

Ruumist ja seda hoidvast emalikust energiast tantsus

Autor: Cornelia Freise ©

Tõlge saksa keelest eesti keelde: Kati Loo

Toimetanud: Merit Kask

Iga suhte sees asub ruum, mis on püha. Tajudes seda ruumi ja lastes sel olla vaikuses – tühjana mõtetest, soovidest, kartusest ja ootustest – leiame me tee elu sügava saladuse juurde. Selle ruumi väärtustamine ja austamine annab elule võimaluse end ise uueks luua. See on ruum, kus saab toimuda tervenemine ja muundumine. Selle püha ruumi hoidjaks on naiselik energia.

Angela Fischer

Ruum kui selline

Ruum kui selline on meie kultuuris alahinnatud väärtus. Enamasti me ei teadvusta endale, kuidas me teda täidame ja kasutame. Ei ole suurt vahet, kas tegu on sisemise või välise ruumiga, meie keha ruumi või kogu maailma ruumiga. Meie suhtumist ruumi valdab tänapäeval kasutamise põhimõte. Me rakendame nii sisemisi kui ka välimisi vahendeid, et omaenda tahet läbi suruda, kõike ise kujundada. Selle taga peitub suhtumine, mille järgi kõikide asjade mõõdupuuks on tegutsemine. Pahatihti puudub selles suhtumises teadlikkus ruumi potentsiaalset ja selle eripäradest.

Ruumil on sisemine ja väline mõõde, on sügavus ja pealispind. Tänapäeval pööratakse pea eranditult tähelepanu üksnes ruumi välisele tasandile. Dekoreerimine ja pinna kujundamine mängivad täna võrreldamatult suuremat rolli kui aastakümned tagasi. Aastaaegade löikes kujundust küll muudetakse, kuid seda peamiselt moestiilide mõjul ja mitte ruumi sisemisest mõttest lähtuvalt. Nii ei läheneta ruumile ega tajuta seda enam seestpoolt. Selle tagajärjeks on üleastumised erinevatel tasanditel — nii inimeste omavaheliste suhete mõttes kui ka meid ümbritseva loodusliku keskkonna piiridest. Selle näiteks on see, kui nafta väljapumpamise tagajärjel jäetakse maha täiesti rikutud maa-alad, mille suurus võrdub teinekord tervete riikide territooriumidega.

Hoidmine ja kaitsmine

Ruum on naiselik kategooria. Ruum on seotud hoidmisega. Tuba või maja hoiab meid — ta võimaldab meil lõõgastuda, magada, toitu valmistada ja elu nautida, sõltumata sellest, mis loodusjõud valitsevad. Keha ruum aga võimaldab vaimul ja hingel kogeda maa peal olemist. Keha on koht, kuhu me saabume ja kus me oleme, et kogeda seda, mida me nimetame eluks. Me tuleme siia naise keha kaudu, mis oma olemasolu ja kohaloluga loob meie hingedele katteks keha, materia. Maa on see koht maailmaruumis, kus see on võimalik, sest loendamatu miljonite aastate jooksul on ta loonud ja laiendanud eluruumi nii, et siin saab leida aset pidev loomise protsess ja kehastuda inimlik teadvus.

Hoidmine ja ootamine on meie kultuuris alahinnatud tegevused ja justkui teisejärgulised. Mõlemad tegevused on seotud rahuga: tuleb anda aega kasvamiseks ja lahti laskmiseks läbi avanemise, midagi tegemata, liigutamata, tegutsemise mõttes. Emalikkude ruumi kujundab kohaolu ja ta on kohalolule suunatud. Saksa keeles on sõnal hoidmine muu hulgas ka peatumise tähendus. Ka eesti keeles seostub hoidmine erinevates sõnaühenditest peatumisega, nt hinge kinni hoidma või kedagi kinni hoidma. See tähendab antud hetkel antud kohas paigalejäämist, ankurdamist ja sellest rahu ammutamist.

