

**AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE  
HUDEBNÍ a TANEČNÍ FAKULTA**

**MAGISTERSKÁ PRÁCE**

**Praha, 2018**

**BcA. Eliška Kasprzyk**

AKADEMIE MÚZICKÝCH UMĚNÍ V PRAZE  
HUDEBNÍ a TANEČNÍ FAKULTA

Taneční umění  
Nonverbální divadlo

**MAGISTERSKÁ PRÁCE**

**ŠAMANSKÉ PRINCIPY V TVORBĚ MODERNÍHO MIMA A HERCE**

**BcA. Eliška Kasprzyk**

**Vedoucí práce:** PhDr. Ladislava Petišková

**Oponent práce:** Mgr. Jana Soprová

**Datum obhajoby:** 4.6.2018

**Přidělovaný akademický titul:** MgA.

Praha, 2018

Academy of Performing Arts in Prague

Music and Dance Faculty

Dance art

Nonverbal theatre

**Master's thesis**

**SHAMANISTIC PRINCIPLES IN THE WORK OF MODERN MIME  
AND ACTOR**

**BcA. Eliška Kasprzyk**

**Thesis advisor:** PhDr. Ladislava Petišková

**Examiner:** Mgr. Jana Soprová

**Day of thesis defense:** 4.6.2018

**Academic title granted:** MgA.

Prague, 2018

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem magisterskou práci na téma **Šamanské principy v tvorbě moderního mima a herce** vypracovala samostatně pod odborným vedením vedoucího práce a s použitím uvedené literatury a zdrojů.

Praha, dne .....

.....

podpis diplomanta

## **Upozornění**

Využití a společenské uplatnění výsledku magisterské práce, anebo jakéhokoliv nakládání s nimi je možné jen na základě licenční smlouvy tj. souhlasem autora a AMU v Praze.



## **Abstrakt**

Diplomová práce "Šamanské principy v tvorbě moderního mima a herce" se zabývá využitím šamanských principů v uměleckém, tvůrčím procesu. Pojednává o hladinách vědomí, které pomáhají koncentraci jak při výkonu, tak při tvorbě a o důležitosti rituálu pro jedince i skupinu. Zaobírá se moderním, živým divadlem dotýkající se hlubokých vnitřních lidských potřeb a věnuje se stejným či podobným cílům rituálu a divadla.

## **Bibliografický záznam**

KASPRZYK, Eliška. Šamanské principy v tvorbě moderního mima a herce : diplomová práce. Praha : Akademie múzických umění v Praze, Hudební a taneční fakulta, Katedra nonverbálního divadla, 2018. s. Vedoucí diplomové práce PhDr. Ladislava Petišková

## **Klíčová slova**

Šaman, podvědomí, nevědomí, hladiny vědomí, archetyp, živé divadlo, Osviliad, šamanský umělec

## **Abstract**

The Master's thesis "Shamanistic principles in the work of modern mime and actor" is concerned with using the shamanistic principles in the artistic, creative process. It deals with the levels of consciousness, that helps the concentration during both, performing and creating and with the importance of a ritual for the individual and a group. It looks into a modern, living theatre, that touches the deep, inner human needs and it mentions the same or similar targets of ritual and theatre.

## **Bibliographic record**

KASPRZYK, Eliška. Shamanistic principles in the work of modern mime and actor: Master's thesis. Praha : Academy of Performing Arts in Prague, The Music and Dance Faculty, Department of Nonverbal Theatre, 2018. s. Thesis advisor PhDr. Ladislava Petišková

## **Key words**

Shaman, subconscious, unconscious, levels of consciousness, archetype, living theatre, Osviliad, shamanistic artist

## **Poděkování**

Děkuji PhDr. Ladislavě Petiškové, své vedoucí práce za cenné konzultace a užitečné rady. Děkuji i svému manželu Tomáši Kasprzykovi za pomoc při přepisování rozhovoru a velkou trpělivost během celého procesu. Závěrem děkuji Tuomasovi Rounakari za poskytnutý čas a informace a všem ostatním informátorům, kteří byli ochotni pomoci mi diplomovou práci vytvořit.

# Obsah

<b>Úvod</b> .....	1
<b>1. Problematika vědomí, nevědomí a hladin vědomí</b> .....	3
1.1.    Vědomí, podvědomí a nevědomí z pohledu Carla Gustava Junga.....	3
1.2.    Mozkové vlny a hladiny vědomí.....	4
<b>2. Rituál, jeho význam a vliv na mozkové vlny člověka</b> .....	8
2.1.    Rituál.....	8
2.2.    Význam rituálu pro jedince a skupinu - vliv rituálu na mozkové vlny jedince a komunity.....	9
<b>3. Rozdíly mezi divadlem a rituálem</b> .....	13
3.1.    Rituály Candomblé.....	13
3.2.    Divadelní soubory zabývající se rituálem .....	16
3.2.1.    Living Theatre.....	16
3.2.2.    Jerzy Grotowski.....	19
3.3.    Živé, mrtvé, svaté divadlo.....	20
3.4.    Vykořeněnost- divadlo jako nástroj k nalezení opětovného středu.....	22
<b>4. Kdo je to šaman</b> .....	24
4.1.    Moderní šamanismus.....	25
4.2.    Změna vědomí, cesta do neobvyklé reality.....	26
4.3.    Šamanští průvodci a ochránci, pomůcky, oblek.....	28
4.4.    Léčení - šamanské rituály.....	29

<b>5. Co jsem se naučila na “Základním semináři - Cesta šamana”</b> .....	31
5.1.    Základní seminár - Cesta šamana.....	31
5.2.    Aplikace šamanských technik ze základního kurzu Cesta Šamana na uměleckou tvorbu.....	33
<b>6. Rozprava o představení Osviliad</b> .....	36
6.1.    Průběh a způsob tvorby.....	36
6.2.    Šamaská podstata a metoda tvorby.....	37
6.3.    Účel.....	38
6.4.    Inspirační zdroje a forma.....	38
<b>7. Rozhovor se šamanským umělcem Tuomasem Rounakari</b> .....	41
<b>Závěr</b> .....	46
Seznam použité literatury.....	47
Seznam příloh.....	51
Příloha č. 1 - Mozkové vlny- doplnění.....	52
Příloha č. 2 - Rituál Kavadi.....	54
Příloha č. 3 - Plakát k představení Osviliad.....	55
Příloha č. 4 - Egypští bohové, inspirační zdroje k tvorbě představení Osviliad .....	56
Příloha č. 5 - Jane Alexander a výstava African Adventure.....	57
Příloha č. 6 - Rozhovor s Tuomasem Rounakari.....	59
Část 1. ....	59
Část 2. ....	80

## Úvod

Problematika mé práce hluboce souvisí s otázkami o lidském vědomí, podvědomí a nevědomí, které nám umožní nahlédnout vliv fyzického a psychického dopadu rituálu na lidský organismus.

Na začátek k hlubšímu nahlédnutí tohoto tématu se budu zabývat stavy vědomí, a frekvencí lidského mozku obecně. Přihlédnu zároveň k příkladům, na kterých je znatelný dopad rituálu na lidskou mysl i fyzické tělo jedince a společnosti.

Za druhé přihlédnu k obecným definicím slova rituál, jeho charakteristice a příkladům. Popíši průběh běžného šamanského rituálu a zamyslím se nad jeho cílem a významem. Vzhledem k tomu, že rituál obsahuje složky divadelní, hudební, taneční i výtvarné, budu srovnávat rituální principy obecně s principy performance nebo představení v širším slova smyslu, tedy i hudebního představení, happeningu či site-specific projektů či jakékoliv jiné umělecké produkce, kde je primární vztah performerů a diváka a jejich přímý kontakt.

Dále se budu podrobněji zabývat průsečíky divadla a rituálu a jejich případných podobností. Ukáži na pár příkladů divadelních souborů používajících rituál či rituální principy ve své tvorbě a přihlédnu k dodnes prováděným původním rituálům Candomblé.

Uvažování o podobnosti divadla a rituálu mně zcela logicky vede i k hledání problematiky podobností šamana a herce, rozdílu mezi hercem a šamanem a k hledání otázky, zda se objevují i některé průsečíky podobných či stejných principů a vlastností. Nejprve zkusím říci, kdo je to šaman, jaké jsou jeho typické atributy, vlastnosti a schopnosti. Budu se dále zabývat šamanským oděvem, vztahem mezi magickými představami pomocných duchů a průvodců, ukáži na metody neošamanismu a konkrétní příklady moderních šamanů.

Poté se budu věnovat stavům lidského vědomí, kterými prochází šaman při vykonávání rituálu a herec při hraní představení, případným souvislostem a podobnostem či přímo průsečíkům.

V druhé části práce přidám osobní zkušenosti s neošamanismem a nonverbálním divadlem. Ukáži jednotlivé principy a techniky, které se používají při šamanském cestování, ale i další techniky, které jsme se učili

na kurzu *“Základný seminár - Cesta šamana”*, který jsem absolvovala 22.-23. září 2017 v Bratislavě. Tento seminář je součástí jádrového šamansimu od Michaela Harnera, který v roce 1983 založil nadaci pro šamanská studia.

V třetí části práce se budu zabývat detailním popisem přípravy představení *Osviliad*. Na představení ukáži možnost průsečíku technik šamanismu (nebo neošamanismu) v přípravě divadelního představení.

Závěrem uvádím rozhovor s umělcem zabývajícím se šamanismem, Tuomasem Rounakari z Finska, který je šamanským houslistou.

## 1. Problematika vědomí, nevědomí a hladin vědomí

### 1.1. Vědomí, podvědomí a nevědomí z pohledu Carla Gustava Junga

Carl Jung byl zakladatelem analytické psychologie - mluvil o duši, lidské osobnosti a způsobu nového myšlení. Stejně tak jako divadlo, je psychologie vědou o vnitřní podstatě věcí, o něčem nemateriálním a neuchopitelném.

