osećanja jeste to što je ona mesto na kojem se susrećemo sa svojim učenicima i klijentima. Ljudi koji dolaze na naše umetničke i pozorišne radionice ili radionice kreativnog pisanja, kao i na naš rad sa korenima, snovima ili osnaživanjem, sigurno su čuli poziv na avanturu. Zbog toga se i prijavljuju na naše radionice. Možemo da osetimo kolika je njihova glad za promenom, ali u određenoj tački, tokom kreativnog procesa samoanalize, ljudi često postanu anksiozni zbog susreta sa svojim Demonima otpora, te zatim počinju da sumnjaju u svoju misiju. Anksioznost često navodi kreativne ljude da se potpuno zaustave i čini da njihova iskustva sadrže više bola nego zadovoljstva. Prvobitno, ovo je bio proces anksioznosti koji smo želeli da proučimo. A Ipak, još jedna tema povezana sa anksioznošću postepeno je postajala sve relevantnija u našim timskim diskusijama, tema za koju smo počeli da osećamo da želimo da je osmotrimo kroz prizmu znanja koje smo sticali u radnom procesu HIT projekta: ubrzane promene u moralnosti društvenih struktura Islanda i celokupnog Zapadnog sveta, između ostalog prouzrokovane masivnim promenama u informacionoj tehnologiji.

Razgovori islandskog tima postepeno su se kretali od opšte diskusije o spomenutim ubrzanim promenama morala u Zapadnom svetu, ka njihovom specifičnijem delu: pokretu „I ja" (#MeToo), koji je počeo da se pod raznim alternativnim lokalnim i međunarodnim imenima kao virus širi po celom svetu u oktobru 2107, upravo u vreme kada je počeo naš HIT projekat. Pokret „I ja" (#MeToo) je iznikao kao hešteg na društvenim medijima ukazujući na sveprisutnu prevalenciju seksualnog zlostavljanja, uznemiravanja i nasilja, posebno u javnim prostorima.
Pokret „I ja" (#MeToo) uticao je na podizanje društvene svesti o seksualnim zločinima nad svim polovima i rodovima i imao je ogroman uticaj na ceo svet. U našem malom društvu, imao je snagu oluje. Možemo pretpostaviti da je sve veća anksioznost našeg društva u poslednjim godinama kulminirala u diskursima o seksualnom zlostavljanju koje je ovaj pokret zapalio i koji od tada gore kao nesputana šumska vatra. Za one koji žive u velikim zajednicama može biti teško da shvate koliko težak razgovor o toliko osetljivim stvarima može biti u jednoj mini-naciji, gde su veze među pojedincima toliko bliske i intimne da se ponekad čini da je cela nacija jedna porodica. Javna debata lako postaje privatna, a privatna javna. Ispostavilo se da ova tema, lično ili politički, dotiče skoro svaku osobu. Svako ima neispričanu priču ili zna nekoga ko je bio glavni karakter u jednoj od velikih „I ja" (#MeToo) priča, objavljenih u medijima. Otvaranje zmijske jame ima svoje posledice. Progovoriti nije uvek bezbedno, a sigurno nikada nije bezbolno. Porodice se osećaju ugroženo, grupe prijatelja se rasturaju, velike cenjene kompanije se urušavaju pokušavajući da se suoče sa ovim stvarima. Vlade padaju zato što se neko usudi da progovori, inspirisan pokretom „I ja" (#MeToo). Osobe svih polova se pitaju: „Da li da progovorim ili ne?, Šta treba da kažem i kome?, Šta treba da ostane neizgovoreno, makar za sada?"
S jedne strane, vojska Demona otpora urla i grabi one koji pogovore i otvore stare rane, govoreći im da zaćute. S druge strane, ova intimnost u sebi ima i kvalitete Heroja, otvaranje postaje zarazno zbog bliskih veza. Svako ima sestru, prijateljicu, majku, baku, ćerku, itd., a to daje hrabrost celoj naciji koja se suočava sa značajem izgovaranja stvari, čak i kada je to opasno. Naravno, i ovde, kao i u svim brzim promenama, postoje zamke. Izgovarane su i lažne reči ili istinite reči nepouzdanim ljudima. Međutim, ovo je Put heroja, a on uvek uključuje i opasnu teritoriju.

Naša legendarna heroina

Tokom revolucije protiv čina ućutkivanja, Demoni otpora mogu imati dve glave ili dve oštrice. Jedna glava viče protiv izgovaranja stvari, optužuje da ste izdajica ako progovorite, dok druga zahteva da govorite, ili ste kukavica. Obe mogu biti u pravu i značajne, a obe mogu biti i unutrašnje dete i kontrolor istovremeno. U svakom slučaju, ovaj dvoglavi demon stvara stanje anksioznosti u onima koji otkriju da su bili ućutkivani ili da su sami sebe (i/ili i druge) ućutkivali dugo vremena - ali i one koji se osećaju ugroženo zbog iznenadnih izliva izgovorenih stvari. Za neke, otkrivanje tajne može biti nagrada, ali za druge jedini način da budu stvarni i snažni može biti da ćute, dok ne dođe „pravi trenutak".
Naša islandska kultura, koja je u najvećoj meri veoma moderna, i dalje ima moć pripovedanja priča. Naše kulturno nasledstvo nalazi se u pričama i rečima, naše reči su naše oružje kao što sam već spomenula. Stoga, islandski tim je osetio da je prirodno da zaroni u svoje pripovedačko nasledstvo tražeći inspiraciju za rad sa tako osetljivom temom kao što je pokret „I ja" (#MeToo), i u nama samima i zajedno sa ostalima.
Izdvojila se naša legendarna heroina, Aslaug Kraka (Áslaug Kráka). Mit o Aslaug možemo naći u sagi o vikinškom

Autor slike je Marten Eskil Vindž (Mårten Eskil Winge, 1825-1896). Slika je preuzeta sa 315. strane Poetske ede u izdanju Fredrika Sandera iz 1893.

vođi, Ragnaru Lodbroku (Ragnar Loðbrók), napisanoj u trinaestom veku, kao nastavak nemačke Volsung sage (Völsungasaga). Heroji Volsung sage (kao i drugih saga i poema) bili su inspiracija za Ričarda Vagnera (Richard Wagner) dok je pisao operski ciklus „Prsten Nibelunga" („Der Ring der Nibelungen").[11]

Priča o Ragnaru Lodbroku govori o tome kako je Sigurd Fafnisbani (Sigurður Fáfnisbani (Siegfried)) projahao kroz obruč vatre i probudio kraljicu Brumhildu (Brynhildur (Brunhilda)). Plod njihovog susreta bila je ćerka, Aslaug, koja je postala treća žena Ragnara Lodbroka. Zbog teških okolnosti, Brumhildina sestra Bekhilda (Bekkhildur) i njen muž Hajmer (Heimir) brinuli su o Aslaug.

Valgerdur, ekspertkinja za norvešku mitologiju u našem timu, radila je sa pričom o Aslaug još od kada je prvi put čula bajku zasnovanu na ovoj priči, „Princeza u harfi" (objavljenu 1954.), kada je bila devojčica. „Ja sama sam imala relativno dobro detinjstvo, moja prirodna lepota nije skrivana i učili su me da govorim ono što mislim. Tišina nije bila nešto meni blisko. Međutim, povezala sam se sa potrebom koju je Aslaug imala da se povuče i sa njenom odlučnošću da reši sve zagonetke, te sam naravno bila fascinirana i sa magijom ove bajke", Valgerdur kaže o jednoj od svojih omiljenih priča, koju ovde prepričava:

Priča o heroini po imenu Aslaug Kraka

„Ljubavna priča roditelja Aslaug, Sigurda i Brumhilde, odvija se u jednom mestu u dolini Rajne. Valkira Brumhilda bila je neposlušna prema Odinu (Óðinn, vrhovni bog, otac svih nebeskih bogova) i on ju je osudio na život u braku. Ona ga moli da se pobrine da njen muž bude najveći od svih heroja, te je Odin uspavljuje na vrhu planine i stvara krug od vatre oko nje. Sigurd je heroj koji se ničeg ne boji, upravo je ubio zmaja i uzeo njegovo zlatno blago, kada je ugledao vatru i čuo poziv da na svom konju prođe kroz nju. On budi Valkiru i oni se zaljubljuju. On ostaje sa njom na planini tri dana i tri noći, kasnije je izdaje oženivši drugu kraljicu Gudrun (Guðrún) i prerušavajući se u svog zeta, Gunara (Gunnar) i ponovo jašući kroz plamen, te je Brumhilda bila primorana da se uda za Gunara. Kasnije, kada je saznala za izdaju, ona ubija Sigurda, a njegovo telo spaljuje na pogrebnoj lomači dok ona jašući ulazi u vatru i pridružuje mu se u području kojim upravlja Hel (Hel). Nakon smrti Sigurda i Brumhilde, zemlja se

11 Na osnovu nibelunškog opusa, nemački kompozitor Ričard Vagner razvio je libreto i muziku za četiri opere svog „Prstena" (1876): Rajnsko zlato (Rheingold), Valkira (Walküre), Zigfrid (Siegfried) i Sumrak bogova (Götterdämmerung). Izvrsna knjiga, istovremeno i laka za čitanje, za dublje shvatanje Vagnerovog „Prstena" je knjiga čija autorka je Džin Šinoda Bolen (Jean Shinoda Bolen), Prsten moći (Ring of Power), 1999, (napomena urednika).

nalazi u stanju rata i osvete. Aslaug, stara tri godine, u velikoj je opasnosti kao njihova jedina naslednica, te njen očuh Hajmer odlučuje da je izvede iz zemlje. On pravi ogromnu harfu i u nju stavlja Aslaug, kao i deo zlata i blaga, prerušava se kao siromašni bard, te je nosi po celom svetu, do Severa. Kada Aslaug ogladni, Hajmer joj daje komadić luka, a kada ona zaplače, on svira harfu za nju. Na ovaj način, on putuje sa njom kroz Evropu, sve do uskog fjorda na severu Norveške. Tu Hajmer pronalazi kolibu i ženu po imenu Grima (Gríma, Maska). Njen muž Aki (Áki, najverovatnije Praotac) je tog dana u lovu. Grima vidi zlato kroz Hajmerovu jednostavnu odeću i poziva ga da prespava u štali. Kada se njen muž vratio kući, ona ga nagovara da ubije Hajmera i kaže mu da će ga napustiti i udati se za Hajmera ukoliko on to ne učini. Aki pristaje na njen zahtev i ubija Hajmera, ali tada započinje toliko snažan zemljotres da se štala ruši. Ipak, oni uspevaju da spasu harfu i u njoj pronalaze devojčicu i odlučuju da je podignu kao svoju ćerku. Budući da je ona prelepa, a oni ružni, Aki se boji da će to probuditi sumnje, ali Grima prekriva njenu lepotu katranom i daje joj ime Kraka (Vrana), po svojoj majci. Oni zaključuju da će im ona jednog dana biti korisna tako što će raditi za njih i veruju da će na taj način ona početi da liči na njih. Od trenutka Hajmerove smrti, Kraka ne progovara ni reč, te starci misle da je nema. Prekrivena je katranom, od glave do pete, teško radi i živi u tišini.

© AU Library, Campus Emdrup.

Kada je Aslaug/Kraka imala osamnaest godina, Ragnar Lodbrok, kralj Danske, takođe ubica zmajeva, posećuje ovaj udaljeni fjord. Upravo je izgubio svoju voljenu ženu, Toru (Þóra) i žali za njom. Putuje da bi pobegao od uspomena i tuge. Ragnar ostaje na brodu i šalje ljude do kolibe da ispeku hleb. Aslaug/Kraka vidi njihov dolazak i zna da je to njena šansa - njen poziv. Ona pere svoju kosu i telo u potoku, vraća se kolibu i pojavljuje se pred ljudima i Grimom, dok njena zlatna kosa pada do njenih stopala, a njena lepota ih zaslepljuje. U ovom trenutku ona izgovara prvu reč nakon petnaest godina, poželevši im dobar dan. Muškarci su opčinjeni i ne mogu da skrenu pogled sa nje, te im je hleb izgoreo. Kada su se vratili na brod, zapanjeni njenom lepotom i sa izgorelim hlebom, kralj postaje istovremeno besan i znatiželjan. Njegovi ljudi tvrde da su pronašli najlepšu ženu koju su ikada videli, što kralj Ragnar doživljava kao uvredu prema njegovoj pokojnoj ženi. Ipak, on želi da se sretne sa ovom ženom i da je testira, te joj šalje poruku sledećeg dana. Ona mora da reši tri zagonetke, pošto je za njega njena lepota vredna samo ukoliko je njena mudrost jednaka njenoj lepoti. On želi da ona dođe na njegov brod bez pratnje bilo koje osobe, ali da ne bude sama. Ne sme biti obučena, niti gola. Ne sme ništa pojesti, ali ne sme ni osećati glad. Ona rešava sva tri testa. Dolazi na njegov

brod sa psom. Obmotava se mrežom za pecanje svog očuha Akija, a svoju nagost prikriva svojom kosom. Liže luk kako ne bi bila gladna, ali ga ne jede. Kralj Ragnar je prima na svoj brod, ali mu ona ne veruje, te zahteva da joj obeća da će ona i njena pratnja biti bezbedni. Međutim, kada je on ispružio ruku da je povuče na brod, pas ga je ugrizao za ruku i odmah je ubijen. Ovo je bilo kršenje dogovora, te je ona oprezna i nesigurna oko njega. On joj nudi da tu provede noć, ali ona odbija. On joj nudi divnu haljinu, koja je nekada pripadala njegovoj ženi, ali ona ne želi da se oblači u skupe haljine niti da postane kopija njegove prve žene. On želi da ona dođe sa njim u Dansku, ali ona traži od njega da se po nju vrati kasnije, ako se ne predomisli. I tako, ona odlazi sa broda, on otplovljava dalje, ali se vraća posle nekog vremena. Tada Aslaug Kraka odlučuje da pođe sa njim i proklinje Grimu i Akija pre svog odlaska. On i dalje želi da ona bude njegova ljubavnica, ali ona pristaje na to samo ukoliko se venčaju. Ona mu ne govori ko je ona, te iako je on fasciniran njom i pristaje da je oženi, on smatra da je ona devojka sa sela, bez plemenitog porekla. Aslaug ne želi da vodi ljubav sa njim tokom prve noći njihovog braka, ona želi da čeka tri noći, kako oni ne bi bili prokleti, ali on je prisiljava i devet meseci kasnije rađa se njihov sin „bez kostiju", tj. paralizovan.

Aslaug postaje kraljica Danske i ima nekoliko dece sa Ragnarom, ali ne želi da otkrije svoj pravi identitet sve dok u njenoj utrobi nije bio njen najmlađi sin, Sigurd. U to vreme Ragnar je planirao da se oženi sa ćerkom Švedskog kralja, pošto su svi mislili da je Aslaug/Kraka ćerka zemljoradnika, a njegovi ljudi su ga uveravali da je to ponižavajuće za njega kao kralja. Aslaug saznaje za njegov plan od tri ptice i odlučuje da mu kaže istinu o svom poreklu. On joj u početku ne veruje, ali mu ona kaže da će roditi sina čije oči će otkriti istinu. Ona rađa sina sa znakom zmaja u očima i daje mu ime Sigurd zmajevo oko (Sigurður ormur í auga). Ovo je znak da je njen otac ubio zmaja Fafnira i to je dovoljno da Ragnar poveruje u njen identitet, te on odustaje od svog braka sa švedskom princezom. Kršenje dogovora sa švedskim kraljem dovodi do rata između njega i Ragnara, a sinovi Ragnara i Tore gube svoje živote u bitci sa magičnom kravom Sibiljom, tajnim oružjem švedskog kralja. Aslaug, koja više nije Kraka, žali za njima i želi da njeni sinovi osvete njihovu smrt. Da skratimo priču, njeni sinovi postaju kraljevi i lordovi Engleske, Danske i drugih zemalja. Nakon što je Ragnar ubijen u jami punoj zmija, Aslaug stupa u kontakt sa svojom pretkinjom Valkirom i odlazi sa svojim sinovima u bitku. Uzima ime Randalin (Randalín, Ratnica) i nakon brojnih pobeda umire u dubokoj starosti."

Putovanje anksioznosti i žalosti – i radosti

Priča o Aslaug ima mnogo nivoa: matrijarhalan i patrijarhalan nivo, nivo ličnog razvoja i kulturološki nivo, unutrašnji i spoljašnji nivo. Ceo njen život može se posmatrati kao Put heroja, ali on istovremeno sadrži brojna različita putovanja. Uvek postoji unutrašnji poziv, pošto je Aslaug stalno svesna svoje svrhe da sledi put svojih roditelja, bez odustajanja, kao što su oni učinili. Poziv se uspavao, sve do dana kada je ugledala brod i probudila poziv, oprala svoju masku - i ponovo progovorila.
Zatim, Aslaug prati poziv, nosi svoje magične instrumente na brod i sreće se sa raznim demonima; sa smrću svog psa, sa pokušajem silovanja i pokušajem da se od nje napravi zamena za kraljevu pokojnu ženu. Aslaug shvata da veliki heroj, Ragnar, nije zaista heroj nego patrijarhalan vladar koji želi da vlada nad njom na isti način kao što je

Odin nekada pokušao da vlada nad njenom majkom. Ona zna da je on može izdati, na isti način na koji je njen otac izdao njenu majku. Ipak, ona se zaljubljuje u njega i, kao i njena majka, potrebno joj je više vremena da razmisli o svojoj situaciji, te se vraća i suočava sa svojim tlačiteljima. Ovaj deo priče sadrži i anksioznost i žalost, Demon otpora je aktivan: Da li će se on vratiti po nju? Da li je on vredan nje? Da li može da mu veruje? Da li će je izdati kao njen otac? Aslaug shvata da mu ne može reći ko je ona zaista sve dok ne proveri da li mu može verovati. Međutim, kralj se vraća i oni zajedno ulaze u zemlju nepoznatog. Zbog njenog zahteva, oni se venčavaju i ona rađa njegove sinove, ali i dalje kao devojka sa sela u kraljevom dvoru. On je izdaje silujući je prve bračne noći, umesto da čeka tri magične noći, te je karma da se njihov najstariji sin rađa hrom. Najveći strah je da će je kralj odbaciti zbog prave princeze. Tek kada Ragnar poželi da to zaista i učini, Aslaug vadi svoj instrument moći, nepoznatu istinu koja je ležala u tišini sve te godine i manifestuje ga kroz sina koji ima znak zmaja u svojim očima. Znak i njenog oca i Ragnara. Aslaug se sa ovog putovanja vraća sa radošću, ali tada započinje drugo putovanje, putovanje na kojem ona postaje Valkira.

Zašto je priča o Aslaug važna za nas

U vreme prvog treninga Put heroja, u Lanzaroteu, pokret „I ja" (#MeToo) bio je na vrhuncu i delovalo je prikladno da izaberemo ovu priču, mit ili legendu, kao svoje tlo - na kojem ćemo posaditi svoje ideje i sa kojeg ćemo požnjeti svoja sredstva. U procesu koji se razvijao otprilike tokom poslednjih deset godina na Islandu, kao i u drugim krajevima sveta, i koji je spomenut u ovom poglavlju, centralno pitanje je da li da o nečemu progovorimo ili ne. Ovo je istina i kada pogledamo Vikiliks, Fejsbuk, pokret „I ja" (#MeToo) ili neki drugi deo ove društvene revolucije.

Valgerdur promišlja o značaju ove priče kao njene lične vodilje na našem zajedničkom putovanju: „Aslaug su zlostavljali neuki i zlostavljani ljudi, muškarac i žena, ali onda je nju silovao, izdao i zanemario i čovek koji je tvrdio da je voli. Ipak, ona ostaje snažna i mudra kroz sve to, imajući ljubav, podršku i mudrost u svojim korenima. Osobe iz ove sage mogu se posmatrati kao delovi društva, patrijarhalne kulture, ali i kao delovi svakoga od nas. Dakle, ona deluje kao savršen izbor za naš rad. Kao što sam već spomenula, ja sam odrasla uz ovu priču i Aslaug je bila moja heroina, moj uzor od rane mladosti. Prvog dana radionice mi je prišla kao moj lični heroj ili heroina, ponovo, sa novim pozivom. Tu se pojavila, na moje iznenađenje, u aspektu Starice, kao Randalin, Ratnica. Od Lanzarotea ona je sa mnom, više nego ikada do sada, kao prava osoba, kao ideja ili mit, i nastavlja da me podržava, da savetuje moj herojski deo i moj demonski deo, u mom privatnom životu i u mom radu sa drugima.

Ona me vodi u nepoznate teritorije, kroz anksioznost, žalost i strah, a ja je pratim sa radošću. Za razumevanje mita važno je značenje imena Aslaug. Ás (mn. Æsir) je ime starog norveškog nebeskog božijeg plemena, a drugi deo imena, *laug*, povezan je sa brakom ili sa posvećenošću, ali isto tako znači i izvor vode. Dakle, naša heroina Aslaug, ona je svetla i čista žena, posvećena bogovima. Budući da je Aslaug i dalje često ime na Islandu, ona je i neko ko nam je blizak.

Aslaug iz legende bila je dobar izbor i za ostatak tima. Kada Bjorg govori o ulozi Aslaug u njenom ličnom Putu heroja, ona govori o bolnim iskustvima: „Da li da govorim ili ne, bilo je pitanje koje me je dugo mučilo. Sa buđenjem pokreta „I ja" (#MeToo), prvo sam videla revoluciju kao šansu da počnem da govorim, ali nakon uranjanja u priču o Aslaug, u njoj sam našla dragocen dar. Njeno samonametnuto ćutanje mi je pomoglo da pronađem svoj instrument moći zato što sam shvatila koliko pažljivo moramo da biramo vreme kada ćemo progovoriti i ljude kojima ćemo otkriti svoje tajne. Ova priča mi je pružila sigurnost da sama odaberem da li ću živeti sa svojom tajnom ili ću je otkriti drugima. Izbor da nešto kažem ili da ne kažem, postao je u potpunosti moj izbor."

Koraci naše radionice sa učesnicima HIT projekta

Kreativan ritual tranzicije

Dan počinjemo stvaranjem rituala za povezivanje sa prethodnim danom, koristeći osnovni element vode. Ispunili smo činiju sa vodom iz malog bazena u dvorištu „Mesta tišine" u blizini Alpa i tu činiju prenosimo po krugu, pozivajući sve da stave svoje prste u vodu. Jedan po jedan, ljudi koriste vodu sa svojih prstiju na inovativne načine. Prva osoba pravi pokret ka svom telu, a zatim drugi pokret ka osobi pored sebe. Ta osoba ponavlja pokret ka sebi i kreira novi pokret koji će predati sledećoj osobi. Po Polu Rebilou, ritual priziva božansko u naš rad: „Ritualni krug poručuje: ovde se dešava misterija."

Nalazimo se u drugoj fazi trening procesa Put heroja. Heroina, ženski heroj, priprema se da napusti svoju poznatu teritoriju i da zakorači u zemlju nepoznatog, nakon što je čula poziv na avanturu. Sada, „Demon otpora počinje da se pokazuje."[12]

Pozorišne metode i rad sa telom (60 min.)

Runar učesnicima predstavlja neke pozorišne metode i metode rada sa telom da bi im pomogao da se kroz intenzivu akciju i izražavanje povežu sa svojom sopstvenom prirodom i suoče sa svojim najvećim strahovima. Poziva ljude da pronađu fizički stav u kojem su spremni na bilo koju akciju koja postane potrebna. Sva čula su otvorena, kolena su savijena, a centar tela je snažan. U ovom stanju pasivne spremnosti, ljudi su spremni da deluju. Runar objašnjava dobro poznat pozorišni metod „*Sats*", impuls ka još uvek nepoznatoj radnji koji može otići u bilo kom pravcu: „To je trenutak u kojem ste spremni na akciju, momenat koji prethodi akciji, kada je sva energija već tu,

12 Rebillot, 1993, str. 16 i 88

spremna da se uključi, ali prvo zadržana. Postoji mišićna, nervna i mentalna posvećenost, već usmerena ka cilju. To je zatezanje ili pripremanje sebe iz kojeg se pokreće akcija. To je struna pre nego što je puštena. To je stav i osećanje da smo spremni na sve. „*Sats*" uključuje celo telo, to je i impuls i suprotan impuls. Da bi ste bili u stanju da reagujete celim svojim bićem na spoljašnje stimuluse ili prepreke, stvarne ili zamišljene, morate shvatiti i savladati „*Sats*". "[13]

Gluma je reagovanje, te Runar poziva svoje učesnike da reaguju na njegove komade da skoče, sagnu se, okrenu i udare, da bi postali spremni da kasnije reaguju na bilo šta, na poziv, na Demona otpora i da ostanu budni i dinamični putujući kroz zemlju nepoznatog. Nastavlja sa vizualizacijom, poziva učesnike da zamisle unutrašnji film i reaguju na njega, da bi im pomogao da budu kreativni u trenutku i sposobni da oko sebe stvore svet fantazije, dok istovremeno ostaju fizički aktivni i uključeni.

Kada su savladali ovu fizičku aktivnost, učesnici su za sledeću aktivnosti dobili razne slike, na primer povlačenje konopca da bi zvono iznad njih zazvonilo, zamišljanje da ih razvlače dva konja sa kanapima oko njihovih zglobova ili da tonu u živo blato i traže pomoć. Na ovaj način su ljudi transformisali fizičke vežbe u „fizičku akciju". Na kraju sesije za zagrevanje, Runar je objasnio da je cilj bio da učesnici steknu neke nove radne metode kroz pre-ekspresivne metode, pre nego što pređu na sledeći zadatak:

Putovanje kroz snove (90 min.)

Uz pratnju svog bubnja, Valgerdur sada vodi grupu kroz putovanje iz stanja potlačenosti do broda novih mogućnosti. „U procesu Puta heroja koristimo rituale i unutrašnja putovanja da bismo došli do naše unutrašnje stvarnosti ili stvarnosti snova, da bismo mogli da se povežemo sa različitim aspektima putovanja, Herojem, Demonom otpora, instrumentima, testovima i drugim stvarima." Ovo je ona objasnila svojoj publici koju je, inspirisana pričom o Aslaug, pozvala na putovanje kroz snove nakon što im je ispričala ovu priču. Tokom putovanja, učesnici su se suočili sa istim testovima i nevoljama kao i Aslaug na svom ličnom nivou i morali su da reše iste zagonetke u svojim životima kao što je kralj tražio od nje da ih reši. Nakon što su saslušali uputstva od Valgerdur, svaki učesnik je započeo svoje unutrašnje putovanje, a pola sata kasnije su pozvani da se vrate sa njega i dobili su vreme da se prilagode na svoju uobičajenu stvarnost i naprave beleške kako bi se sećali najvažnijih trenutaka iz putovanja kroz snove, kojeg je inspirisala naša heroina, Aslaug Kraka.

Umetnost i pisanje (60 min.)

Završna sesija tog jutraje sadržala metode iz umetnosti i kreativnog pisanja da bi pomogla učesnicima da obrade svoja iskustva. Margret je pozvala učesnike da slobodno promisle o osećanjima tokom rada sa telom koje je vodio

13 Sats je norveški termin kojeg je koristio Euđenio Barba (Eugenio Barba) u svojim teorijama i pozorišnim antropološkim istraživanjima da imenuje opisan fenomen pošto engleska performativna terminologija ne poseduje specifičnu reč za to.

Runar (uz pomoć boja) i tokom putovanja kroz snove koje je vodila Valgerdur, postavljajući pitanja o veličini i obliku različitih osećanja koja se pojavljuju na njihovim belim papirima. Bjorg ovo povezuje sa belim, nedirnutim papirom i uobičajenim strahom sa novim listom papira. Ona podstiče učesnike da prevaziđu autorsku blokadu i isključe svoje unutrašnje cenzore razmišljajući o iskustvima sa jutarnje radionice kroz metode slobodnog pisanja, tako što će im se ruka uvek pomerati i neće zaustavljati pisanje da bi razmislili. Na samom kraju radionice, učesnici su imali priliku da u manjim grupama usmeno podele svoje utiske o tom jutru. Priprema ove radionice je islandskom timu pružila sredstva da u budućnosti stvara svoje nove, različite Puteve heroja, zasnovane na važnim pitanjima o kojima naše savremeno društvo raspravlja, kao i na našem starom kulturnom nasledstvu.