Kindlustunnet annab meile ühendus Maaga, maandatus. Enamasti on see meis ja meie kehas alateadlikult toimuv seisatus. Sel silmapilgul vajub meis miski alla. Üleliigne pinge vabaneb. Teadvuse keskendamine rakutasandile võimaldab tajuda kergendust toovat kohalejõudmist ja lahtilaskmist. Seejärel võivad meis avaneda teised teadvusetasandid ja meile muutuvad ligipääsetavaks sisemised dimensioonid.

Selles protsessis toimivad meis koos mitmed elemendid, mida ma järgnevalt lähemalt vaatlen. Alustan selgitusest, et ma ei vaatle siin mitte lihtsalt keha kui sellist, vaid keha kui füüsilise ja energeetilise koosmängu. Isegi kui neid tasandeid ei ole võimalik teineteisest lahutada, on nende vastastikuse mõju paremaks mõistmiseks vajalik neid selguse huvides esialgu vaadelda eraldi. Urime erinevaid keha piirkondi.

Tähelepanu hoidmine kehas

Alustame labajalgadest. Labajalad on koht, millega keha puudutab maapinda. Et edasi liikuda, tuleb meil asetada üks jalg teise ette. Kui oleme lapsena käimise ära õppinud, ei pööra me sellele reeglina enam erilist tähelepanu ja võtame seda enesestmõistetavalt. Me kasutame lihtsalt oma lihaseid ja märkame oma jalgu üksnes siis, kui nad on näiteks külmad, valusad või kui meil tekib küsimus, milliseid kingi jalga panna. Nii läheneme me sellele kehapiirkonnale välispidiselt.

Teine võimalus on teadvustada keha energiaväljana, mis haarab endasse füüsilise keha ja ümbritseb seda. Selles energiaväljas on kohti, mis seovad energiat rohkem või teistmoodi kui mõned muud kohad — just sama moodi nagu erinevatel keha piirkondadel on erinevad võimed ja funktsioonid. Põia energeetiline ülesanne on maad haarata ja hõlmata. Ma liigitan selle naiselikuks funktsiooniks, sest see on seotud laialilaotumise ja embamisega. Labajala tagumise osa ülesanne on meie kindel ja täpne ankurdamine – pigem mehelik võime¹. Jalgades asuvad energiakeskused, milles peegeldub südametšakra ning mis on suunatud alla Maa sisse. Jalale astumine on seega käesoleva hetke vähem või rohkem teadlik jaatus. See maandab meie iseolemist ja tugevdab keha võimet võtta vastu, öelda “jah”. Kui astume oma jalale teadlikult, hoides seejuures meeles meie Maa peal olemise püha põhjust², siis mõjub sammus sisalduv lühike seisatamine veelgi vabastavamalt. Tekib täielik kohalolemine (antud hetkes) ühenduses Maaga.

Järgnevalt soovin jagada ühe tantsijanna kogemust ühelt nädalavahetuse tantsuseminarilt, mis näitab, kuidas tähelepanu pööramine labajalgadele võib avada tantsijale sügavama dimensiooni. Keharuumi kaudu, mida ta sel hetkel teadlikult tajus ja milles ta oli täielikult kohal, avanes juurdepääs kujutlusvõime sümbolite ruumile, piltide maailmale. Talle kingitud kogemuse sügavus toitis teda sisemiselt ja liigutas teda sügavalt.

Kui me oma keha raputasime, tuli C minu juurde ja pani sõrmed minu suure ja järgmise varba vahele. Esmalt tegi see mulle haiget. Ma mõtlesin, et miks ta seda teeb? Äkki aga lülitus minus nagu miski ringi. Kuni selle hetkeni olin raputades keskendunud lahtilaskmisele, blokkide vabastamisele jms. Nüüd aga kerkis minu sisemusest esile naer ja raputamine tegi mulle puhast rõõmu. Naer meenutas mulle ühe teise

1

Cornelia Freise, Tanze! Dein Herz-Weibliches Wissen in Bewegung, Ahlerstedt 2010, S.55f

2

Sellega mõtlen ma seda, et kõik siin Maa peal on Jumaliku väljendus, nii Maa kui elusolend, maapind minu jalge all ja mina ise inimesena.