V Jungových teoriích jsou rozebírány struktury nevědomí a jeho obsahy. Tyto obsahy se podle C. Junga dají zkoumat vícerymi metodami. Všechny tyto metody slouží k lepšímu poznání vnitřního života. Je to metoda asociací, metoda analýzy snů a metoda aktivní imaginace.<sup>1</sup>

K objasnění termínů vědomí, podvědomí a nevědomí člověka, které budu v této práci používat, odkazuji na Jungovu sbírku přednášek.<sup>2</sup> Při popisu nevědomí si musíme uvědomit, že se můžeme pouze zabývat jen jeho vědomými produkty, které si myslíme, že z nevědomí pramení. Když se tedy pokoušíme popsat nevědomí, jakékoliv informace k jeho popisu již používáme z vědomí.<sup>3</sup>

Tyto vědomé produkty jsou patrné zejména v umění, tvorbě a v divadle. Umělecký čin je sám o sobě zhmotněným, vědomým produktem našeho širokého nevědomí.

Při používání termínu nevědomí si musíme připomenout, že tento termín se v Jungovské teorii používá ve dvojím významu. Je to nevědomí individuální a nevědomí kolektivní. Nevědomím individuálním Jung chápe potlačené, zapomenuté osobní zážitky a zkušenosti, které se zrcadlí v našich snech a fantaziích. Nevědomí kolektivní se dá popsat jako společná duše všech lidí, kteří sdílejí určité společné fantazie či sny, ke které má každý člověk stejný přístup.<sup>4</sup> Z tohoto kolektivního nevědomí pak také pramení praobrazy, ze kterých se vyvinuly archetypální postavy, mýty a legendy či

---

<sup>1</sup> KERÉNYI, Karl a Carl Gustav JUNG. *Věda o mytologii*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1995. ISBN 80-85880-06-7. s. 79.

<sup>2</sup> JUNG, Carl Gustav. *Analytická psychologie: její teorie a praxe : tavistocké přednášky*. Přeložil Karel PLOCEK, přeložil Kristina ČERNÁ. Praha: Academia, 1992. ISBN 80-200-0418-1.

<sup>3</sup> Ibid., s. 18

<sup>4</sup> KERÉNYI, Karl a Carl Gustav JUNG. *Věda o mytologii*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1995. ISBN 80-85880-06-7. s.78.

příběhy a pohádky, které svým obsahem a sdělením léčí jak individuální, tak kolektivní duši.<sup>5</sup> Jako příklad umění, které se zabývá kolektivním nevědomím a jeho léčením, uvádím studii C. P. Estés, Ph.D., která na Jungově teorii o kolektivním nevědomí a archetypech sepsala knihu obsahující příběhy určené k léčení kolektivní duše žen.<sup>6</sup> Těmito příběhy se dostáváme blíže ke svému vnitřnímu, přirozenému já, které již vnímáme na úrovni vědomí. Skrze tyto teorie o kolektivním nevědomí se nám více ukazuje důležitost a skutečná role umění pro každodenní, lidský život.

Do stavu nevědomí vstupujeme každou noc během spánku. Vědomí je jen malou částí nevědomé oblasti obrovského rozsahu. Jakmile popisujeme nevědomí, pouze se vyjadřujeme k vnějšímu popisu čehosi neznámého a ukrytého, co se nám zjevuje jen pomocí symbolů ve snech či skrze umění. Vědomí je racionální popis nevědomé předtuchy, která je spíše intuitivního a citového charakteru.

## 1.2. Mozkové vlny a hladiny vědomí

Rozeznáváme mozkové vlny, které v určitém kmitočtu označujeme různými jmény pro jednotlivé stavy lidského vědomí. Různé hladiny vědomí jsou přímo spjaté s výše popsáním jevem vědomí, nevědomí a podvědomí. Jsou mnohé teorie, které říkají, že vlny *beta* jsou lidským vědomím, *alfa* je považována za bránu mezi vědomím a podvědomím, *théta* je označována za čisté podvědomí a *delta* je již samotné nevědomí.<sup>7</sup> Základní vědomosti o tématu mozkových vln jsou klíčové pro budování dalších teorií o šamanském stavu vědomí či stavu vědomí umělců, kteří jsou v tvořivém procesu.

Existuje 5 frekvencí mozkových vln - delta, beta, alfa, théta a gama. Existují i další frekvence, a v různých zdrojích se jednotlivé údaje o 5-10 Hz liší. Těchto 5 typů mozkových vln v člověku vzbuzuje různé pocity a stavy vědomí. To v jaké frekvenci zrovna naše mozkové vlny kmitají záleží především na našem psychickém rozpoložení. Stavy změněného stavu vědomí, alfa až delta, tedy mozkové frekvence s nižším kmitočtem, se dají vědomě dosáhnout meditací. Existují výzkumy a teorie alternativní

---

<sup>5</sup> JUNG, Carl Gustav. *Analytická psychologie: její teorie a praxe : tavisťocké přednášky*. Přeložil Karel PLOCEK, přeložil Kristina ČERNÁ. Praha: Academia, 1992. ISBN 80-200-0418-1. s. 49

<sup>6</sup> ESTÉS, Clarissa Pinkola. *Ženy, které běhaly s vlky: mýty a příběhy : archetypy divokých žen*. Přeložil Hana CATALANOVÁ. Praha: Pragma, 1999. ISBN 80-7205-648-4.

<sup>7</sup> Příloha č. 6

medicíny, které na základě mozkové frekvence léčí psychické problémy, od ADHD, úzkosti, deprese až po nespavost. Jedna taková studie o porozumění mozkovým vlnám je napsána Jeffrey L. Fanninem, Ph.D., který pracuje na poli neurovědy. Zabývá se mapováním a analýzou mozku po více než 20 let. V této studii jsou zmíněny nejen účinky jednotlivých mozkových frekvencí k léčení výše zmíněných nemocí, ale i stavy mysli, které jsou ideální pro představení nebo jiný performativní výkon. Podle J. L. Fannina je ideální frekvencí při performanci stav alfa, pro tvoření je to frekvence théta.<sup>8</sup>

### *Alfa vlny (9 - 14 Hz)*

Hladina alfa je obecně hladinou hlubokého uvolnění. Mozek v této hladině má zvýšenou paměť, tvořivost, schopnost učení, vizualizace a koncentrace. Tato hladina by se dala považovat za vstupní bránu do našeho podvědomí. Je silně spojena s intuicí, která se stává hlubší a jasnější při frekvenci kolem 7,5 Hz.<sup>9</sup>

Vzhledem k omezenější mozkové kontrole a hlubšímu stavu relaxace, v porovnání s beta vlnami, hladina vědomí alfa slouží nejlépe během přímého performativního aktu. Mnoho problémů s trémou a kolapsem na jevišti vzniká právě z přílišné racionální kontroly nad situací a takzvaným “overanalysing”, “overthinking”, přílišným analyzováním, promýšlením situace. Ve stavu alfa je možné dostat se do tzv. “flow”, neboli vlny, kdy je člověk absolutně koncentrován, ponořen do určité činnosti, kdy se nic jiného nezdá více důležité. Je to stav absolutního bytí tady a teď, kdy věci přirozeně vznikají bez přílišné racionální kontroly. Navození stavu hladiny alfa je možné například posloucháním daných frekvencí či meditací. Existuje spousta nahrávek a mobilních aplikací, které se tomuto tématu věnují. Performer hrající představení v hladině alfa má tu výsadu, že mnohem spontánněji reaguje na danou, momentálně vznikající situaci, na své spoluhráče i diváky. Hraní se v hladině alfa posouvá od pouhého předvádění, ilustrování k živému, živelnému aktu, kdy spojení mezi performerem a divákem je nejen přirozeným, ale i velmi příjemným a obohacujícím zážitkem. V takovémto stavu vědomí je možné docílit živého divadla, pravdivě zrozené situace. Existují ale značné nesnáze k dosažení

---

<sup>8</sup> FANNIN, Jeffrey L. Ph.D. *Understanding your brainwaves*. In: *drjoedispenza.com* [online] [vid. 10.3.2018] Dostupné z:

[http://drjoedispenza.com/files/understanding-brainwaves\\_white\\_paper.pdf](http://drjoedispenza.com/files/understanding-brainwaves_white_paper.pdf)

<sup>9</sup> FANNIN, Jeffrey L. Ph.D. *The seven keys to great meditation: A Neuroscience Perspective*. In: *drjoedispenza.com* [online] [vid. 11.3.2018] Dostupné z:

[http://drjoedispenza.com/files/the\\_seven\\_keys\\_to\\_great\\_meditation.pdf](http://drjoedispenza.com/files/the_seven_keys_to_great_meditation.pdf)

či udržení tohoto stavu na jevišti před diváky. S příchodem diváků u lidí automaticky nastává racionální kontrola. Přemýšlíme o tom, kdo přišel, jak se jim to bude líbit, jestli jsme dost perfektní, jestli je vše připravené. Při nedostatečné koncentraci dokonce o tom, co si po skončení dáme k večeři a jestli jsme náhodou doma nenechali zapnutou troubu. Všechny tyto myšlenky nás dostávají daleko od stavu "flow", daleko z hladiny alfa. Klíčem k udržení kýžené pozornosti a hladiny vědomí je dostatečná mentální příprava a koncentrace herce před představením. Zde se objevuje důležitost rituálu před představením k docílení intenzivnějšího a účinnějšího výsledku při samotné performanci. Ukázkovým příkladem je asijské divadlo, zejména Pekingská opera, kdy rituál "převtělení se" do postav jen skrze bohaté líčení trvá kolem tří hodin.