Komentari urednika:

1. *Islandska grupa ima dva posebna uslova za ovaj projekat: 1- niko od njih nije ranije učestvovao u PH treningu, ali im je bio poznat monomit*[14] Džozefa Kembela i 2- učesnici pripadaju različitim organizacijama. *Kontradikcija da su Islanđani među najsrećnijim ljudima na svetu, s jedne strane, a da su veoma anksiozni, s druge strane, kao što pokazuje visok nivo korišćenja antidepresiva, budi radoznalost čitaoca o tome. Moguće je da je osećanje žalosti velika tabu tema u islandskoj kulturi. Anksioznost, agresija/bol i žalost, uopšteno gledano, jesu tri najpotisnutija osećanja u našoj Zapadnoj kulturi. Proces ličnog procesa traži „navigacioni instrument Kapetana Džeka Sparoua"*[15] *– kompas sa iglom koji uvek pokazuje u pravcu vaše najveće želje, kuda morate da prođete kroz vaš najveći strah. Ponekad moramo da prođemo kroz male cikluse od žalosti preko besa i anksioznosti (ili od besa preko boli do žalosti i anksioznosti) da bi uvrstio i zadržana osećanja. Na društvenom nivou se spominje odsustvo oružja i oružanih snaga, što nadoknađuju ponosnim individualizmom i „rečima kao oružjem".*

2. *Cenimo to što su naše islandske kolege iskreno zauzele poziciju direktno ili indirektno ka Demonu otpora (DO) i ka svojoj anksioznosti: DO se pojavljuje preko posebnih herojskih darova: kod Runara kroz telo i pozorište, kod Valgerdur kroz mitove i žene, kod Margret kroz religiju i ezoteriju i kod Bjorg kroz teoriju, opisivanje iskustava kroz pisani jezik. Valgerdur i Bjorg dele nešto, što su primile od Aslaug: duhovno vođstvo. I ohrabrenje da odlože otkrivanje svoje rane sve dok ih situacija ne pozove na to. Runar opisuje svoju ličnu dimenziju ovog iskustva u PH treningu kao „ogromno katarzično olakšanje na telesnom nivou".*

14 Monomit, Kembelov termin za strukturu mitova o heroju, jeste intelektualno dostignuće, zasnovano na Džejmsu Džojsu i drugima. Ali nećemo zaboraviti, da on opisuje i nasledstvo naših drevnih predaka i pretkinja, koji su razvili ove vrste priča pre deset hiljada godina. Kao što je Pikaso bio zapanjen kvalitetom crteža iz pećine Lasko (starih šesnaest hiljada godina) - „ništa novo nismo naučili od tada!"-, možemo da očekujemo sličan kvalitet i u drugim oblastima umetnosti. - Ruski mitolog Vladimir Prop (Vladimir Propp) razvio je hipotezu da magične bajke potiču još od (tajnih) uputstava za rituale inicijacije o kojima se moglo javno govoriti tek nakon što bi ti rituali izašli iz upotrebe. „Die historischen Wurzeln des Zaubermärchens" („Istorijski koreni magičnih bajki", Lenjingrad, 1946, nemačko izdanje, Minhen, 1987, ne postoji izdanje na engleskom). (Beleška urednika)

15 Glumi ga Džoni Dep (Johnny Depp) u američkoj filmskoj tetralogiji „Pirati sa Kariba" („Pirates of the Caribbean")

3. *Posebna priroda ovog ostrva sa izuzetno aktivnim vulkanima i sve većim jazom između kontinentalnih ploča puna je mitova koji govore o divljem otporu (moć demona) protiv civilizacije i patrijarhalnih sistema moći. Moguće je da se Demoni otpora drže posebnih darova pejzaža, u Islandu magične divljine. Kao što Bjorg piše: „selo Rejkjahlid je samo dvadeset kilometara udaljeno od vulkana Krafla, koji je imao devet snažnih erupcija u periodu od 1975. do 1984, uz snažne zemljotrese - ali ga stanovnici nisu zbog toga napustili". Bilo koji televizijski dokumentarac o Islandu spominje odnos poštovanja prema prirodnim duhovima: u islandskoj kulturi i dalje postoji prostor za svest o magiji. S druge strane, globalizovana ekonomija i savremena tehnosfera prodiru na Island (naše kolege opisuju krizu iz 2008.) i postaju prepreka između ljudi i njihove povezanosti sa divljinom i njenom magijom. Ovo stvara anksioznost. Da li je moguće da je ova anksioznost ovde čak još veći tabu nego u gušće naseljenoj Evropi, zbog ove kontradikcije između divlje prirode i savremene „civilizacije" (antagonizam sela i grada) koja je još očiglednija na Islandu?*

4. *Island ostavlja utisak zemlje usamljenosti, i to ne samo na prvi pogled. Od najbližih suseda, Grenlanda, Kanade, Škotske i Norveške, udaljen je između 500 i 1500 km. Ovo ostrvo je naseljeno ljudima iz Skandinavije i sa Britanskog ostrva u devetom veku. Kao što Bjorg piše „u periodu između 1262. i 1944, Island je bio pod vlašću Norveške, a kasnije Danske. Između 1940. i 2006. živeo je pod vojnim prisustvom britanske, a kasnije američke vojske. Zbog ove dve činjenice, kao i zbog našeg učešća u većini međunarodnih sporazuma, sve većeg broja imigranata i brojnih putovanja njegovih stanovnika, Island je deo mnogih mreža." Međutim, mi u gusto naseljenoj kontinentalnoj Evropi imamo veliki broj direktnih suseda, živimo u zemljama čije granice se dodiruju, često bez prirodnih prepreka između. Ovo pravi veliku razliku u odnosu bliskosti, a udaljenost stvara osećaj u nama, da nas „naša" situacija primorava na rasprave sa drugim kulturama i da se moramo neprekidno dogovarati kako da rešimo sukobe i dođemo do zajedničkih politika.*

5. *Veliki tabu i kulturološka tema „iz senke", koja nas je dodirnula u ovom doprinosu, jeste naša sopstvena unutrašnja „divlja priroda", funkcionalna, životno održavajuća i samoregulišuća. Već osam do deset vekova nam naša „rođena kultura" šapuće da je ova divlja priroda strašna, varvarska i glupa, te da će samo „civilizacija" napraviti „dobre" ljude od nas, „vrhunac tvorevine". „Dozvola" koja iz toga proističe, da smemo da zloupotrebljavamo i uništavamo ostatak sveta, ostaje neizgovorena (Quinn, 1992 i 1997). Isti raskol dešava se i u nama - nije samo kod katolika prihvaćen stav da „je duh voljan, ali je telo slabo". Zbog ovakvog stava postajemo slabi i podložni spoljašnjoj kontroli. Ali je „petu članicu islandskog tima", Aslaug, njen mentor Hajmer poučio (Zemljotres je počeo kada je on ubijen!) kako da se poveže sa duhovima divljine i sa snagom muzike - on je muzičar na harfi, kao i Pol Rebilo.*

6. *Mit o Aslaug ukazuje na narednu plodnu temu, a to je sadržaj poziva, takođe poznat i kao vizija ili kao životna svrha. Aslaug nosi životnu svrhu svoje majke i svog oca, svrhu koja se tiče polarnosti ljubavi (i partnerstva) i moći, prenoseći poseban dar zmaja. Na kraju, ona postaje ratnica (Randalin) i preuzima valkirijski zadatak*

svoje majke da prati mrtve ratnike u Valhalu, služeći Odinovoj želji da okupi ratnike za odbranu svoje patrijarhalne vladavine i moći. Ova strana njenog puta završava se tamo gde je put njene majke započeo. Jedan aspekt je ostajanje u svojoj istini i sa svojim darovima. Ali za čega da ih upotrebimo? To je drugi aspekt. U skadarskom epu (poglavlje Konfrontacija & agresija/bol) surova svrha muškog patrijarhata ostaje u fokusu. U mitu o Aslaug, analiziranom u ovom poglavlju, njena životna svrha ostaje u pozadini. Ali ovo pitanje je vredno pažnje.

7. *Ep o Aslaug govori o patrijarhalnoj moći i njenoj zloupotrebi kroz primere Odina, Sigurda, Ragnara Lodbroka. Smatramo da se pokret „I ja" (#MeToo) suprotstavlja ovim istim problemima. Oni koji su na pozicijama moći manipulativno koriste anksioznost samoodređenja i samoodgovornosti, da bi stabilizovali svoju vlast i moć. (Zbog ovoga anksioznost nije deo srednjevekovne hrišćanske liste sedam najvećih grehova, koji su: pohlepa, požuda, zavist, proždrljivost, ponos, gnev i lenjost.) Oni određuju pravila i norme, koje učvršćuju strukture moći i daju im vrednost i potvrdu u svetim spisima, koja se šire tehnikama transa, ali se takođe i internalizuju u ranom detinjstvu, kroz izlaganje „crnom" roditeljskom ponašanju. Ovo je okvir za potčinjavanje i zlostavljanje dece i odraslih, posebno žena, za podelu na „dobro" i „loše" (bogato–siromašno, domaće–strance, muškarce–žene…), kao i za psiho-politiku neoliberalizma (Han 2018).*

Konfrontacija heroja i demona otpora i sporazum · Agresija / bol

Komentari i procene urednika (u kurzivu) o osnovnim delovima rada srpske LGBTI*[16] grupe „Izađi", pod nazivom „Kada Demon postane društveni fenomen".

Autorke teksta su

Vedrana Mirković, koordinatorka programa rada sa zajednicom u okviru Grupe „IZAĐI". Po obrazovanju je master psihologije, a trenutno je u edukaciji za psihoterapeuta Transakcione analiza i Psihodrame.

Jelena Jovanović, psihološkinja i psihoterapeutkinja modaliteta *Core Energetics* iz Beograda, saradnica Grupe „IZAĐI" na HIT projektu. Kao terapeutkinja i omladinska radnica Jelena koristi principe drame, pozorišta, rituala, ali i rad sa simbolima i snovima.

Kvaliteti grupe sa ženskim herojima i demonima otpora

Autorke ovako opisuju radne uslove LGBTI grupa:*

Za LGBTI* zajednicu u Srbiji, posebno za mlade ljude koji pripadaju ovoj populaciji, a pred kojima stoji izazov autovanja, Demon i otpor koji on sa sobom nosi često je uslovljen društvom u kom mlada osoba odrasta. Kako društvom, tako i porodicom kao glavnim agensom socijalizacije. Odrastanjem u određenom kulturnom kontekstu i vrednostima i normama unutar njega, osoba stiče određene poglede na svet, sebe i druge ljude. Ti stavovi, većinom, omogućuju osobi dobru adaptaciju na sredinu u kojoj živi. Osim kada se ispostavi da je mlada osoba

16 Ovaj akronim obuhvata lezbejke, gejeve, biseksualne, transrodne i interseksualne osobe, kao i sve druge varijacije seksualne orijentacije, seksualnih karakteristika, rodnog identiteta i rodnog izraza - obuhvaćene znakom *.

pripadnik LGBTI* populacije. Za ove osobe, u Srbiji, sticanje pogleda na svet, sebe i druge ljude prečesto sa sobom nosi poruke odbacivanja i mržnje identiteta na bilo koji način različitih od heteronormativnih vrednosti. Upravo zbog toga, mlada osoba može ovakve stavove preuzeti kao svoje i prema sebi razviti vrlo oštećujući stav koji je onemogućava da živi svoj autentičan život. A kakav je to autentičan život do kog LGBTI* osoba može dosegnuti? Prema zakonskim okvirima, ona u Srbiji ne može imati brak i porodicu. Njeni partnerski odnosi na nivou su trpeljivosti od strane većinske zajednice, u najboljem slučaju. Strah od sopstvenog identiteta česta je pojava kod mladih LGBTI* osoba koje počinju da uviđaju svoju različitost. Ovaj strah može doprineti osećanju krivice, izbegavanju življenja u skladu sa svojim identitetom, ali i potpunim odbacivanjem ovog dela sebe i „pretvaranjem" da je osoba neko ko, u svojoj suštini, nije. Ovakva odluka osobe dovodi je do uviđivanja u društvene norme oduzimajući joj slobodnu volju, a osoba postaje jedna cigla u građevini opresivnog heteronormativnog društva. S druge strane, ukoliko osoba ne prođe kroz ovakav proces i donese odluku da živi u skladu sa sobom, pred njom stoje rizici kao što su fizičko nasilje, nasilje u školi, diskriminacija i, možda najveći od svih, strah od odbacivanja od strane porodice.

Dodatak urednika: već tokom prezentacije plana radionice ove grupe koja radi sa grupama LGBTI adolescenata, na konačnoj radionici, postalo je jasno da će ona morati da razvije posebne uslove i pristup zbog srpske kulture, koja je izuzetno patrijarhalna i homofobična. Autorke su identifikovale srpski narodni mit koji predstavlja patrijarhalnu ratničku kulturu - Građenje Skadra - koji je opisan kasnije u ovom tekstu.*

One ovako opisuju grupu:

Grupa „IZAĐI" je karakteristično „grassroots" udruženje građana i građanki, odnosno ono koje je nastalo kao rezultat aktivističkog delovanja mladih osoba 2010. godine, a formalno je registrovano 2013. godine. Osnovne aktivnosti naše organizacije imaju svrhu postizanja sledećih ciljeva:

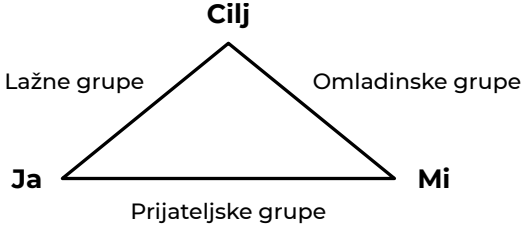
- unapređenje kvaliteta života mladih LGB osoba;
- podsticanje mladih LGB osoba na aktivno delovanje i učestvovanje u društvu, samostalno rešavanje problema i volonterizam;
- promovisanje zdravih stilova života među mladim LGB osobama;
- razvoj i unapređenje kompetencija mladih LGB osoba, kao i unapređenje zapošljivosti mladih LGB osoba, kroz neformalno učenje i saradnju u formalnom obrazovanju;
- unapređenje mobilnosti mladih LGB osoba;
- zagovaranje i istraživanje životnih uslova mladih LGB osoba sa ciljem promocije i unapređenja ljudskih prava i položaja mladih LGB osoba na individualnom i institucionalnom nivou;
- Edukacija građana i građanki, a posebno mladih, o značaju poštovanja ljudskih prava
- Lokalna, regionalna i međunarodna saradnja sa srodnim organizacijama i mrežama.

Dodatak urednika: „Izađi" podržava i brine, pedagoški i terapeutski, o većini adolescentnih vršnjačkih grupa koje se usmeravaju protiv preovlađujuće homofobne patrijarhalne kulture i žele da budu „drugačije i slobodne". Uopšteno gledano, ovi mladi ljudi su u biografskoj fazi nužnog odvajanja od roditeljskog, kulturološki oblikovanog autoriteta i kontrole, sa ciljem da slede autonoman i individualan put. Kada je roditeljski, u ovom slučaju kulturološki autoritet, veoma snažan i moćan, mladima (i ne samo njima) potrebne su vršnjačke grupe koje se formiraju oko zajedničke osobine da su „različiti od preovlađujućeg autoriteta", kao što je različit način oblačenja, različita muzika, različita seksualna orijentacija, itd. Ove uglavnom nematerijalne razlike se manifestuju kroz konkretne životne stilove i ciljeve.
Primer rada grupe „Izađi" je sledeći opis procesa formiranja grupe:

„Formiranje grupe:
Sam proces radionice uključuje posvećivanje grupnom upoznavanju i stvaranju kohezije, kao i njenoj integraciji. Način na koji se ovo postiže odnosi se na vežbe koje omogućuju osobama da uvide sličnosti i razlike među sobom, ali i da razumeju dualnu prirodu sveta i fenomena. Vežbe se zasnivaju na sociometriji i psihodramskim tehnikama. Učesnici se pozivaju da kroz pozicioniranje sebe na kontinuumu istraže koliko su im bliski ekstremi dualnih fenomena. Tako, osobe isprva bivaju senzibilisane da razumeju polarnosti svog identiteta, polarnost odluka koliko transparentno mogu da žive, polarnost roda, demagogija, individualnosti nasuprot kolektivizmu, ali i polarnosti Heroja i Demona.

U okviru ove vežbe, osobe već mogu naslutiti mnoga lica Demona: ispunjavanje tuđih očekivanja koja neretko iziskuju odricanje sebe kroz istraživanje pozicije učesnika na kontinuumu, žrtvovanje zarad drugih, poštovanje normi koje nisu u skladu sa nama, ali i lice iskrenosti, obzirom da su sve ove vrednosti na mladu LGBTI* osobu prenete iz brige i želje da postane adaptiran član zajednice.

Dodatak urednika: Vršnjačke grupe jasno govore „Ne" strogim autoritetima, one se formiraju protiv konkretnog „spoljašnjeg neprijatelja" koga je naizgled lako uočiti: protiv roditelja, stranaca, homoseksualaca, muškaraca, kapitalizma, itd. Stoga se u teoriji grupe ova faza zove „kontrazavisnost" i karakterišu je sukobi i borbe, da bi se iz potpune potčinjenosti (zavisnost) prešlo na obostranu zavisnost (međuzavisnost). Vršnjačke grupe su grupe za razvoj individualne autonomije kroz borbu sa preovlađujućim autoritetom (patrijarhalna homofobija) uz podršku samostalno odabranih autoriteta (terapeuta, pedagoga), te time prave razliku.
U procesu Puta heroja, vršnjačke grupe su pomoćnici herojima koji upravo stupaju na svoj Put heroja. Vršnjačke grupe međusobno povezuje zajedničko odbacivanje spoljašnjeg kulturološkog neprijatelja. Unutar grupe nisu poželjne individualne razlike zato što bi mogle da ugroze koheziju grupe.



Ovo je dijagram iz istraživanja grupa o osnovnim razlikama, u ovom slučaju o karakteristikama grupa. Ukoliko u procesu uzmemo u obzir „ja, cilj i vi", takva grupa je „zrela" po grupnoj dinamici. Ukoliko je „ja" izostavljeno („niko nije isključen"), grupi je potreban spoljašnji neprijatelj koji će standardizovati i ujediniti pojedince. U slučaju kada „mi" nedostaje (često u timovima ili tematskim grupama), postoji pojedinačna podela poslova u lažnoj grupi, kojom koordiniše cilj ili autoritet. Ako „cilj" nema svoju ulogu i isključen je, grupa ima ličan prijateljski karakter, ali nedostaju joj zajednički ciljevi.
Mladi žele da razviju svoju punu individualnost, te je stoga u ovom smislu cilj i karakteristična zajednička osnova preuzela ulogu individue, jednostavno zato što su pojedinačne individue još uvek previše slabe i potrebna im je zaštita i osnaživanje. Ovo ima smisla u vršnjačkim grupama. Ali ponašanje vršnjačke grupe postaje problematično u društvenim formacijama, u kojima su potrebni snažni pojedinci i snažna tendencija ka zrelijim zajednicama. Sporazumi nisu mogući, zato što oni pretpostavljaju jednak status zasnovan na partnerstvu (međuzavisnost).
Na ovaj način se posebnost rada u vršnjačkim grupama i sa njima pokazuje kod dve voditeljke LGBTI vršnjačke grupe, u načinu na koji su one sarađivale i doprinele HIT projektu. Naš zajednički istraživački sporazum, zasnovan na podeli rada po krugu osnovnih osećanja povezanom sa koracima Puta heroja - podrazumevao je da Srbija istražuje temu „Agresija/bol u okviru konfrontacije i sporazuma Heroja i Demona otpora" - nije urađen i ostvaren na taj način - iz dobrih razloga - i ispravno je fokus prenet na temu: „Kada Demon postane društveni fenomen".*

Dve voditeljke i autorke opisuju svoj doprinos na ovaj način:
„Demon otpora, stoga, kod mlade LGBTI* osobe ne uzima ljudski oblik, već je latentan, nevidljiv i lukav u svojim namerama da spreči osobu da živi svoj autentičan život. On uzima oblik poruka društva i porodice, poruke prijatelja i medija, poruke zakona i njima manevriše udaljujući ove osobe od autentičnog življenja i ulaska u zemlju nepoznatog, zemlju u kojoj je dozvoljeno biti ono što jesi bez straha od odbacivanja."
Dodatak urednika: Međutim, Demon otpora uvek ima dva korena: s jedne strane u potisnutoj agresiji/bolu, žalosti i strahu od života kroz fizičke i psihičke povrede, a sa druge strane, kroz svoja kognitivna i društvena opravdanja ili brižne afirmacije, da je sve učinjeno „samo iz ljubavi".

„Lice iskrenosti možda je i najsnažnije lice Demona otpora za mladu LGBTI* osobu, obzirom da iskrene želje roditelja da se dete venča, ima svoju porodicu i heteronormativan život proizlaze iz roditeljske ljubavi i želje za dobrobit deteta. Ove želje, međutim, upravo mogu da budu prepreka u ostvarenju autentičnosti. A konfrontirati se sa njima znači konfrontirati se sa načinima na koje porodica iskazuje ljubav i zaštitu."

Dodatak urednika: Alis Miler (Alice Miller) u svojoj neprekidnoj kritici crne pedagogije i svih pedagoških tretmana jasno opisuje da je rešenje ove dileme i obnova lične kreativnosti i moći moguća samo ***individualnim***

doživljavanjem *potisnutih osećanja - ne individualnim izlivom emocija - te time govori da se Demon otpora može pokazati samo unutar neke osobe i da se samo tu on ili ona može složiti sa ciljevima Heroja, na samokontrolisan način i uz prisustvo „stručnog svedoka" (Miller, 1983). Ukoliko Demon otpora ostane spoljašnji, tj. nepovezan sa ličnim iskustvom, osoba ne može doći do sporazuma. To bi bilo prilagođavanje onome protiv čega se ona bori, a ne „jednak status zasnovan na partnerstvu".*

Struktuirane i nestruktuirane konfrontacije i problem autoriteta

Prvo sledi opis načina na koji su facilitatorke vodile konfrontacije u svojim grupama:
„Sledeći segment radionice upravo uključuje razvijanje strategija konfrontacije i uviđanje na koje je sve načine moguće konfrontirati se. Cilj ovog segmenta pre svega se odnosi na dekonstrukciju fenomena konfrontacije i razumevanje šta sve taj fenomen podrazumeva, kako na društvenom, tako i na ličnom nivou. Grupa se deli u manje grupe od po šest osoba. Tri osobe ulaze u uloge konflikta, konfrontacije i potrebe. Ove osobe vode diskusiju o tome ko su, kako se osećaju u svojoj ulozi, šta je njihova namena, čemu teže, s kojim ciljem postoje, kada se javljaju. Druge tri osobe iz malih grupa dobijaju zadatak da prate način komunikacije među ulogama, emocije koje se pojavljuju, kao i neverbalnu komunikaciju. Vežba je, u zavisnosti od potrebe grupe, pogodna za primenu različitih tehnika ulaska u uloge i povezivanja sa ulogom, kao i za telesno istraživanje predstavljanja ovih fenomena.

Nakon vežbe, u velikoj grupi se diskutuje o tome kako su se osobe osećale tokom razgovora iz uloge, kako su razumeli svoju ulogu, ali se diskutuje i o komunikaciji i osećanjima koja su primećena tokom vežbe. Ova vežba ima poseban značaj u okviru radionice jer otvara pitanje definisanja konfrontacije i istraživanja na koje se sve načine konfrontacija može odigrati."
Dodatak urednika: Ovo je primer struktuirane konfrontacije u grupama, kontrolisane autoritetom kroz struktuirane korake. Prednost je kontrola i obezbeđena sigurnost za intenzitet i kvalitet izraženih osećanja. Ima i lošu stranu, da se individualna potisnuta osećanja uglavnom ne povezuju sa originalnim iskustvom, zato što dobronameran autoritet to sprečava kroz struktuiran autoritet.

Primer za nestruktuirane konfrontacije potiču iz iskustava grupa iz treninga grupne dinamike, koji taju između četiri i šest dana, u obliku ritrita, sa učesnicima koji se prethodno ne poznaju. Cilj ovih treninga je razvijanje međuzavisnosti i trener stavlja svoj autoritet i svoju ličnost na raspolaganje grupi koja ima zadatak da se formira. Strategija trenera grupne dinamike jeste da stvore vakum autoriteta u zaštićenom prostoru, čija jedina struktura je dimenzija vremena i prostora. U ovom prostoru može da počne da deluje duh formiranja grupe. U ovom zaštićenom prostoru-vremenu, učesnici grupe mogu ispuniti prazninu na samokontrolisan način i razviti svoje veštine pripadanja zajednici u ovoj hitnoj situaciji. Počinju da osećanju kako je to biti u grupi u kojoj postoji prostor za diverzitet i stoga oni mogu da započnu zajedničko istraživanje novih nepoznatih oblasti. Ovo je takođe potencijal grupe, da je ona više od zbira svojih pojedinačnih članova.

Drugi deo strategije trenera grupne dinamike je da uvek skreću pažnju na događaje koji se odvijaju ovde i sada, kako bi ih učesnici razmotrili. Ovaj proces formiranja grupe uglavnom se dešava kroz verbalne ili akcione konfrontacije različitih intenziteta o motivima, ciljevima, načinima, pristupima, o davanju povratne informacije, opservacija iz spoljašnje perspektive i refleksije.

Prednost ovih nestruktuiranih konfrontacija je da se raznolika individualnost unutar i sa zajednicom može razviti u kontaktu sa životnim osnovnim osećanjima i da je iskorišten potencijal svake osobe. Loša strana ovog procesa je samokontrola pravog vremena, koja je nužna, kao i visok nivo nesigurnosti za sve koji su uključeni, uključujući i trenere, koji dele svoju ulogu autoriteta sa drugima na kraju.

Još jedan primer nestruktuirane konfrontacije nalazimo u treningu Put heroja, kroz koji su svi učesnici HIT projekta prošli u Lanzaroteu. Korak „Konfrontacija Heroja i Demona otpora na pragu nepoznatog i međusobni sporazum" započinje nakon rituala „posvećenja instrumenta moći" za Heroja, kojeg stvaramo zajedno. Ovo osnažuje Heroja, koji se sada sreće sa Demonom otpora i mora da sklopi „sporazum zasnovan na partnerstvu" da bi mogao da uđe u zemlju nepoznatog i čuda.

Ovo je veoma individualan proces u „zemlji snova" (sa povezima preko očiju), kojeg svi učesnici prolaze u trijadama (grupama od po tri osobe) sa tri određene uloge: uloga glumca/glumice, koja pokazuje svoju unutrašnju različitu ličnost svojim telom, prelazeći iz uloge Heroja u ulogu Demona; ulogu facilitatora/stručnog svedoka, koji tačno posmatra i podržava glumca/glumicu korisnim impulsima; i uloga dvojnika/zamene ili eha, tihog svedoka, koji samo ponavlja prethodnu aktivnost, da bi uloga glumca/glumice ostala u toku životne energije. Od svih učesnika se očekuje da ovaj nestruktuiran proces konfrontacije sprovedu na samokontrolisan način - kao vakum autoriteta u treninzima grupne dinamike - a voditelji PH treninga vrše superviziju samo na zahtev. Ovo se odvija u okviru jasno definisane strukture vremena-prostora (počinje kasno poslepodne i završava se kasno ujutro sledećeg dana). Ovo je vreme u okviru kojega se odvaja vreme koje je potrebno za individualne procese: jedna takva konfrontacija može trajati od sat vremena do tri ili četiri sata. Kvalitet rezultata, tj. sporazuma je raznolik i zavisi od brojnih faktora - ovo su prednosti i mane ovog načina - ali uvek se sklapaju sporazumi koji se javno dele

na samom kraju ovog koraka PH treninga pred celom grupom.
Za autoritete kao što su terapeuti, edukatori, socijalni radnici i treneri, može biti teško da se odreknu struktuirane kontrole ovih procesa razvoja grupa svojih klijenata i da ponude prostor-vreme za samokontrolisano učenje. Anksioznost, da njihove lične teme iz senke mogu izaći na svetlost, često je opravdana i velika. Često je „bezbednije" držati se uloge autoriteta. Ipak, nužno je ponuditi ovaj samoorganizovan otvoren prostor, da bi postali otvoreni za nepoznato. To je moguće samo uz poverenje u sopstvenu i grupnu samokontrolu i u zaštićenim ritualnim prostorima.