3

nädalalõpugrupi teemat „Jumalanna naer“. Ja just niimoodi ma seda naeru kogesingi. See oli Jumalanna, kes minus ja minu kaudu naeris.

Hetk hiljem leidsin ennast äkki kohast, mis oli väljaspool ruumi ja aega. Seisin nagu mingil kaljuplatool ja minu ees laius lõputu avarus. Ma raputasin ja naer kerkis sügavalt minu kõhust ning ma tundsin energeetilist ühendust teiste naistega, keda ma ei saanud näha, kuid kelle kohta ma teadsin, et nad olid seal ja tegid sedasama, mida mina. See oli oluline ja sellel oli tervendav toime. Mind täitis sõnulseletamatu ühendatuse ja üks-olemise tunne. Terve selle aja olin ma teadlik nii oma kehast ja ruumist, kus me olime, kui ka sellest teisest sfäärist.

Kirjeldatud tantsukogemus võimaldas tantsijonnal ületada hetkeks oma individuaalne mina-teadvus ja tajuda reaalsuse teisi tasandeid, kus me oleme inimestena üksteisega ühendatud. Tänu kogetud rõõmule ja tervendavale energiale sai ta teadlikuks oma tervik-olemisest.

Tema ärgas kohalolek keha ruumis ja teda ootamatult tabanud arusaamatu sekkumise vastuvõtmine avasid tee ühte teise dimensiooni tema enda sees. Asjaolu, et teine inimene tema keha puudutas ja hoidis, tegi võimalikuks teadvuse avardamise. Emalikus turvalises ruumis, mis andis võimaluse lasta vabaks, avanes uus tasand. Selle sügava kogemuse üle mõtiskledes meenus mulle, et pöörlevaid derviiseid hoiavad sellest samast kohast maapinnal kinni naelad. Kui nad õpivad pöörlemist kui lõppematut palvet, siis avab kontakt Maaga neile juurdepääsu ka olemise teistele tasanditele.

Tähelepanu võnkevälja hoidmine kahe inimese vahel

Emalik kaitstud ruum saab tekkida, kui kaks või rohkem inimest hoiavad oma tähelepanu teineteisel. Kui rühmas tantsitakse sellises omavahelises ühenduses, kus üks väljendab mingi etteantud teemaga seoses tantsu kaudu oma tundeid, mõtteid ja tajusid ja teine samal ajal hoiab oma tähelepanuga ruumi ja on selle protsessi tunnistajaks, siis loob see ühine keskendumine kahe inimese vahele võnkevälja, milles võib ja saab kasvada midagi uut. See emalik ruum teeb võimalikuks kohalejõudmise oma kehasse, mis väljendub nende pingete lahtilaskmises, mida me muidu oleme kogu aeg endaga kaasas tassinud. Tänu sellele armastavast tähelepanust võrsuvale kojujõudmisele iseendasse saab tantsijanna avada end uuele kogemusele.

Kojujõudmine ei toimu muidugi ühe korraga, vaid vajab pidevat kordamist, kasvamise kannatlikkust ja uudishimu, millega lapse kombel uuele õppimisele võimaldavale olukorrale ikka ja jälle läheneda. Selleks on vaja häälestada ennast ime tabamisele, sellele, et nautida iga hetke oma kehas just sellisena nagu see on, tunda iseendast rõõmu ehk teisisõnu — armuda iseendasse. Mitte nartsissistlikus mõttes. Kui suudame iseennast oma kehas näha kui imet, siis astume me oma kohale kui osake pühast universumist.

