

Tald ja apsat, vaba laps!

Kai Siidirätsep

24 juuli 2004



Universaalse rahu tantsud suurendavad rõõmu, avatust ja ühtsustunnet. Tantsuringis süttivad armastus ja rahumeel kestavad kaua ning toidavad südant ja kirkastavad vaimu ka järgnevas argisaginas.

Vasak, parem, vasak, parem astub üle 40 inimese üksteise järel ühte sammu. Rivi lookleb maona sinka–vonka, üks käsi eesastuja õlal, teine oma südamel. Sammurütmis lauldakse Ameerika põlisrahvaste püha fraasi looduse ja inimese ühtsusest. Tantsijate näod on keskendunud ja õnnelikud. Pilgud avatud ja hellad. See on hommikune tantsutund rahvusvahelises Universaalse rahu tantsu laagris „Vaime tants argielus,. Kõrvalt vaadates on pilt kahtlustäratav: on see mingi kamp pühendunud usuhulle? Innustunud ja õnnelikud inimesed mõjuvad meie hoolimatus ja kiirustavas elus umbusku tekitavalt.



Rahu kõõrdpilgu kiuste

Külalisõpetajat **Philip Tansen O'Donohoe**'d Inglismaalt selline kahtlusevari ei üllata. „Ka üksik mediteerija pargimurul tekitab möödujas küsimuse: mida ta seal küll teeb? Vaimsed praktikad kutsuvad kõrvalseisjas sageli esile ebalust. Aga just vaimse praktikaga on tegemist ka rahutantsude puhul,“ selgitab Tansen. Ja ega need polegi esitamiseks teistele vaid isetegemiseks, kogemiseks. Tanseni sõnul on

Universaalse rahu tantsude olemuseks liikumise, hääle ja hingamise süntees, mis aitab tunnetada sisemist sidet ja ühtsust üksteise ning loodusega. "Need tantsud on meditatsiooniviis, maailmavaade, meie erinevuste ja sarnasuste pühitsemine, läbi mille loome tervema suhte iseenda ja maailmaga," täiendab **Silje Seppik**, tantsuõpetaja Eestist. "Tantsud on avatud südame, keha ja meele harmoonilise koostöö tee. See on viis, kuidas ühendada vaimsus, kontsentratsioon, sügavus ja rõõm."

Tantsud on saanud inspiratsiooni maailma erinevate vaimsete traditsioonide tarkusest ja pühade fraaside ammendamatu pärandist. Nad austavad hinduismi, budismi, zoroastrismi, judaismi, kristluse, islami aga ka keldi, indiaani, muinasaegse Lähis-Ida, Aafrika ning Jumalannade traditsioonide püha olemust.

Enamus neist on lihtsad ringtantsud, mis sobivad igast soost ja eas inimestele, andes võimaluse end avada, luues sügava usalduse ning tervenemise õhkkonna.



Esmakogemus

Tansen on kitarriga ringi sees ja laulab ette sanskritikeelset mantrat: Om Sri Ram Jai Ram Jai Jai Ram. Selle üks tõlgendustest on: Looja on ühteaegu tõde ja jõud, isikuline ja mitteisikuline, kogu võit kuulub Ramale. Lihtsad võõrkeelsed sõnad ei jäägi nii kergelt pähe kui alguses tundub. Küll aga naelutab monotoonne sammurütm nad

tantsima hakates kui iseenesest mällu. Liigume mantrat lauldes ja käest kinni hoides mõnda aega paremale. Siis tuleb käed lahti lasta ning paarides tiireldes edasi laulda. Õpetaja näitab ringi sees pidevalt liikumismustreid ette. Tasahilju tekib omapärane voolamise ja üksolemise tunne. Südant paitab vankumatu rõõmuvoog. Jalad tatsuvad reipalt üha edasi. Kui õpetaja palub vaikides edasi tantsida, kostub rinnakorvi sügavusest suruõhuhaamri õrnu lajatusi: heli võngub sisemuses edasi, tekitades mõõtmatu väe ja armastuse laine.