Prilagođavanje nasuprot (međuzavisnih) sporazuma u partnerstvu – odlučujuć korak u nepoznato

Prilagođavanje je uglavnom potčinjavanje moćnijim normama, vrednostima, načinima ponašanja, ciljevima, itd., u najboljem slučaju kompromisima, u kojima slabija strana mora da snizi svoja očekivanja. Odlučujući zaplet u konfliktima i konfrontacijama između Heroja i Demona otpora je to što Demon otpora mora izneti svoju punu snagu, a time i kvalitete osnovnih osećanja na svetlost, da bi Heroj mogao da ostvari svoje ciljeve. Ovo bi moglo probuditi visok nivo anksioznosti čak i kod snažnih Heroja. Ali i Demon otpora želi nešto od Heroja: cilj koji će na neki način postati i njegov - zato što je sada njegov jedini cilj da zaustavi Heroja. Tako da oni obojica zavise jedan od drugog. Kada budu u stanju da to prihvate, moći će da sklope sporazum zasnovan na partnerstvu za njihovo zajedničko putovanje u nepoznato.
To je smisao i cilj „Konfrontacije i sporazuma" u Putu heroja.
Proces sličan procesu „raškolovavanja" autorke opisuju tek nakon „konfrontacije sa društvenim demonom", svoju proceduru, kako rade sa mladim LGBTI osobama na pozivu, Heroju i Demonu otpora. Ovako one opisuju Poziv i Heroja, uglavnom korake i metode koje su doživele u treningu Put heroja, one pišu:*

„Zajednički poziv koji LGBTI* osobe čuju odnosi se na autentičan život i iskazivanje svog identiteta. Kako zvuči ovaj poziv? Ko nam ga šalje? Kako naučiti da čujemo poziv? Mnoge LGBTI* osobe tokom života ne čuju poziv koji ih goni ka pronalaženju načina da žive autentično. Stoga, cilj ovog segmenta radionice bio je da osnaži mlade da čuju poziv, da razumeju sebe, kako bi razumeli šta im je još potrebno zarad autentičnog življenja. Vežba koja je namenjena ovome bazira se na introspekciji i razmatranju realnog selfa spram idealnog selfa učesnika. Ideja je da kroz razumevanje sebe i svojih potreba (idealni self kao pokazatelj koje potrebe i ciljeve imamo, a nismo ih zadovoljili) dođemo do prepoznavanja želje za nečim drugačijim u nama i oko nas. Kroz načine na koji doživljavamo sebe, svoja ponašanja i osećanja, a stavljanjem u metapoziciju učesnika da o njima razmišlja i procenjuje ih, može se uvideti šta je to što mi radimo i što jesmo, a što je podložno promeni kroz konfrontaciju sa Demonom otpora. Upravo uviđanje diskrepance između sadašnjosti i željene budućnosti postaje plodan teren za pojavljivanje poziva i za njegovo osluškivanje. Zvuk poziva zvuk je želje za autentičnošću.

Kreiranje heroja

Razumevajući potrebu i pronalazeći motivaciju da se potreba ispuni, ostaje zadatak pronalaženja načina za ispunjenje te potrebe. Kreiranje Heroja kao agensa promene zamišljeno je kroz niz vežbi koje pozivaju osobu da se priseti negujućih i podržavajućih osoba i poruka koje je srela tokom života. Stvaranje slike Heroja odvija se kroz ponašajno imitiranje osoba kojima se učesnici dive i koje vide kao podržavajuće, uz beleženje razloga zašto su odabrali tu osobu i koje osobine te osobe su joj potrebne za ono što sledi. Nakon individualnog osnaživanja, učesnici u malim grupama pomažu osobi da sebe osnaži kroz fidbek da li veruju kvalitetima koje je navela za sebe, a izgovorila u ogledalo gledajući svoj odraz. Ova vežba ima dvostruki cilj: oslanjanje na druge osobe iz svoje zajednice za podršku i razvoj ličnih kvaliteta, ali i upornost osobe da se posveti sebi i veruje da može da ima neophodne kvalitete za autentičan život. Krajnji zadatak je izgovaranje izabranog, najvažnijeg kvaliteta za osobu, u velikom krugu čiji je zadatak da negira vrednost tog kvaliteta. U ovom momentu, osoba prvi put može direktno i jasno da čuje glas Demona kako se opire osnaživanju Heroja u osobi, obezvređujući njene težnje za autentičnošću.[17]

Osvešćivanje reakcija koje su osobe u centru kruga imale kada su im obezvređivani kvaliteti trenutak je koji integriše način na koji su LGBTI* osobe tokom odrastanja obezvređivane u društvu u kom su odrasle. Osvešćivanje ovih emotivnih reakcija, kao i najprovokativnijih načina obezvređivanja kvaliteta i najjačih reakcija omogućuju osobi da sagleda razvojni put svog doživljaja u sadašnjem trenutku spram prošlosti u kojoj je dolazilo do sličnih situacija. Frustracija koje se javlja u tim trenucima neophodan je motivator za razvoj autentičnosti i odluke da se konfrontira ovim porukama društva. Razumevanje neophodnosti postojanja ove frustracije, kao i postojanja Heroja i Demona u svakome od nas jedan je od preduslova da se uđe u zdravu i plodonosnu konfrontaciju. Pretpostavka je da će osoba biti spremnija da se izbori za svoje potrebe ukoliko razume da je upravo dualna priroda Demon – Heroj u nama tlo iz kog nastaje frustracija, a koja nas motiviše da se razvijamo bez odricanja dela sebe, a uz integrisanje dobrih i loših strana odrastanja u celovit identitet. Prihvatanje ovako celovitog identiteta omogućuje osobi da razume sebe, da sagleda ko je i šta je, kao i da razume svoje težnje ka autentičnom življenju.

17 U „ritualu osnaživanja" tokom treninga PH, osoba u centru izražava unutrašnji otpor herojskom kvalitetu svojim telom, dušom i duhom, na taj način razrađujući ga, dok osobe koje čine krug ponavljaju ovaj herojski kvalitet poput osnažavajuće mantre pojačane bubnjevima. Iznenađujuće je da naše kolege iz Srbije umesto toga koriste tehniku obrnutog ogledala. (Komentar urednika)

Demon otpora

Dodatak urednika: U okviru PH treninga demon otpora se izvlači iz senke i stupa u akciju iz sopstvenog telesnog oklopa kroz rad sa telom i svest o telu. Tek posle mu se pripisuju opravdavajuće reči izjave (scenario) U radu sa LGBTI mladima, autorke opisuju različitu proceduru:*

„Pre ove integracije, kao idealnog cilja konfrontacije, učesnici u cilju razumevanja lica Demona otpora imaju zadatak da razluče autentične reakcije od neautentičnih, naloženih socijalizacijom. Razlučivanje se postiže kroz vežbu automatskih nasuprot autentičnim odgovorima. Ideja je da učesnici prođu kroz tri kruga odgovaranja na izjave jednog člana grupa. U prva dva kruga osobe se slažu ili ne slažu sa izjavom koju kaže jedan učesnik automatski, dok u poslednjem krugu odgovaranja, učesnici sami biraju kako će odgovoriti na izjavu – slaganjem ili neslaganjem sa njom. Nakon vežbe, učesnici u grupi diskutuju kako su se osećali kada su automatski i pod primoravanjem odgovarali na izjave, te koje je razlika tih osećanja i reakcija u odnosu na reakcije kada su mogli sami da biraju kako će odgovoriti na određenu situaciju.

Na ovu vežbu nadovezuje se predstavljanje izabranog mita iz srpske tradicije, a koji je izabran zbog specifične simbolike zidanja grada i žrtvovanja osoba zarad višeg cilja. U zavisnosti od grupe sa kojom se radi, simbol zidanja, cigli i žrtvovanja može biti drugačije tumačen. U radu sa LGBTI* mladima, odabrale smo da mit čitamo iz pozicije patrijarhata i heteronormativnosti kao građevina u koje rođenjem bivamo uzidani. Tako, osoba postaje jedna cigla u građevini sistema koje je okružuje a kog, često, nije ni svesna, kao što ne mora biti svesna ni ograničavanja suptilnih normi koji je okružuju. U radu sa mladima, čitanje mita ima za cilj prepoznavanje načina na koji nas, četo, čak i naša porodica žrtvuje verujući da to radi za veće dobro održavanja sistema, ali i prepoznavanje načina kako sami biramo da ostanemo uzidani u sistem i norme. Razumevanjem sistema i struktura od kojih je izgrađen, možemo da razumemo koja je naša uloga u sistemu, ali i na koji način možemo da donesemo drugačiju odluku o našoj ulozi. Ova odluka osnova je u izboru autentičnog načina življenja."

Dodatak urednika: Ova epska pesma opisuje težak društveni i kulturološki teret na ljudima. Naše srpske kolege u svom seminaru počinju konfrontaciju sa razmatranjem moguće veze između ovog mita i radionice: „povezujući zidove i društvene norme, kao i odbacivanje autentičnosti, kao način da budemo prihvaćeni". Oni to sažimaju u metaforu „biti zarobljen zidovima heteroseksualnih normi".

Skadarski mit - epska priča o Balkanu pre otomanskih osvajanja

Događaji iz ove priče navodno su se dogodili početkom četrnaestog veka. Smatra se da je nastala u oblasti u blizini Skadra (danas Shkodër ili Shkodra) u Severnoj Albaniji, tada Crnoj gori ili jugozapadnom delu Hercegovine, gde je bila snažna tradicija kraljevske porodice Mrnjavčević.

Priča opisuje građenje tvrđave na planini u blizini reke Bojane (Buna) kod Skadra, koju su želela braća Mrnjavčević (Vukašin, Uglješa i Gojko Mrnjavčević). Zidovi su se neprekidno rušili. Planinska vila (nimfa u slavenskoj

mitologiji) traži ljudsku žrtvu da bi zaštitila gradnju. Žena najmlađeg brata Gojka, koja je u to vreme dojila svoje dete, živa je zazidana u zidove tvrđave da bi ona mogla biti podignuta.[18] [19]

GRAĐENJE SKADRA[20]

Tri sina Mrnjavčevića, Vukašin, kralj i vojvode Uglješa i Gojko, odlučuju da sagrade tvrđavu Skadar, u blizini reke Bojane. Tri godine tri stotine radnika postavlja njene temelje, ali uzalud: ono što izgrade tokom dana, vila (ženski duh iz prirode) sruši tokom noći. U proleće četvrte godine, vila im je doviknula sa planine: „nećete uspeti, Vukašine, ako ne zazidate blizance, Stoju i Stojana, u zidine tvrđave".

Vukašin je poslao svog odanog slugu Desimira da pronađe dečaka i devojčicu, Desimir se vraća Vukašinu nakon tri godine, ali bez uspeha.

Ponovo, Vukašin zove Radeta, graditelja. Njegovih trista radnika ponovo počinje da gradi tvrđavu. Ono što kralj sagradi, vila uništi; ne uspeva ni da postavi temelje, a ne da podigne njene zidove. Sada vila traži od kralja da jedna od žena braće bude uzidana. Vukašin govori braći: „Žena jednog od njih koja sutra dođe sa ručkom za radnike na Bojanu biće uzidana u temelj tvrđave, da bi ona mogla da stoji. Tada ćemo konačno moći da izgradimo stabilnu tvrđavu na zemlji. Hajde da se zakunemo pred Bogom da nećemo ovo kod kuće reći svojim ženama, nego da će sreća odlučiti čija žena će sutra doći na Bojanu." Sva trojica su se zaklela i te večeri otišla svojim kućama. Dva brata, kralj Vukašin i vojvoda Uglješa, krše zakletvu i upozoravaju svoje žene da ne dolaze sutra na gradilište i govore im šta će im se desiti ukoliko dođu. Samo Gojko nije prekršio zakletvu i njegova žena ništa ne zna o svemu. Sledećeg dana dolazi vreme da se odnese ručak na gradilište. Vukašinova žena, kraljica, odlazi da vidi Uglješinu ženu i žali se na glavobolju, moleći je da ona tog dana preuzme taj zadatak. Uglješina žena se pretvara da je boli ruka, te kraljica odlazi kod mlade Gojkove žene. Ona na kraljicinu želju da odnese ručak govori: „Rado bih to učinila, kraljice, ali moja beba nije okupana, a moja platna nisu oprana". Kraljica joj nudi da će ona preuzeti njene dužnosti i Gojkova žena pristaje i odlazi da odnese ručak majstorima. Gojko vidi da ona dolazi i postaje „tužan zbog svoje žene i malog dečaka koji leži u kolevci, koji će ostati bez majke pre nego što napuni mesec dana". Žena ga je upitala zašto plače, a on se pretvara da je tužan zato što je izgubio zlatnu jabuku. Ona ga teši, ali on okreće glavu u stranu, „više nije mogao podneti da gleda svoju dragu".

Ali tada Vukašin i Uglješa „uzimaju njene bele i male ruke i vode je do gradilišta da je uzidaju u zid". Ona se smeje Radetu i njegovim majstorima, misleći da je to šala. Kamenom i drvetom počinju da je uzidavaju. Ona se i dalje smeje. Kada su stigli do polovine, ona shvata šta je čeka. „Pisnu kao guja" i poče da moli svoje devere da je ne uzidavaju. Oni je ni ne gledaju i njene molitve su beskorisne. Ona tada moli da pošalju poruku njenoj majci,

18 Izvor: https://en.wikipedia.org/wiki/The_Building_of_Skadar, preuzeto u oktobru, 2018.

19 Ova priča ili legenda postoji kao balada u Mađarskoj, Rumuniji i Bugarskoj. Srpski autor Vuk Karadžić ju je zapisao u obliku epske pesme slušajući pevanje hercegovačkog pripovedača po imenu Starac Raško. Karadžić ju je prvi put objavio 1815. Jakob Grim, jedan od braće Grim, preveo je pesmu na nemački.

20 Priču prepričava Manfred Weule po http://www.sacred-texts.com/nu/hbs/hbs06.htm, preuzeto 4. januara, 2019.

da kupi robinju koju će uzidati umesto nje. Ali ponovo joj niko ne pomaže. Zato ona moli Radeta, graditelja, da ostavi rupu u zidu, da bi njen sin Jovo mogao da sisa njeno mleko. Rade pristaje i ostavlja prozor kod njenih grudi. Ona ga tada moli da ostavi prozor i kod njenih očiju, da vidi dete kada ga budu donosili. On ponovo ostavlja prozor i tada završava zid.

Ova epska poema završava na sledeći način:

„Pa donose čedo u kol'jevci,
Te ga doji za neđelju dana,
Po neđelji izgubila glasa;
Al' đetetu onđe ide hrana:
Dojiše ga za godinu dana,
Kako tade, tako i ostade,
Da i danas onđe ide hrana:
Zarad' čuda i zarad' lijeka,
Koja žena ne ima mlijeka."

Komentari urednika:
Zbog posebne situacije LGBTI mladih u njihovoj kulturi, naše koleginice su opisale korake koje prethode radu na ličnosti kao što je trening Put heroja, koristeći uglavnom kognitivne i pedagoške koncepte. To bi moglo imati smisla. Upotreba ovog nacrta radionice pokazaće buduće rezultate. Ali zašto se to naziva Putem heroja? Demon otpora i Konfrontacija su redefinisani na način koji onemogućava dolazak do sporazuma. Zbog toga je nužno ponovo navesti jasne opise i opisati ove razlike, kao što je uobičajeno u tim procesima o kojima govori ovo poglavlje. Čini se da je upotreba pedagoških koncepata uvek potrebna za osiguravanje autoriteta, a čini se da samoorganizovano učenje i saradničko učenje postaje nemoguće. Ovo je tema iz senke, kao i pitanje: kako sam ja sama kao terapeut, savetnik, facilitator ili trener, kao žena ili kao muškarac ili kao LGBTI* osoba stradala pod ovim teretom kulture, u prošlosti i sada, te kako ja sama živim s njim?*

Bol je senka kulture i društveni tabu: bol je osnovno osećanje u procesu promene. Bol je takođe tranzicija ka žalosti kao osnovnom osećanju puštanja, odvajanja, pozdravljanja sa nečim, promišljanja o starim pitanjima. Društveno, bol se brzo potiskuje pilulama i oštrim izjavama: „sve je sada u redu", kaže majka detetu koje vrišti i plače, zato što se povredilo. Ili pacijenti koji uzimaju zdravo za gotovo to što im doktori i bolnice daju lekove protiv boli. Ali bol je zdrav „čuvar" za „prevelike promene". Istraživanja o stresu na primer znaju da bol služi kao nadzornik koji pazi na hronifikaciju fizičkih promena (bolesti). Uticaj ovog kulturološkog tabua je to što mnoge bolne promene ne mogu biti uključene i transformisane, nego postaju hronične, te vode ka bolestima i završavaju u ćorsokacima. Opis rada ove grupe pokazuje da je potrebno mnogo eksperimentisanja i istraživanja da bismo bili u stanju da

pratimo mlade u partnerstvu i sa dobrim kvalitetom baveći se gorućim temama kao što je seksualnost, proces napuštanja i zrelosti, u autoritativnim patrijarhalnim kulturama.
I za kraj, nekoliko detaljnih komentara i hipoteza o skadarskom mitu, koji mogu da posluže kao primer za istorijsko-kulturološku analizu mitova.

Ova priča vas poziva na igre uloga o njoj. Ovo bi moglo otvoriti telo i prizvati osećanja.

1. Skadar: Priča o patrijarhalnoj nadmoći nad dve žrtve

Naše saradnice iz Srbije su nam rekle da se ova pesma i danas obrađuje u svim srpskim osnovnim školama, uz implicitan ili eksplicitan poziv da devojčice treba da posmatraju Gojkovu neimenovanu mladu ženu kao primer ponašanja dobre žene i u naše vreme.
Drugim rečima, poruka je: prihvatite majčinstvo i predajte se muškoj nadmoći kao vrednosti višoj od autentičnosti i ljubavi. Vidimo da su u ovoj priči sve žene bezimene, ali svi muškarci imaju imena, čak i beba koja još uvek sisa. Gojkova žena je kroz izdaju primorana da umre kao žrtva. Zakletva, koju traži kralj Vukašin, prvobitno deluje kao sporazum između tri brata, ali ispostavlja se da je to kraljevska zapovest koja opravdava ubistvo kao „dobro za sve" i obavezujuća samo za najmlađeg brata sa najnižim statusom, Gojka. Implicitna poruka dečacima: ponašajte se kao ratnik, prihvatite naredbe zapovednika države i vojske kao najvišu vrednost, potisnite svoja osećanja, ljubav i odanost onima koje volite. Priča pokazuje kako se Gojko oseća u ovoj dilemi, očigledno sa namerom da se njegovo ponašanje pohvali kao žrtva za opšte dobro. Dakle, druga žrtva u ovoj priči je on: Gojko.
Ovo može da ukaže na pitanje - kako mogu drugi delovi srpskog društva postati partneri ili saveznici LGBTI zajednice.*

2. Skadar: priča sa mnogo slojeva: lokalan istorijski događaj postaje priča/legenda, a zatim i narodni mit.

Čini se da se u četrnaestom veku odvio jedan lokalan događaj vezan za probleme prilikom građenja tvrđave.[21] Ljudi su ga upamtili i prepričavali. Zašto su se zidovi rušili? Ova činjenica mora imati svoj razlog, uzrok. Od drevnih vremena su se ovakvi događaji tumačili kao ishod poremećene ravnoteže između prirode i ljudskih aktivnosti, npr. između ženske (Yin) i muške (Yang) energije[22]. Stoga je moguće da je u ovoj oblasti između reke i planine bilo

21 Trebalo mi je neko vreme da se setim da sam nekada stajao na ovoj tvrđavi. Kada sam posetio „Narodnu Republiku Albaniju", 1973, putovanje moje grupe je takođe uključilo i Skadar. Dok smo stajali na planinskoj tvrđavi i gledali na grad sa sto četrdeset hiljada ljudi ispod nas, iznenadio nas je neobičan zvuk. Trebalo nam je neko vreme da shvatimo da je to bio zvuk deset hiljada ljudskih glasova koji su brujali kao pčele. Kako je to moguće? U socijalističkoj Albaniji nisu postojala privatna vozila, samo autobusi, vozovi i kamioni. Automobile su posedovale firme, javne službe, vojska i policija. Stoga je buka automobilskog saobraćaja na koju smo mi navikli bila skoro nepostojeća. Fantastično sećanje. Manfred Weule

22 Ideja uravnotežavanja muške i ženske energije prisutna je i u motivu traženja blizanaca, dečaka i devojčice, kako bi oni bili žrtvovani.

potrebno ponovno uspostavljanje ravnoteže osnaživanjem ženske energije na ritualan način.
Sledilo je trista pedeset godina otomanske vlasti i moguća hipoteza je da je bitka protiv otomanske vlasti i za nacionalnu nezavisnost možda transformisala originalan lokalan događaj sa žrtvovanjem simbolične ženske osobine u herojsku patrijarhalnu legendu po kojoj je princeza iz porodice Mrnjavčević bila prisiljena na žrtvu. Stoga je ova priča postala narodni mit koji je hvalio hrabrost vladajućeg porodičnog klana, nekadašnju političku veličinu, patrijarhalne norme i potčinjenost žena.
Čuda da je majčino mleko sve do danas nastavilo da teče kao svetilište za mlade majke koje nemaju mleka, takođe ima dva „sloja": staru tradiciju o svetilištu Velike majke, boginje Zemlje, koju je kasnije nadvladala hrišćanska verzija.
Legenda je postala zaplet priče oko zamke za hvatanje žrtve kroz izdaju radi uzidavanja žrtve i ona podstiče muški stav vojne poslušnosti, „red je red", kao i stav ženske hrišćanske poniznosti. Ona je neočekivan najveći test ili vrhovno iskušenje za mladu princezu, za njenog muža Gojka i za njihov odnos.

3. Skadar pokazuje iskusnu ratničku kulturu

Kontekstualne informacije o istorijskoj situaciji pokazuju odbranu države i duh protiv otomanske invazije, 1459, te mogu da objasne divlju odlučnost u borbi za nacionalnu nezavisnost tokom sledećih trista pedeset godina otomanske vlasti. One pokazuju i uspešan otpor protiv habsburške vojske 1914. Očigledne su i u vojnom otporu protiv nacističke okupacije u Drugom svetskom ratu. U različitim obliku, tokom istorije se ponavlja da se ratovi zaustavljaju na granicama Jugoslavije. Ovde sigurno postoji duga tradicija borbe, prihvatanja rata kao političkog instrumenta, poštovanje muških ratnika i pesnika koji pevaju o njima. Čini se da je posebno stapanje hrišćanske pravoslavne crkve i države poteklo upravo iz ovog antagonizma prema islamskim otomanskim osvajačima.

4. Skadar: svetlost i senka

U drevnim kulturama je Majka uvek imala isceljujuću svetlu stranu i smrtonosnu tamnu stranu. One obuhvataju ciklus života: bez smrti starog nema rađanja novog. I obrnuto, svako rođenje je put ka smrti i umiranju.
Monoteističke religije teže da unište starije politeističke kultove, da prikažu istoriju kao horizontalnu liniju (Eliade, 1954) i Veliku majku podele na svetao, negujuć, dobronameran, isceljujuć deo, kao što je Devica Marija, i na tamnu, uništiteljku, vešticu, kao što su Lilit, Baba Jaga, itd. U odnosu na ovaj razvoj, možemo u epskoj pesmi „Zidanje Skadra" posmatrati destruktivnu vešticu vilu kao planinski i vodeni duh. Aspekti svetle i ponizne Device Marije čini se da su projektovani na uzidanu ženu.

5. Skadar: građenje žrtve

U domorodačkim tradicijama uloga žrtve je prenos energija između različitih svetova, različitih stvarnosti da bi se ritualno osnažila zajednica i uravnotežio njen odnos sa nevidljivim partnerima. Još od ranih neolitskih naseobina,

arheolozi u kućama i oko njih pronalaze ostatke obaveznih donacija Majci zemlji, mrtvima ili precima, „Duhu kuće". Ovo su simbolični darovi kao što je model kuće, ritualistički atributi svetog, lutke, životinje, itd. (Gimbutas, 1982). Retki su ostaci žrtvovanih ljudskih tela.
„Civilizacija" označava „život u gradovima". Od njenog početka, pre deset hiljada godina, do danas, žrtvovanje ljudskih bića u kultovima i ratovima služi održavanju moći vladara, kraljeva, velikih šefova, generala, vojski, političkih i ekonomskih sistema. Nema razloga da balkanske kulture omalovažavamo kao nazadne. Patrijarhalni sistemi legitimizuju sami sebe na brojne načine. Jedna od dominantnih formi na Zapadu je nadmoć racionalističke stručnosti nad celim društvom.

6. Skadar: kultura ima više tradicija, ne samo patrijarhalnu

Brojne činjenice podržavaju stanište da kultovi Velike majke pripadaju najstarijim slojevima ljudskog života na zemlji. Istraživanja litvanske arheološkinje Marije Gimbutas (Gimbutienė, 1982) o Balkanu ukazuju na činjenice u korist njene hipoteze da je u Evropi postojala indoevropska kultura „struktuirana na matrifokalan, a moguće i matrilinearan način, uz sedelački, agrikulturni, egalitaristički i miroljubiv način života", u oštrom kontrastu sa indoevropskim osvajačima iz Rusije, koji su bili militantni, nomadski, uzgajivači stoke i osvojili su Balkan oko četiri hiljade godina pre nove ere. Takođe, kada su drugi arheolozi kritikovali njenu hipotezu o „staroevropskoj kulturi", kao što pokazuju najstariji poznati pisani epovi, sumersko-vavilonski ep o Inani/Ištar i Gilgameš[23], kontradikcija između drevnog perioda sa kultom Velike majke s jedne strane i kasnije patrijarhalne klasne države sa monoteističkim Bogom Ocem, s druge strane, jeste činjenica, koja nas može inspirisati da „iskopamo" različite predačke korene svoje sopstvene kulture u usmenoj književnosti, mitovima i umetnosti.[24]
Posebno izražavamo želju da se potraže i drugi mitovi koji mogu pokazati životnije i ohrabrujuće elemente.

23 Za Ep o Inani vidite Volksten (Wolkstein, 1983) i Pereira (Pereira, 1983), za Ep o Gilgamešu Šhrot (Schrott, 2001)

24 Npr. „Misterija bugarskih glasova" („The Mystery of Bulgarian voices") koju peva hor žena, otkriva izvanrednu drevnu muzičku tradiciju Balkana

Zemlja nepoznatog · Tugovanje

"Niko ne želi da tuguje, ali bez tugovanja nema inkluzije, transformacije i radosti"

1. Ko smo mi i šta radimo

Dragi čitaoče, molimo te da prihvatiš naš poziv na malo putovanje. Putovanje u Zemlju nepoznatog. Biće nam drago da budemo tvoji vodiči na ovom putovanju. Mi smo iskusili ovaj teren iz prve ruke, a vodili smo na njega i različite klijente. Kako se ne bismo izgubile u ovoj beskrajnoj Zemlji, pažljivo smo ispitale putanju kojom ćemo ići. U želji da saznamo o ovoj čudnovatoj sredini što je moguće više, istražile smo iskustva koja ona nudi. Ko smo mi i šta nas je spojilo?