Ühe sellise tunnistaja-tantsu teema oli ootamine ning lähedus ja distants. Tunnistaja ülesanne oli tantsija jaoks ärsalt oodates ruumi hoida. Ka tantsija pidi ootamise teemasse sisse elama ning võis mängida läheduse ja kaugelolemisega, astudes siis ootavale tunnistajale lähemale või vastupidi.

Ootajana, kes ma selles tantsus olin, tajusin, et tantsijal on keeruline läheneda. Tajusin tunnistajana temas toimuvat tugevat sisemist võitlust. Tantsijanna otsustas mingil hetkel vahemaa hoidmise ja kaugemale jäämise kasuks. Tundsin kurbust, aga samal ajal ka olukorraga leppimist ja kaastunnet tantsija vastu, kes oli väljendanud tantsus oma kimbatust ja teinud sellega võimalikuks protsessi teadvustamise.

Pärast tantsu, kui jagasime üksteisega, milliseid tundeid ja tajumisi see kogemus oli tekitanud, tunnetasin ma, kui oluline see oli, et tantsija usaldas mulle väljendada oma distantshoidmist, kartmata sellele järgnevaid võimalikke tagajärgi. Ma tulin sellega toime ja tema usaldas mind selles.

Nii saab emalik energiaväli olla kohaks, kus harjutada midagi uut. Tantsijanna saatis mulle hiljem järgmise meili:

Mind liigutas väga tannistaja-tants ootamisest, kus ootamine oli minu jaoks üllatavalt lihtne, lähemale tulemine aga väga keeruline. See tegi mind lõputult kurvaks. Ma tundsin umbusaldust oma ema ja tema kaudu kõiikde naiste vastu. Mul oli tunne, et jäin selle tõttu uuesti grippi. Ma lamasin suures liigestevalus, olin kohutavalt kurb enda pärast ja mul oli tugev tunne, et seda kõike ümbritseb minu suhe emaga. Samas tundus, nagu oleks selle protsessiga minust midagi nagu välja põletatud... ja ma nutsin ja nutsin ja nutsin... see oli üsna intensiivne.

Kuna mul ei ole võimalik emale öelda, mis mind tegelikult liigutas, kirjutasin talle mõne päeva eest väga pika kirja. Olen talle ka varem kirju kirjutanud, kuid põletanud need siis rituaalselt ära või jätnud saatmata... kuid see kiri oli teistsugune. Selle saatsin ma talle ära. Kirjutasin talle ainult oma igatsusest tema järele; tundsin ennast sealjuures nagu beebi või väike laps, kes tahab lihtsalt ema sülle... Me helistame emaga väga harva. Aga sel hetkel, kui ma ümbriku kinni olin kleepinud, helistas ta mulle...

See oli esimene hea vestlus meie vahel, mida ma üldse mäletada suudan. Ma nutsin palju. Ja ta tuli sellega toime. See andis mulle esimest korda võimaluse talle öelda, et ma sooviksin, et ta lihtsalt mind näeks. Et ma üldse ei soovi seda, et ta lahendaks minu teemasid ja probleeme või jagaks head nõu. Ta sõna otseses mõttes „jäi paigale“. Muidu oli ta sellised vestlused alati katkestanud, tuues ettekäändeks pakilisi asjatoimetusi... Ja siis ütles ta kõike lahendava lause: „Ma hea meelega võtaksin ja hoiaksin sind praegu“. Midagi sellist polnud ta samuti kunagi varem öelnud. Veel vähem teinud.

See oli väga suur kingitus ja mul on tunne, et ka hiigelsuur kergendus. Usun, et olin nüüd talle tagasi andnud suure osa vastutusest, mida olin alati tema eest kandnud. Ja ma suutsin paluda temalt abi. Samuti esimest korda. Järgmisel nädalal, kui lasteaed on kinni, tuleb ta paariks päevaks minu juurde, et olla mu tütreaga, samal ajal kui mina töotan.