#### *Théta vlny (4 - 8 Hz)*

Jsou vázány na sny, hlubokou meditaci, lehký spánek zahrnující REM fázi spánku<sup>10</sup> a hypnózu. Jedná se o oblast našeho podvědomí. V hladině théta pocítujeme velkou inspiraci, živou vizualizaci, mimořádný vhled a hlubokou kreativitu. Mezi 7 a 8 Hz nastává stav, ve kterém začínáme tvořit vlastní realitu. V bdělosti jsme si v tomto stavu plně vědomi svého okolí, a přesto se nacházíme ve stavu hluboké relaxace.<sup>11</sup>

V tomto stavu jsme schopni vidět za fyzickou realitu a dostat se do hladiny našeho podvědomí, kde se kontury fyzického světa začínají mísit se symbolickým a obrazovým jazykem, plným metafor a znaků. Hladina théta se rovná našemu podvědomí, které již definoval C. G. Jung. Skrze umělecký, kreativní proces v hladině théta můžeme lépe rozpoznávat naše podvědomé a nevědomé hlubiny, které se nám snaží sdělit, že za přirozeným světem je ještě svět nadpřirozený. Ve spojení s touto mozkovou vlnou se dostáváme do nejbližšího a nejpřirozenějšího kontaktu umělce a umělecké tvorby. Stejně tak jako ostatní mozkové hladiny, i théta se dá navodit mimo jiné hudbou určenou právě k tomuto cíli.

Performance a tvorba jsou tu v jasné příčinné souvislosti a zároveň jsou důsledkem propojení vln *alfa* a *théta*. Tímto způsobem skrze výzkum hladin

---

<sup>10</sup> REM fáze spánku - z anglického "Rapid eye movement" - fáze spánku, ve které se odehrává většina živých snů

<sup>11</sup> *Brainwaves Frequencies and their characteristics*. In: *Meditation is easy. com*. [online] [vid. 11.3.2018] Dostupné z: <http://www.meditationiseasy.com/binaural-beats/brainwaves-frequencies-and-their-characteristics/>

vědomí jsou exaktně potvrzeny teorie o podvědomí a nevědomí, jak je teoreticky formuloval C. G. Jung.

J. L. Fanninova teorie, že hladina vědomí alfa je nejlepší stav pro performanci a hladina vědomí théta pro tvorbu, ve většině případů funguje. T. Rounakari ovšem doplňuje, že proces tvorby i performance je tak velice široký, že existují i jisté výjimky. Například kdybychom chtěli v performanci jít hlouběji a vzali si jako příklad projekt *Shaman violin*<sup>12</sup> či jiné nejen hudební projekty, které se zabývají uvedením diváka do hlubokého stavu koncentrace, v těchto případech nebude alfa hladina u performerů stačit. Je třeba jít hlouběji, alespoň do hladiny théta. Na druhou stranu v procesu tvorby může být i hladina alfa velmi prospěšná. Rounakari souhlasí, že každá hladina má svůj užitek a zvláštní kvalitu, která může být využita mnoha různými způsoby.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Shaman violin - sólový projekt T. Rounakariho

<sup>13</sup> Příloha č. 6

## 2. Rituál, jeho význam a vliv na mozkové vlny člověka

### 2. 1. Rituál

Rituál (z latinského ritualis = obřadný) je obřadní chování, založené na tradičních, uzákoněných normách. Rituály mohou být náboženské, magické, individuální, společenské či dokonce firemní nebo organizační.

Z antropologického hlediska je rituálem čin který slouží jako činnost k dosažení symbolického cíle. Podle teorie T. Asada, rituál je symbolickou činností lišící se od instrumentálních činností běžné povahy.<sup>14</sup> Má ovšem přesně stanovený, opakující se postup a může získat zcela rutinní charakter.

Z psychologického hlediska je rituál každé lidské jednání, které vykazuje stereotypní činnost, založené na předem daných pravidlech. V jistém smyslu je takové chování obvyklé u každého člověka. Existuje běžný rituál, který je ceremonií, kterou lidé vykonávají v běžném životě jako jsou svatby, slavnosti, pohřby atd., či dokonce osobní rituály, které jsou jen pravidelnou činností lidského jednání, do kterých spadají činnosti jako ranní káva či čištění zubů.<sup>15</sup> Je ovšem důležité rozlišovat tyto rituály každodenní činnosti a rituály magické, kterým náleží duchovní až magický charakter.

Důležitým pojmem, který se váže k definici slova rituál je obřad.

Z náboženského hlediska jsou obřady systémem chování smluvených znaků. Obřady podle P. Balty navazují na dříve spontánní činnosti jako je například napodobování prožívání smutku plačkami při pohřbívání zemřelého.<sup>16</sup> Dále říká, že obřady mají zasvěcovat a vychovávat nové generace a předávat jim svou víru a tradice. Jsou kolektivní pamětí náboženských společenství.<sup>17</sup>

Dalším důležitým pojmem spojeným se slovem rituál je slavnost. P. Balta popisuje slavnost, jako bránu do ubíhajícího času, kterou se člověk dostane

---

<sup>14</sup>ASAD, cit. podle: BOWIE, Fiona. Antropologie náboženství. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-378-9. s. 154

<sup>15</sup> MURPHY, Robert F. *Úvod do kulturní a sociální antropologie*, Sociologické nakladatelství, Praha 1998, s. 186-187.

<sup>16</sup> Tomuto tématu se dále věnuje i T. Rounakari v rozmluvě o náčích v rozhovoru přidaném k této práci v příloze č. 6

<sup>17</sup> BALTA, Paul. *Knihy o náboženství: Hodnoty společné lidem všech dob*. Praha: Albatros, 1993. ISBN 80-00-00010-5. s. 29

k něčemu, co neumírá, nepomíjí. Při spojování běžného života s tímto “něčím” si náboženství nenechává ujít příležitost slavnosti při jakýchkoliv významných událostech, ať už se jedná o slunovrat, svatbu, mír, úplněk či vzpomínkové oslavy. Tyto všechny události jsou důvodem k oslavám, ještě před tím, než se odebereme k tomu “něčemu” nepomíjitelnému, k nikdy nekončící slavnosti.<sup>18</sup>

Rituály se objevují i u zvířat. Podle R. Schechnera představení náleží jen několika primátům, včetně člověka. Ovšem rituální chování je zvláště u nižších druhů zvířat prototypem primitivního představení.<sup>19</sup> Tématu zvířecích rituálů se věnují četné studie. Příkladnou studií jsou například rituální taneční námluvy jeřábů, kde ptačí pohyby připomínají až baletní kroky.<sup>20</sup>

V této práci se budeme zabývat rituály šamanskými, tedy magickými, náboženskými, společenskými i individuálními a jejich případnému využití k psychické přípravě moderního herce, mima či performerera.

## **2. 2. Význam rituálu pro jedince a skupinu - vliv rituálu na mozkové vlny jedince a komunity<sup>21</sup>**

Dimitri Xygalatas je experimentální antropolog z University of Connecticut, který se s dalším týmem výzkumníků zabývá účinky nejvíce extrémních rituálů po celém světě na lidskou mysl a na chování individuí i celých společností. Kombinací antropologie, vědy a technologie se ve svém výzkumu zabývá dopadem extrémních, bolestivých rituálů na lidskou prosocialitu.

Tým D. Xygalatase zakládá svůj výzkum také na teorii E. Durkheima, který vyslovil teorii o kolektivní energii. Tým se zabýval měřením srdečních ozvů

---

<sup>18</sup> BALTA, Paul. *Kniha o náboženstvích: Hodnoty společné lidem všech dob*. Praha: Albatros, 1993. ISBN 80-00-00010-5., s 31

<sup>19</sup> SCHECHNER, Richard. *Performance theory*. Routledge. 1988. ISBN 0-415-31455-0 (Print edition) s. 98

V tomto odstavci R. Schechner popisuje, že lidé konají vědomě, používajíce myšlení, zatímco zvířata jednají pudově, automaticky.

<sup>20</sup> “Sandhill Cranes Dancing ~ Mating Dance and Calls” In: Youtube [online] 20.4.2014 [vid. 24.4. 2018] Kanál uživatele:Wandering Sole Images. Dostupné z: [https://www.youtube.com/watch?v=a\\_O40AC9EpM](https://www.youtube.com/watch?v=a_O40AC9EpM)

<sup>21</sup> XYGALATAS, G., MITKIDIS, P., FISCHER, R. ad. *Extreme Rituals Promote Prosociality* [online]. Psychological Science. 5.6.2013. [vid. 10.3. 2018] Dostupné z: <http://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0956797612472910>

k měření této energie, tedy psychosomatické reakce člověka na rituál. Ukázalo se, že jak u lidí fyzicky podstupující rituál, tak i u diváků je tempo srdečních ozvů neobvykle synchronizované se všemi účastníky rituálu, a to i přes to, že jejich fyzická aktivita byla odlišná. Jakým způsobem se tato synchronicita ukazuje v jednání je vidět na výzkumu který probíhal při festivalu Kavadi.

Hinduistický rituál Kavadi, což doslovně znamená břímě, zkouška extrémního utrpení, se odehrává na ostrově Mauricius. Lidé po celý den při cestě k chrámu Murugan staví až 40ti kilogramové stánky a vozíky, které k chrámu dopravují. Během toho si do různých částí těla zapichují železné háčky, jehly, háky i tyče. K tomu všemu jdou zcela bosí na rozpáleném asfaltu, nebo ve speciálních botech, s hřebíky.<sup>22</sup> Antropologové nazývají tyto rituály "rituály hrůzy".<sup>23</sup> V mnoha případech těchto rituálů jsou lidé povinni podstoupit tyto kruté postupy k získání svého místa ve společnosti. V případě Kavadi se ale jedná o dobrovolnou účast, což je velice nepochopitelné z evolučního hlediska, protože tímto utrpením zdánlivě účastníci rituálu nic nezískají.

Tým kolem D. Xyglatase se zajímal o to, jaký efekt mají extrémní rituály na lidskou prosocialitu sledováním skutečnosti, jaký obnos peněz je člověk ochoten dát na charitu po ukončení různých druhů rituálu. Tento obnos peněz se stal měřítkem lidské prosociality v tomto výzkumu. Výsledkem je, že po ukončení běžného rituálu jako je společná modlitba, byli lidé ochotni na charitu přispět. Ovšem po absolvování extrémně bolestného rituálu byli lidé ochotni darovat třikrát více, než po absolvování běžného rituálu. Tento jev se nevztahoval pouze na přímé účastníky rituálu, ale i na diváky, kteří fyzicky neabsolvovali tyto bolestné zkoušky, ale po celou dobu rituálu přihlíželi. Po dosažení tohoto výsledku se nám nabízí jasná spojitost mezi mírou bolesti a výškou dotace darovanou pro sociální účely.