„Ega ma esimestel päevadel suurt aru ei saanud, kuhu ma olen sattunud,“ tunnistab **Toomas Tärk**. Mees tegeleb suurfirmas müügitööga ning otsis vabaks puhkusenädalaks koos tütreaga tegevust. Sõnapaar telkimine ja tantsulaager kõlasid kutsuvalt. Mingi ettekujutuse pakutavast sai ta Tanseni kodulehekülge lugedes, kuid arvab nüüd, et loetu ja kogemus on ikka väga erinevad. Toomase ootusärevus ja suhteliselt leige esmamulje teisesen nüansirohkemaks laagri kolmandal päeval. „Toimus just kui äratundmine. Tekkis side ajaga, mil inimene lõi esimesed tantsud. Ehk just palvetades, soovist toetust ja rahu leida,“ mõtiskleb Toomas. Päev päevalt tuli kui iseenesest suurem mõistmine, mille pärast seda kõike tehakse. „Mõni tants oli ikka väga mõjus. Siis kulus pärast päris

pikalt aega, et toimunut endas klaaritada. Mõni seevastu oli lihtsalt naljakas. Eks igaüks sai elamuse oma näo järgi,“ arwab Toomas. Laager tervikuna tasus end tema sõnul aga kindlasti ära. Kas või enda proovilepanemise vaatevinklist: tantsida, kuigi kohe eriti välja ei tule ja laulda, kuigi üldse kohe ei oska. Ning nautida rõõmu kõigest sellest!

Ise ilu looja



„Tantsud ongi sellised, nagu inimesed neid tantsides kogevad. Igaühe tunded, mõtted, aistingud on tema jaoks just need õiged ja vajalikud,“ selgitab Tansen. „Seda on raske sõnades edasi anda. Kuidas sa selgitad teisele näiteks õuna maitset? Mõistmine toimub kogemuse kaudu.“ Tansen ise tegeles enne rahutantsudega tutvumist 9 aastat jooga, muusika ning mantrate laulmisega ning töötas raamatukogus. Just sel ajal kui muusikat sai liiga palju ja ka tööstress võttis võimust, kutsus tuttav ta kaasa Univeraalse rahu tantsu laagrisse. „Ja taas muutus mu elu. Midagi, mis oli minus seni uinunud olekus, ärkas. Minu ellu tuli juurde tohutult sisemist valgust,“ meenutab Tansen. Ühelt poolt oli see tema sõnul seotud rõõmuga, mis süttis temas eneses. Teisalt ka rõõmuga sellest tundest, mis tekib tehes õigeid asju. Ah, et kuidas sellest aru saada, et õigeid asju tehakse? „See on sisetunne, mis räägib läbi südame,“ teab Tansen. Ka sufi praktikaid (lisaks tantsudele ka hingamis-, kõnni- ja helipraktikad) ja tantse juhendades pole tal valmis tegevuskava. Ta kuulab oma südames sisemist juhti ning tegutseb selle järgi. Tansen peab end mõnes mõttes silla ehitajaks inimeste hetkeoleku ja soovide maailma vahel. Ta on teenäitaja, olles ise ikka ja alati teel. Teeotsijaid, kaasalööjaid on tal jagunud alates aastast 1988, mil ta ise alustas teistele tantsude õpetamist. Tanseni vaimset edenemist toetab tema sufi õpetaja Saadi Neil Douglas-Klotz. Temalt sai ta ka oma nõ sufi nime: Tansen. „Nimi on sufi praktikas pikaajaline eesmärk, et inimene saaks läbi selle kasvada. Tansen oli suurepärase muusik Indias, muusika on ka osa minu praktikatest,“ räägib Philip O’Donohoe, nakatav rõõmusäde silmades.