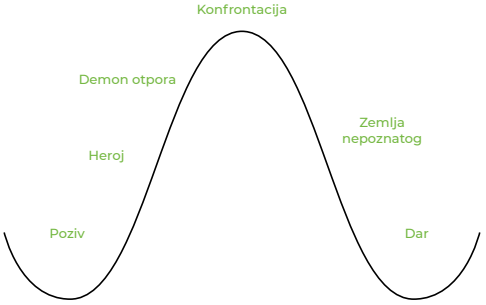
Mi smo četiri žene koje dolaze iz različitih delova naše zemlje i iz različitih profesija. Naše zajedničko interesovanje je Put heroja i rad koji uključuje ekspresiju. Verujemo da je Put heroja proces transformacije i promene koji uključuje kreativne metode udružene sa važnim izazovima ljudskosti - osećanjima, telom i umom. Put heroja predstavlja način gledanja na naše životne situacije i naša iskustva, način razmišljanja. Ovaj pristup omogućuje bliži kontakt sa našom ritualnom prirodom, kreativnošću, pomaže nam da nađemo resurse i da uvidimo svoja nova lica. Takođe nam dozvoljava da koristimo ove prednosti u procesu samorefleksije kada radimo sa svojim klijentima. Sada, mi smo četiri prijateljice i koleginice koje će zajedno poći na avanturističko putovanje.

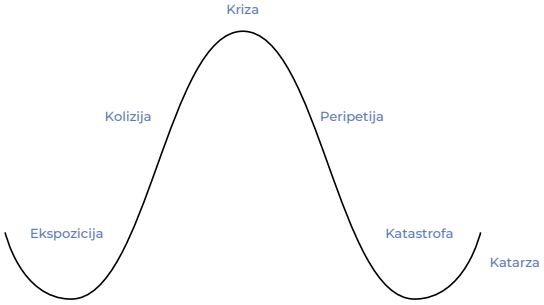
2. Zemlja nepoznatog

Pre nego što se upustimo u putovanje kroz ovu Zemlju, opisaćemo šta se zbilo na njenoj prelomnoj tački. U prethodnom koraku - *Konfrontaciji,* polovi naše ličnosti koje su u konfliktu (predstavljene kao *Heroj* i *Demon otpora*) postale su povezane i postignut je dogovor. *Dogovor* je krajnji opis onoga što Heroj i Demon imaju zajedničko ili onoga što im je potrebno. Kako bi Dogovor bio validan, obe strane moraju da budu zadovoljne njegovim sadržajem. Ovaj proces po sebi, početak je novog načina koncepta sebe (Humphrey, 2015). Često se naziva i Herojevom inicijacijom (Campbell, 2000). Heroj, kada je prošao inicijaciju, prihvata ove konfliktne aspekte sebe, što povećava njegovu snagu i herojski potencijal. Tek tada je Heroj spreman da zakorači u Zemlju nepoznatog. Kada Heroj prekorači prelomnu tačku otvaraju mu se nove dimenzije ličnosti (Rebillot, 1999). Zemlja nepoznatog predstavlja neograničeni broj načina na koji možemo kreirati svoju realnost (Weule i Weule, 2015). Ponekad, ova sredina se naziva i zemljom čuda ili zemljom testiranja (Rebillot i Kay, 1993; Campbell, 2000). To je prostor u kom novi self koncept (predstavljen u vidu *Dogovora*) biva testiran, ojačan i konsolidovan kroz probe i testove, a proces transformacije je upotpunjen *Vrhovnim iskušenjem* i ritualom pozdravljanja.

Faze će biti detaljno objašnjene kasnije.

Trening Put heroja Pola Rebiloa konceptualizuje svet mitologije, teatra i terapije. Pogledajmo gde se tačno nalazimo na ovom polju. Slika procesa Put heroja kao kruga se nalazi u uvodu ove knjige. Kako bismo napravile poređenje sa drugim poljima, transformisaćemo taj krug u parabolu:





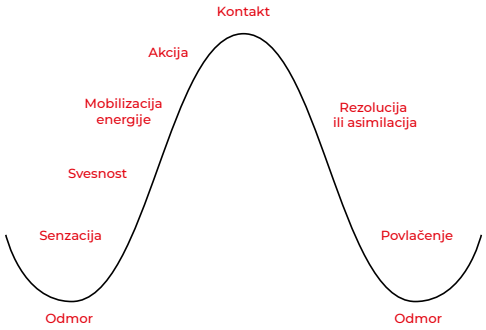
Kako bismo ilustrovale dramsku liniju Puta heroja, možemo koristiti tradicionalni način konstrukcije drame - Aristotelovu parabolu[25]

Kako bismo pokazale terapijsku perspektivu, koristićemo krug kontakta iz Geštalt terapije[26]

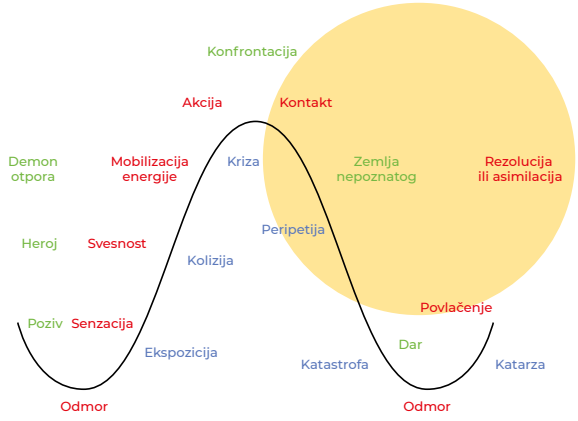
25 Aristotelova struktura drame može da deluje zastarelo u 21. veku. Uprkos periodu u kom je nastala, i dalje je prisutna u srži sistema, bilo da je u pitanju literatura ili pozorište. Zašto je to tako? Zato što kada god uvodimo zaplet, moramo da obezbedimo uslove da se taj zaplet razume (izloženost). Da bi zaplet bio interesantan, moramo uvesti napetost i konflikt kao motivaciju da se nađe rešenje (sudar). Svaki događaj ili situacija kulminira dostižući dramatični vrhunac (kriza) koji nudi moguća rešenja, alternative i varijacije, prepreke i preokrete, i koji poziva na akciju. Završetak putovanja je odricanje prethodnih akcija (katastrofa) i inicira pročišćenje (katarzu) i samim tim opuštajuću atmosferu. Ovo može biti početna tačka novog putovanja (Aristotelés, 2008).

26 Život svake osobe odvija se u ciklusima. Ova slika pokazuje ciklus svest-uzbuđenje-kontakt (proces započinjanja kontakta i povlačenja) po Geštalt terapiji, koji se naziva i ciklus kontakta. Ciklus kontakta uvek započinje u fazi odmora, kada je ona uznemirena senzacijom (npr. fizički - glad). Kada je senzacija primećena, prelazimo u fazu svesti tokom koje je senzacija identifikovana (gladni smo, znamo da smo gladi i osećamo to). Zbog svesti o senzaciji počinjemo da prikupljamo energiju (mobilizacija energije u mišićima da bismo ustali i otišli do kuhinje). Zatim sledi faza akcije (pravimo lepu hranu). U fazi potpunog kontakta doživljavamo među-povezanost, interakciju, susret (u ovom slučaju potpun susret između nas i hrane u našem stomaku). Nakon faze kontakta sledi faza asimilacije - zadovoljstvo, prihvatanje, dovršenost, integracija (saturacija). Tek nakon ove faze sledi povlačenje (gubitak interesovanja) te sledi odmor (Zinker, 2004).

Kombinacija tri glavna polja pokazuje gde se nalazimo iz terapijske, dramske i perspektive monomitskog toka priče:



Rečeno terminima Puta heroja, zaplet ponovo postaje komplikovan kada su Herojevi kvaliteti testirani spram novog self koncepta (vidi gore). Put heroja je, sada, ispunjen paradoksom. Pod paradoksom podrazumevamo očiglednu kontradiktornu tvrdnju za koju se ispostavlja da je istinita (Allison i Caire, 2015). Ovi paradoksi ne tiču se samo heroja, već svih ljudi - svi mi moramo da se suočimo sa bolnim izazovima koji se neophodni na našem putu ličnog rasta. Mnogi ljudi pate zbog ovih paradoksa jer ne prepoznaju njihovu vrednost. Priče nam dozvoljavaju da vidimo smislene životne istine u drugačijem svetlu (Allison i Goethals, 2014). Prvi paradoks je da put do uspeha vodi kroz patnju. Tamo gde smo mislili da ćemo naći prezir možemo naći Boga (Allison i Goethals, 2014). Kada heroj ide nizbrdo, to je njegov put ka vrhu (Rohr, 2011). Kako tvrdi komparativni mitolog Kembel (2000) - „Tamo gde se sapleteš leži tvoje blago". Ova izjava nam govori da se suočimo sa svojim najvećim strahom. Kembel, takođe, često koristi metaforu ubijanja zmaja kako bi sugerisao da je konfrontacija sa našim najvećim strahovima neophodna za iskupljenje. Tek kada Heroj skupi svu svoju hrabrost i kada je spreman da se suoči sa svim izazovima, može da uđe u zmajev brlog, može da pobedi sve demone, a proces transformacije može da bude upotpunjen. Drugi paradoks je povezan sa prvim. Kada mislimo da ubijamo druge, ubijamo sebe. Ubistvo zmaja znači u svojoj suštini ubistvo svog lažnog ili nepotpunog pređašnjeg selfa, tako dozvoljavajući našem herojskom selfu da se uzdigne (Allison i Goethals, 2014). Ovo je, stoga, proces gubljenja iluzije o sebi, rastanak od ranijeg selfa i svega što mu pripada.



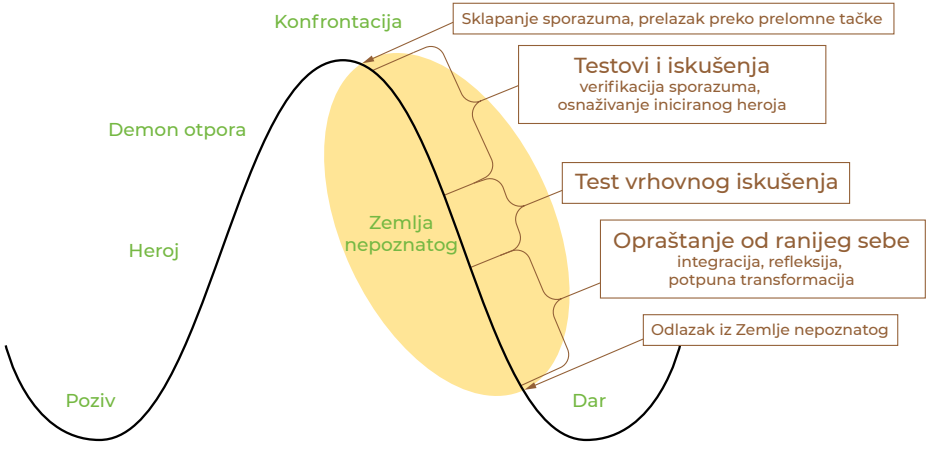
Ako mislimo da treba da odemo, treba, u stvari, da idemo do centra naše egzistencije (Allison i Goethals, 2014). Treći iznenađujući paradoks Herojevog puta jeste potreba da se ode kako bi se vratio sebi. Odlazak iz zone konfora u nepoznatu tamu jeste očekivan i neophodan deo heroizma i ljudskog života generalno (Campbell, 1998). Ovo

putovanje je put rasta i transformacije, te herojskih priča koje nas uče, bilo da smo heroji ili ne, da moramo da napustimo svoj siguran, poznat svet kako bismo pronašli sebe (Levinson, 1979).

Poslednji od ovih paradoksa povezan je sa zaključkom o nepoznatoj zemlji i tranzicijom u naredni korak koji se zove *Dar*. Četvrti paradoks prati i protivreči prethodnoj izjavi. Ako mislimo da treba da budemo sami, treba da budemo sa celim svetom. Put heroja se ne završava ubistvom zmaja (Allison i Goethals, 2014). Heroj mora da se vrati svom domu kako bi promenio svoje okruženje u pozitivnom smeru (Campbell, 2000). Heroj koji je usamljen na svom putu postaje sastavni deo sveta (Allison i Goethals, 2014).

Pojednostavljeno, u Zemlji nepoznatog Heroj mora da se podvrgne iskušenjima koja ne samo da proveravaju njegove kvalitete, već ih i konsoliduju i tako daju snagu Heroju. Heroj takođe mora da se podvrgne i Vrhovnom iskušenju, tokom kog se suočava sa svojim najvećim strahom, koji je karta za poslednju fazu putovanja kroz Zemlju nepoznatog. U poslednjoj fazi putovanja kroz Zemlju nepoznatog, Heroj upotpunjuje transformaciju „gutanjem" dara i pozdravljanjem sa duhovnim vodičem (u našoj radionici koristimo ritual opraštanja). Ovakav tok priče podržava zadatak koji doprinosi procesu promene iz terapijske perspektive (vidi *Krug celine i destrukcije*). Tokom ove faze procesa, pun kontakt se dešava sa relevantnim sadržajem naše psihe, uključujući i integraciju i završetak u cilju povlačenja i odmora.

Sažeto, naša hipoteza o Zemlji nepoznatog, bazirana na predstavljenim konceptima, glasi da je Zemlja nepoznatog podeljena u 3 faze kroz koje svaki učesnik mora da prođe kako bi završio proces transformacije i pripremio se za sledeći korak Puta heroja - prihvatanje dara.



Na osnovu ove hipoteze kako je prikazana na slici iznad, autorke su u radu sa klijentima koristile sledeće tri faze Zemlje nepoznatog:

a) Testovi i probe korišćene da se potvrdi i konsoliduje Dogovor
Dogovor je veza između dva pola ličnosti - Heroja i Demona otpora. Dogovor upravlja zajedničkim funkcionisanjem dela koji ide napred i želi da dostigne cilj i dela koji je protektivan i čuva status kvo. Za rezultat, Dogovor ima motivacionu i protektivnu dimenziju. U ovom trenutku, oba pola mogu biti aktivna. Sve ovo ojačava kompleksnost osobe (Heroj koji je prošao inicijaciju) uključujući herojski i demonski deo. Funkcija ove faze je da se ojača Dogovor, npr. da se ujedine polovi kroz potvrdu i konsolidaciju. U isto vreme, Zemlja nepoznatog je percipirana kao prostor neočekivanih mogućnosti i potencijala. Mi ponovo otkrivamo činjenice o sebi kroz kontekst novog self koncepta (Heroja koji je prošao inicijaciju). Kroz testove mi takođe proširujemo svoje mogućnosti - ispitujemo svoje granice i povećavamo svoje potencijale. Zahvaljujući testu približavamo se svojim granicama i imamo mogućnost da idemo izvan njih ili da ih konsolidujemo. Ovi specifični pristupi (Vidi Metode rada u odeljku 5.) dovode nas do koncepta svesnog i nesvesnog kako bismo ih integrisali.

b) Vrhovno iskušenje
Prema Rebilou (Rebillot, 1999), ovaj test je povezan sa najvećim strahom. Kako je pomenuto, suočavanje sa najvećim strahom je deo procesa transformacije i karta za poslednju fazu. Tradicionalno, najveća patnja i najveći strah povezani su sa smrću, konačnošću i gubitkom kao takvim. Bez obzira da li smo suočeni sa svojom konačnošću i strahom od nje ili sa strahom od ostavljanja i gubitka voljenih, bitnih odnosa, veština, prilika, mogućnosti, sposobnosti, itd., u životu su ovi događaji povezani sa dubokim tugovanjem. U tom trenutku moramo da donesemo odluku da li ćemo se namerno suočiti sa ovim strahovima i prihvatiti gubitak kao neodvojivi deo putovanja (kako herojskog tako i životnog putovanja).

c) Ritual puštanja (ritual opraštanja)
Tokom ove faze, gubitak je prihvaćen kao deo putovanja. Moramo da ostavimo staro, nepotrebno, nekorišćeno kako bismo napravili prostor za novo (predstavljeno u sledećem koraku Puta heroja). Neophodna komponenta tokom ove faze je ritual opraštanja, koji pomaže u integraciji promena koje odnose staro i donose novo, ali i pravi prostor i vreme da se prođe kroz proces razdvajanja, odlaska, opraštanja i olakšanja.

Zemlja nepoznatog rađa Heroja sa novim licem - neophodno je osvestiti šta je kod Heroja novo, a šta je ostavljeno.

Ceo ovaj proces praćen je različitim emocijama i osećanjima. Oni će biti detaljnije objašnjeni u sledećem poglavlju.

3. Osećanja u Zemlji nepoznatog

Emocije se stalno menjaju kroz sve faze. Cilj aktivnosti nije da probudi specifične emocije već da obezbedi prostor kako bi se iskusile sve faze. Facilitator može pomoći u osvešćivanju različitih emocija i može da motiviše u njihovoj eksploraciji (onih koje sebi ne dozvoljavamo ili sa kojima nismo u kontaktu). Učesnici mogu da iskuse nešto što je inače nedostupno, pozitivne i negativne emocije, prihvate ih i vide njihovu cenu, snagu i neophodnost. U svakodnevnom životu osećanjima nije dato dovoljno prostora da budu slobodno i sigurno iskazana (npr. agresija). U kontekstu Zemlje nepoznatog učesnici često dopuštaju sebi da osete ono što je tabu u njihovim životima. Ovo iskustvo dešava se kroz sve bazične emocije.

- Primeri reflektovanih emocija koje su povezane sa Zemljom nepoznatog tokom radionice: ljutnja, osuda, posvećenost, tuga, sreća, posramljenost, radoznalost, poniženje, nerazumevanje, uzbuđenje, oduševljenje, strah, beznadežnost.

- Iskustva i asocijacije koje se tiču nepoznatog prema herojima Upica: budnost, znatiželja i strah istovremeno, oklevanje, adrenalin, unutrašnji konflikt - povući se, ali nije li šteta? - želja da se istraži, strah od razočaranja i istovremena posvećenost, znam da želim da istražim ali samo tražim načine kako to da uradim (polako, brzo, pažljivo, nestrpljivo), nema nazad - onda nikad nećemo znati, važno je istražiti više? Da li je dovoljno ovo što već imam?

Druge grupe su izvestile o sličnim iskustvima. Iako se različite emocije javljaju i ne može se sa sigurnošću tvrditi ko će osećati šta, u istraživanju Zemlje nepoznatog dominantna osećanja su znatiželja, sreća i gađenje. Vrhovni izazov je često povezan sa strahom, ljutnjom i agresijom i bolom. Poslednjoj fazi, ali i osećanjima povezanim sa poslednjom fazom - tugovanju - ne može se pristupiti direktno, što je u skladu sa pretpostavkom da je u pitanju „post procesno" osećanje (vidi uvod u knjigu). Često ova emocija pojavljuje tek nakon što osoba iskusi bol, ljutnju ili neraspoloženost - zbog toga se Vrhovni izazov i sposobnost da se suoči sa najvećim strahom smatraju zamišljenom kartom za poslednju fazu, gde tugovanje može da se iskusi u bezbednom okruženju.

4. Tugovanje i rad sa tugovanjem

Iskustvo tugovanja je često povezano procesom napuštanja nečeg starog, zbog čega se klasifikuje kao „post-procesna" emocija. Može se iskusiti kroz refleksiju, samorefleksiju i prisećanje. Ovo osećanje može da indukuje bezvoljnost, rezigniranost, osećaj odvojenosti, nepovezanost sa okolinom, ali i olakšanje (Weule i Weule, 2016). Bezvoljnost se može manifestovati kao „nedostatak sindroma" - nemamo dovoljno voljene energije, motivacije, značaja, ideja i interesa (Machleidt, 1995). Pravljenje tabu teme od tugovanja onemogućava refleksiju i integraciju (Weule i Weule, 1998). Tugovanje je najčešći odgovor na gubitak značajne vrednosti u životu i povezano je sa značajnim smanjenjem aktivnosti. Ovo smanjenje je nameran odgovor organizma u cilju stvaranja prostora za reorganizaciju (Nakonečný, 2000).

Asocijacije na tugovanje koje su dali učesnici radionice: senzitivnost, vreme, tuga, želja, usamljenost, ljutnja, zagrljaj, čišćenje, nostalgija, pomirenje, tama, nada, dubina, bol, olakšanje, iskusiti, stajati mirno, utapati, paraliza, konačnost, izolovanost, suze. Neka od ovih osećanja su više povezana sa agresijom/bolom, a druga sa anksioznošću. (Interesantno je pitanje zašto učesnici nisu navodili refleksiju.) Zašto je tugovanje u kontekstu naše civilizacije često tabuizirano osećanje? Neka od mogućih objašnjenja su sledeća:

1. **Nema se vremena i prostora za njega.** U duhu motoa današnjice: „*Nema se vremena za gubljenje vremena"* i sličnih izjava, tugovanje je inhibirano i nepoželjno osećanje.

2. **Živimo u društvu koje je okrenuto učinku -** bezvoljnost i rezignacija, paraliza i smanjenje energije povezani su sa tugovanjem i čine nemogućim ostvarivanje poželjnih socijalnih uloga.

3. **Tugovanje je neprijatan proces za nas i našu okolinu -** često nismo u mogućnosti ili ne želimo da podnesemo proces tugovanja. Pokušavamo da razrešimo svoju patnju što je brže moguće, da je sakrijemo od drugih ili da brzo pomognemo drugome da ne pati (putem utešnih reči ili lekova), umesto da pustimo da se smiri prirodnim putem. Postoje i rodno i uzrasno zasnovani stereotipi, kao što su: „dečaci ne plaču" ili „tako velike devojke ne plaču". Teško nam je da delimo tugovanje - da ga pokažemo drugima i da pustimo druge da tuguju bez osećanja sažaljenja prema njima.

4. **Velika je razlika između sažaljenja i saosećanja.** Dok sažaljenje stavlja onoga koji pati u ulogu žrtve, saosećanje nam dozvoljava da delimo tugovanje i gubitak „trenutnim učešćem". Kada nam je žao nekoga, pokušavamo da utešimo osobu i trivijalizujemo patnju izjavama poput: „biće sve u redu", „nije to ništa strašno", „nemoj da plačeš", itd. Osećanje saosećanja treba da ponudi prisustvo koje omogućava prostor za tugovanje.

   Napomena:

   Učesnici radionice su uvek imali dovoljno vremena i prostora da slobodno žale. Svi su mogli da odluče da li će deliti svoja osećanja ili se skloniti i završiti svoj proces. Nije izuzetak da je vežba/test izazvala tugovanje koje je imalo snažan efekat na učesnike - u tom trenutku se ispostavilo da nas je bilo dovoljno na radionici da smo mogli da izdvojimo nekog od nas da radi individualno sa učesnicima.

5. **Konačnost sveta i nas, smrt kao društveni tabu.** Navikli smo da se borimo protiv bolesti i smrti; uobičajeno mi osiguravamo svoj život na različite načine. Premda je poželjno da zaštitimo svoje živote kako bismo bili zdravi i zaista uživali u životu, činjenica o konačnosti i smrti ne sme biti zanemarena. Nažalost, naša smrtnost i konačnost svega kroz šta prolazimo je veliki tabu. Plašimo se da pričamo o tome jer se bojimo velikog bola i tuge koji su povezani s tim. Međutim, ovo samo povećava nivo zastrašenosti od te slike. Mi se bojimo kontakta sa svojom konačnošću.

6. **Gubitak je tabu.** Poželjno je nastaviti sa rastom i razvojem. Druga strana novčića - odlaženje, gubitak, itd., povećava anksioznost i neizvesnost, čime izbegavamo razmišljanje o ovoj činjenici. Jednog dana ćemo sigurno izgubiti stečeno, osnove slike o sebi, bilo da su to materijalne stvari, ljudi, odnosi, životne uloge, status, mogućnosti, sposobnosti, prilike, itd. Gubljenje nečega starog je deo života i deo promene.

Ovo je samo nekoliko perspektiva zašto ne dozvoljavamo sebi da proživimo tugovanje i doživljavamo ga kao tabuizirani problem. Ipak, to ne znači da ono prestaje da postoji. Samo ga skrivamo ispod vela ljutnje, hladnoće, humora, itd. Ukoliko tugovanje nije proživljeno u potpunosti i traumatično iskustvo nije integrisano, ovo može rezultirati somatizacijom na fizičkom nivou, uključujući anksioznost, zavisnost ili samodestruktivno ponašanje. S druge strane, „zaglavljenost" u tugovanju vodi u depresiju ili sveopšte povlačenje.

Kako bezbedno raditi sa tugovanjem?

Kako prevazići tabu, dopustiti sebi tugu, a istovremeno ne biti preplavljen njome? Svesno življenje kroz odvajanje i tugovanje otvara vrata egzistencijalnim pitanjima konačnosti svega - veliki tabu koji je suprotan od neprekidnog konzumiranja, prikrivanja i aktivnosti. Snaga tugovanja zavisi od stepena privrženosti objektu koji ostavljamo. Tugovanje dosežemo kroz ljutnju, agresiju i bol, a sklanjamo se od njega kroz tugu i opraštanje.

Ovde ćemo pokušati da definišemo nekoliko principa u radu sa tugovanjem. Oni su zasnovani kako na ličnom iskustvu, tako i na radnom iskustvu o kome govore klijenti u grupnom i individualnom radu.

1) Vreme za život sa gubitkom.
Neophodno je osigurati dovoljno vremena. Iz perspektive facilitatora i instruktora, ovo znači osigurati dovoljno vremena za tugovanje. Potrebno je struktuirati temu tako da nema potrebe za žurbom kroz faze i da postoji prilika da se obezbedi dovoljno vremena. Važno je razumeti da je dinamika većinom unutrašnja (osoba je više u sebi nego sa drugima). Kao rezultat, procesom dominira individualno iskustvo u odnosu na grupnu akciju. Spolja izgleda kao da se ništa ne dešava, ali se proces odvija u svakom učesniku (odbijanje, prisećanje, integracija, odvajanje, itd.)

2) Sigurno mesto življenje s gubitkom.
Razvijanje sigurnog prostora je jedan od preduslova za kontakt sa tugovanjem. Ako osećamo nepoverenje, ugroženost, nesigurnost, jednostavno nećemo dozvoliti da budemo ranjivi, utešeni i povučeni - bićemo stalno na oprezu. Kako možemo da podržimo osećaj sigurnosti iz pozicije facilitatora/instruktora?

Snaga i prisustvo - facilitator ne žuri i ne pokušava da ubrza ništa, nije pun sažaljenja, ne pokušava da trivializuje ili pojača iskustvo. Ovo znači da on poštuje i prihvata klijentovo iskustvo, ne meša se u lični proces, ali je istovremeno i prisutan. Biti prisutan znači biti koncentrisan na situaciju sada i ovde, biti receptivan, ne iznositi teme, ne

biti u strahu od čekanja, tišine, praznine i ne praviti pretpostavke. Ostati u „ne radim ništa", besposlenosti, paralizi i pasivnosti.[27]

Obezbeđivanje fizičkog prostora pogodnog za ritual. Radimo sa atmosferom, uzimamo u obzir sposobnosti učesnika, transformišemo prostor tako da on odgovara upotrebljenim tehnikama. U ovom momentu, prostor je rezervisan za ritual. Znamo gde i kada ulazimo u prostor, šta treba da se odvija unutar prostora, i gde i kako izlazimo iz prostora. Ovim identifikujemo granice rituala. Odvajamo nečist prostor i vreme od rituala.

3) Upotreba rituala svesnog odvajanja i življenja sa tugovanjem.

Jedan od osnovnih stubova rituala je upotreba specifičnog prostora i vremena. Kroz simbole i simbolična ponašanja, ritual nam dozvoljava da proživimo važnu temu/situaciju van normalnog vremena i prostora. Ovaj princip je tako povezan sa ranije navedenim. Kako struktuirati ritual opraštanja da bude siguran i efektivan za učesnike/klijente?

Ovaj proces se može podeliti u 3 faze. Još jednom, pomenuti principi moraju da budu poštovani u svim fazama - s poštovanjem prema individualnom iskustvu, upotrebom vremena i prostora, metoda ekspresije, itd.

a) Razumeti šta moram, želim ili treba da ostavim.

   Na osnovu bezbedne odluke, spram trenutne situacije, učesnici odlučuju da li će deliti sa drugima. Kao rezultat toga, njihov individualni proces može biti podržan.

b) Eksternalizacija teme i istraživanje.