Dalším aspektem výzkumu bylo měření stresu, prožívaného účastníky rituálu. Výsledkem studie je, že úroveň stresu před rituálem byla výrazně vyšší než po rituálu samotném. Během rituálu byla úroveň stresu extrémně vysoká, což jen dokazuje úroveň fyzické bolesti, kterou účastníci podstupují. Po ukončení rituálu byla ovšem extrémně snížena a tento stav snížené až skoro žádné úrovně stresu trval ještě několik dní po ukončení rituálu. Studie

---

<sup>22</sup> Příloha č. 2

<sup>23</sup> *Rituály Hrůzy*, volně přeloženo z anglického "Rites of terror"

prokázala, že čím více člověk trpí během rituálu, tím lepší je jeho psychický stav po jeho ukončení.

Další studie se věnovala spojitosti stresu a rituálu. Výsledkem bylo, že performeři, kteří vykonávají rituály před výkonem, mohou zlepšit výsledek samotného performativního aktu, ať už sportovního zápasu či divadelního představení. Tento fakt je velice důležitý pro mou uměleckou praxi. Psychologové nachází jistou spojitost mezi ritualizovaným chováním a nacházením vlastní sebedůvěry. Vykonáváním rituálu člověk získává více sebedůvěry a zároveň snižuje úroveň stresu, což umožňuje lepší finální výsledek.

Příkladem rituální koncentrace před představením, která má nesporně kladný až stěžejní význam pro intenzitu divadelního představení je například praxe divadelního souboru francouzské režisérky Ariane Mnouchkine: každá produkce zahrnovala rituální oblékání a maskování přímo na jevišti. Mnouchkine byla názoru, že jeviště je posvátným místem. Tento názor šířila mezi členy své divadelní společnosti Theatre du Soleil i diváky. Veškeré akce od líčení obočí, nasazování paruky či oblékání kostýmu bylo prováděno ve velmi pomalém tempu, v tichém, vědomém rituálním soustředění.<sup>24</sup>

Ukazuje to, že je rituál velice silný nástroj mysli, který však může být použit k dobrému i zlému. Záleží na kontextu, ve kterém rituál provádíme. Během experimentu vyvíjeném v Laboratoři pro experimentální výzkum náboženství při ústavu religionistiky Filozofické fakulty Masarykovy university v Brně (LEVYNA), tým výzkumníků subjekty směřoval buď k prosocialitě či antisocialitě, kde výzkumníci po stejném rituálu zmanipulovali kontext. a ukázalo se, že v subjektech se zvýšila právě ta vlastnost, ke které byli po rituálu směřováni.<sup>25</sup>

Vzhledem k nepředvídatelnosti a nejistotě při uměleckém představení, kde jsou proměnným faktorem diváci, jejich odlišné charaktery, myšlení, vnímání či koncentrace, ukazují výsledky výzkumu, že rituál má značně pozitivní, uklidňující a koncentrující účinek na lidskou mysl a psychiku. Tyto poznatky

---

<sup>24</sup> ECKERSLEY, Mark. *Ariane Mnouchkine and New Wave Theatre*. In: *theatrestyles.blogspot.cz* [online]20.12.2014 [vid. 15.4.2018] Dostupné z: <http://theatrestyles.blogspot.cz/2014/12/ariane-mnouchkine-and-new-wave-theatre.html>

<sup>25</sup> "The power of ritual | Dimitris Xygalatas | TEDxAthens." In: *Youtube* [online] 1.4.2016 [vid. 5.3.2018] Kanál uživatele: TEDx Talks. Dostupné Z: [https://www.youtube.com/watch?v=lrjCLvSQ\\_cw](https://www.youtube.com/watch?v=lrjCLvSQ_cw)

je možné vztáhnout i na divadelní či jinou uměleckou produkci a přípravu performerů před vystoupením.

Tyto studie nám naznačují, jaký význam mají kolektivní rituály na synchronicitu komunity, společnosti, redukci stresu a zlepšení sociálního vnímání našeho okolí. Všechny zmíněné účinky rituálu mají velice pozitivní, transformující účinky a jsou ve spojitosti s divadlem katarzní.

V. Turner definuje spontánní *společenství communitas*, jako každé společenství, kde se dočasně vytváří komunita sledující společný cíl, kterým je hledání společného prožitku, který by hluboce zasáhl kořeny každého člověka.<sup>26</sup>

Toto je za jistých okolností cíl a účel nejen rituálu, ale i divadla samotného. Jako spojení lidí, žijící v jedné společnosti, díky kterému se z jejich jednotlivých oddělených energií stane energie kolektivní ; potom lépe chápeme a vnímáme nejen sebe, ale především druhé lidi. Stáváme se tak otevřenějšími, vnímavějšími bytostmi, kteří žijí život ve společnosti stejně vnímavých a otevřených lidí. Stejně tak jako tyto rituály, i divadlo by mělo být místem, umožňující toto vzájemné propojení a společenskou katarzi, která vede k otevřenosti a sounáležitosti.

---

<sup>26</sup> TURNER, Victor Witter. Průběh rituálu. Brno: Computer Press, 2004. Eseje/studie. ISBN 80-7226-900-3.s. 135

### 3. Rozdíly mezi divadlem a rituálem

#### 3. 1. Rituály candomblé<sup>27</sup>

Candomblé jsou kultury brazilských černochoů. Doslovný překlad tohoto názvu znamená staré tance černošských otroků ve spojení se slovem dům. Dalo by se tedy říci, že candomblé je jakási kultovní stavba. Tyto kultury propojují různé prvky kultur odlišných afrických kmenů. Jsou to tedy kultury synkretické<sup>28</sup>. Jednotlivé kultury se navzájem diferencují zejména průběhem rituálu či vlastní mytologií. Existují jednotlivé svatyně, které mají plnou autonomii. Těchto svatyn bylo na počátku 80. let kolem 1350 a sdružovaly všechny druhy bahijských kultů.<sup>29</sup>

Průběh rituálu je následovný. Svatyně candomblé, zvaná *terreiro* obsahuje místnost pro veřejné tance a rituály zvanou *barraçao*. Následují početné *peji*, oltáře, které jsou věnovány jednotlivým bohům, tedy *orixás (orišové)*. Důležitou součástí obřadů je střední část svatyně, vystlaná listím a podložená kamením, na kterém je udupaná hlína. Takto ošetřená země je velkým uložištěm pro sílu *axe (ašé)*, což můžeme přirovnat k bájné maně.<sup>30</sup> Jedná se o sílu, která je obsažena ve všech rostlinách, kamenech, dokonce v krvi. Tanečníci, kteří jsou posedlí bohy ji mají v těle po celou dobu spojení.<sup>31</sup>

Rituály candomblé jsou jasně strukturovány, mají jasnou hierarchii a řád. K dalšímu popisu průběhu rituálu se musíme nejdříve věnovat samotným bohům orišům, které vyznavači kultu candomblé uctívají. Početné jorubské božstvo orišové (600 - 1700 bůžků), je v rituálu omezené pouze na 16 bohů, které se připomínají v rituálu. Během ceremonie se bohové reinkarnují do těl vyznavačů kultu, ve kterých poté celou noc tančí. Každý oriša je typický svým kostýmem či jinými symbolickými předměty charakteristickými pro osobu. Rituál se začíná již ráno jen mezi příslušníky *terreira*, ovšem večer se koná hlavní ceremonie přístupná i divákům. Prostředníky mezi bohy a lidmi jsou paličky a bubny, které stráží rytmus. Během rituálu je zapotřebí hned několik rolí. Jsou to obřadníci, bubeníci, předzpěvák a pomocníci starající se

---

<sup>27</sup> KOLANKIEWICZ, Leszek. *Bahijské rituály Candomblé a zkušenost divadelního antropologa*. Divadlo v člověku/ člověk v divadle. Sborník referátů z 1. symposia divadelní antropologie 1. vyd. JAMU. Brno: 1997. ISBN 80-85429-34-9 s. 41-45

<sup>28</sup> Ibid., s. 45

<sup>29</sup> Ibid., s. 46

<sup>30</sup> Mana - bibilická potrava z nebes

<sup>31</sup> Ibid., s. 48

o tanečnický v transu. Protagonisty samotného rituálu jsou zasvěcovaní tanečníci. Pomocí bubnů a zpěvu se iniciovaní tanečníci dostávají do stavu aktivního transu, kdy během tance do jejich těl vstupují orišové. Takto "posedlí" tanečníci jsou odváděni do boční místnosti, kde jsou oblékáni do typických kostýmů onoho samotného boha, vtěleného do konkrétního tanečníka. Jednotliví bohové se poznají podle jim typické energie, kterou každý z nich vyzařuje během tance. Tyto tance se popisují jako extatické, protože jsou prováděny ve stavu transu. V tomto stavu inkarnace boha do člověka nastává transformace - transfigurace stěžejní pro jakýkoliv rituál, kdy v tomto konkrétním případě člověk přestává být člověkem a stává se bohem.<sup>32</sup>

Candomblé rituály jsou velice podobné divadlu. Veškeré tance typické pro jednotlivé bohy mají předem určené choreografie, kdy protagonisté nádherně tančí v oné střední části chrámu, spojení s energií axe, před zraky všech diváků a při dunění bubnů. V porovnání s jinými kultury posedlosti, například na Bali, Haiti či v Etiopii, jsou tyto rituály čistým uměním. Bohové totiž v tělech tanečníků nedělají nic jiného, než jen vyjadřují svou podstatu skrze tanec před diváky. Žádným způsobem nezasahují do běžného života účastníků či pozorovatelů. Nevěští, neléčí, nepomáhají. Jen tančí. Rituály jsou především estetickým a velmi silným zážitkem, jak pro samotné iniciované tanečnický, tak pro přihlížející diváky. V tomto kultu ztotožnění se se svými bohy a předky v tom nejdoslovnějším slova smyslu. Kultury candomblé jsou velice speciálním místem, kdy nás trans a extáze uvádí do fiktivní, neskutečné sféry. Osoby procházející transformací tancem jsou odděleni od reálného života diváka, který transformaci jen přihlíží. Jedná se o moment, kdy se sám život stává divadlem.<sup>33</sup>