Eelpool kirjeldatud sündmused, mis järgnesid tantsule, milles väärtustati ootamist ja kus pealtvaatav isik tantsijannat emalikult hoidis, näitavad seda, kuidas miski saab terveneda, kui suheterägastikus jäetakse avatuks vaikne ruum, kuhu inimene julgeb siseneda sellisena nagu ta on.

Sisemise ruumi hoidmine tantsus

On veel üks ruumi emalik aspekt, mis annab tunnistust inimkeha individuaalseid piire ületavast sügavamast mõõtmest. Kui vaim ja keha koos avanevad, võib nähtavaks saada midagi uut. Järgnevalt kirjeldatud tantsukogemus võimaldab meil teadvustada jumalikkust naiselikus vormis, seda, kuidas meid hoitakse sisemiselt.

Üks tannistaja-tants, kus üks tantsijatest tantsib ja teine kaitsvalt ruumi hoides vaatab, koosnes kahest muusikapalast: sakraalsele instrumentaalpalale järgnes „Reborn in the light“ („Uuestisünd valguses“).

Kohe sakraalse loo alguses valdas mind vajadus seista sirgelt ja sirutada käed „V“ kujuliselt üles.

Ma vaatasin „taevasse“ ja nägin enda kohal hiiglaslikku naise rinda, mis oli kõigest meetrijagu kõrgemal minu kätest ja mille nibuümbruse läbimõõt oli üle meetri. Rinnanibust imbus välja väga palju väikseid valgeid tilgakesi, mis nibu pidi alla voolates muutusid üheks tilgaks, mis muutus järjest suuremaks. Siis tundsin ma (nägemata tilga kukkumist), et see tilk oli maas. Ma põlvitasin maha ning hõõrusin käega „piima“ maa sisse laiali.

Siis muusika muutus; see ärritas mind alguses natuke, kuna teine muusika oli täiesti teistsugune kui esimene. Aga mõne hetke möödudes võttis muusikapala meelolu mind enda sisse ja minus tekkis hoopis suur rõõm: ma heitsin „piima“ sisse pikali, hüppasin selles ringi ja roomasin neljakäpukil piimalombis ringi. Loo lõpuks täitis mind peale rõõmu ka suur tänulikkus.

Hoidmine kui peatumine, kinnihoidmine, toetamine

Hoidmine võib toimuda ka teisel moel ja teistsugusel eesmärgil — siis, kui ühe inimese puudutus „sunnib“ teist peatuma ja endasse pöörduma või oma liikumise suunda muutma. Siis on hoidmisel pigem „mehelik“ sisu, sest seda väljendatakse midagi tegemise kaudu ja sellega sisenetakse teise inimese ruumi. Selline hoidmise viis on olnud minu jaoks pikka aega väga keeruline. Omaenda elukogemuse põhjal olen sedatüüpi hoidmise viisi, mis laseb lihtsalt olla, hinnanud positiivseks ja pigem välistanud „sisse tungiva“ vormi. Ajapikku on muutunud taoline sisemine hinnang mulle üha nähtavamaks. Olen saanud teadlikuks sellest, et see väljendab ja põhjustab tasakaalu puudumist. Hoolimata ikka veel minus olevale põhimõttelisele vastumeelsusele sekkumise vastu, on selle mõistmine suurendanud minu valmisolekut muutuda aktiivseks tegutsejaks ja luua nii peatumisi, et tekiks rohkem võimalusi teadlikuks saada.

Järgnevalt kirjeldatud olukorras oli ülesandeks end voolava ja pigem kandva muusika saatel aeglaselt ja vaikselt avada. Ruumis oli 18 tantsijat, kes tantsisid paarides. Üks tantsijanna hakkas liikuma kiiremini ja rahutumalt. Ma tajusin, kuidas see energia hakkas tema juurest mööda ruumi laiali levima. Kuna see tungis teiste tantsijate ruumi kohati häirivalt, läksin ma selle tantsija juurde ja hoidsin teda kinni, et anda talle võimalus endast selgemalt teadlikuks saada ja hoida nii ära edasist rahutust.