   Simbolična ekspresija i „bivstvovanje sa temom" dozvoljava facilitaciju procesa retrospekcije, introspekcije i refleksije. Na primer, kreiranjem simbola teme i njegove interpretacije, dozvoljen je simbolički proces odvajanja. Facilitator/instruktor samo nudi načine ekspresije (koristeći različite tehnike umetnosti, uključujući prirodne materijale, glinu, papir, boje, oblike, slikanje).

c) Ritual opraštanja ili „promena dolazi kada staneš"

   Neophodno je definisati specifični prostor i sredstva simboličnog ponašanja i unapred objasniti njihova značenja. Njihovo jasno definisanje obezbeđuje precizne granice rituala, povećava osećaj sigurnosti, i dozvoljava

27 Komentar urednika: Facilitacija tugovanja podrazumeva i saosećanje i empatiju sa strahom. Ponekad je nužno da facilitator izrazi svoje sopstveno tugovanje, a ponekad je dobro i da pokaže da su suze dobre i nužne za razvoj.

fokus učesnika isključivo na interno iskustvo. U ovoj studiji, u ovoj fazi su korišćene neutralne maske, koje jasno definišu ritualni prostor i ponašanje (staviti masku, izvesti simboličnu akciju na individualan način, skinuti masku). Dužina korišćenja maske zavisi od učesnika. Maska odvaja nečistu dimenziju prostora i vremena od ritualne dimenzije. Istovremeno, njena neutralnost dozvoljava autentično individualno iskustvo. Povezuje telo, um, emocije i facilitira koncentraciju usmerenu prema unutrašnjim procesima. Korišćenjem maske, možemo sakriti lice od drugih i iskusiti svoje emocije sami. Jedina instrukcija data pre stavljanja maske je odvajanje od simbola, ostavljanje na pogodnom mestu, a kada učesnik proceni da je pri kraju, treba da se vrati i skine masku. Više detalja oko korišćenja maske dato je u sledećem poglavlju.

5. Iskustva, korišćene metode, neke tehnike

U kontekstu naših profesionalnih i zajedničkih aktivnosti, koristile smo spektar metoda kako bismo adresirale temu sa različitim klijentima. Sesije i radionice, aktivnosti i tehnike krojene su prema specifičnim slučajevima i klijentima. Ipak, uvek smo radile sa celim konceptom Puta heroja i drugim pomenutim konceptima (Aristotelova parabola, krug približavanja i destrukcije). Ovo znači da, iako je glavni cilj istraživanja bila Zemlja nepoznatog, proživljavanje tugovanja u sigurnosti i dozvoljavanje tugovanja, sve vreme smo učestvovale u Putu heroja sa učesnicima (u različitim formama) uzimajući u obzir druge procese. U tom smislu, osetile smo dramski proces ilustrovan Aristotelovom parabolom kao i terapijski proces ilustrovan Krugom približavanja i destrukcije. Korišćenjem različitih artefakata i tehnika (vidi Kofer, Ime, Radno odelo) povezale smo različite Puteve heroja kako bismo napravile mapu ili dnevnik procesa razumljivim učesnicima i koristile ga za integraciju svih iskustava. Više detalja je dato u opisu tehnika.

Koje metode i pristupi su uvek korišćeni i pokazali se korisnim?

a) Ritual - (vidi Ritual opraštanja), pretežno neverbalan (unutrašnji monolog, unutrašnji rad sa simbolima)
b) Rad sa simbolom/zamenskim objektom - maska, radno odelo, kofer
c) Rad sa telom - telo kao sredstvo ekspresije, komunikacije sa drugima i sobom
d) Umetnost - papir, boje, prirodni materijali kao sredstva ekspresije ili unutrašnjeg procesa
e) Muzika - kako bi se upotpunila atmosfera, zvuk kao zamena verbalne komponente (zvuk, zamensko sredstvo ekspresije)
f) Rad sa prostorom - jasno definisan fizički prostor za specifične aktivnosti, prilagođen potrebama i procesima klijenata, rad sa atmosferom (muzika, svetlo, scenografija, rekviziti)
g) Igranje uloga - kako bi se dozvolila direktna ekspresija i prepoznavanje različitih delova sebe
h) Rad sa maskom - maska preko celog lica, maska preko celog tela (vidi dole)
i) Rad sa monomitom - uvek smo radili u kontekstu celog Puta heroja i prošli smo sve korake u izmenjenom izdanju

j) Rad sa osećanjima - poseban fokus i prostor za iskušenje, integraciju i refleksiju osećanja. Primajući, podržavajući i neprocenjivački pristup facilitatora; kredo: sva osećanja su u redu.

Pogledajmo sada bliže neke tehnike:

Maska preko celog lica: Korišćenje neutralne maske je specifična tehnika koja je u našem radu imala za cilj pojačavanje simboličnih nivoa, podržavanje rituala, istovremeno nudeći osećaj sigurnosti u smislu imanja prilike da se sakrije iza maske. Za našu svrhu koristile smo masku prema predlogu Žaka Lekoa. Ovaj tip maske se koristi u obuci studenata drame. U oba slučaja (naše iskustvo i originalna namena) ova maska označava početak - stavljanje maske/odluka da se stavi maska, i označava kraj - skidanje maske/stavljanje maske na originalnu poziciju. Maska je sredstvo povezivanja uma i psihe, kao i tela, duha i materije. Fokus je na introspekciji. Upotreba maske preko celog lica ojačava unutrašnji vid i glas, te pojačava unutrašnji proces, skriven od drugih ljudi upotrebom maske. Ako nosilac maske zaplače ispod maske, siguran je iza zida. Oni proživljavaju svoja osećanja, raspoloženja i emocije bezbedno, svesni ljuske. Istovremeno, iskustvo je percipirano celim telom, holistično. Svako iskustvo može postati jače i veće, tako čineći emociju jačom - tugovanje kao rezultat gubitka, konačnosti selfa i spoljašnjeg sveta.

Maska preko celog tela: Od početka, ova maska je obezbeđivala glavnu opipljivu liniju u radu sa grupom mladih odraslih. Takozvano „radno odelo" je dato svim učesnicima seminara bez pozorišne ceremonijalnosti, već sa naglaskom na važnosti prihvatanja ovog dara i njegovog daljeg razvoja. Maska je korišćena sa sledećim ciljevima:

- Povezivanje niti celog procesa, fora dnevnika i materijala koji povezuje sve učesnike,
- Materijalizacija ideje i energije osobe,
- Odelo sa oružjem novootkrivenih aspekata sebe koji su ranije bili skriveni,
- Zaštita, granica sa spoljnim svetom, odelo Zemlje nepoznatog,
- Deo opreme za prevazilaženje iskušenja,
- Deo postojanja, istovremeno i deo javnog prikazivanja emocija,

Proces je uključivao kreativni rad sa materijalima, koji su oslikavali individualnost svakog učesnika, ali i smanjenje tenzije izazvane nepoznatošću koja dolazi.

Kofer: Stari kofer je izabran kao glavni simbol čitavog procesa - simbol nepoznatog. U svojoj esenciji, kofer služi pomeranju i skladištenju stvari. On istovremeno nosi tragove istorije i sećanja (integracija) i pobuđuje znatiželju (neočekivane mogućnosti, potencijale) i budi emocije. Kofer često povezuje simbole nepoznatog, bez obzira da li je u pitanju očekivanje novog ili procesiranje starog.
Tokom procesa, kofer je imao sledeće funkcije:
- Funkciju zamenskog objekta,
- Motivacijsku funkciju - održavanje koncentracije, podržavanje znatiželje kao glavnih pokretačkih sila
- Funkciju nosioca značenja, scenografije i organizovanja prostora,
- Estetsku funkciju u smislu podržavanja atmosfere.

Ime: Korišćenje imena bilo je jedno od veza u procesu, vrsta granice/sigurnog okvira za rad. Kontakt sa našim imenom je veoma intiman. Povezuje nas sa nama samima, našim precima, prijateljima, neprijateljima, životnom situacijom. Proces je počinjao prisećanjem svih naših imena - načinima na koje nam se drugi obraćaju (veza sa svojim bićem i ljudima oko nas). U sledećem koraku učesnici su imali prostora da izaberu ime koji će ih pratiti u Zemlju nepoznatog (mogli su da izaberu ime koje već imaju ili da izmisle novo). Za Zemlju nepoznatog ime je interpretirano sredstvima od prirodnog materijala u prostoru; učesnici su pronašli mesto za svoje ime i dali mu simboličnu formu. Ime i Dogovor pomogli su u prevazilaženju izazova i barijera u Zemlji nepoznatog. Učesnici su imali priliku da čuju ime izgovoreno od strane njih samih i drugih kolega, što je proširilo stepen prihvatanja njih samih i njihovog imena, i kod učesnika smanjilo stepen straha i povećalo hrabrost (jačanje Dogovora, jačanje Heroja koji je prošao inicijaciju, potvrda postojanja osobe). Ceo proces je zaokružen odvajanjem i uništavanjem razvijenog imena kao procesa upotpunjavanja, preuzimanja moći nad sobom, održavanja simbola u sećanju ili dela razvijenog imena. Kao rezultat, ime je označavalo početak i kraj, zatvoren krug.

Četiri iskustva sa specifičnim grupama

U sledećem segmentu dat je opis našeg iskustva radi ilustracije i inspiracije.

Trening za nastavnike

Svrha treninga za nastavnike je bila sledeća: Kakav sam ja nastavnik, koje herojske i demonske strane posedujem u svojoj ulozi nastavnika? Kako mogu da radim sa decom koristeći metod Put heroja? Na početku kursa bilo je neophodno da opišemo ceo koncept Puta heroja, uključujući i preklapanja. Ovo je omogućilo bolju orijentaciju u procesu i smanjilo strah od nepoznatog načina rada. Nepoznato uglavnom budi nesigurnost i otpor; stoga je

često bilo neophodno ublažiti otpor kroz objašnjavanje, razumevanje i prostor za izražavanje straha od nejasnog. Takođe je bilo važno uzeti u obzir i eventualno međusobno poznanstvo učesnika iz njihove radne sredine (na primer, nastavnika koji rade u istoj školi). Ponekad, činjenica da se učesnici poznaju i da će raditi na istom mestu nakon kursa pomaže poverenju u grupi, ali je ponekad i kontraproduktivno ili čak opasno. U nekim slučajevima, ovo je ojačavalo povezanost i pomagalo timu, ali je u nekim slučajevima onemogućavalo punu uključenost u proces. Ova činjenica je morala da bude uzeta u obzir sve vreme, a način rada i pristup instruktora je morao da se prilagođava. Primetan je bio i otpor prilikom rada sa negativnim emocijama. Nastavnici su ova osećanja videli kao neprimerena i opasna, i odbijali su da ih namerno pobuđuju. Ova situacija se poboljšala predstavljanjem negativnih osećanja kao nečega što može da pobudi negativna iskustva, ali istovremeno i veliko olakšanje, promenu ili pomeranje. Ekspresivne tehnike nastavnika i upotreba osećanja se razlikuju u odnosu na grupe sa kojima rade. Vaspitači su favorizovali kreativni rad i bili otvoreni za pozitivna osećanja, ali su pokazali otpor i strah u slučaju negativnih osećanja. Nastavnici iz osnovne i srednje škole pokazali su otpor osećanjima generalno. Pokazalo se korisnim objašnjavanje i argumentovanje kako ova aktivnost može da bude upotrebljena i korisna. Objašnjenje zašto i kako osećanja mogu da budu upotrebljena, kako različiti kanali (telo, umetnost, muzika, drama) rade i koje su njihove prednosti. Bilo je, takođe, potrebno podržati poverenje i nove načine rada. Najveći strah je bio povezan sa suočavanjem sa tugovanjem. Korisna strategija je bilo ublažavanje straha pred samu aktivnost kroz objašnjavanje i pridržavanje svih principa tokom aktivnosti (vidi Kako raditi sa tugovanjem). Tokom refleksije, većina učesnika je iskazivala veliki strah pre rituala opraštanja i olakšanje nakon njegovog izvođenja. Ritual opraštanja (spaljivanje simbola) najčešće je bio praćen tugovanjem - svaki učesnik je imao potrebu za drugačijim vremenom i formom (neko je spalio simbol brzo, neko nerado). U procesu rada sa nastavnicima od velikog značaja je bilo kreiranje sigurne sredine, što im je vremenom dozvolilo da ostanu u bližem kontaktu sa sobom i dobiju uvid u svoj predavački rad i u druge perspektive rada sa decom.

Kurs za kineske studente drama terapije

Tokom trodnevnog kursa za kineske studente takođe smo prošli kroz sve korake Puta heroja sa naglaskom na Zemlju nepoznatog. Bilo je neophodno objasniti mapu procesa (pojedinačne korake Puta heroja), što se pokazalo kao koristan alat za bolju orijentaciju i sigurnost učesnika. Uprkos kulturološkim razlikama u debati o strukturi monomita i njegovog preklapanja sa terapijom, na kraju smo uspeli da nađemo zajedničke osobine na osnovu opisa ličnog iskustva sa monomitom u svakodnevnom životu (moj put i učenje u stranoj zemlji kao Put heroja). Ponovo se pojavio širok spektar emocija i osećanja u Zemlji nepoznatog - kako pristupam novom, šta osećam. Tokom rituala opraštanja, koji se odigrao u specifičnom prostoru u kom su učesnici mogli da kažu zbogom i oslobode se simboličnog objekta (nečega što se želeli da ostave), ponovo se pokazalo korisnim rad prema navedenim principima. Svaki učesnik je imao specifičan način i individualno vreme. Studenti su pristupili kursu veoma pozitivno, i prema njihovim odgovorima doneo im je novu perspektivu njih samih i dozvolio im da se pozdrave sa problemima koji im više nisu bili potrebni u životu. Kao rezultat, počeli su da percipiraju svoje studiranje ovde na drugačiji način.

Rad sa decom

U radu sa decom mlađeg školskog uzrasta pokazalo se efektivnim rad sa Putem heroja kroz priču. Na osnovu priče/bajke mogli smo da primetimo i reflektujemo na različite likove i povezane situacije i emocije. Ovo je bilo analizirano kroz igranje uloga, fizičke igre i pričanje. Tokom diskusije u formi kruga, podeljena iskustva su povezivana sa dečijim svakodnevnim životom. Skorašnje studije pokazuju da deci nedostaju relevantni modeli. Stoga, upotreba Heroja i rad sa modelima umanjuju ovaj deficit. U radu sa grupom dece uzrasta od 11 do 13 godina, svrha priče o „Zvezdi Danici" bila je da se identifikuje okidač „odgovaranja" (gde je skriven/šta je okidač za Demona - šta je to „nevidljivo" što potkrepljuje loše ponašanje) i šta nas navodi da pratimo „mora-treba" i šta se dešava sa nama kada „želimo" da radimo nešto.

Bili smo zainteresovani koje su putovanje Heroji priče odabrali. Pokušali smo da osvetlimo kvalitete Heroja, opišemo njihova dela i specifikujemo magični objekat. Najčešće tehnike bile su igranje uloga, igra sa objektima i iskazivanje kroz reči i pokret. Važna komponenta uključivala je fizičke igre inspirisane preprekama u priči „Zvezda Danica", koja je omogućavala energiji, dinamici i motivaciji da opstanu.

Rad sa starijima

Hana piše: „U radu sa starijima, uključujući i palijativnu negu, veoma sam svesna potrebe za individualnom percepcijom vremena i emocionalnog iskustva. Iznova pitam sebe: Koliko vremena je svakom klijentu potrebno? Koliko prostora je dovoljno za neku aktivnost, vežbu, tehniku; na koje načine prostor može da intenzivira osećaj sigurnosti i osećanja emocija? U radu sa starijima moja percepcija vremena bila je značajno drugačija u odnosu na sve druge grupe. Stavljam naglasak na dovoljno vremena za indukovanje, manifestaciju i procesiranje osećanja. Ja biram ili adaptiram prostor za rad sa klijentima ili grupom. Granice prostora definišu početak i kraj procesa. Kao rezultat, u prostor se može ući ili izaći iz njega prema potrebi. To pomaže u razvijanju osećaja sigurnosti kod klijenta i dozvoljava instruktoru/terapeutu da postavi početak i kraj na fleksibilan način koji odgovara klijentu. Dobro izabran ili izmenjen prostor takođe pomaže klijentu da „se poveže sa značajnim tačkama" koje su figurativno dotaknute u prostoru (na primer promena lokacije, skretanje pogleda, itd.).

U procesu institucionalne brige o starijima, referenca na monomit podržava orijentaciju na klaster emocija, koje su povezane sa fizičkim manifestacijama ponekad prijatnih, ali većinom neprijatnih osećanja. Početna tačka je često usamljenost, beznadežnost, bolest i oslanjanje. U našem radu želimo da razumemo/prihvatimo da:

- Ti još uvek imaš priliku da se pozdraviš, odeš i oprostiš
- Ti još uvek imaš šansu da prihvatiš pomoć (duhovni vodič - terapeut, član porodice, bliska osoba) i da prevaziđeš prepreke (bol, strah od smrti)
- Ti imaš priliku da se prisetiš šta te je pokretalo u životu i kako si se nosio sa svakodnevnim životom.

U ovakvom terapijskom radu sa tugovanjem na interpersonalno, jedan na jedan, nivou, ponekad se pojavi osećaj nerazrešenosti. Razlog je to što se odnos između klijenta i terapeuta ne završava „lekom" (odluka terapeuta), niti

svesnim završetkom (odluka klijenta), već sam život odlučuje smrću. Kao deo HIT projekta, postavila sam sebi pitanje kako se osećam u tom trenutku koji se čini kao da sam zarobljena nečim.

U ovakvoj radnoj situaciji osećam razdor ili cepanje: s jedne strane sam u kontaktu sa svojim osećanjima i želim da ih izrazim, s druge strane moj profesionalni koncept mi ne dozvoljava izražavanje osećanja, posebno tugovanja. Ovo otvara pitanje kako da zalečim sebe, jer u svom ličnom okruženju ja sebi dozvoljavam da pustim suze"

Tim

Darina Deakova (Darina Deáková)
Diplomirala sam specijalnu pedagogiju s fokusom na drama terapiju na Univerzitetu Palacki u Olomoucu. Takođe, diplomirala sam i na departmanu za autorsku kreativnost i pedagogiju na Fakultetu za teatar Akademije izvođačkih umetnosti (DAMU) u Pragu. Trenutno sam jedan od učesnika u treningu za otvoreni dijalog podržanom od strane Narativnog društva (platforma za postmoderne trendove u terapiji i savetovanju). Posvetila sam se teatarskim formama Augusta Boala i vođenju radionica teatra. Od 2015. radim kao socijalna radnica, radnica za krizne intervencije i socio-terapeutkinja u Fokus Prag grupi. Pomažem ljudima sa mentalni poremećajima. Takođe podučavam u programima mentalnog zdravlja za srednje škole pod nazivom: „Lud? Pa šta!". PH se uklapa u moj način razmišljanja, moje duhovne vrednosti, moja uverenja i ljubav prema umetnosti i prirodi. Radi sa principima u koje imam poverenja. Moja želja u radu sa klijentima je da transformišem njihovu destruktivnu moć u kreativnu moć, a PH je jedan od načina da to ostvarim.

Hana Strejčkova (Hana Strejčková)
Pozorišni rediteljica, dramaturškinja, publicistkinja i spisateljica, socijalna i zdravstvena radnica.Diplomirala sam na Fakultetu za teatar na Akademiji za izvođačke umetnosti (DAMU) u Pragu i na Internacionalnoj školi za teatar Žak Leko u Parizu. Radim u polju teatra, umetnosti, edukacije i art terapije. U profesionalnoj umetnosti fokusiram se na fizički i teatar objekata i na društveno važne teme. Zahvaljujući veštinama koje sam stekla do sada stojim na prelomnoj tački ulaska u život kao specijalistkinja za laktaciju, za dugoročnu pomoć majkama nakon porođaja. Ja sam voditeljica za rane faze majčinstva. A onda stojim na drugoj strani ljudskog života. Pratim starije osobe pre poslednje prelomne tačke

njihovih života. Radim kao art terapeutkinja u domu za stare. Put heroja mi je dao vreme za emocije i praćenje unutrašnjih procesa. Vidim ga kao veliki test za moje telo, dušu i duh, ali i kao ojačanje motivacije i izdržljivosti. Vidim blago Puta heroja u povezivanju monomita, teatra i terapije. HIT projekat mi je doneo multikulturne i multidisciplinarne pristupe, mogućnost daljeg razvoja metoda Puta heroja kroz sopstveno iskustvo.

Lenka Ružičkova (Lenka Růžičková)
Diplomirala sam specijalnu pedagogiju i drama terapiju na Univerzitetu Palacki u Olomoucu. Radim uglavnom u polju ličnog i društvenog razvoja koristeći alate art terapije. U svom radu fokusiram se na decu, mlade i odrasle (radno iskustvo - klub za decu i mlade NZDM, osnovne škole, časove teatra, radionice za žene). Edukantkinja sam psiho-terapijskog treninga na Platformi za Integrativnu psihoterapiju (INSTEP).
U Putu heroja Pola Rebiloa vidim vezu između sveta mitologije, teatra i terapije, što je zanimljiv način istraživanja i posmatranja ljudske duše.

Marketa Jirova Eksnerova (Markéta Jírová Exnerová)
Stručna direktorka u neprofitnoj organizaciji, dečija i porodična psihoterapeutinja, predavačica, stručnjakinja za adiktologiju.
Moj dugoročni fokus je na primarnoj prevenciji rizičnih ponašanja. Stekla sam svoje terapijske veštine uglavnom na treningu za Geštalt terapiju. Svoje obrazovanje sam upotpunila na postdiplomskoj edukaciji zasnovanoj na Geštalt terapijskom radu sa decom. Uglavnom radim terapijski sa decom i porodicama. Takođe sam i metodološkinja i vodim obrazovne kurseve za nastavnike, socijalne radnike, savetnike, predavače primerne prevencije.
Put heroja je moćan, kompleksan i funkcionalni metod sa velikim potencijalom za transformaciju. Postao je još jedan mogući način rada za mene i moje klijente.

Komentari urednika

Četiri divne žene posvećeno izložile opasnosti u naučnom i praktičnom istraživanju i bile su u stanju da pronađu otkrića u još uvek nepoznatoj zemlji PH-a i CBF-a, zasnovano na njihovim ličnim iskustvima, individualnim i grupnim. Referišući na konfrontaciju i dogovor kao osnovu novog selfa, dale su mapu sa tri ključne tačke za lutanje u nepoznatom, opisujući prepreke i blokade za ponovno otkrivanje sopstvene anksioznosti, besa i tugovanja.

Ovaj kvalitet moguć je samo na osnovu ličnog iskustva, u kom osoba ostavlja iza sebe stare teorije i metode. Ovo zahteva visoku motivaciju kako bi se uvela disciplina i refleksija sopstvenih osećanja = rada na tugovanju. Očigledno je da je ovo ono što su one uradile i što im je donelo kvalitet. Ali - osim u paragrafu „rad sa starijima" - ne dele to sa nama, čitaocima. Refleksija doživljenog i sopstvenih ideja: to je kognitivni aspekt rada sa tugovanjem i stoga konstrukcija teorije. Ovo je značajan doprinos četiri žene.

Ali, gde je u istraživanju nepoznatog granica sa perfekcionizmom? Gde osoba zaboravi sebe u svojoj posvećenosti i gde počinje istraživanje sebe u svetu okrenutom postignuću? Zašto se duboka lična osećanja zadržavaju u zapadnoj kulturi?

Ovo je velika tema iz senke našeg društva: otkriti darove u ranama kao nagrade svoje veličanstvenosti. Čim to podelimo sa drugima, zajednica počinje da se razvija, dobija značenja i funkcioniše za individue. U našoj racionalističkoj kulturi „deljenje nedovršenog posla" i puštanje suza vidi se kao slabost na socijalnom nivou i kao nenaučno u akademskom kontekstu. Osećati bola i gubitka otvara vrata tugovanju. Osećanje tugovanja iskazuje se kroz plakanje i žaljenje, kao unutrašnje i spoljašnje akcije. Suze označavaju tačku u CBF - u, kada je moguće pustiti stare navike (da se odući i raškoluje), da se izađe iz ponavljanja obrazaca. Tugovanje je najtabuiziranije ponašanje u zapadnoj kulturi, zgurano nazad u privatni prostor individua i porodica.

*Stoga je deo tradicionalne Dagara kulture da slave **javno** rituale sahranjivanja tri dana u selu veličine oko 150 ljudi.[28] To je prilika i zaštićen prostor za sve da pokažu svoja nezavršena posla i nagomilane probleme u pokretu, kroz izražavanje i ples, podržani od strane pevača, svirače balafona i bubnjare. Manfredu i Helgi je data prilika da učestvuju u takvom ritualu 2003, u Danou, u Burkini Faso. Bili smo duboko taknuti da su suze mogle da krenu odmah u ovom zaštićenom prostoru i postali smo deo društvenog čišćenja iako nismo poznavali preminulu osobu. Čak i u zapadnoj kulturi smrt istaknute i cenjene osobe ponekad može da stvori priliku i prostor za izražavanje bola i tugovanja za milione ljudi: u danima javnog žaljenja princeze Dajane u Velikoj Britaniji stopa javljanja u psihijatrijske ustanove je znatno opala.*

28 U kulturi Dagara tugovanje je povezano sa elementom vode. Za više o tome vidite Malidoma Patris Some (Malidoma Patrice Somé, 1998), str. 221 i dalje. Drugi rituali žaljenja opisani su njegovoj autobiografiji (1994). Britanska dramska terapeutkinja opisuje svoje iskustvo dagarskog rituala tugovanja u Velikoj Britaniji, kojeg je vodio Malidoma Some, izostavljajući osnovne reference kao što je kosmologija: Kler Šrader (Claire Schrader): „Nije nam potrebna terapija, imamo ritual" (ur. Schrader, 2012, str. 79-93). – Više o našim iskustvima sa kulturom Dagara kao spoljašnjim pogledom na našu kulturu i na nas same tokom osam godina saradnje sa Malidom Some u Evropi i Africi vidite M. Weule (2013) i H. Weule (2013).

Dar i Povratak · Radost

Ljudi se mogu menjati i napredovati
ako uživaju u igri i posvećeni su umetnosti.

1. Zašto beskućnici? Zašto teatar? Kako nam je ova vizija došla?

Uršula piše: „Beskućnici žive u senci društva. Oni predstavljaju nešto što uspešni ljudi ne žele da vide, što ignorišu, zbog čega skrenu pogled. Oni su suprotna strana uspeha. Ja sam oduvek bila zainteresovana za njihova osećanja, razmišljanja, kako preživljavaju na ulici i šta nose u sebi. Za mene, beskućnici imaju posebnu, uznemirujuću harizmu. Deluju nestabilno, nepouzdano, slobodno i prirodno spontano. Oni su izvan društva. U isto vreme, oni su dokaz neuspeha sistema i oni su živa optužba - živa „tema iz senke". Na ulici mogu umreti bilo kada. Žive jako blizu smrti. Ja želim da im pružim prostor teatra da kažu i govore o svojim pričama, da pokažu svoje duše. Dopada mi se i uživam u umetničkom i kreativnom radu sa njima, jer su oni prirodno spontani i autentični.

Nakon završetka studija socijalnog rada, osetila sam da me uobičajeni posao socijalnog radnika ne ispunjava. Veoma je površan. Mnoge emocije i iskustva su skoro neprenosiva. Veoma je teško govoriti o njima. Čak je nemoguće izraziti ih rečima. Neke traume mogu biti potisnute i skrivene duboko u nesvesnom. Umetnost je najprikladniji način da ih izvučemo iz sebe. Ja sam se uključila u teatar pre 13 godina, sasvim slučajno, ali odmah sam shvatila: da, ovo je ono što želim da radim, jer mi se dopada i nalazim smisao. Otkrila sam da sam spisateljica i da volim pozorišnu umetnost. Napisala sam nekoliko pozorišnih predstava.

Smatram da je teatar odličan način komunikacije. Predstave vidim kao priče ljudi. One ponovo oživljavaju na sceni. Prema mom mišljenju, to je kao put u svet drugih ljudi. Osećanja su izražena - ne samo kroz reči, već i kroz pokret, muziku, kostime i scenu. Oduvek sam bila dirnuta pozorištem i njegovom magijom. Zahvaljujući pozorištu, iskusila sam katarzu mnogo puta. Tada se osećam čistom, srećnom i slobodnom.