Na příkladu rituálů candomblé je znatelné, do jaké míry se naše představivost a neutuchající tvůrčí duch osobnosti mísí s náboženskými či pověřivými představami a jaké spojení může nastat v těchto svou odvětvích náboženských a rituálních s divadelními. Podle R. Schechnera, rituál je něco tak velice sofistikovaného a organizovaného, že jen stěží můžeme tvrdit, že první byl rituál, z kterého se později nějakým způsobem

---

<sup>32</sup> KOLANKIEWICZ, Leszek. *Bahijské rituály Candomblé a zkušenost divadelního antropologa*. Divadlo v člověku/ člověk v divadle. Sborník referátů z 1. symposia divadelní antropologie 1. vyd. JAMU. Brno: 1997. s. 47

<sup>33</sup> Ibid., s. 48

divadlo vyvinulo.<sup>34</sup> Zpochybňuje tak jednu z teorií o původu divadla, pravděpodobně v souvislosti s principem konfliktu, jak jej nastínila americká škola obecné antropologie.

Kultury, podobné kulturám vyznávajícím kult candomblé, ale i jiné tradiční domorodé rituály se obvykle nazývají mýtové kultury. Takovéto kultury můžeme označit za synkretické, jelikož se, stejně tak jako divadelní kultury prolínají do více oblastí, jako jsou sociologická, pedagogická, filosofická či psychologická oblast. Také spojují různé umělecké aspekty jako jsou loutky, masky, tanec, pantomimické či jiné herecké postavy, recitaci, zpěv a hudbu. Rytmus, tanec a zpěv se považují za stěžejní prvky mýtvých kultur a jejich rituálů.

Podle A. Pernici, jsou mýtové kultury ve spojení s ústní narací a obřady základem pro čím dál tím více se osamostatňující dramatické kultury se středem v divadle.<sup>35</sup>

V mýtvých kulturách se také objevují typové postavy. Tyto postavy jsou charakteristické nejen pro mýtvé kultury, ale i pro pohádky, fantasy literaturu, či filmy.<sup>36</sup> Můžeme tvrdit, že i pro divadelní tvorbu určitého charakteru či období jsou typové postavy charakteristické. Tento jev se spojuje s archetypy, které popisuje jak Estés ve své teorii o archetypu *Divoké ženy*<sup>37</sup> tak Jung<sup>38</sup>, z kterého Estés vychází.

*“Archetypy jsou cosi jako orgány preracionální psyché. Jsou to věčně děděné, charakteristické základní struktury, zpočátku bez specifického obsahu. Specifický obsah vzniká teprve v individuálním životě, kde se osobní zkušenost zachytí právě v těchto formách.”*<sup>39</sup>

---

<sup>34</sup> “From ritual to theatre” In: *Youtube* [online] 15.8.2014 (vid. 28.3.2018) Kanál uživatele: Schechner's Excerpts From Brazil - A Youtube Performance. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=oWVtNVuH8X0>

<sup>35</sup> PERNICA, Alexej. *Mýtvé kořeny dramatických postav. Mýtus, rituál a magie- jeden ze základů naší kultury dotýkaný skrze divadelní oblast*. Brno, 2003. Janáčkova akademie múzických umění v Brně s. 6, 7

<sup>36</sup> *Ibid.*, s. 10

<sup>37</sup> ESTÉS, Clarissa Pinkola. *Ženy, které běhaly s vlky: mýty a příběhy : archetypy divokých žen*. Přeložil Hana CATALANOVÁ. Praha: Pragma, 1999. ISBN 80-7205-648-4. s. 15.

<sup>38</sup> JUNG, Carl Gustav, BARZ, Helmut, ed. *Archetypy a nevědomí*. Přeložil Eva BOSÁKOVÁ, přeložil Kristina ČERNÁ, přeložil Jan ČERNÝ. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1997. ISBN 80-85880-11-3. s. 77.

<sup>39</sup> JUNG, Carl Gustav. *Člověk a duše*. Praha: Academia, 1995. ISBN 80-200-0543-9. s. 43

Problematikou archetypů či mýtových kultur se nebudeme hlouběji zabývat, ovšem poukázáním na spojitosti mezi archetypy pramenící z našeho nevědomí, typovými postavami v mýtových kulturách a divadelními typovými postavami se můžeme dostat hlouběji do problematiky rozdílu mezi rituálem a divadlem. K detailnější úvaze o rozdílu mezi divadlem a rituálem se musíme zabývat primárně jejich odlišnými či stejnými cíly a účinky na jedince a společnost.

Podle teze A. Pernici má každá současná kultura kořeny v některé z mýtových kultur a přes všechnu snahu o vytěsnění našich mýtových kořenů se je nepodařilo zničit ani nahradit. Je to patrné zvláště na vidění světa přírodních společenství a v jejich předliterárním mýtopoetickém vidění světa, udržované mýtem, rituálem a magií (tzv. mýtovým triviem), ze kterého vychází pohádky i divadlo. Konkrétní mýtová kultura dané společnosti je pevně vázána na kulticko-rituální a magické projevy, které se v dané společnosti projevují a které pak mají přímý vliv na hodnoty dané společnosti. Mýtové trivium zajišťuje jedinci zařazení se do kultury své společnosti, procesem enkulturace. Tento proces umožňuje jedinci osvojit si normy, hodnoty a kulturu společnosti, ve které žije a tím zmírnit sociální úzkost na snesitelnou míru únosnosti.<sup>40</sup> A. Pernica se sociální úzkosti věnuje v závislosti na sociální podmíněnosti mýtových kultur.<sup>41</sup>

### **3. 2. Divadelní soubory zabývající se rituálem**

#### **3. 2. 1. Living Theatre**

K dostatečnému přiblížení a popisu divadelního souboru Living Theatre musíme zmínit především dva autory, zakladatele a vedoucí souboru, velice mladé, ambiciózní a nespokojené s tehdejší divadelní situací. Byli to Julian Beck a Judith Malinová. Living Theatre byl založen r. 1943, kdy Jeanu Beckovi bylo jen 18 let. Chtěli dělat divadlo jinak, a z tohoto odhodlání, naštvaní a přesycení tehdejším divadlem vznikaly teze, které se značně vymezovaly vůči tehdejšímu divadlu. Chtěli tvořit živé - experimentální

---

<sup>40</sup> PERNICA, Alexej. *Mýtové kořeny dramatických postav. Mýtus, rituál a magie- jeden ze základů naší kultury dotýkaný skrze divadelní oblast*. Brno, 2003. Janáčkova akademie múzických umění v Brně s. 35

<sup>41</sup> Ibid., s. 26

a moderní divadlo. Malinová se naučila od E. Piscatora,<sup>42</sup> že nejlepšími divadelními prostředky jsou radikální politika a sociální akce.<sup>43</sup>

Leitmotivem jejich celoživotní cesty byla především revoluce. Jakým způsobem se vymezit vůči společnosti a najít svobodu v opravdovém, živém divadle a umění, které lidi oslovuje do jádra jejich srdcí a které se spojuje se životem. Tato revoluce, projevená v divadelních představeních Living Theatre byla zhmotněnou myšlenkou na změnu. Na změnu celého světa, a ne jen tak někdy v budoucnosti, ale hned, v tento daný moment. V Living Theatre byli umělci, kteří potvrzovali svým životem své umělecké představy, díky čemuž přitahovali pozornost nezčetných herců i diváků. Stále se obměňující soubor tvořilo nejvíce 45 herců, včetně dětí a dalších 2000 herců jen čekalo, aby se do souboru mohli připojit.<sup>44</sup> Byl to magnet pro lidi, hledající svobodu, rovnost a pravdu v divadle i v životě. Mísili umění a sociální akci, o čemž se ještě do konce 40. let minulého století tvrdilo, že nejde dohromady. Velice kontroverzní, charizmatické, anarchistické a pacifistické divadlo revoluce a citu.

Ve svých pracích se nejednou obrací k rituálu, mýtům, snům, vizím a utopii. Možná právě tato myšlenka na ideální svět a divadlo vedla Living theatre k tak extrémním revolučním činům. Právě v období přípravy představení *Paradise Now* je velice znatelný zájem J. Malinové o práci s nevědomím a kolektivním podvědomím. Během zkoušek se mluvilo o vizích, snech, smrti a zmrtvýchvstání Indiánů, cestování do vesmíru, o proměnách na základě *Funkce orgasmu* Wilhelma Becka, totemech a dalších metafyzických a existenciálních jevech lidské společnosti.<sup>45</sup> Představení *Paradise now* je také značně ovlivněné chasidskou vírou, kabalistickým stupněm zdokonalování, učením o tantrických čakrách a kosmologickým učením *Knihy proměn*.<sup>46</sup> Podle explikace J. Malinové k představení *Paradise now*, se scéna sestávala z osmi příčlím, odpovídajících příčlím žebříku, který spojuje nebesa se zemí. Každá příčel byla složena z rituálu, vize a akce. Jsou to příčle: *dobra a zla, modlitby, učení, cesty, vykoupení, lásky, nebes*

---

<sup>42</sup> PISCATOR Erwin- významný německý režisér, představitel epického divadla. Byl přední osobností tehdejšího divadla, tvůrcem masového divadla, byl otevřený architektuře, cirkusu aj.