Kinnihoidmine tähendas tantsija jaoks tema liikumistungi piiramist, mis mõjus talle valulikult. Tema liikumismustri katkestamise tagajärjel tardus ta kõigepealt liikumatuks, nagu oleks ta surnuks muutunud. Samas oli meie vahel siiski täiesti reaalne kontakt. Peatamine tegi võimalikuks uue kogemuse, mida tantsija ise kirjeldas alljärgnevalt:

Pärast kõikvõimalikke tundeid nagu võimetus, häbi, trots, kurbus ja ka uudishimu, langetasin ma otsuse vaadelda, kuidas mu keha iseenesest reageerib. Minu jaoks oli huvitav jälgida, et mu keha suutis sel moel ilmselgelt palju rohkem lõdvestuda, et raskusjõud sai tõmmata keha Maa külge. Ma ei olnud siiski surnud ja tänu pealesunnitud lõdvestumisele sai Maa mulle jälle jõudu anda.

See kogemus näitab mulle, mis toimub siis, kui me käesolevasse hetke tuleme ja selles oleme. Me avame ennast ja laseme lahti. Lahtilaskmine on midagi, mis saab toimuda ainult käesolevas hetkes. Me mõtleme usumatult palju oma elu ja oma käitumismustrite üle. See aitab meil ära tunda küll struktuuri, kuid lahti me niimoodi lasta ei saa. See saab toimuda ainult tegeliku ärkamise kaudu. Me kohtume millegi reaalsega ruumis, mis on veel tühi. Just see toimus ülal kirjeldatud silmapilgul. Tänu „pealesunnitud lõdvestumisele“ leidis aset midagi tõepoolest tegelikku. Piiri seadmine käivitas midagi uut ja Maa andis tantsijannale jõudu. See oli reaalne, erinevalt kõigest muust, mis oli pelgalt mõttemuster.

Kui me suudame argipäeva askeldustuse keerises seda meeles hoida, siis saab sündida midagi uut. Taas tärkavad võime imestada ja olla uudishimulik – samaaegselt täiskasvanuks olemisega ilmutab end meie sisemine laps. See julgust nõudnud hoidmine tegi võimalikuks naasmise antud hetke. Pühas ruumis, mille hoidmine toimus alguses aktiivse sekkumisega, leidis aset midagi, mis lõdvestas.

Nais- ja meesenergia emalikus ruumis

Kõik asjad on seljaga naiselikkuse ja näoga mehelikkuse poole. Kui mees- ja naisenergia loovad ühenduse, saavutavad asjad harmoonia.

Lao Tze, Tao Te King 42³

Koondades tähelepanu oma kehasse, muudame selle ruumiks, kus kehatajust sündiv teadvus kohtub ja ühineb mentaalse teadlikkusega. Kuna mentaalne teadvus (mehelik) on kõikjal, materiaalne teadvus (naiselik) on aga seotud konkreetselt kehaga, siis saame me mateeria ja teadvuse vahelist lõhet tervendada keskendudes oma mentaalse teadvusega kehas toimuvale, teadvusega justkui keha läbistades. Sellest tekib uus teadvus. Hinduistlik munk Sri Anirvan nimetab seda uuendatud tasakaalu „võrdseks naudinguks“ (equal delight)⁴.

Meie vajadus polaarsete jõudude vahelise tasakaalu järele ilmutab end ka unenägudes. Järgnevat unenägu jagas 2013. aasta tantsunädala raames üks eestlanna.