Ako ja u teatru nalazim smisao, sigurno postoje i beskućnici koji ga takođe nalaze u njemu. Ljudska osećanja su veoma slična. Nevažno je da li si beskućnik ili socijalna radnica. Ubeđena sam da ako magija pozorišta dotiče mene, ona može da dodirne i ljude koji žive na ivici društva."

Patrik kaže: „Od kada se sećam pozorište me je privlačilo, njegova atmosfera i jedinstveni ambijent, tama, svetlo, mirisi. Činjenica da svedočim nečemu jedinstvenom, nečemu što ne može biti ponovljeno na potpuno isti način… Veoma je drugačije od bioskopa. I bioskopu sam mogao da vidim dramu ili komediju. Ali je u pozorištu bilo

moguće da osetim i mesto i znoj. Kasnije, tokom mojih studija na Akademiji izvođačkih umetnosti, ušao sam mnogo dublje u fenomen pozorišta, polako sam shvatao da ta osećanja koja su me privlačila često nestaju u komercijalnom prostoru ili mejnstrimu. Zbog toga sam počeo da putujem i otkrivam drugačije načine izvođačkih umetnosti (npr. metode pokreta Hozea Limona (José Limón) u Meksiku, itd.). Kasnije sam postao nastavnik jezika, ali sam oduvek bio zainteresovan za pozorište i umetnost.

Jedno o mojih najjačih profesionalnih iskustava bilo je u srednjoj školi u Bronksu, u Njujorku. Tamo sam bio profesor španskog.

Imao sam sreće jer je škola nudila časove umetnosti: muzika, ples, pevanje i pozorište. Bilo je to teško okruženje, puno nasilja i restrikcija. Ali sam po prvi put mogao da vidim kako se ljudi (učenici, ali i nastavnici) mogu promeniti ako su posvećeni umetnosti. Škola je imala detektore metala i policijsku kontrolu svakodnevno. Bilo je i divnih nastupa i koncerata u kojima su uživali svi učenici, roditelji, nastavnici i posetioci. Mogao sam da osetim snažan pozitivni uticaj umetnosti na ranjive ljude.

Tokom leta kući razmišljao sam šta bi moglo da bude jače i bolje iskustvo od tog rada u Bronksu?
Prvog dana po povratku kući, dobio sam poziv od bivše profesorice sa akademije. Pitala me je da li sam zainteresovan za razvijanje pozorišta za beskućnike. Rekao sam „naravno".

Tada nisam imao ideju kako će izgledati rad sa beskućnicima. Nisam imao iskustva ili teorijsku pozadinu... samo osećanja. Da, teatar za beskućnike? To zvuči odlično. Tako da nije bila moja ideja da razvijam nastup za beskućnike. Dobio sam poziv da to uradim. Nisam imao ideju da li će to biti eksperiment ili dugoročna saradnja.

Kako je teatar za glumce i glumice beskućnike počeo

Od prve probe sam se osećao veoma dobro i bio sam apsolutno inspirisan ljudima koje sam upoznao. Prvi glumci beskućnici bili su prodavači uličnog časopisa „Nota Bene". Bilo je dva muškarca i jedna dama. Oba muškarca, Augustin i Anton, još uvek su sa nama. Dama, Adri, zbog svoje psihijatrijske dijagnoze i svog stanja, sada boravi u „Državnom domu" izvan Bratislave. Tamo je dospela zahvaljujući pomoći socijalnih radnika. Pomogli su joj da nađe instituciju u kojoj je zaštićena. Inače ne bi preživela na ulici.
Danas su naše glumice i glumci drugačiji beskućnici, ne samo prodavači uličnih novina. Imamo ljude sa ozbiljnim fizičkim hendikepima (cerebralna paraliza), sa psihijatrijskim dijagnozama (npr. shizofrenija), bivše zatvorenike i druge ranjive ljude.
Raznolikost naših glumaca znatno doprinosi našem radu. Beskućnici su postali lični asistenti kolegama sa hendikepom, a obe strane uče jedne od drugih. Takođe, njihova životna situacija nije lošija.
Osim mene, tim je na samom početku bio sačinjen od Ane Gruskove (Anna Grusková), moje profesorice sa Akademije, Uršule Kovajk (Uršuľa Kovalyk), socijalne radnice, spisateljice i supervizorke. Prva predstava koja je

nastala zvala se „Krvavi ključ". Bila je inspirisana pričama iz knjige „Žene koje trče s vukovima", Klarise Pinkole Estes (Clarissa Pinkola Estés). Gledajući nazad, Uršula kaže: „Naravno, bila sam uplašena". Da li ćemo finansijski održati teatar? Da li ćemo se umoriti od državne birokratije i fobije od beskućnika? Ovo je tada bilo jače u slovačkom društvu nego danas."

Patrik: „Nakon dve godine rada i nastupanja odlučili smo da formalizujemo i institucionalizujemo našu grupu. Do tada smo bili apsolutno neformalna pozorišna trupa. Godine 2006, osnovali smo NVO: Teatar bez doma (Divadlo bez domova). Uršula Kovajk, Karol Školnik (koja nam je pomogla oko grafičkog dizajna i štampanja postera) i ja. Počeli smo da pišemo projekte i tražimo podršku. Shvatili smo koliko je teško dobiti podršku iz različitih razloga. Tokom prve godine čest argument za odbijanje podrške bio je to što „nemamo istoriju".
Kasnije nismo bili „dovoljno inovativni". Od početka smo promovisali svoju ideju da je teatar takođe rad, čak i kada u njemu učestvuju beskućnici. Zbog toga naše glumice i glumci dobijaju finansijsku nagradu za svoje probe. Nakon mnogo godina počeli su da rade i preuzimaju odgovornosti u zajednici. Finansijska nadoknada im je pomogla da stabilizuju svoju situaciju. Polje u kom smo bili veoma uspešni bila je međunarodna saradnja.
Prvi projekat nam je odobren od strane Fonda Višegrad. Odnosio se na organizovanje međunarodnog festivala teatra beskućnika ERROR, koji je postao esencijalni deo naše trupe i trupa naših partnera iz Hrvatske, Češke, a kasnije i Poljske i drugih zemalja, uključujući Sloveniju, Francusku, Finsku, Nemačku, Holandiju, itd. Bilo je i drugih koje smo mogli da pozovemo zahvaljujući našoj rastućoj internacionalnoj saradnji. Bilo je neophodno započeti sa evropskim projektima. Prvi u programu Grundtvig (obrazovanje za odrasle) i Mladi u akciji, u poslednjim godinama Erazmus plusa. Zbog toga što ne postoje drugi teatri beskućnika u Slovačkoj, za nas je bilo neophodno da se sastanemo sa svojim kolegama koji su aktivni u istom ili sličnom polju. Tako možemo inspirisati jedni druge i učiti jedni od drugih.
Pre više od trinaest godina, na početku našeg zvaničnog rada, osećali smo se usamljeno, bez mnogo znanja i sa malo argumenata za potencijalne donatore i institucije. Danas možemo da dokažemo veliki uticaj teatra na ljude koji ga čine - glumce, glumice, nas same. Drugi važan uticaj postoji na naše društvo, generalnu javnost. Ljudi koji dođu na naše nastupe po prvi put vide beskućnike ili ljude sa hendikepom u drugoj ulozi. Ne samo kao primaoce pomoći ili kao osobe koje se osećaju isključeno, već i u ulozi davaoca. Oni su ljudi koji imaju mnogo toga da ponude. Medijum je umetnost. U našem slučaju uglavnom teatar, muzika i književnost.
Nakon mnogo godina uspeli smo da prenesemo svoje znanje, inspirišemo druge i iznesemo svoje ideje i način razmišljanja van granica zemlje. Slovenija je započela teatar beskućnika „Carnium Legendarium", nakon direktne inspiracije iz našeg rada. U Francuskoj su socijalni radnici i umetnici osnovali pozorišnu trupu „Les Coquelicots Sauvages" (Divlji štenci).

Ko nam je pomogao da preživimo do sad?

Uršula kaže: „Uvek sam se fokusirala na vremenski period od jedne pozorišne sezone najviše, a budućnost sam ostavljala otvorenom. Nešto u smislu: „hajde da vidimo šta će i kako će biti". To nam je puno pomoglo. Mi smo

bili sjajan tim sa puno međusobnog poverenja. Ne plašimo se eksperimentisanja, i nikada ne lažemo jedni druge. Nikada nismo radili ovo zbog novca, a u teatru nalazimo dosta zabave. Prema mom mišljenju, opstali smo do sada, tako ćemo i nastaviti. To je zbog toga što smo uvek verovali da ćemo moći da rešimo različite probleme. Nismo se plašili i puno smo radili."

Trenutni tim
sastoji se od Uršule Kovaljk - Umetničke direktorice i direktorice za socijalni rad, Tomaša Kubiša (Tomáš Kubiš) - socijalnog radnika i projektnog menadžera, Jozefa Bujne (Jozef Bujna) - finansijskog lidera, Karol Školnik - PR ekspertkinje i Patrika Krebsa - direktora, umetničkog lidera i projektnog menadžera. U HIT projektu nam se pridružila tekstilna dizajnerka i nastavnica umetnosti Eva Matkuliakova (Eva Matkuliaková).
U ovom trenutku imamo 13 glumaca i glumica.

2. Šta zaštićen prostor znači za nas

Siguran prostor je važan. Ne samo za glumce i glumice, već i za terapeute, edukatore i publiku takođe. Kreiran je materijalnom okolinom i neformalnim ljudskim pristupom, a facilitira kontakt sa publikom.

Materijalna okolina:
Sastoji se od pozorišne sale, kuhinje, biblioteke i svih materijalnih stvari koje imamo u teatru. Smatramo važnim da naši glumi i glumice mogu da kreiraju u kultivisanoj sredini. Čisto je i udobno, i mesto je takvo da mogu da se osećaju dobro. Obzirom da provode većinu dana na ulici i nemaju stabilan dom, važno je da se osećaju kao kod kuće (u najmanju ruku) u svom teatru. Ovde imaju sopstvenu šolju za kafu ili čaj, svoje papuče. Mogu da operu stvari u mašini i da ugreju sebi hranu, pozajme knjigu iz biblioteke ili u slučaju lošeg vremena, mogu da obuku suvu odeću.

Održavanje materijalne okoline čistom ima pozitivan psiho-socijalni uticaj na glumce i glumice. Prelepa sredina stare gradske kuće gde je teatar lociran humanizuje glumce i glumice. Čini ih senzitivnijima. Kako politički establišment iznova pokušava da „očisti" centar grada od beskućnika i da ih izgura na ivicu industrijske zone, smatramo važnim da održimo svoj teatar beskućnika u centru Bratislave.
Naš lični prostor nam dozvoljava da radimo kontinuirano i dugoročno, da nastupamo pred publikom, organizujemo festivale i radionice. Kreiramo viziju za budućnost. Za beskućnike, teatar je postao drugi dom u kom su prihvaćeni. Mogu da iskažu i razvijaju sebe, mogu da održavaju socijalne kontakte i odnose. Koliko dugo ćemo biti u mogućnosti da imamo ovaj prostor (iznajmljujemo ga na dugoročan period) zavisi kako će političari iz lokalne vlasti pristupiti problemu beskućnika i da li će biti senzitivni i naći volju da shvate i podrže naš rad. Zbog toga je važno da kroz svoje nastupe utičemo na sve više ljudi iz publike. Pritisak javnog mnjenja na političare raste i postaje jači u našoj zemlju.

Neformalni ljudski pristup

Čak i u najmodernijim i prelepim zgradama klijenti se ne osećaju prijatno ako nedostaje prijateljske atmosfere i senzitivnog pristupa. Beskućnici, ljudi sa teškoćama i drugim problemima, ranjivi ljudi imaju mnoga negativna iskustva sa institucijama. Zbog toga gradimo međusobno poverenje i otvorenost kroz kreativni rad. Prihvatamo i poštujemo raznolikost svakog člana grupe. Grupna pravila daju nam okvir „pristojnog" ponašanja i pomažu nam da očuvamo bezbedni u tolerantnu sredinu. Konflikti su očigledan deo grupne dinamike i rešavaju se na pozitivan način tako da svi možemo da naučimo iz njih što je više moguće. Radost koja je izražena kroz humor i smeh jeste esencijalno osećanje za umetničku kreaciju. Mogućnost da neko „ne bude u pravu", „pogreši" ili „ne uspe" kreiraće platformu za pozorišni eksperiment i za traženje novih nekonvencionalnih pravaca, načina i tački gledišta.

Facilitiran kontakt s publikom

Pozorište bez publike nije pozorište. Bez gledalaca koji dolaze u naš teatar naš kreativni rad ne bi imao smisla. Mi njima pokazujemo naš umetnički rad, a oni su u mogućnosti da ga razumeju i cene. Otvorenost ljudi koji sede u publici je prisutna i vidljiva tokom svakog aplauza. Pozorišna izvođenja kreiraju pogodnu sredinu za bezbednu interakciju između „glumca i gledaoca". Ukoliko dođe gledalac koji nikada nije imao kontakta/interakcije sa beskućnikom ili je interakcija percipirana kao negativna, ima priliku da vidi beskućnika u lepoj sredini. Može da sluša njegove misli. Može da oseti i razume beskućnikove emocije. Odjednom mogu da vide ovu osobu u ulozi potpuno drugačijoj od uobičajene uloge beskućnika. Nakon performansa mogu da razgovaraju sa ovim beskućnicima. Nakon posećivanja i gledanja više nastupa uobičajena međuljudska relacija se javlja među njima.
Pozorišna umetnost tako postaje neformalni facilitator između osoba koje verovatno nikada ne bi pričale na ulici. Dok glume i nastupaju, glumci i glumice daju delove sebe publici. Činjenica da mogu da pričaju i glume ispred publike koja ih prihvata (kroz aplauz) ima oslobađajući, olakšavajući efekat na glumce i glumice. Tu se ljudsko dostojanstvo i samopouzdanje povećava. Oni osećaju uspeh, dobijaju pozitivan fibek i radost.
Nakon performansa uvek postoji i kratka diskusija vođena od strane facilitatora. Gledaoci mogu da pitaju glumce i glumice o stvarima koja ih interesuju. Oni dele svoja osećanja i uvide koji dolaze iz nastupa koji su videli. Glumci

i glumice imaju priliku da govore o sebi, svojim osećanjima - o onome što žele da podele sa publikom. Komunikacija je bezbedna, a facilitirana sredina približava glumce i glumice i gledaoce. Eliminiše potencijalni strah, nedostatak poverenja, nerazumevanje i negativna osećanja (tema iz senke). Na primer, kada se sretnu na ulici, ovo može biti velika barijera u komunikaciji. Interakcije glumaca i glumica sa različitom publikom kao što su deca, stariji, mladi, stranci, stručnjaci iz pomažućih profesija, ili druge marginalizovane grupe kao što su zatvorenici, mogu da načine glumca senzitivnijim. To ih obogaćuje i neformalno obrazuje. Daje im snažan osećaj da još uvek pripadaju zajednici i da su deo alternativne kulturne scene.

3. Rad sa nesigurnošću. Strukture našeg rada koje podržavaju kreativnost

U udruženju „Teatar bez doma“ kreiranje predstave je dugačak put, tokom kog prevazilazimo različite teškoće i prepreke. Učili smo iz sopstvenih grešaka. To je proces bez kraja. Čak i nakon trinaest godina postojanja, ima još mnogo iznenađenja i eksperimentisanja za nas. Na početku našeg rada, tokom stvaranja performansa, zbog različitih problema koji se javljanju kod naših glumaca i glumica, bilo je puno nesigurnosti. Da li smo sposobni da kreiramo performans i imamo probe? Ako i uspemo, naši klijenti možda neće doći na premijeru. Osmislili smo strukturu zajedničkog umetničkog rada. Ovo nam pomaže da se borimo sa nesigurnošću.

Ustaljene probe

Ovo podrazumeva regularne sastanke sa glumcima i glumicama u pozorištu u kom stvaramo i vežbamo različite pozorišne tehnike. Pozorišne probe se odvijaju po ustaljenom rasporedu u određeno vreme na određenom mestu. Ispostavilo se da ustaljenost stvara radne navike kod glumaca. Pomaže im da se vrate u pozorište čak i kada ne mogu da se pojave zbog teškoća obzirom na način života ili zbog drugih okolnosti. Činjenica da uvek mogu da nas nađu u pozorištu u određeno vreme daje im ogromnu sigurnost i šansu u trenucima kada pokleknu, ali žele da ponovo počnu da rade i nastave.

Osnovna pravila:
1. Poštujemo jedni druge, razlike i posebne potrebe,
nenasilje (fizičko, verbalno ili drugo)
2. Dolazimo na probe i nastupe trezni (bez alkohola ili droge)

Od svakog od nas se traži da poštujemo osnovna pravila. Ukoliko je pravilo prekršeno, osoba ne može da učestvuje u aktivnosti u tom trenutku. Dugoročno kršenje pravila može dovesti do isključivanja osobe iz grupe. U istoriji DbD (Divadlo bez domova) ovo se dogodilo samo jednom, nakon zajedničkog glasanja oko izbacivanja osobe.

Ciklusi i periodi našeg procesa rada

Nakon iskustva sa sekvencama koraka u Herojevom putu Pola Rebiloa, kao i sekvenci 5 osnovnih osećanja, postali smo svesni da naš radni proces sadrži ove sekvence takođe.

Struktura projekta

Najosnovnija struktura u našem radu su dvočasovne probe (dva puta nedeljno) i nastupi (jedan ili dva mesečno). Jednom godišnje pripremamo novu predstavu i imamo premijeru. Drugi događaji koje organizujemo su Festival ERROR (jednom godišnje).

Intenzivna radionica za druge profesionalce i umetnike (jednom godišnje).
Svi ovi projekti se takođe mogu posmatrati kao PH proces imajući glavne karakteristike procesa sa početkom (Poziv) koji formuliše cilj, gradeći snažne argumente u fazi pripreme ili skupljajući znanje (Heroj). Zatim slede koraci uviđanja, prepoznavanja teškoća (Demon otpora). Zatim realizacija i pokušaj prevazilaženja prepreka (Konfrontacija) i ponekad neočekivani momenti (Zemlja nepoznatog/Zemlja čuda). Na kraju smo uvek otkrivali i delili blago (Dar i Povratak).

Naš jednogodišnji proces stvaranja i proba performansa prolazi kroz ove korake takođe. Počinje u januaru i februaru kada razmatramo koji pozorišni komad ćemo stvarati i probati (glad, želja, vizija). Tokom marta, aprila, maja i juna elaboriramo umetnički specifične teme koje smo odabrali (anksioznost, provera, plan, sumnja). Tokom intenzivnih radionica u avgustu i septembru stvaramo pozorišni performans u kom svi imaju specifične uloge i zadatke. Ovaj proces je obično veoma dinamičan i zahtevan za ceo tim (agresija i bol). On se pretapa u proces konstantnih proba i ponavljanja novonastalog performansa (tugovanje) u septembru i oktobru. U novembru kada je izvedena premijera za publiku i kada je prikazan na ERROR festivalu, naša grupa uživa u radosti zbog uspeha (radost). Pozorišna sezona se završava u decembru kada se prisećamo, evaluiramo i uživamo u miru (prazan prostor).

Vreme i ciklusi

Tokom reflektovanja svog rada želimo da naglasimo činjenicu da proces može da se razume kao lanac različitih krugova. To je neka nevidljiva struktura koja drži tim na okupu čak i kada neki glumci ili glumice ne mogu da budu prisutni. Pre ili kasnije oni mogu da se vrate i da nastave sa timskim radom, jer razumeju princip razvoja nove predstave. Mogu da učestvuju u performansu kome mogu da se pridruže kasnije.

Ostavljamo sebi dovoljno vremena da prođemo kroz proces koji dolazi iz potrebe pozorišnog stvaranja i grupne dinamike. Ukoliko je potrebno, prolongiramo ili intenziviramo frekvence proba. Uvek uzimamo u obzir stanje naše grupe i prethodno dogovorene ciljeve (npr. premijere, festivale, radionice, putovanja).

Motivacija i Želja

Stvaranje spoljašnjih uslova koji pogoduju kreativnosti, ili „ekstrinzička motivacija", neophodno je tokom svih aktivnosti u pozorištu kao i tokom proba performansa. Kreativnost vidimo kao „paljenje unutrašnjeg plamena motivacije", kao glad ili želju, „intrinzičnu motivaciju". Možemo je prizvati, ali ne i zapaliti.

Poželjne spoljašnje okolnosti mogu biti pozorišna putovanja u druga mesta, aplauz publike, lep obrok u restoranu ili pozitivni fidbek od gledaoca nakon nastupa. Ovi parametri su drugačiji za svakog glumca, a mi pokušavamo da shvatimo koji su najpogodniji za svakog pojedinačnog člana kako bi radio i bio deo pozorišne trupe.

Kao facilitatori našeg tima ponekad skliznemo u funkcije terapeuta ili edukatora. Osećajući temu koja bi mogla da bude interesantna za naše glumce ili glumice, mi donosimo ideju za novu predstavu u grupu. Mi budimo želju i održavamo je. Dajemo sebi dovoljno vremena da zainteresujemo glumice i glumce i da pobudimo uzbuđenje kod njih. Često razgovaramo sa njima o njihovim osećanjima, problemima, interesovanjima i drugim temama. To čini dobar početak i povećava šansu za dobar kraj.

Metod „Mekanih zglobova" (Soft Joints)

Beskućnici žive „na ivici". Neki od njih su bivši zatvorenici. Neki dolaze iz nestabilnih porodica ili su siročad. Neki imaju psihijatrijske dijagnoze ili neki drugi hendikep. Neki su pripadnici romske populacije ili drugih manjinskih grupa.

Može se dogoditi da prosto ostanu po strani. Možda se razbole, ili imaju „sastanak" sa demonom njihove zavisnosti (alkohol) kako bi prevazišli bol i tugu.

Ali pozorišna grupa treba zajednicu i prisustvo članova.

Zbog toga je najuži tim morao da nađe metod kako bi mogao da nastupa ako jedan ili više članova ne dođu. To je ono što zovemo metodom mekanih zglobova. On osigurava da performans može biti izveden sa fleksibilnom grupom glumaca. Pomaže nam da održimo pozorišni performans na našem repertoaru nekoliko godina. Eliminiše stres i nesigurnost u trenucima kada glumac ne može da dođe.

Kako radi?

Mi gradimo performans iz pojedinačnih scena glumaca i glumica individualno. U slučaju odsustva glumca, pojedinačna scena može biti izostavljena bez redukovanja kreativne i umetničke vrednosti celog performansa. Ovaj

metod nam dozvoljava da dodajemo nove scene u performans, kada se glumac ili glumica vrate nakon dužeg perioda, ili kada se novi glumac pridruži teatru. Gradimo performans tako da neko može zameniti svog kolegu ponekad na isti način kao u „originalnoj" verziji. Ponekad oni imaju sopstveni način nastupanja zbog svojih fizičkih sposobnosti.

Kako uspevamo? Probe i razvoj performansa je proces koji traje godinu dana manje-više. Tokom ovog perioda ljudi istražuju, isprobavaju i razvijaju svoje karaktere i scene. Skoro svi glumci i glumice imaju priliku da budu u kontaktu, ne samo sa svojim „glavnim" ulogama već mogu da probaju i druge mogućnosti. Mnogo puta tokom probe vidimo da postoje drugi mogući kandidati za određen lik i da već postoji prostor za buduće zamene.

Drugi način razmišljanja i rada u metodu mekih zglobova jesu masovne scene sa više glumaca na sceni istovremeno. Ova scena može da funkcioniše na isti način, čak i ako neko nedostaje. Može biti prilagođena i postavljena na isti način gde potencijalni novi glumci mogu da se pridruže. Za novajlije mnogo je lakše da budu deo scene u kojoj su među drugima nego da imaju individualnu scenu.

Tokom poslednjih šest performansa svesno uključujemo potrebu i mogućnosti da koristimo „meke zglobove" kao princip stvaranja performansa. Zbog toga nikada nismo morali da otkažemo performans. Imamo čak i jedno posebno iskustvo kada se glumac koji je imao glavnu ulogu nije pojavio prilikom izvođenja (Lutka, Bábka) u Berlinu. Zahvaljujući načinu izvođenja proba i zamena za „glavnog lika" tokom perioda pripreme, mogli smo da ga zamenimo i izvedemo performans sa velikim uspehom.

Ukoliko bismo imali visoki rizik od otkazivanja performansa, našem radu bi nedostajao

esencijalni deo celog procesa - RADOST - koja se budi tokom izvođenja ispred publike.

Pozorišne predstave za javnost:
Performansi koje smo probali tokom godine izvode se za publiku u našem teatru ili u drugim teatrima. To je zapravo prezentacija našeg rada, kontakt sa publikom i motivacija glumcima sa regularnom finansijskom i moralnom nagradom (radost). Performansi nam omogućavaju da utičemo na publiku, da poboljšamo svoje glumačke i veštine nastupa i svoje kompetencije. Naučimo da izađemo na kraj sa uzbuđenjem. Performansi su zamišljena jagoda na šlagu. Oni povećavaju samopouzdanje glumaca i glumica i donose nove socijalne kontakte.

Događaji na sceni od 2005. godine

SNY/Snovi, 2018.
Kakve snove imamo?
Šta oni znače za nas?

Flešbek, 2016.
Nakon 10 godina postojanja DBD, prikazujemo svoje uspomene i život iza zavese.

POVINNÉ ČÍTANIE - INAK/Kompulzivno čitanje - na drugačiji način, 2015.
Koliko je lako ili teško čitanje knjiga sa liste lektire za srednju školu i kakve knjige čitaju beskućnici?

DIVADLO UTLÁČANÝCH – PRIMEIRO PASSO/Teatar potlačenih - Primeiro passo, 2014.
Pozorišni uvod u veliku zaostavštinu Augusta Boala, ne samo u Forum teatru

KRASOJAZDKYŇA/Jahačica, 2014.
Scensko čitanje knjige koju je napisala Uršula Kovalk u kojoj žena predstavlja tranziciju od devojčice u ženu, i od socijalizma do kapitalizma u bivšoj Čehoslovačkoj.

BÁBKA/Igračka, 2013.
Na početku je postojala samo lutka veličine čoveka. Nisu postojale facijalna ekspresija ili definišuće karakteristike. Kasnije smo lutki dali ime.
Frenki, ime koje su mu dali glumci, počeo je da oživljava u pozorištu…

PLATEA, 2012.
Naš jedini performans koji se odvija na otvorenom inspirisan cirkusom.

ZÁZRAČNÉ DIEŤA/ Darovito dete, 2011.
Performans je adaptacija knjige koju je napisala naša glumica Jela Matuškovičova (Jela Matuškovičová) o svom dvadesetpetogodišnjem iskustvu boravka u socijalističkim psihijatrijskim bolnicama svuda po Čehoslovačkoj.

KUCA PACA, 2010.
Pozorišni kolaž koji se može percipirati kao zagonetka za publiku. Protagonista govori o nečemu, ali nikada ne otkriva o čemu tačno.

DUNAJDRÁMA /Drama o Dunavu, 2010.
10 zemalja, 1 reka, 1 predstava - multimedijalno putovanje kroz zemlje Dunava.

HAIKU/2009.
Ova predstava je inspirisana japanskom poezijom i prikazuje neke japanske pesme.

VIANOČNÁ KOLEDA /Božićna pesma
Svetski poznata priča prezentovana od strane 4 pozorišta beskućnika iz 4 zemlje: Češka, Mađarska, Holandija i Slovačka.

DÍA DE MUERTOS/Dan mrtvih, 2008.
Meksiko i njegov najznačajniji dan, Dan mrtvih, vodi nas daleko.

OKTAGON/Oktagon, 2006/2007.
Oktagon je način borbe u osmougaonom prostoru. Nema jasna pravila. Kroz ovu predstavu možemo da svedočimo koliko lako osoba može da ostane na ulici.

U maju 2006, osnovan je Teatar bez doma.