<sup>43</sup> KOŘÁN, Jaroslav a OSŁZLÝ, Petr. *Living Theatre: Divadlo života: 1951-1980*. Praha: Jazzová sekce SH, 1982. Jazz Petit. s. 10

<sup>44</sup> KOŘÁN, Jaroslav a OSŁZLÝ, Petr. *Living Theatre: Divadlo života: 1951-1980*. Praha: Jazzová sekce SH, 1982. Jazz Petit. s. 29-30

<sup>45</sup> Ibid., s. 43

<sup>46</sup> I-ťing- čínská kniha věšteb napsaná ve 2.st. př. n. l.. Jedná se o věštbu založené na taoistické filosofii

a země, boha a člověka. Tyto tři aspekty rituálu, vize a akce tvoří podle Malinové revoluci.

*“Rituály jsou tělesné, duchovní obřady vrcholící zábleskem. Vize jsou mozkové projekce. Jsou to představy, symboly, sny. Uvědomění vyplývající z prožitku rituálu a uvědomění vyplývající z prožitku vize se propojují a ústí v akci.“<sup>47</sup>*

Living Theatre se navrátil zpět k životu, k pudovosti, a tedy i k rituálu, který je právě tím pojítkem mezi společností, politickým děním a lidským nevědomím. Právě rituál je v tomto kontextu pojítkem mezi uměním a životem.

Pudovost a svobodný život, manifestovaný členy Living Theatre neskrývanou nahotou a sexem v denním životě i v představeních, byl pro tehdejší dobu největším střetem zájmů a největším problémem se souborem spojeným. Tento fakt je zapotřebí náležitě vysvětlit a objasnit. Není pravda, že by v souboru vládla jakási sexuální nespoutanost, jak se v té době tvrdilo. V představeních bylo tělesné vyjádření hlavním výrazovým prostředkem a občas se i objevil simulovaný pohlavní akt. Byla to ovšem známka vymezení se vůči sexuálnímu tabu, vnímanému jako forma společenského útlaku vůči jednotlivci. Bojem proti sexuálnímu tabu zároveň bojovali i proti všem ostatním formám represe a útlaku.<sup>48</sup>

Jejich představení jsou doslovnou definicí slova rituál či ceremonie. Podle T. Rounakariho<sup>49</sup> je podmínkou rituálu vědomá transformace a iniciace člověka, ať už diváka či performerera. Tento předpoklad Living theatre spojuje všemi body. Na představení Living Theatre, zejména *Paradise now*, ale i *Mistériích* a na dalších představeních je naprosto klíčový až osobní, důvěrný a živelný vztah diváka a performerera, kdy si oba skrze vědomě vypracovanou strukturu, která podněcuje změnu, projdou transformací ; možná bychom mohli říci onou katarzí, kterou má divadlo vyvolat. Tato změna je především duchovního, duševního rázu.

---

<sup>47</sup> KOŘÁN, Jaroslav a OSZLÝ, Petr. *Living Theatre: Divadlo života: 1951-1980*. Praha: Jazzová sekce SH, 1982. Jazz Petit. s. 44

<sup>48</sup> KOŘÁN, Jaroslav a OSZLÝ, Petr. *Living Theatre: Divadlo života: 1951-1980*. Praha: Jazzová sekce SH, 1982. Jazz Petit., s. 55-56

<sup>49</sup> Příloha č. 6

Living Theatre svou prací nepřetržitě hledali odpověď na otázku, zda může umění změnit svět. V rozhovoru s J. Malinovou a J. Beckem Beck na tuto otázku odpovídá:

*“Samo o sobě určitě ne. Ale jako rituál osvícení, stimulátor akce a osvobození je divadlo mocným nástrojem otevřeně sloužícím revolučním změnám. Každé umění je revoluční do té míry, nakolik podněcuje mysl a oduševňuje existenci. A právě v tom je smysl divadla.”*<sup>50</sup>

### 3.2.2. Jerzy Grotowski

Jerzy Grotowski začal se svou tvorbou z podobných důvodů jako *Living theatre*. V době, kdy podle jeho mínění existující divadlo nesplňovalo požadavky živého divadla, Grotowski utvářel jakýsi obraz o divadelních možnostech.

V první fázi hledání se Grotowski zajímal zda by se návratem k rituálu, z kterého nejspíš divadlo vzniklo, a které podmiňuje bezprostřední živou účast a určitý druh vzájemnosti mezi divákem a hercem, ve které by bylo možné najít autentické, živé a a svobodné reakce. Důležité je nové pojetí prostoru, které Grotowski navrhuje. Prostoru, který by se na každé představení organizoval jiným způsobem. Klíčové je zrušení jeviště a hlediště, které je svou podstatou proti konceptu vzájemnosti vzhledem k jeho oddělovací funkci. Ze hry by se měl stát spontánní impuls, který by vtáhl diváka do děje. Tato myšlenka byla využita při představení *Kordian (1962)*,<sup>51</sup> kdy se povedlo, aby diváci společně přímo reagovali, hráli roli, zpívali a účinkovali spolu, jako herec s hercem.<sup>52</sup>

Pradávné poslání diváka je podle Grotowského skutečná emotivní spoluúčast. Grotowski dělal četné divadelní výzkumy, během kterých přicházel na praktické poznatky o tom, jakým způsobem se co nejopravdověji přiblížit k rituálu a skutečnému vztahu mezi hercem a divákem, který produkuje nefalšované zahloubení se do představení.<sup>53</sup> Během těchto všech výzkumů se snažil zjistit, co by mohlo být skutečnou *osou rituálu*. Tato osa je přímo úměrná Jungově archetypu, kolektivní

---

<sup>50</sup> KOŘÁN, Jaroslav a OSŁZLÝ, Petr. *Living Theatre: Divadlo života: 1951-1980*. Praha: Jazzová sekce SH, 1982. Jazz Petit. s. 89

<sup>51</sup> Kordian- Juliusz Slowacký, revoluční hrdina propadající do skepse

<sup>52</sup> GROŤOWSKI, Jerzy a [PREL. BARBORA ERTLOVÁ]. *Divadlo a rituál: texty 1965-1969*. Bratislava: Kalligram, 1999. ISBN 8071492760. s. 52-54

<sup>53</sup> Ibid., s. 57

představě, prvotní myšlence. Důležité je připomenout si a ujasnit si význam slova rituál v kontextu používaného u Grotovského. Nejedná se zde o náboženské divadlo, ale o tzv. laický rituál, jak ho Grotowski nazval. Tento laický rituál měl sloužit ke konfrontaci se zkušenostmi minulých generací, tzn. s mýtem. Jednalo se o hledání archetypálních obrazů, mýtických obrazů (například zápalná oběť, obětování jednotlivce pro druhé aj.)<sup>54</sup>

V roce 1983 v rozhovoru pro Los Angeles Times, řekl Grotowski o svém cíli:

*“ Přivolat velmi starou formu umění, kdy rituál a umělecká tvorba byly to stejné. Když poezie byla zpěvem a zpěv inkantací, pohyb tancem... umění před emancipací, kdy působilo nejmocněji. Dotykem s ním každý z nás může, nezávisle na filosofické a teologické motivaci, najít svojí vlastní konexi.”*<sup>55</sup>

Grotowski, který se neustále potýká s umělostí a autentičností reakcí a formy laického rituálního divadla odkazuje také na Brechta, který podotkl, že divadlo se stalo divadlem právě tehdy, když přestalo být rituálem. Grotowski tedy opustil myšlenky rituálního divadla, jakou měl na počátku, aby mohl obnovit rituál divadelní, ne skrze víru, ale skrze lidský akt a aby mohl najít onu autentičnost a opravdovost v tomto ceremoniálu živé účasti. Protože běžná terminologie rituálu v divadle je vždy spojená se stereotypy jako jsou: doslovná spoluúčast, šílenství, kolektivní křeče, chaotická spontánnost, obnovení mýtu, ekumenizmus založený na spojování motivů z různých náboženství či různých kultur, Grotowski uvažoval o potřebě vytvoření nové terminologie, která by se vymezila vůči rituálu v divadle pojímaném tímto stereotypním způsobem.<sup>56</sup>

### **3.3. Živé, mrtvé, svaté divadlo**

Oba zmíněné divadelní soubory se vymezují vůči tehdejšímu klasickému divadlu, které považují za mrtvé, elitářské. Grotowski píše, že toto divadlo se stává konvencí mezi osvícenými lidmi divadlo tvořící a osvícenými lidmi na divadlo chodící z kulturní povinnosti, která říká, že do divadla se zkrátka chodit má. Jedná se o určitý druh mechanismu vykonávaný z konvence.

---

<sup>54</sup> GROTOWSKI, Jerzy a [PREL. BARBORA ERTLÓVÁ]. *Divadlo a rituál: texty 1965-1969*. Bratislava: Kalligram, 1999. ISBN 8071492760., s. 58

<sup>55</sup> Ibid., s. 169

<sup>56</sup> Ibid., s. 71

Mezi těmito skupinami se pak nemůže udát nic zásadního. Pro opravdové živé divadlo je třeba divadelní spontaneita.<sup>57</sup>

K tomuto mrtvému divadlu se vyjádřil i Peter Brook, který svůj pojem mrtvolné divadlo detailně popisuje.<sup>58</sup> Fenomén mrtvolného divadla má hned několik viníků. Vždy se jedná o osobní ustrnutí na určité úrovni, ať už mluvíme o herci či dramatikovi. Hlavním bodem, jak se vyhnout mrtvolnému divadlu, je neustrnout ve svých stereotypch, neustrnout jako člověk.