Ma sünnitan. Laman ilusa idamaise vaibaga kaetud laual. Minu kõrval on üks naine. Ma mõtlen endamisi, miks olen nii lähedal kellelegi teisele. Minu mõistus imestab, aga lähedus on täiesti okei. Algavad tujud ja ma hüüan appi. Läheneb keegi meditsiinitöötaja, kuid mingil moel tunnen, et temast mulle ei piisa ja mul tuleb mõte hüüda oma ema. Ma hüüan teda ja samas on ta ka kohe kohal. Ma imestan selle üle ja taas on see täiesti okei. Varsti on laps sündinud: tüdruk – sõbralik, õrnake ja ilus. Koos lapsega tuleb minust ka väljaheidet. Hetkeks tunnen piinlikkust, kas see on okei? Kas ma peaksin ennast tagasi hoidma? Siis aga imestan taas enda üle ja ma ei hoia ennast rohkem tagasi ega tunne ka häbi. Minust väljub hulk paska. Seda on igal pool minu ümber, suured tükid nagu vorstid. Minu ema paigutab need tükid eraldi ja jagab väiksemateks tükkideks. Selle toimingu tulemusena muutub pask valgeks, hõõguvaks ja vormub topeltspiraalideks. Mu ema võtab ja laotab need topeltspiraalid ümber minu keha. Laman nende sära keskel ja tunnen ennast väga hästi.

Järgmises episoodis lähen ma mööda tänavat. Minu puusad valutavad nagu ikka pärast sünnitust. Nad liiguvad väga kergelt, mu kõht on õõnes ja tühi. Tunnen ennast väga kergelt ja lihtsalt. Mul on seljas vanaema violetsete lilledega põll. Ma tunnen ennast kergelt, hästi ja rahulikult. Täis valgust ja energiat. Rõõm.

Kuigi see ei olnud minu enda unenägu, pakkus see mulle tükiks ajaks mõtteainet. Püüdsin välja haududa, mis roll oli siin väljaheitel. Teadsin instinktiivselt, et see on väga oluline ja seotud sünnitamise protsessiga. Kuidagi ei tahtnud aga saabuda selgus, miks

3

All things have their backs to the female and stand facing the male. When male and female combine, all things achieve harmony. Lao Tzu, Tao Te Ching 42

4

Patty de Llosa, Body Consciousness: Our fundamental Power, ajakirjas "Parabola", Volume 38/3 Sügis 2013, S.26ff. (30)

7

see väljaheide oli unes just sellisena ilmunud. Aegamööda muutus see aga üha selgemaks.

Unes sünnib väikese tüdruku näol uus naiselik teadvus. Seda sündmust saadab suure hulga väljaheite päevavalgele tulemine. Unenägi tunneb esialgu silmapilguks piinlikkust, suudab aga hetke pärast valida imestamise ja laseb endast häbi ja süütundeta välja hulga paska. Vanem emalik osa temas jagab väljaheite osadeks ja laotab need ümber sünnitaja. Selle toiminguga tagajärjel vormub pask topeltspiraalideks, mis muutuvad ühtäkki valgeks ja säravaks. Pask on keha eritusprotsessi produkt. Mõnedes maailmanurkades kasutatakse seda veel tänapäeval väetisena põldudel. Seega on temas loomise potentsiaal. Samal ajal aga haiseb see ebameeldivalt.

See võib viidata sellele, et ka see osa meist, mis on ebameeldiv ja kõnekeeles väljendatuna „haiseb“, on uue teadvuses seisundi sünniprotsessi jaoks vajalik. Väljaheide muutub unes valgeks ehk puhastub ja saadab nii valgust – teadlikkust – ja kuna see on laotatud naise ümber, siis ühtlasi see ka kaitseb noort ema. Teadlikuks tegemine on mehelik osa naises, see, mis muudab midagi nähtavaks.

Topeltspiraalid viitavad polaarsuste kokkukuulumisele. See, et unenäo nägi laseb kõigil toimuda ja kannatab välja ka haisu, kaitseb teda. Seega ei sünni siit midagi idealiseeritud, vaid midagi terviklikku. Unenäos on mitu hetke, kus tänu imestamisele õnnestub unenägil vältida kinni jäämist ettekujutustesse, kuidas miski peaks või ei peaks olema.