KRVAVÝ KĽÚČ/Krvavi ključ, 2005.
Četiri priče i mira o životu i kako ga preživeti - Plavobradi, Žena skeleton, Crvene cipele i Četiri rabina (priče Klarise Pinkola Estes (Clarissa Pinkola Estés), 1992.)

4. Iskustvo radosti

Fokusirajući se na radost prilikom podele posla u HIT projektu, naša hipoteza je bila: svaki potpun proces, kroz glad, anksioznost, agresiju/bol i tugovanje završen je radošću ukoliko smo sposobni da podelimo dar dobijen tokom procesa. Razvijanje i proba performansa sa drugima jeste proces samorazvoja za glumce, kao i za facilitatore. Tokom toga, može doći do radosti zbog nekog uvida, zbog izražavanja skrivenog problema u nesvesnom kroz telo i emocije, osvešćujući ga. U našoj predstavi „Flešbek" ovi procesi su prikazani na način na koji ga glumci i glumice doživljavaju.
Na kraju predstave dolazi radost zbog dobro osmišljenog performansa i aplauza.
Ovaj projekat omogućio nam je da se bliže upoznamo sa „ritualom davanja i primanja aplauza", sa diskusijom nakon njega. U našem slučaju to je važan trenutak u radnom procesu.
Počinjemo da govorimo imena svih performera. Svaki glumac i glumica imaju svoj trenutak kada se njihovo ime najavi. Svako dobije aplauz.

Većina naših glumaca i glumica uživa u tom momentu. Oni ga opisuju ovako:
„Aplauz je sjajno iskustvo. Ukoliko ne bi bilo aplauza, to bi bio jasan znak da nešto nije bilo kako treba." (Jozef, glumac beskućnik)

„Divno je nakloniti se i dobiti aplauz. Ponekad dobijemo ovacije što je uvek specijalna prilika za nas, da budemo vidljivi, da pokažem drugima nešto svoje…" (Jošua, glumac beskućnik)

„Iako imam 50 godina, uvek postanem vrlo emotivna kada čujem aplauz. Ne mogu da zaustavim suze. Potrebno mi je neko vreme da bih mogla da pričam…" (Dada, glumica, beskućnica)

„Da, aplauz je lep i to je poštovanje prema našem radu i trudu, ali ja sam više zainteresovana za diskusiju posle, ukoliko ljudi mogu da pitaju nešto… Ponekad i ja želim da postavim pitanja - ponekad to i uradim. Nekad osetim sažaljenje zbog naše situacije, samo naznake - zaista ne volim kad me ljudi sažaljevaju zbog moje situacije... Sigurna sam da me ljudi ne sažaljevaju i da iskreno aplaudiraju kada nastupamo u zatvoru, na primer. Ovi ljudi su veoma direktni i nemaju potrebe da se pretvaraju" (Deni, glumica sa fizičkim hendikepom)

Ovo je fidbek koji nam je dao terapeut nakon nastupa na Konferenciji terapijskog teatra u Olomucu 2018. godine: *„Srećan sam jer postoji performans na temu „Zašto raditi u teatru sa ljudima koji su marginalizovani ili u senci našeg društva?". Ljudi me često pitaju isto pitanje i nekad nisam siguran šta bih odgovorio. Kada razgovaram sa kolegama, mogu da opišem efekat, ali prema širokoj publici teško je odgovoriti. Danas sam od glumice čuo odličan odgovor: „Ne osećam se kao glumica, ali uživam da glumim."*

Drugim rečima, ovi ljudi rade u teatru jer im to donosi radost.

Facilitatori ovako opisuju iskustvo:
Osećam radost kada mogu da rešim problem svog klijenta, koji nije mogao sam da reši. Često to može da bude lak problem za mene sa ovim iskustvom, npr. jedan telefonski poziv. U tom trenutku ja osećam radost jer sam nešto poboljšao. (Jožef Bujna)

Kao glumac, nakon nastupa osećam radost (ne nužno povezanu sa aplauzom, to je osećanje dobro izvedene predstave, dobre saradnje, satisfakcija), a diskusija je važan deo deljenja sa drugima. Osećam da često nedostaje prostor i vreme za radost u društvu okrenutom ka performansu i produktu, skačemo sa jednog završenog projekta na drugi bez dovoljno vremena za obično uživanje u uspehu. (Tomaš Kubiš)

Prilikom planiranja performansa, završni deo treba planirati unapred, sa dovoljno vremena za implementaciju. (Patrik Krebs)

5. Teatar kao lečenje

PH proces je prilika da osoba zaroni koliko god odluči da može. Facilitatori su vodiči, osobe koje pozivaju druge u avanturu, oni podržavaju u tamnim delovima, osvetljavaju glavni put procesa - putovanja. Oni takođe mogu pokazati zadovoljstvo nalaženja senke u prevelikom svetlu.

Svako putovanje (profesionalno ili lično) sadrži senku, „drugu stranu". Ovih „strana" ima mnogo, na mnogo nivoa i slojeva. Pravi rad za svaku osobu, naročito za grupu ljudi koji rade zajedno, jeste da prođe kroz njih. Ovo može doneti korist osobi ili drugima oko nje. Takođe je važan razlog zašto radimo sa umetničkim metodama. Pokušavamo da razumemo svoj svet i da delimo životna iskustva sa drugima na način da ga mogu svariti, razumeti i osetiti. Svet teatra je idealan za rad sa emocijama. Daje im prostora i vremena. To je trka na duge staze u toku koje ljudi mogu šetati s vremena na vreme. Mogu da ubrzaju ili da se odmore, a onda ponovo da nastave.

Šta publici mogu da ponude manje privilegovani ljudi iz našeg društva, kao što su beskućnici, bivši ili sadašnji zatvorenici ili ljudi sa ozbiljnim hendikepom? Šta oni mogu da ponude „ostatku" sveta?

Pre svega: bilo koja priča, novost, informacija o „njima" istovremeno je i priča, novost ili informacija o „nama". Svi mi smo deo iste priče, istog sveta mitova. Važno je bolje upoznati ove fenomene. Svet umetnosti nam nudi jezik kojeg može da razume više ljudi. Mi pokušavamo da radimo sa „temama". Tokom jedne godine obično istražimo više područja. Razvijamo performans koji je reflektovan i doživljen od strane glumaca i glumica iz grupe.

Obično na kraju godine, nakon premijere i nekoliko repriza, nakon festivala i zatvaranja godišnjeg projekta, razmišljamo o tome šta bi nas inspirisalo. Ponekad su teme jasne (npr. snovi, književnost, scensko čitanje određene knjige). Ponekad imamo objekat kao inspiraciju. Lutkarska predstava. Tema i koncept su došli iz načina probanja i razvijanja sposobnosti da radimo sa lutkama. Pokušavamo da imamo performanse koji će biti svareni od svih u timu, u kom svi mogu da nađu svoje mesto i način komuniciranja. Naša glavna uloga (facilitatora, direktora) jeste da se držimo kreativnog procesa, tema i umetničkog jezika. Publika i ljudi na sceni stvaraju jedno funkcionalno telo. Univerzum u kom se može videti nešto što je obično nevidljivo, ili nešto što ne možemo da vidimo ili osetimo. Završni tekst je napisala Žužana Pokorna (Zuzana Pokorná), glumica u Teatru bez domova.

Glumila je u pozorištu tri godine. Onda se preselila u Nitru, grad 100 km od Bratislave. Nakon nekoliko meseci Žužana nam je napisala svoju refleksiju teatarskog iskustva.

Danas opet aktivno glumi i dolazi dva puta nedeljno zbog proba i performansa. Njena posvećenost pozorištu je značajna zbog njenog fizičkog stanja i ograničene mogućnosti hodanja.

Zašto da kažemo „DA" pozorištu?

Umetnost sama po sebi sadrži nešto posebno. Postoji nešto posebno u njoj. Ima neku magičnu moć. Umetnost koja je stvorena u pozorištu veoma je intenzivna jer uključuje telo, sva njegova čula i dušu. Kroz telo i čula mnogo toga može biti pokazano i rečeno. Kroz čula svašta se može osetiti. Pozorište je mesto gde svako može da doživi i živi šta god želi. Sve je dozvoljeno. Pored toga, svako ko želi može da se pridruži. Shvatila sam da moja gluma u pozorištu nekako sve vraća u ravnotežu. Ovo osećanje se učvrstilo u meni zahvaljujući tome što sam nekoliko godina mogla da budem član jedinstvenog teatra, član Teatra bez domova, koji živi svoju priču kao i priče drugih ljudi sa ulica Bratislave. A u slučaju ovog teatra to je duplo istina. Ne znam kako da objasnim sebi da se čak i snažni ljudi, koji nisu imali priliku da prime ljubav kao drugi, susreću ovde na mestu ispunjenom ljubavlju od poda do plafona. Svakako, nije svaki trenutak radostan. Ali u ovim trenucima, zajedničko deljenje može biti korisno. Sedenje u krugu i pričanje o problemima je veoma oslobađajuće i možda zahvaljujući razumevanju i savetima od drugih, osoba može da promeni svoje mišljenje. Teatar otvara srca…

Ali ako bi svakog dana tražio tugu ili bol na licima, ne bi ih našao. Radost života i apetit za stvaranjem su jači. Kao i teatarski kiseonik. Radost je stvorena u pozorištu i istovremeno postaje tri puta veća zahvaljujući njemu. Dovoljno je imati apetit za stvaranjem, uživanje i rezultat će doći.

Probe su građevinski materijal za performanse. One su esencijalni deo koji oživljava misli i pomaže im da se transformišu u materijalnu formu. One su važan deo koji stvara nešto novo, koji transformiše staro ne samo spolja, već i iznutra. One su najvažnije. One su put. Rezultat u formi završenog performansa kreiranog iz podeljenih ideja, sugestija i promena je nagrada/dar, ne samo za publiku, već i za glumce i glumice. Možda je čak i sam put nagrada, dar.

Teatar ima pažljive ruke, pune ljubavi. Njihov dodir leči. Ne samo vreme koje smo proveli zajedno, bilo u Bratislavi ili tokom putovanja, pomaže kompleksnom lečenju. Svako ima mesta u sebi kojima treba da izađu na svetlo da transcendentiraju i da se zatvore. Teatar može da zaleči osećaj usamljenosti, neuspeha, odbacivanja… I s druge strane da pruži prihvatanje, poštovanje, ljubav…

To se ne dešava brzo, ne dešava se odmah, nije lako, ali najvažnije je da se desi i da radi nekako. Misao sa teatrom bolje radi.
Nakon što sam upoznala teatar, počela sam da ga zamišljam kao ostrvo nade sa jednom kućom i svetlom koje stalno gori. Teatar daje nadu. Nada kaže: „Moraš da veruješ da će sve ispasti dobro".

Ja nisam nijedne vere, ali verujem u veću moć, mudrost i zakone prirode. I sigurna sam da je neko veoma bližan od gore odabrao neke dobre ljude da pomognu drugima na ovaj način.
Da li postoji drugi način da se percipira teatar ako ne kao dar?
Ceo ovaj teatar može da živi u čoveku. U meni mnogo je teatra ostalo, puno mi je pružio… (nadam se da sam i ja pružila nešto njemu).

A da li može nešto da uzme? Pa… uzeo mi je samo stari način života.

Komentari urednika:
Ovo je lep rad iniciran od strane ljudi koji su navikli da učine stvari mogućim, kulturnih i umetničkih aktivista. Ima samo nekoliko pitanja.
Biti i raditi sa „autsajderima", otelotvoriti kulturološku senku; i razvijajući teatar sa njima na osnovu iskustva, znači raditi direktno sa senkom. Čini se prirodnim, očiglednim, da je osenčena strana radosti pomenuta samo ponegde, npr. zavisnost. Kako njihova „senka" i način na koji je „jedu" na sceni rezonuje u vama, aktivistima? Na drugi način o istom problemu: šta je to što možete da naučite od njih? Da li su nekada oni vaši učitelji? Ako da, na koji način?

Glumica Dada opisuje svoje suze radosnice: koju ulogu igra tugovanje u vašim predstavama?
U poglavlju Poziv/Glad knjiga počinje sa uzidanim ljudima, zatvorenicima. U poslednjem poglavlju Dar i Povratak/Radost knjiga se završava sa ljudima bez prostora, sa beskućnicima. Ovo su dva ekstrema našeg društva, kako marginalizovati i načiniti nevidljivim: zatvoriti u posebne institucije ili izbaciti iz doma?

Radost je osećanje na kraju CBF-a. Želja da se ostane u radosti će voditi zavisnosti između radosti i gladi, želeći uvek više. Puštanje radosti, dozvoljavanje praznine (vidi poglavlje Glad) će voditi iz nje i učiniće mogućim da novi PH započne.

Rezultati

Ovaj HIT projekat je sledio koncept **inovacije u obrazovanju odraslih:** proširenje i razvoj kompetencija edukatora koji se bave socijalnom inkluzijom. Ovo ima dva komplementarna aspekta: biti od pomoći drugima da prepoznaju i uključe izgubljene sposobnosti u skladu sa pomagačkim angažmanom, da isto učine i sa samim sobom. Oba aspekta su istražena: svi članovi projekta pronašli su pristup svom „heroju" i istražili kako njihov „heroj" može pronaći zajedničku platformu sa svojim unutrašnjim „demonom otpora" opisanim u sporazumu. Ovo je korak „inicijacije" i razvoja sopstva (vidi bol u poglavlju). Ovo novo sebstvo je u stanju da istraži nepoznato i da identifikuje poklone sa „ugrađenom" vizijom, kako da ih koristi. Iskustvo ovog procesa mnogo pomaže da dozvoli sledećem putovanju da teče: kako da se integriše, deli i živi ovo novo sebstvo. Ovaj proces je u osnovi isti, i ako ste u ulozi pomagača ili klijenta. Klijent može čak postati i učitelj pomagaču kada je on/ona u stanju da napravi korake izvan senke u koju ga/je stavilo društvo. Ovo se dešava npr. u pozorišnom radu Divadlo bez domova, gde beskućnici dobro ili bolje pružaju ljudima „ukus" onoga što se dešava u društvu i koji izvor kreativnosti počinje da se uzburkava u njima ponovo.
Tokom plodonosnog rada na projektu svi smo bili srećni da dočekamo tri novorođenčeta u i oko HIT projekta.

1. Pozorište i drugi analogni mediji kao način izražavanja pitanja koja je teško ili nemoguće digitalno izraziti

1.1 Izvanredan rezultat je da su svi članovi projekta pronašli zadovoljstvo u korišćenju umetničkih medija. Sve prezentacije rezultata u završnoj radionici koristile su igranje uloga, pozorište i druge umetničke i simboličke medije kako bi izrazili ono što je neizrecivo ili je još uvek na putu da se izrazi i stoga treba puno nijansi i senzualnih utisaka koji pozivaju osećaje i ideje. To nije kvantitativno pitanje kao „što više metoda učim, tim bolje". Ne to je kvalitativno pitanje za facilitatora da ima prikladan stav koji daje sadržaju klijenta kompatibilan oblik i otvara prostor u kom se samokontrolisani proces percepcije i razumevanja može desiti.
Predstavljanje HIT projekta na HIT konferenciji u sklopu festivala ERROR u Bratislavi 24. novembra 2018. godine je iskoristilo predstavu „Šta se događa u Evropi" kako bi opisali sebe, svoje likove – heroja pod nazivom „Zajednica", majku pod nazivom „Divlja priroda", očuha pod nazivom „Civilizacija", poziv pod nazivom „Evropska različitost", demona pod nazivom „Gospodar Nacionalizam" - prošlo je pet koraka promene u procesu Putovanje Heroja. Publika je mnogo cenila ovu predstavu kao jasnu i diferenciranu poruku.
Pripovedanje i mitovi su veoma povezani sa pozorištem. Sva tri imaju svoje poreklo u drevnom svetu rituala i predstavljanju mitova i drugih priča u kontekstu inicijacije ili u kontekstu ozdravljenja (npr. u slučaju antičkog grka Epidaurosu (Rebillot, 1981)). Neke nacionalne grupe su koristile mitove ili pripovedanje. Oba bi se mogla produbiti u budućnosti kao nezavisne teme.
1.2 U projektu smo postali svesni koliko su naše nacionalne kulture različite. Gledajući iz Evropske unije i sa kontinenta, ovo posebno važi za ostrva: Island i Lanzarote sa jedne strane, i za Srbiju sa druge strane. Možda je

to i razlog zašto su se Island, Lanzarote i Srbija više oslanjali na mitove. Lanzarote je iskoristio prednosti susreta više različitih kultura unutar svoje nacionalne grupe. U svakom slučaju, rad na dominantnim nacionalnim mitovima, npr. koristeći se kreativnim radom Pola Rebiloa sa mitovima, može biti koristan korak u budućnosti kako bi se osetile i razumele, na različitim nivoima, bitne karakteristike nacionalne kulture.

2. Zaštićeni prostor + ritual za uključivanje i transformaciju negativnih osećanja

Kao što kaže američki pesnik Robert Blaj (Robert Bly)[30]: „Očigledno provedemo prvih dvadeset ili dvadeset pet godina života provodimo odlučujući o tome što treba gurnuti u senku, a sledećih četrdeset godina pokušavamo ponovno stupiti u kontakt s tim materijalom." Jednostavno „izigravanje" onoga što nas je nateralo da u detinjstvu potisnemo životnost i sposobnosti u naš „ruksak" u senkama, nije dovoljno. Izražavanje anksioznosti, boli ili tuge samo je otvarač za prateći način doživljavanja tih osećanja kao i onih osećanja iza tih, koji čekaju na početku „cevovoda" senki.

Trening PH, rad u četiri HIT nacionalne grupe kao i rad sa klijentima, pokazao je sledeći rezultat: zaštićeni prostor je potrebno da postane tih i prazan, da osoba postane svesna tela i osećanja i da se otvori za aktivnosti simboličkog izražavanja nekog iskustva ili navike koju želi da se oslobodi ili rane koju želi da zaleči. Dve slike prikazuju tipi na „mestu tišine" kao zaštićeni prostor. Zapadnim kulturama u velikoj meri nedostaju ove sobe. Oni su zaštićeni pravilima nenasilnog delovanja, poverljivosti, pravilom izražavanja jasnog DA ili NE za radne predloge, zabrana pretvaranja odobravanja i konsenzusa kao što je iskušen na treningu PH (vidi poglavlje agresija / bol: strukturirano i nestrukturirano sučeljavanje). Što drugo? Što ih čini ritualnim prostorom?

30 Bly 1988, str. 64

Trening PH pokazuje da: ujedinjuje učesnike koji žele pronaći svoj lični obrazac promene, želeći korisne odgovore na svoja pitanja Ko sam ja? Oni dele tu zajedničku želju koja je napunjena svojom snagom i stvara zajedničko energetsko polje. Nešto, što možemo nazvati „duhom tog zajedničkog putovanja" ili „duhom ove putničke grupe". Simbolizuje ga sveća u središtu prostorije, koja gori dan i noć do kraja procesa.

Postoje i drugi primeri: „duhovni vodič" može biti izabran kao saveznik, elementi prirode mogu biti pozvani da energizuju „instrument moći". Iskustvo pokazuje: pozivanje nevidljivih ili nematerijalnih sila po imenu i traženje konkretne podrške upravo je korak koji deluje. Čim se ova dinamika doživi, ispada da je sasvim prirodno ući u procese zajedničkog stvaralačkog ritualnog razvoja. Ovaj ritualni prostor otvara se prizivom nematerijalne sile i zatvara se zahvaljujući njoj (Helga & Manfred Weule, 2003).

Učesnici HIT projekta bili su spremni učestvovati u ritualnim procesima i zajedničkom razvoju kroz HIT. Čini se da nisu sve nacionalne grupe upoznate s korišćenjem rituala u vlastitom radu. Ovaj korak procesa mogao bi se u budućnosti produbiti.

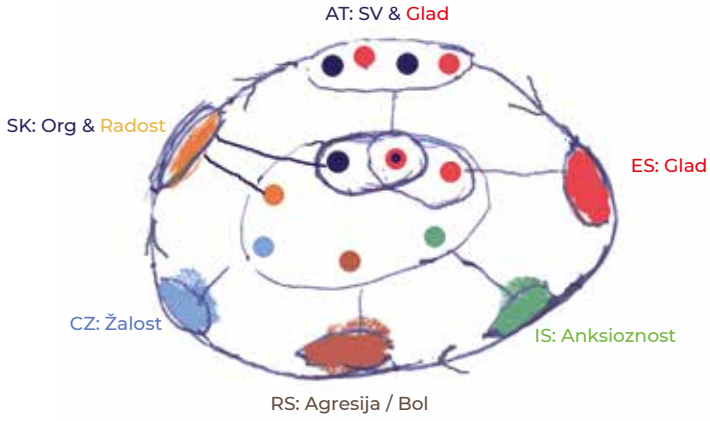
3. Istraživačkom projektu su potrebne strukture: strukture i autoriteti u HIT projektu

3.1 Projektne strukture

Proces PH i njegovi koncepti, kao i ciklus osnovnih osećanja stajali su na početku ovog projekta na sedmodnevnom treningu PH na Lanzaroteu. To je uključivalo vreme za definisanje ličnih ciljeva i odraz ličnih rezultata i za razvoj podele rada u projektnom radu 5 + 1 nacionalnih grupa od po 4 člana u svakoj (vidi grafik na stranici ..).

Ove nacionalne grupe od po 4 člana su pokrenule i iznele svoj rad na istraživanju koristeći različite stilove u skladu s njihovom specifičnom situacijom i kulturnim obeležjima. Ali sledeći - treći - transnacionalni sastanak je pokazao konflikte: prema

iskustvima grupne dinamike i teorije grupa, GRUPA sadrži 5-12 ljudi. Ako je veća, direktna komunikacija više nije moguća i formiraju se podgrupe. Zato su se supervizori susreli sa timom organizatora i predložili strukturu od sedam delegata kao strukturu za donošenje odluka - prikazane kao obojene tačke u krugu u centru grafika. Delegati su odgovorni za deljenje informacija i stavova u svojoj podgrupi, grupa iz Slovačke je imala drugog delegata kao organizatora. To se pokazalo korisnim:



Ovakva struktura i saradnja organizacijskog tima i supervizora omogućili su nam nakon konfliktne rasprave dogovor o funkciji austrijskih supervizora. To je bilo korisno za pripremu i vođenje letnje radionice. Pet podgrupa je radilo na svom koraku procesa PH i povezanom osnovnom osećanju koji je bio relativno nevidljiv u nacionalnim grupama i bili su u mogućnosti pripremiti prezentaciju rezultata tokom druge radionice od sedam dana na leto 2018. godine. Način na koji su to uradili se može videti u njihovim poglavljima. U početku se komunikacija odvijala između pogleda iznutra – pogleda spolja između različitih nacionalnih grupa („balon" grupe), (Simon i Conecta, 2004).

3.2. Supervizija

Austrijska grupa je imala funkciju supervizije HIT procesa i uređivanja ove knjige. U austrijskoj grupi su bili ljudi različitih funkcija: osim dvoje starijih, Elisabet Kamenicki, s puno funkcija i Gudrun Florijan-Troj koja je istraživala deo gladi u svom projektu Raškolovavanja. Budući da Helga ima „neizlečivu bolest" koja joj ograničava sposobnost kretanja, ona ima potrebu za ličnim asistentom. To je bila jedna od Elizabetinih mnogih funkcija. Bila je i član voditeljskog tima tokom PH treninga i letnjoj radionici, asistent supervizorima na osnovu njenih kompetencija iz grupne dinamike, a ponekad i posrednika između starijih i drugih članova projekta.

Supervizori su razgovarali i razvili procesne intervencije i razvili dizajn za prvu i drugu radionicu sa rezultatima (letnja radionica). Opšte je iskustvo da pisane intervencije (imejl poruke) uglavnom nisu imale odjeka: ili je bilo raspravljano u nacionalnim grupama, a rezultati nisu iskomunicirani supervizorima i celom projektu, ili su ostavljeni po strani. No, gledajući od kraja projekta, konačno je nekoliko nacionalnih grupa koristilo priliku da komunicira sa supervizorima. Posebno su usmene intervencije u letnjoj radionici bile prilično korisne.
Veliki krug od dvadeset i pet ljudi mora postati sposoban da govori o razlikama i postati sposoban da ih koristi kao izvore različitosti. Ovo je bio veliki posao prvog dana, kao i rasprava o načinima i konceptima istraživanja na temelju koncepata koji se koriste i govoriti o negativnim osećanjima i temama u senci HIT projekta, kako bi počeli od tog mesta sa zajednički kreiranim ritualom vatre koji transformiše negativna osećanja i ojačava pozitivne perspektive. To su bili koraci prvog dana letnje radionice. Poslednji dan smo morali voditi računa o obradi povratnih informacija, dokumentovanju i deljenju rezultata, te razvijanju strukture za poglavlja ove knjige. Odrazile su se različite teme projekta, koristeći metode poput tandem postupka unutrašnji krug/spoljašnji krug, u kom unutrašnja grupa deli svoje poglede (spoljašnji krug je tih), a zatim spoljašnji krug odgovara pitanjima i komentarima (a unutrašnji krug je tih), (Simon i Conecta, 2003). Postalo je vidljivo da postoje vrlo različiti pogledi na superviziju kao profesionalni postupak u različitim nacionalnim grupama.

3.3 Autoritet, distribucija funkcija i upravljanje različitostima

Centralna tema je moguće preopterećenje funkcijama za dve osobe koje čine jezgro supervizorske grupe: Helgu Weule i Manfreda Weule. Oni su bili inicijatori projekta zajedno sa slovačkom grupom, vodiči za proces PH, „interni" supervizori, stručnjaci za temu, urednici, stariji, voditelji letnje radionice i domaćini ritualnog prostora tamo. Razlikovati ove različite uloge i funkcije nije bilo lako za članove projekta, kao i ni za ove dve osobe. Ponekad je bilo potrebno konfliktno pojašnjenje.
Uprkos takvoj situaciji, raznolikost rezultata i kreativni način njihovog predstavljanja su izvanredni. Budući projekti ove vrste trebali bi distribuirati te funkcije, npr. postavljanjem uloge spoljašnjih supervizora. U svakom slučaju, projektna situacija kao što je ova u HIT-u pokazuje da je to poligon za praksu o tome kako postati zajednica različitosti i kako raditi na tome. Suočavanje, borba i prepiranje, umesto blokiranja, izbegavanja tema, utišavanja: višestruka različitost treba da se nauči kako bi se autoritetima ostavile navike sledbenika.
Iznad smo opisali da junak želi integrisati, deliti i živeti svoje novo ja. Deljenje s drugima i življenje novog sebe traži izgradnju zajednice. Raznovrsne zajednice. Ovde je potrebna umetnost raspravljanja i posebno veština upravljanja raznolikošću u grupama/ organizacijama. To bi sigurno trebalo produbiti u budućnosti.

3.4 Ritam elektronske i direktne komunikacije

Elektronska komunikacija je korisna za organizovanje procesa, za osiguravanje da se stvari dese. Ona je neprikladna za činjenje razlika korisnim, za rešavanje konflikta. Za ovakve projekte posebno su sastanci ključni, nezamenjivi i najučinkovitiji način komunikacije i potreban je dobar ritam elektronske i direktne komunikacije.

4. Kako iskoristiti polarnosti

Što je svetlost svetlija, to je senka tamnija. Zašto je to dobro, ceniti svetlo kao „dobro" i odvojiti senku kao „loše"? Oni pripadaju zajedno, oba moraju biti prepoznata. Stara Čiroki (Cherokee) priča o dva vuka se bavi tom temom:

Dva vuka
Jedne večeri kod kamina Čiroki starešina je rekao svom unuku da se borba odvija unutar svakog ljudskog bića. Rekao je: „Sine, tu borbu vode dva vuka koja žive u svima nama.Crni je destruktivan zbog tuge i besa zbog svega što mu je učinjeno i od svega toga što još nije živio i nije postalo istina još. Beli uživa u divljini, avanturi i zajednici." Unuk je neko vreme razmišljao o izjavi dede. Zatim je upitao: „Koji će od njih pobediti?" Stari Čirokanac je odgovorio: „Vuk kojeg hraniš".