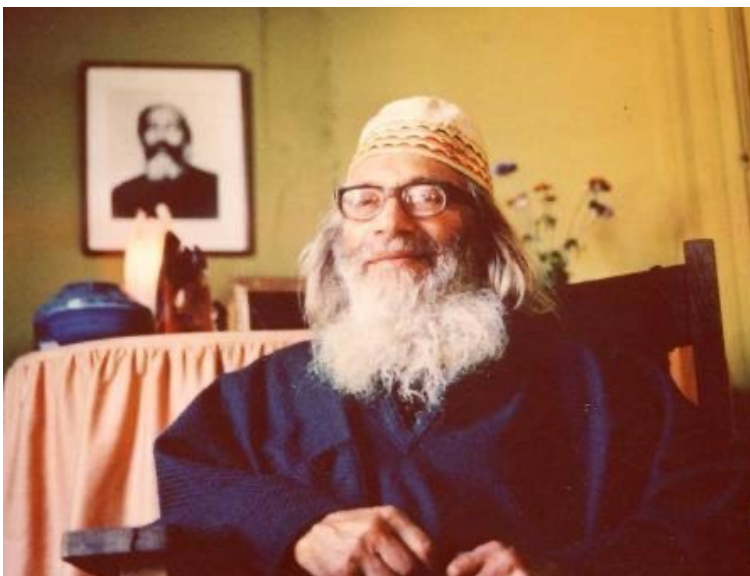
Rõõmukilked, õnneohked

„Rõõm! Sulaselge, ehe rõõm oli see, mis pani mind naerust rõkkama. Nii hea tunne oli!“ meenutab **Piret Palusoo** oma esimest tantsukogemust. Teda võlus toimuva lihtsus: tantsid–laulad ning saavutad sügava õndsustunde. Tantsima sattus ta sõbranna **Maris Warriori** eestvedamisel kuue

aasta eest. Maris oli tantsudesse armunud esimesest silmapilgust ning õppis ja õpetas neid nüüd Inglismaal. Peagi sõitis ka Piret Inglismaale tantsulaagrisse. Seal oli ligi 500 tantsijat. Neist moodustati 4–5 ringi, mille sees mängis alati kümmekond muusikut kitarridel ja trummidel. „See oli meeliliigutav ja võimas elamus! Sain nii palju energiat juurde, et tekkis lennutunne. Ma ei osanud seda alguses kusagil rakendadaagi!“, räägib Piret. Tants ja praktikad pakuvad tema arvates oivalist avatuse, usalduse ja toetuse keskkonda. Kümmekond päeva laagris koos samal lainel olevate inimestega tegutsedes tekib ainulaadne, loomulik kooslus. Kõik on maskideta, julgevad olla nad ise, teha omi vigu, naerda, nutta. See on hea eneseusu leidmise võimalus. „Tantsides tajun teisi inimesi ringis ning ühtses sammus ja hingetõmbes kulgevat heli ja liikumist. Seda on füüsiliselt tunda ja hirmus mõnus on,“ kinnitab Piret. Tal on hea meel, et juba mitu aastat saab ka meil tantsida aasta ringi Silje käe all ja ei pea kannatamatult ootama suvelaagrit.

Helide hällis

Pikad päevad erinevaid praktikaid on selja taga ja ühtäkki tajun, et järgmisesse tundi ma ei kipu. Meeled on uuekoormast ärevil ja südames tuksub nõudlik hääl: puhka pisut. Telgis end sirakile visates võtab uni keset selget päeva hoobilt võimust. Mõne aja pärast kostub kõrvu laul lähedalolevalt tantsuplatsilt. Hõljun mingis uneseguses seisundis. Tantsijate laul hellitab mind jõuliselt, kuid õrnalt. Helid on kõikjal mu ümber ja mina kaaluta olekus nende sees. Esmalt tunnen end kui väike laps ema süles hoituna, tasa kiikumas. Siis algab uus laul ja olemine muutub: heljun merelainetel kui lootsik. Ometigi tean ka nüüd, et olen armastatud ja hoitud. Adun, et laul on reaalne, kuid minuga toimuv tantsiskleb kusagil piiripealses tõelisuses. Aga kes meist siis ikka teab, mis on reaalne ja mis illusioon. Võtan mõlemad kogemused tänuga vastu. Telgiuks krabiseb ja Maris pärib, kas kõik on hästi. Muidugi on praktikates osalemine vabatahtlik, kuid keegi võib ju kuulajat kõrva ja tervendavat kätt vajada. Kirjeldan Marisele oma imelist elamust: jagatud rõõm on ju topelt rõõm. Maris tunnistab, et vahetu rahu ja armastuse tervendav vägi ongi see, miks ta inimestele maailma eri paigust rahutantse õpetab: „Seda tehes leian rahu ja armastust iseendas. See on mõlemapoolne protsess. Kui minus on see olemas, kandub see ümbruskonda, ka teistele inimestele ja maailm on taas pisut rahuarmastavam ja rõõmsam.“



Samuel Lewise foto juurde:

"Tants on elulaad, tants on elu valitsemine.

Mida elu meile kingib, seda on võimalik

väljendada keha, südame ja hingega

Jumala ülistuseks ning inimsoo ülendamiseks,

näidates selle läbi teed ekstaasi ja eneseteostusesse...

... Las tants kestab!"

Nii kirjutas Samuel L. Lewis (1896-1971) - esimese Universaalse Rahu Tantsu looja.

Loe lisa:

www.dancesofuniversalpeace.org