P. Brook v divadle vidí naprosto jasnou spojitost mezi vývojem v osobním a profesním životě tvůrců, aktérů. Mluví o individuálních hereckých metodách, které si každý herec musí najít podle svého charakteru (jedna peče koláč a druhý vyjadřuje, co cítí). Přejímání hereckých metod bez nalezení vlastní identity v té či oné metodě plyne jen k další strnulosti. Všeobecně Brook vidí zastavení vývoje herců, jakmile vyjdou ze školy; plni energie a ambicí se přidají do divadelní společnosti, kde rutinním způsobem zkoušení a hraní přichází mladý herec o možnost dále se vyvíjet, růst a zlepšovat se. Tím se stává mrtvým jak herec, tak celá divadelní hra, společnost.<sup>59</sup>

Mimo jiné zmínil i další druhy divadla jimiž jsou Svaté divadlo, kde se zabývá stejně tak jako Grotowski rituálním naplněním divadelního aktu. Scéna je podle Brooka místem, kde se může zjevovat neviditelné. Sen, smysl divadla je právě toto objevování neviditelného světa, který není obsažitelný pouze našimi smysly. Když nepočítáme orientální divadla, rituály a obřady již z divadel vymizely nebo jsou v troskách. P. Brook navrhuje hledání svatého divadla. Místo vznešenosti a krásy hledá divadlo zázraků. Pojmeme "vyšší" tedy nemíni "hezčí", ale hlubší, kde divadelní akce, sama událost nahrazuje text a formu.<sup>60</sup>

Podle Brookových slov:

*"I dnes bychom chtěli inscenovat pravé rituály, ale aby rituály udělaly z divadla zkušenost naplňující naše životy, potřebovali bychom ty pravé formy. A těch se nám nedostává... Pozbyli jsme všechn smysl pro rituál*

---

<sup>57</sup> GROTOWSKI, Jerzy a [PREL. BARBORA ERTLLOVÁ]. *Divadlo a rituál: texty 1965-1969*. Bratislava: Kalligram, 1999. ISBN 8071492760. s. 52

<sup>58</sup> BROOK, Peter. *Prázdný prostor ; z angl. orig. přel. Alois Bejblík ; dosl. naps. Lída Engelová*. Praha: Panorama, 1988. Dramatické umění. s. 4- 18

<sup>59</sup> Ibid., s 12

<sup>60</sup> Ibid., s. 18, 20

*a obřad - ať už se pojil k vánočním svátkům, narozením či pohřbům- slova nám zůstala a staré pudy nám hárají v morku kostí...Po letech a letech stále slabších jsme se ocitli v situaci, kdy prostě odmítáme pojem svaté scény.”<sup>61</sup>*

To mě vede k opětovnému se zamyšlení nad cílem divadla. Podle Brooka, divadelní akt má dva možné cíle. Jedním je bouřlivá oslava a druhým je vrchol ticha, který značí pochopení a prožití společné zkušenosti.<sup>62</sup> Tyto dva cíle se zcela shodují s cíly společenského obřadu či rituálu. U obou, divadla i rituálu je cílem propojení buď skrze oslavu, nebo ticho. Ticho, které rozumí a soucítí tak hluboce, že nepotřebuje slov. Podle Artauda se člověk může osvobodit ze svých zajetých forem jen v divadle. A právě to dělá z divadla svaté místo, místo, kam lidé přijdou ze svých běžných životů a kde je jim daná možnost nalézt hlubší realitu.<sup>63</sup>

### **3.4. Vykořeněnost - divadlo jako nástroj k nalezení opětného středu**

Slovenský prozaik, dramatik, diplomat a politik Jozef Banáš se v komentáři k výuce cizím jazykům dostává k tématu vykořenění. V článku jde o postupné nahrazování slovenských slov anglickými ekvivalenty. Jedná se tedy o rozšiřování lingvistických schopností na úkor našeho mateřského jazyka. Banáš upozorňuje na důležitost národního jazyka faktem, že dokud žije jazyk, žije i národ. Ovšem když jazyk umře, umírá i národ a s ním i jeho duch. Dále se nechává slyšet, že člověk bez kořenů má několik výhod: nemá sebevědomí, hrdost, je manipulovatelný, ovládatelný, poslouchá, drží hubu a krok a “maká”.<sup>64</sup> V českém prostředí se jedná o jev podobného rázu. Tato vykořeněnost se ovšem nevztahuje pouze na národní jazyk. Můžeme začít ztrátou rituálního významu svátků a dostat se až ke ztrátě duchovního významu kulturních událostí, které by právě tento význam měly nést.

Tuomas Rounakari se k problematice ztráty kořenů dostává v otázce, vysvětlující slovní spojení “being spirited”. Nejde tedy o duchovnost jako takovou, ale spíše o napojení se na svého vlastního ducha, ducha přírody, země kolem nás, ducha našich předků, kolektivního ducha. Tímto způsobem se dostáváme do svého středu a nacházíme tak svou přirozenou

---

<sup>61</sup> BROOK, Peter. *Prázdný prostor ; z angl. orig. přel. Alois Bejblík ; dosl. naps. Lída Engelová*. Praha: Panorama, 1988. Dramatické umění., s. 19

<sup>62</sup> *Ibid.*, s. 19

<sup>63</sup> *Ibid.*, s. 23

<sup>64</sup> BANÁŠ, Jozef. In: *Aktuálně. sk*. [Online] 11.7.2016. [Vid' 1.4.2018.] Dostupné z: <https://aktualne.centrum.sk/slovensko/skolstvo/komentar-jozefa-banasa-popcornicity-namie-sto-pukanca.html>

podstatu. Na příkladu rodokmenů arktických rodin ukazuje, jakým způsobem ztrácíme kolektivní paměť, poněti o svých předcích a spojení s nimi.<sup>65</sup>

Tato úvaha o ztrátě kořenů mě vede k myšlence o skutečném, živém divadle, které měly na mysli nejen výše zmíněné divadelní soubory. Vede mě k myšlence o opravdovém životě, kdy je divadlo prostředkem k setkávání se, k budování komunity a k napojování se zpět na naše kořeny. K dostávání se zpět do svého středu, k nalézání sama sebe a svého smyslu zde na zemi. Skrze aktivní napojení se na komunitu, ve které žijeme, stáváme žijícími lidmi a dostáváme se k prasmyslu divadla a rituálu. Naši předkové i příroda kolem nás, naše kořeny jsou naší silou. Je tedy přirozené, že odpojením se od nich se stáváme bezprizorními, ztracenými jedinci bez kořenů. Divadlo jako komunitní, rituální záležitost, kde jedinec skrze katarzi prožívá své i kolektivní emoce je nejvyšší formou umění, která může existovat, protože posouvá sám život. Z mrtvého divadla se stává divadlo živé, svaté, měnící, revoluční. Revoluční ne ve smyslu agresivní změny, ale konstantního znovuobjevování sebe i společnosti, ve které se nacházíme, ve smyslu konstantní transformace, iniciace, změny.

---

<sup>65</sup> Z rozhovoru Příloha č. 6

#### 4. Kdo je to šaman

Podle T. Cowana šaman je slovo originálně pocházející ze Sibiře, označující duchovní léčitele, kteří se vyskytují v kmenových kulturách nejen v sibiřské oblasti.<sup>66</sup> Podle K. Ebelové,

*“Šamanismus je transkulturní fenomén, který se vyskytuje v tradičních animistických společenstvích, vyznačuje se různými formami extatických duchovních cest vedoucích k mytickému světu.”*<sup>67</sup>

P. Balta se zmiňuje, že člověk přidělil vyšším principům samostatnou oblast, tzv. nadpřirozený svět, aby mohl mít na jeho druhé straně vlastní prostor, svět tzv. světský, přirozený.<sup>68</sup> Toto dělení na nadpřirozený a přirozený svět je typické pro lidské vnímání světa a života v něm od pradávna. Jedná se o něco archetypálního, co v lidském podvědomí stále panuje. A právě šamanismus se tímto tématem nadpřirozeného světa ve vztahu s přirozeným hluboce zabývá.

Antropologie se o šamanech vyjadřuje při popisu zejména osob z nezápádních kultur nosících jména jako kouzelník, léčitel, medicínman, vědma, mág aj. Slovo šaman ale v naší době nenesé žádný konfliktní význam či pohrdlivý podtext, na rozdíl od výše zmíněných pojmenování.<sup>69</sup> V minulosti, zejména za komunismu nejen v naší zemi byli šamané perseklováni, likvidováni a šamanismus byl potlačován a vymítán. Šamanem může být nejen muž, ale i žena. Podle T. Cowana, někteří z šamanských praktiků dokonce objevili, že šamanismus zvyšuje hodnotu toho nejlepšího z jejich víry, v náboženství, ve kterém byli vychováni.<sup>70</sup> Podle těchto teoretiků je šaman prostředníkem mezi světem nadpřirozena, světem duchů a světem lidí. Pomocí šamanského stavu vědomí (ŠSV), jinak stavu změněného vědomí či stavu lehkého transu se dostává mezi oba světy a je tak schopen komunikovat s oběma stranami, většinou v rituálním

---

<sup>66</sup> COWAN, Thomas Dale. Pocket guide to Shamanism. Freedom, CA: Crossing Press, c1997. ISBN 0895948451.s. 5

<sup>67</sup> EBELOVÁ, Kateřina. Maska: v proměnách času a kultur. Praha: Grada, 2012. ISBN: 978-80-247-2470-6. s. 16

<sup>68</sup> BALTA, Paul. *Kniha o náboženstvích: Hodnoty společné lidem všech dob*. Praha: Albatros, 1993. ISBN 80-00-00010-5. s. 19

<sup>69</sup> HARNER, Michael J. *Cesta šamana: Jak probudit svůj vnitřní potenciál*. Praha: DharmaGaia, 2010. Religio (DharmaGaia). ISBN 978-80-86685-81-6.s. 43

<sup>70</sup> COWAN, Thomas Dale. Pocket guide to Shamanism. Freedom, CA: Crossing Press, c1997. ISBN 0895948451.s 43

prostředí. Detailnějšímu popisu ŠSV se budu věnovat v následujících kapitolách.

#### 4.1. Moderní šamanismus

V šamanismu rozlišujeme dva pojmy, které se od sebe liší stářím a vývojem. Rozlišujeme klasický šamanismus, který se většinou objevuje ve spojení s klasickými kmenovými kulturami a moderní šamanismus, (jinak také neo-šamanismus, urban šamanismus) objevuje se i pod pojmem základní šamanismus, který se vyvinul na základě potřeby popsat klasické šamanské techniky aplikované k využití moderní, urbální společností. Z toho důvodu vznikl systém neo-šamanismu, který utvořil Michael Harner, který rovněž založil Nadaci pro šamanská studia (Foundation for Shamanic Studies).