Ova priča ističe da je usklađivanje našeg razmišljanja i delovanja u našim rukama. To ne znači da crni vuk može da nestane ako ga ignorišemo „izgladnjujemo". Ovako se priča nastavlja:
„Ali imaj na umu: ako hraniš belog vuka, crni će ležati u zasedi iza svakog ugla, čekajući te i čim si rastresen ili slab, skočiće na tebe kako bi dobio pažnju koja mu treba. Što manje pažnje dobija, više će se boriti protiv belog vuka. Ali kad ga poštuješ, biće zadovoljan. Beli vuk je takođe zadovoljan ovim i oba će pobediti". (Stephan Paul Gruschwitz)

Bijeli vuk - crni vuk je metafora, koja označava sve polarnosti koje oblikuju naš život poput stari - mladi, muškarci - žene, blizina - udaljenost, pojedinac - zajednica, razmišljanje - osjećaj, život u gradovima – život na selu, iskusni - neiskusni (na PH treningu). Ove polarnosti su postale vidljive i ispričane tokom prvog dana letnje radionice. Ima mnogo načina da se nahrani crni vuk. Neophodno je ući u zaštićeni prostor i igrati se, biti loš, s greškama i neuspesima, eksperimentisati. Budite svesni koja polarnost je isključena i unesite je (Pereira, 1983). Na koji način feminizam dekonstruiše maskulinitet i koje uvide unosi u društvenu stvarnost? Kako možemo razumeti dinamiku moći između roda, kada ne postoji binarno razumevanje istog, već radije fluidno? Ova pitanja su važna za IZAĐI. Inkluzija treba oba vuka, junaka i demona otpora, razmišljanje i osećanja. Kada se poštuje crni vuk ili suprotni pol, na stolu je zadatak uravnoteženja oba vuka, oba pola. Opet i opet. Za sve društvene sisteme je istinito, da su svi elementi i fenomeni prisutni u isto vreme, oni su samo primećeni ili spomenuti na drugačiji način (u prvom planu / u pozadini). Suprotnost svakom fenomenu je prisutan, svaka pojava sadrži svoju suprotnost u sebi: gde je moć, tu je i nedostatak moći, gde je haos, postoji i red; gde je bliskost, postoji i otvorenost; gde je promena, postoji i kontinuitet. Rad sa jednim aspektom bez izostavljanja drugog može učiniti da se promena desi (Passavant, 1991/1992).

5. Druge teme budućih istraživanja

5.1 Istraživanje zahteva samopouzdanje i praksu. U našoj kulturi je uobičajeno strogo razdvojiti lična od profesionalnih pitanja. Sigurno je da će lični uvidi i saznanja biti objavljeni i korišćeni u nekim nacionalnim grupama. Ali sa korakom kojim bi se uradilo isto u celom projektu i u pet poglavlja ove knjige nije se rizikovalo. Poglavlja uglavnom govore o rezultatima iz rada s drugima. To može imati nekoliko razloga:

5.2 U zapadnoj kulturi nas uglavnom ne ohrabruju da kao deca i mladi verujemo u vlastite stavove, objavljujemo ih i oslanjamo se i radimo na njima. Ko sam ja, da sam dovoljno talentovan da sprovedem istraživanje - imamo običaj da pitamo, posebno kada se suočavamo sa autoritetima (vidi 3.3). Zar istraživanje nije deo akademskog sveta? (vidi 3.3) Smatramo da mnogi rezultati HIT projekta već odgovaraju na ta pitanja.

5.3 Potrebno mu je iskustvo i obuka za kretanje u mnogostrukim organizacijskim okruženjima (vidi 3.3).

5.4 Potrebno je izgraditi saosećanje i samopouzdanje da bi se osoba otvorila. U većem krugu je to teže učiniti.

5.5 Umeće raspravljanja i žudnje za gledanjem „iza pozadine" pomažu u postavljanju pitanja drugima: Zašto to vidite na taj način, a ne na moj način? Ono što se prvo čini borbom od koje se strahuje i izbegava, može se potom koristiti kao način za osvajanje novih uvida. Nastaviti na sličan način nepristrasno poput deteta prema zvaničnim pogledima, dogmama i paradigmama, saznati više o njima i kritikovati ih pomaže izgraditi kulturu koja koristi različitost. To uglavnom nije omiljeno i mnogo manje se uči u školi i na univerzitetima. To pomaže razvoju pitanja i hipoteze.

5.6 U racionalističkoj zapadnoj kulturi postoji snažna paradigma ili tabu: zvanična dogma naučnog i akademskog istraživanja jeste ostaviti posmatrača/istraživača izvan istraživanja kao „subjektivnog", kako bi se dobio „objektivan" pogled. To podrazumeva da sve što je „izvan" postoji objektivno bez opažanja posmatrača. Od šamanizma znamo da žive i materijalne stvari nisu odvojene, već povezane u imaterijalne odnose, što otvara načine da utiču jedni na druge. Od Imanuela Kanta (Immanuel Kant) i Žanbaptiste Vika (Giambattiste Vica) znamo da nema dokaza o objektivnom svetu spolja. Od kvantne fizika dvadesetih godina 20. veka znamo da istraživač utiče na njegove rezultate. Otkrića neurobiologije o spoznaji iz pedesetih godina 20. veka na govore da posmatrač stvara vlastite kvalitativne slike temeljene samo na kvantitativnim živčanim signalima senzacije, proces nazvan „stvaranje stvarnosti" (Foerster, 2002 i Watzlawick, 1984).

Ovi nalazi ne samo da omogućuju da se pogledi posmatrača ili istraživača uključe u istraživanje, već više od toga: oni to čine nužnim, kako bi se iskoristili resursi istraživača. Postavljanje pitanja kao što je „Da li je to stvarno tako kako tvrdi ova teorija?" i razvijanje hipoteza omogućuju indukciju odozdo prema gore, dok zatvoreni sistemi opštih teorija teže zaključivanju odozgo prema dole.

5.7 Korištenje euro-engleskog kao zajedničkog radnog jezika je određena prepreka, ograničavajući puni pristup svih članova projekta usmenoj komunikaciji.

6. Sažetak pozitivnog ishoda

6.1. Dublji uvid u krug osnovnih osećanja (KOO) i proces PH: doživeli smo da je teorija KOO i pet koraka promene u PH korisna za objašnjenje različitih procesa u našem svakodnevnom životu; npr mogli bismo iskusiti da su različite zemlje odabrale korak prikladnog osećanja PH prema njihovoj zemlji ili radnoj situaciji.

6.2. Dublje razumevanje različitih osećanja (i delovanja, pokreta, ...) i specifičnih koraka promene u PH i kako se uklapaju zajedno, sekvence i petlje.

6.3. Novi pristupi našem radu u obrazovanju odraslih, korisne metode za integraciju i transformaciju tema iz senke kao vrlo korisna pozadinska folija.

6.4. Centralni pozitivan i novi uvid je da je PH od pet koraka, zajedno s krugom osnovnih osećanja, orijentacijska pomoć ne samo za pojedince, već i za društvene jedinice kao što su grupe projekti zajednice u bilo kojem procesu promene. Ovaj „putokaz za živahne procese samoorganizacije" pomaže u realizaciji i prihvatanju emocionalnog zaglavljivanja i omogućuje aktivnosti za ukapljivanje, uključivanje i transformaciju tih osjećaja.

6.5. Nova polja, načini i mogućnosti primene koraka i različitih metoda treninga PH nakon Pola Rebiloa i Helge i Manfreda Weule.

6.6. Ponovno smo postali svesni da putovanje heroja Pola Rebiola nije nikakva metoda - kao što smo nazvali brošuru u jednom trenutku nekoncentrisanosti - već višeslojno umetničko delo, koje nas pogađa na mnogo različitih načina. Hvala ti, Pol, na predivnom poslu!

Manfred Weule & Helga Weule

7. Lični komentari

Darina Deakova (Darina Deáková (CZ)): Ja sam više svesna celog spektra osećanja kod mojih klijenata i u sebi. Postoji mapa osećanja i ja mogu saznati koje od njih nedostaje. Tokom projekta osetila sam najdublju tugu u svom životu i to sam prihvatila. Mogu osetiti tugu i radost u istom danu. Više sam sposobna da ostanem u osećanju tuge sa svojim klijentima.
Tomaš Kubiš (Tomáš Kubiš (SK)): Nema pozitivnih i negativnih osećanja, postoje samo osećanja sve dok imam siguran prostor, siguran za mene i moje okruženje.
Sisku Ruz (Siscu Ruz (ES)): Otkrio sam ko sam svojoj biološkoj porodici u kojoj sam rođen. Čujem glad i zbog toga je ovo bila najljepša i najplodnija godina na profesionalnom nivou.
Isidora Isakov (SR): Moj najvredniji uvid je da osobe mogu raditi na svom individualnom razvoju uvek kroz interakciju s drugima. Uzimajući u obzir moj lični razvoj, koji me je unapredio ili bio prepreka, to se dogodilo kroz interakciju s drugima i uz uticaj drugih. PH je proces unutar mene, kroz interakciju sa drugima je formiran. Ne mogu biti izvan društvenog konteksta.
Helga Vojle (Helga Weule (A)): PH i KOO dobra su linija za uključivanje različitosti u zajednički istraživački projekat. Protok živahnih osećanja pomaže u uključivanju važnih sadržaja različitosti u ovaj projekat.
Bjor Arnadotir (Björg Árnadóttir (IS)): Profesionalno sam prošla kroz najizazovniji period, ali na kraju sam se više povezala s nekim od mojih herojskih osobina, iako za njih još uvek nemam imena.
Patrik Krebs (SK): Ovaj projekat mi je dao izvrsnu priliku da vidim transformaciju na ličnom i profesionalnom nivou. U centru PH je došla integracija zahvaljujući senkama oko nje.
Manfred Vojle (Manfred Weule (D)): Uvid je: „Krećite se!" Odmaknite se od omiljene tačke gledanja prema drugima i ponovno počnite da tečete.
Runar Gudrunson (Rúnar Guðbrandsson (IS)): Lično sam puno naučio. Bio sam u velikoj nevolji u životu, pun negativnih emocija. Zahvaljujući PH došao sam kući mnogo jasniji. Mogao sam da pogledam sebe i svoj posao sa jednim svežim pogledom. Još uvek razmišljam što mogu da uradim sa svojim ličnim iskustvima u profesionalnom smislu.
Hana Strejčkova (Hana Strejčková (CZ)): Kvalitet i osećaj za vreme - pored sigurnog prostora za osećanje trebali bismo/mogli bismo stvoriti „sigurno vreme". S ličnog i profesionalnog stajališta, duboko i svesno sam saznala da je vreme neodređeno, ali s druge strane, mogu ga dotaknuti. U svakodnevnom svetu merimo vreme kvantitativno njegovim trajanjem. Ali u svetu u kojem dopuštamo „osećati" i živeti kroz emocije, vreme ima poseban kvalitet koji ne možemo meriti, nego osećati. Svakom klijentu treba različito vreme da izrazi, svari, podeli. Svakom terapeutu, učitelju, vođi potrebno je drugačije vreme da se njime bavi.
Helga Vojle (Helga Weule (A)): Trening PH je unutrašnji grupni trening. KOO mi dopušta da radim kroz svoja osećanja i da budem više u kontaktu s njima. To je takođe dobar putokaz za razvoj grupa i projekata.
Patrik Krebs (SK): Radi za svaki ukupni proces ...
Manfred Vojle (Manfred Weule (D)):... podržavanje samoorganizovanja.

Institucije uključene u projekat

Abenteuer Leben (Adventure Life) (Austrija)
www.adventurelife.eu

„Potrebna je zajednica da bi odrastao i vodio avanturistički život"

Asociación cultural, social, de salud y bienestar
ACUNAGUA (Španija)
www.acunagua.wordpress.com

Divadlo bez domova (Slovačka)
www.divadlobezdomova.sk

Grupa „IZAĐI" (Srbija)
www.facebook.com/grupaIZADJI

ReykjavíkurAkademían (Island)
(Rejkjavik Akademija)
www.akademia.is

Spolek divadelních ochotníků Alois Jirásek (Češka Republika)
(Teatar Alois Jirasek Upice)
www.divadloupice.cz

Prilozi

Dr Helga Weule · Dipl. inž. Manfred Weule M.A. · Institute conciousness strategies 2016

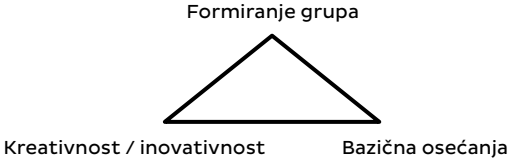
1. Proces kreativnosti i bazična osećanja

Kreativnost je moć za izlaženje „iz ništavila" omogućujući nove operativne jedinice (stvarnosti). Manifestuje se u ljudskim bićima i u prirodi kao kolektivni proces rasta i raspadanja, kao stoicistički proces.
Kreativnost koristi prazan prostor, polarnosti, neočekivane događaje, varijacije obrazaca i ograničenja.

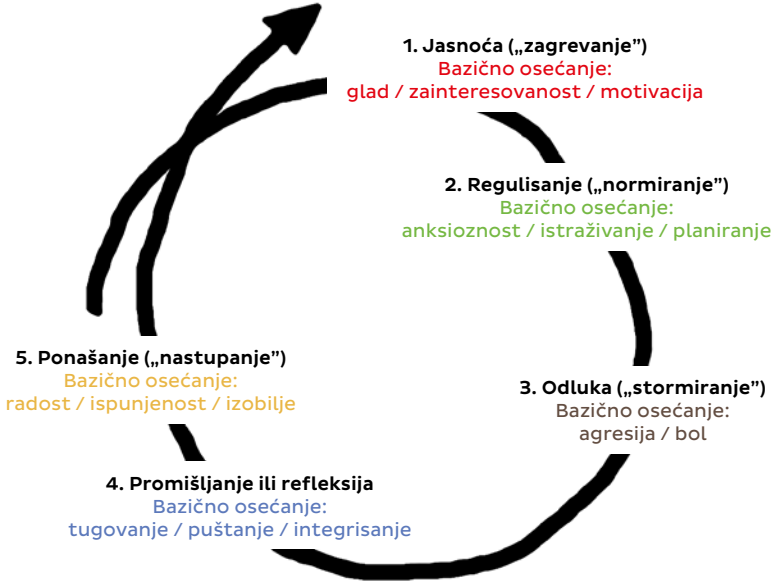
Faze procesa kreativnosti mogu da budu opisane ovako:

2. Proces formiranja grupe i bazična osećanja

Grupe su formirane kada postoji zajednička hitna situacija (ili želja) koje može da se preokrene (ili ispuni) samo kroz zajednički rad i kada nema „spasioca" (eksperta, autoriteta) koji prevenira formiranje grupe. Proces formiranja grupe je kreativni proces, u kom je zajednica formirana kao operativna jedinica. U zrelim grupama potencijal je veći od sume individualnih potencijala.



Faze u formiranju grupe mogu biti opisane na sledeći način, referišući na tradicionalni opis:



Afekat – emocija – osećanje

Razgovor o osećanjima i emocijama je danas mnogo prisutniji. Za mnoge istraživače „emocija", „osećanje" i „afekat" se čine međuzavisnim. Ali nisu identični. Ukratko ćemo razlučiti ova tri termina.*)

Afekat je iskaz potrebe/instinkta/motiva, traži linearni put da se oslobodi („ubistvo iz afekta"), nedostaje mu usklađenost sa ponašanjem, često je limitiran na pojedinačan trenutak.

Emocije su dinamične, ekspresivne, nemotivisane=performativne, povezane sa akcijom, namerne i ciljane. Emocija je pokret iz raspoloženja, temperamenta, koja ima fizičku dimenziju telesnog gesta i pokreta. Tamo gde emocije i afekat ispare,

Osećanja donose element svesnosti, otvorenog prostora, pozivaju priču i mogu biti ispričana, imaju trajanje i nisu nužno s ciljem (npr. anksioznost). K. G. Jung naglašava da osećanja donose procenu, sud ili odluku: da li mi se dopada unutrašnji eho do nivoa senzacije? Ili mi se ne dopada? Vrednost dolazi kao pitanje „za šta je dobro ili loše?" (Jung, 1990).

Svakodnevni jezik pomaže u distinkciji: osoba može reći „Imam osećaj za jezik", ali niko nema „emociju za jezik" ili „afekat za jezik". Osoba može reči „Imam osećaj da..". Nasuprot tome, nemoguće je reći „imam afekat da" ili „imam emociju da". Osoba može reći „Imam osećaj krivice", ali ne može reći „Imam emociju krivice" ili „Imam afekat krivice".

Ali sve ove dimenzije su intelektualne i spoljašnje, intelektualni aspekt ne može da uhvati esenciju. Bar V. Mašleid (W. Machleidt) može da pokaže korelaciju između pet bazičnih osećanja i različitih obrazaca moždanih talasa merenih EEG-om (Machleidt, 1989).

Manfred Weule & Helga Weule

*) Han (Han), „Psihopolitika. Neoliberalizam i nove tehnologije moći" („Psychopolitics. Neoliberalism and new technologies of power"). On dodaje hipotezu o tome zašto su danas osećanja i emocije u prvom planu: racionalnost je sredstvo disciplinovanog društva i stoga je doseglo svoje granice i doživljava se kao nešto što ograničava. Emotivnost dolazi na njegovo mesto, emocionalni kapitalizam se gradi na slobodi i neograničenoj subjektivnosti, slobodi da se sve kupi, slobodi da se ličnost otkrije.

Bibliografija

ALLISON, Scott T. and GOETHALS, George R., 2014, Now he belongs to ages: The heroic leadership dynamic and deep narratives of greatness. In Conceptions of leadership: enduring ideas and emerging insights. New York: Palgrave Macmillan, s. 167-183.

ALLISON, Scott T. and CAIRE, A., 2015, Heroism and mental health. In FRIEDMAN, Howard S., Encyclopedia of mental health. 2nd ed. San Diego: Academic Press, s. 315-318.

ARISTOTELÉS, 2008. Poetics, Praha: Oikoymenh.

BATESON, Gregory, Style, Grace, and Information in Primitive Art, 1972 in: Steps to an ecology of mind http://nomadicartsfestival.com/wp-content/uploads/2015/02/Gregory-Bateson-Ecology-of-Mind.pdf s. 137-161

BAUER, Robert, 1996, Zielgebiete zukunftsorientierter Veränderung in konfessionellen Krankenhäusern, unveröff. Arbeitspapier des Instituts für Unternehmensführung, Joh.Kepler-Universität Linz

BJARNADÓTTIR, Valgerður Hjördís, 2002, The Saga of Vanadís, Völva and Valkyrja. Images of the Divine from the Memory of an Icelandic Woman. Master's Thesis for Women's Spirituality Philosophy and Religion Department School of Consciousness and Transformation California Institute of Integral Studies

BOLEN, Jean Shinoda, 1999, Ring of Power. The Abandoned Child, the Authoritarian Father, and the Disempowered Feminine : A Jungian Understanding of Wagner's Ring Cycle, York Beach: Nicolas-Hays

BOLEN, Jean Shinoda, 2005, Transitions as Liminal and Archetypal Situations in: Mythic Passages. The newsletter of the Mythic Imagination Institute. A non-profit Arts and Communication corporation (Internet)

BLY, Robert, 1988, A little book on the human shadow, New York: Harper one

CAMPBELL, Joseph, 1998, Mýty (Myths). Praha: Pragma

CAMPBELL, Joseph, 2000, Tisíc tváří hrdiny (The Hero with a Thousand Faces). Praha: Portál

FOERSTER, Heinz von and PÖRKSEN, Bernhard, 2002, Understanding Systems, Conversations on Epistemology and Ethics. Heidelberg: Carl Auer Systeme

ELIADE, Mircea, 1954, The myth of the eternal return: Cosmos and History. Princeton: Princeton UP

FRANZ, Marie-Louise von, 1974, Shadow and evil in fairy-tales, Boston: Shambala publications

GAUDEMAR, Antoine de, 2011, Il était une fois … Vol au-dessus d'un nid de coucou (Once upon a time … One flew over the cuckoo's nest). A TV documentary (English with French or with German subtitles) about this movie of Folamour Arte France TCM

GIMBUTAS, Marija, 1982, "The goddesses and gods of Old Europe", London: Thames and Hudson; first edition as "The Gods and Goddesses of Old Europe" 1974.

GROF, Stan and Christina, 1989, Spiritual emergency: understanding spiritual crisis in: Grof, Stan and Christina (editors), Spiritual emergency. When personal transformation becomes a crisis., Tarcher/Putnam New York s. 1-26

GROUP DYNAMICS see publications by Heintel, Krainz, Schwarz, Pesendorfer, Königswieser, Weule on website of the Austrian assoc. for group dynamics & organisational consulting (OEGGO) www.oeggo.at

HAN, Byung-Chul, 2018, Psychopolitics. Neoliberalism and new technologies of power. London: Verso

HILLMAN, James, 1996, The soul's code. In search of character and calling, New York; Random House

HUMPHREY, Caroline, 2015, Shadows Along the Spiritual Pathway. Journal of Religion and Health. 54(6), 2376-2388. DOI: 10.1007/s10943-015-0037-2. ISSN 0022-4197. Also available from: http://link.springer.com/10.1007/s10943-015-0037-2

JUNG, C.G., 1958, Die transzendente Funktion (The transcendent function written 1916, first published 1958) in: C.G.Jung, Gesammelte Werke (Collected works), vol.8 s. 79-108

JUNG, C.G., 1990, Definitionen (Definitions) (written 1921) in: JUNG, C.G., Typologie, München: dtv

KESEY, Ken, 1962, One flew over the cuckoo's nest, New York: Viking Press.

MACHLEIDT, Wielandt, GUTJAHR, L., MÜGGE, A., 1989, Grundgefühle. Phänomenologie, Psychodynamik, EEG-Spektralanalytik. Berlin: Springer Verlag. (Basic feelings. Phenomenology, psychodynamic, EEG-spectral analysis)

MACHLEIDT, Wielandt, 1995, Grundgefühle. (Basic feelings) Handouts of a symposium of Helga and Manfred Weule, Salzburg 1995

MILLER, Alice, 1997, The drama of the gifted child. The search for the true self. New York: HarperCollins

MILLER, Alice, 1983, For your own good. Hidden cruelty in child rearing and the roots of violence, London and Boston: Faber&Faber

MINTZBERG, H., 1979, Structuring of organizations, Englewood Cliffs: Prentice Hall

MITCHELL, Steve, 2012, Paul Rebillot's modern day rites of passage in: SCHRADER, Claire (ed.), Ritual theatre. The power of dramatic ritual in personal development groups and clinical practice, London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, p.129-152

MITTERMAIR, Franz, 2009, Neue Helden braucht das Land. Persönlichkeitsentwicklung und Heilung durch rituelle Gestaltarbeit, (New heroes needs the land. Personality development and healing by ritual Gestalt work), Wasserburg am Inn: Eagle Books

NAKONEČNÝ, Milan, 2000, Lidské emoce (Human Emotions). Praha: Academia

PASSAVANT, Christina von, 1991/92, Zum systemischen Ansatz in der Beratung (About the systemic approach in counseling), Handout Organizational development (OD) training, Trigon Salzburg, Austria

PEREIRA, Sylvia Brinton, 1983, Descent to the Goddess. A way of initiation for women. Toronto: Inner City Books

PINKOLA ESTÉS, Clarissa, 1992, Women who run with the wolves, New York: Ballantine books

QUINN, Daniel, Ishmael, 1992, New York: Bantam Books

QUINN, Daniel, My Ishmael, 1997, New York: Bantam Books.

Inspired by both books is the movie "Instinct" (USA 1999) Script: Gerald di Pego, Director: Jon Turteltaub. Starring Anthony Hopkins and Cuba Gooding jr.

REBILLOT, Paul with KAY, Melissa, 1981, Dancing with the gods in: Pilgrimage: Journal of Existential Psychology 9, 2, p.89-100

REBILLOT, Paul, 1989, The Hero's journey: ritualizing the mystery in: Grof, Stanislav and Christina (editors), Spiritual emergency. When personal transformation becomes a crisis., Tarcher/Putnam New York, s. 211-224

Czech translation 1999 in: In GROF, Stanislav a Christina GROF, Krize duchovního vývoje: když se osobní transformace promění v krizi (Spiritual Emergency: When Personal Transformation Becomes a Crisis), Praha: Chvojkovo nakladatelství, s. 216 - 227

REBILLOT, Paul with KAY, Melissa, 1993. The call to adventure: bringing the hero's journey to daily life. San Francisco, Calif.: HarperSanFrancisco.

ROHR, Richard, 2011, Falling upward: a spirituality for the two halves of life. San Francisco: Jossey-Bass.

SCHRADER, Claire (ed.), 2012, Ritual theatre. The power of dramatic ritual in personal development groups and clinical practice, London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers

SCHROTT, Raoul, 2001, Gilgamesch Epos, München/Wien: Carl Hanser Verlag (Epic of Gilgamesh in a literary version and in an especially interesting translation close to the Sumerian text).

SOMÉ, Malidoma Patrice, 1994, Of water and the spirit. Ritual, magic and initiation in the life of an African shaman. New York: Penguin Books

SOMÉ, Malidoma Patrice, 1998, The healing wisdom of Africa, New York: Tarcher Putnam

ŠREJBEROVÁ, Lenka, 2018, Cyklus základních emocí v metodě Cesty hrdiny od Paula Rebillota (The cycle of basic feelings and Paul Rebillot's method of hero's journey), Diploma thesis 2018 at the Faculty of Education of the Palacký University in Olomoucz, Czech Republic

SIMON, Fritz B. and CONECTA, 2004, The Organisation of Self-Organisation: Foundations of Systemic Manage-ment, Heidelberg: Carl Auer Systeme

WATZLAWICK, Paul (ed.), 1984, The invented Reality: How do we know what we believe we know? (Contributions to Constructivism) Markham, Ontario: W.W.Norton & Co.

WEULE, Manfred, WEULE, Helga, 1998. Die emotionale Organisation - Gefühle, Sinn und Bewusstsein als neue Herausforderung für Organisationen. (The emotional organisation - feelings, sense and consciousness

as new challenge for organisations) in: Die Zukunft kommt - wohin geht die Wirtschaft ? Wiesbaden: Verlag Th.Gabler & on www.i-con-s.info under ’publikationen’

WEULE, Helga and Manfred, 2003, Indigene und moderne Rituale (Indigenous and modern rituals) in: Hubert Lobnig/Joachim Schwendenwein/Liselotte Zvacek (ed.), Beratung in der Veränderung. Wiesbaden: Verlag Th.Gabler & on www.i-cons.info under ’publikationen’

WEULE, Manfred and WEULE, Helga, 2015. Healing processes are works of art: the process of Paul Rebillot´s Hero´s Journey. In Common Space. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, s. 151-166 & on www.i-cons.info under ’publikationen’

WEULE, Helga, 2013, In verschiedenen Welten wandern, Bericht einer inneren und äußeren Reise ans andere Ende der Welt und wieder zurück. (Wandering in different worlds. Report about an inner and outer journey to the other end of the world and back) Wilhering (Austria): Bayer-Verlag

WEULE, Manfred, 2013, Harzer Ahnenerde. Wiedereinwurzeln mit Sehnsucht, Mutter Afrika und Sturheit. (Ancestral soil of Harz mountains. Reenrooting with desire, Mother Africa and obstinacy) Wilhering (Austria): Bayer-Verlag

WEULE, Manfred and WEULE, Helga, 2016. The cycle of basic feelings and its use in processes of creativity, group formation and Hero´s journey. Handouts Institute consciousness strategies.

WOLKSTEIN, Diane and KRAMER, Samuel Noah, I983, Inanna. Queen of Heaven and Earth. Her stories and hymns of Sumer. Harper & Row, New York

ZINKER, Joseph, 2004. Tvůrčí proces v gestalt terapii (Creative Process in Gestalt Therapy). Praha: ERA, s. 77-97

Učesnici iz 6 HIT zemalja, leto 2018, „Mesto tišine” pored Matighofena,
u austrijskoj regiji Inviertel, uz „pojačanje” u vidno mlade majke i njene bebe