Teises stseenis leiab unenäo nägi ennast pärast sünnitust liikumas eluteel. Tema puusad valutavad, kuid liiguvad samas kergelt – need on seega paindlikud ja parem ning vasak pool teevad head koostööd. Tajutav on tühi kõhuruum, kerge ja lihtne tunne. Vanaema põll viitab sidemele esiemadega, kellega ta on nüüd teadlikult ühendatud. Violetsed õied põlles sümboliseerivad elu müsteeriumit. Põll on naiselik kate, mis laieneb puusade suunas seda kehaosa rõhutades. See on instinktiivse teadvuse asupaik, keha piirkond, millega on seotud nii sünnitamine, seksuaalsus kui ka eritusprotsessid. Kõik meie tunnete poolt kahtpidi tõlgendatavad protsessid, mis moodustavad kokku siiski terviku.

Sarnased vastukäivad tõlgendused kerkivad esile siis, kui naine väljendab ja elab välja „mehelikku agressiivsust“. Ka seda näitlikustab üks unenägu, mida nägin siis, kui tegelesin mees- ja naisenergia teemaga emalikus ruumis.

Esimeses unenäopildis näen ruumi oma kodus, kus ma alati tantsin, mediteerin ja töotan. Üks alla seisab lahti ja kohe ukse juurest läheb alla trepp.

Teises unenäopildis olen koos tantsugrupiga ühes teises ruumis. Kõik on kaootiline, läheb üle kivide ja kändude. Ma ütlen veidi pahaselt, et tantsijatel tuleb keskenduda. Väliselt paistan ma olevat selge ja närviline. Sisemuses tunnen ebakindlust oma agressiivsuse pärast ja pigem süütunnet. Ruumi tuleb naine, keda ma ei tunne, ja ütleb minu imestuseks, et tajub ruumis vaba õhkkonda.

Unenäo esimeses pildis on tegu liikumisega allapoole tegelikkuse pinnale ehk enda maandamine. Üks sinna on lahti, see tähendab, et mul on võimalus või elu kutse minna sinna alla.

Teises stseenis tekib selleks võimalus, mille ma realiseerin väliselt – tehes närviliselt selgeks, milles on asi. Sisemiselt tunnen siiski ebakindlust või tasakaalutust. Ma annan oma käitumisele hinnangu ja see peegeldab olukorda sellisena, nagu ma teda tajun. Esile kerkib süütunne. Siis aga aitab tundmatu naiselik osa mul näha olukorda teise ja üllatusliku nurga alt — ta näeb närvitsevat-agressiivset korralekutsumist kui midagi, mis mõjutab õhkkonda vabaduse mõttes positiivselt. Väljendades end sellisena nagu ma sel hetkel olen, annan ma teistele vabadust juurde.

Tänu sellele, et sekkun ebameeldival moel ehk agressiivselt ja närviliselt olukorda ja tänu järgnevale üllatusele saab ka siin midagi võimalikuks. Teadvuse ruum avardub. Tundmatul naisel on võimalik tajuda olukorda erinevalt, sest ta on avatud uuele. Nõrk mina-osa tõlgendab olukorda lähtuvalt vanadest, heal ja halval põhinevatest ettekujutustest ja eraldab end seega mina-osast, mis julgelt sekkub. Tundmatu naine tajub midagi muud, midagi, mis on tema jaoks väärtuslik. See ei ole seotud ette valmis mõeldud plaaniga, vaid on tühi ja vaba. Selle vaba ruumi kaudu näeb ta olukorda tervikuna ja teadlikult. Nõrk ja kärsitu mina-osa saab terveneda tänu tundmatu naise avatud tajumisele.

Tühjusest esile kerkiv võime panna imeks elu saladust teeb meid tundlikumaks emaliku ruumi suhtes. See võimaldab meil seda ruumi üha enam väärtustada, hoida ja sellesse kohale jõuda.