*“Šamanská práce je stejná, lidská mysl, srdce a tělo jsou stejné, pouze kultury se různí.”<sup>71</sup>*

V roce 1993 byl v republice Tuva na Sibiři organizován Nadací pro šamanská studia a tuvinskou vládou sraz zhruba deseti šamanských praktiků a z USA, západní Evropy a různých domorodých kmenů, kteří si navzájem předváděli léčebné techniky a rituály. Výsledkem bylo potvrzení faktu, že šamanské metody, které vznikly v kulturně neutrálním kontextu a tradiční šamanské metody, které vychází z tradičních kmenových kultur mohou být v praxi při léčbě stejně účinné. Existují hlavní metody, které základní šamanismus užívá. Jsou to:

1. změna vědomí, “navození šamanského stavu vědomí”
2. Cesta do neobvyklé reality
3. Navázání vztahu s pomocnými duchy, průvodci
4. Léčebné praktiky
5. Využití písně, tance, obleku k vytvoření rituálního prostředí
6. Využívání a uctívání speciálních předmětů a míst v přírodě<sup>72</sup>

---

<sup>71</sup> HARNER, Michael J. *Cesta šamana: Jak probudit svůj vnitřní potenciál*. Praha: DharmaGaia, 2010. Religio (DharmaGaia). ISBN 978-80-86685-81-6.s. 12

<sup>72</sup> COWAN, Thomas Dale. *Pocket guide to Shamanism*. Freedom, CA: Crossing Press, c1997. ISBN 0895948451.s 38

T. Cowan popisuje, že šamanismus nejen že obsahuje souhrn vědomostí, ale zároveň je *konáním*, založeným na vnitřních schopnostech člověka, které slouží k vnitřním lidským potřebám.<sup>73</sup>

#### 4.2. Změna vědomí, cesta do neobvyklé reality

Šaman dokáže vstupovat z běžného, obvyklého stavu vědomí (OSV) do změněného stavu vědomí, neboli “šamanského stavu vědomí” (ŠSV), aby cestoval do nadpřirozeného světa, tzv. skryté reality, či vnitřního světa, tak jak jej popisuje C. Castaneda.<sup>74</sup> Termín ŠSV je zavedený Michaellem Harnerem. Tento stav najdeme i pod názvem, stav “lehkého transu”. Jak ale vidíme nejen díky C. Castanedovi, stejný fakt se objevuje již u tradičních, kmenových šamanů. K dosažení ŠSV je třeba podle terminologie dona Juana, brazilského šamana, se kterým se C. Castaneda setkával “zastavit svět”. Don Juan tento akt popisuje takto:

*“ V tobě se včera zastavilo to, že svět je takový, jaký ti pořád říkají, že je. Od chvíle, kdy se narodíme, nám pořád někdo říká, že svět je takový a takový...a proto přirozeně nemáme jinou možnost, než vidět svět tak, jak nám říkají.”*<sup>75</sup>

Šaman může cestovat do tohoto magického světa za účelem pomoci sobě, druhému člověku či celé společnosti, léčení, ale i k načerpání síly, získávání informací ad. Toto vstupování do změněného stavu vědomí se přímo nerovná théta či alfa vlně, jedná se spíše o stav “někde mezi”, odkud může šaman provádět šamanské cesty do vnitřního, fantaskního světa, který se může rovnat lidskému osobnímu i kolektivnímu podvědomí až nevědomí, tak, jak ho popisuje C. Jung, kde svět funguje na symbolické, abstraktní bázi. K dosažení tohoto změněného stavu vědomí je ale práce s mozkovými vlnami a vědomé poznávání jednotlivých mozkových frekvencí a hladin výhodou. K dosažení ŠSV se v moderním šamanismu používá zpěv, rytmičné bubnování či řachtání.

Tradiční kmenoví šamané změněného stavu vědomí dosahovali i mnohými fyzicky nepříjemnými způsoby jako zvládáním extrémních teplot,

---

<sup>73</sup> COWAN, Thomas Dale. Pocket guide to Shamanism. Freedom, CA: Crossing Press, c1997. ISBN 0895948451. s. 39

<sup>74</sup> HARNER, Michael J. *Cesta šamana: Jak probudit svůj vnitřní potenciál*. Praha: DharmaGaia, 2010. Religio (DharmaGaia). ISBN 978-80-86685-81-6. s. 15

<sup>75</sup> CASTANEDA, Carlos. *Cesta do Ixtlanu*. Přeložil Lily CÍSAŘOVSKÁ. Praha: Volvox Globator, 1996. ISBN 80-7207-017-7. s. 209

hladověním, holotropním dýcháním, vyčerpávajícími pohyby či halucinogeny.

Susanna Aarnio popisuje stav transu a šamanské cestování, jako trojúrovňové cestování duše.<sup>76</sup>

Dále C. Castaneda zmiňuje, jak je důležité rozlišovat, *vidět* pravdivost či nepravdivost jednotlivých světů.

*“Svět se včera stal takový, jak jej popisují čarodějové. V tomto světě kojoti mluví a jeleni také, jak už jsem ti říkal, i chřestýši a stromy a všechny ostatní živé bytosti. Ale já chci, aby ses naučil vidět. Teď už možná víš, že vidění nastává jenom tehdy, když se člověk protáhne mezi světy, mezi světem obyčejných lidí a světem čarodějů. Ty jsi teď přímo uprostřed mezi oběma světy. Včera jsi byl přesvědčen, že ten kojot na tebe mluví. Každý čaroděj, který nevidí, by tomu také věřil, ale ten, kdo vidí, ví, že věřit tomu znamená uvíznout v říši čarodějů. A podle stejné míry, nevěřit, že kojoti mluví, zas znamená uvíznout v říši obyčejných lidí.”<sup>77</sup>*

Šamané měli v průběhu historie i ne zcela pozitivní pověst. V 19. st. byli považováni za podvodníky, kteří klamou a okrádají příslušníky kmene. Ve 20. st. byli dokonce považováni všichni šamané za duševně nemocné jedince.<sup>78</sup> Vitebsky píše, že nejpodobnějším stavem stavu transu, do kterého šaman vědomě vstupuje a ze kterého opět vystupuje je případ klinické schizofrenie. Na rozdíl od klinické schizofrenie je ovšem šaman plně pod kontrolou nad stavy, ve kterých se dobrovolně nachází, narozdíl od člověka postiženém schizofrenií.<sup>79</sup> Když tuto teorii P. Vitebskyho srovnáme s důležitostí “vidět”, jak jí, popisuje Don Juan, je zřejmé že neovládnutá či neukotvená šamanská práce se může změnit ve schizofrenní blouznění, které nerozlišuje jeden svět od druhé, čarovný svět od fyzického.

V tradičních kulturách je učeno ovládnutí tohoto stavu transu místním šamanem již od dětství, v moderních kulturách takový výcvik umožňuje například již zmíněná Nadace pro šamanská studia formou kurzů

---

<sup>76</sup> “Susanna Aarnio - The Shaman’s Three Soul Levels/Shamaanin kolme sielunosaa ja reitti takaisin kehoon” In: *Youtube* [online]. 9.2.2014 [vid. 24.4.2018] Kanál uživatele: WildHeart Vision. Dostupné z: [https://www.youtube.com/watch?v=6RnM8\\_IRLOg](https://www.youtube.com/watch?v=6RnM8_IRLOg)

<sup>77</sup> CASTANEDA, Carlos. *Cesta do Ixtlanu*. Přeložil Lily CÍSAŘOVSKÁ. Praha: Volvox Globator, 1996. ISBN 80-7207-017-7. s. 209

<sup>78</sup> VITEBSKY, Piers. *Svět šamanů*. Praha: Knižní klub, 1996. Magie, tradice, současnost. ISBN 80-7176-303-9. s.140

<sup>79</sup> *Ibid.*, s. 138

a výcvikových programů. Lze se ovšem učit i od tradičních šamanů, kteří na tuto formu vyučování přistoupí. Jednou z forem učení se o šamanismu a hlubšímu porozumění šamanským stavům vědomí jsou média, která jsou tradičním kulturám, které jsou odkázány jen na orální naraci nedostupná. Jsou to knihy, videa, online rozhovory, články, konference, které jsou psány či přednášeny tradičními šamany či jejich žáky, tedy lidmi, kteří mají se šamanismem přímou zkušenost. Všechna tato média jsou v moderní společnosti prostředníky k nalézání informací o šamanismu a dokonce mohou být i iniciátorem k “šamanskému povolání”, o kterém mluví T. Cowan.<sup>80</sup>

### 4.3. Šamanští průvodci a ochránci, pomůcky, oblek

Víra starých národů říká, že před světem lidských bytostí existoval svět zvířel. Zvířecí říše je považována za kořeny lidské existence.<sup>81</sup> Koncept duchovních ochránců a průvodců v podobě zvířat je v šamanismu velmi důležitý. Šamané a lidé provádějící šamanismus věří, že každý má alespoň jedno spřízněné zvíře, které mu dělá ochránce, je jeho zdrojem energie, síly a moci. Na oplátku vyžaduje oběti v podobě rituálu. Tato zvířata se vyskytují ve spodním světě, do kterého šamané v mysli putují. Tento spodní svět symbolizuje naše kořeny, vnitřní sílu a energii. Žijí tam naši předkové, naše silová a pomocná zvířata. Spodní i horní svět jsou mýtickými světy, proto se v nich můžeme setkat i s bájnými či mytologickými bytostmi. Silová zvířata jsou osobní. Každý má pro svůj život jedno osobní silové zvíře, ale existují i pomocníci ve zvířecí podobě určené pouze k pomoci v určitých oblastech nebo dovednostech. Například zpívat bude učít slavík, moudrosti může učít drak.

Duchovní zvíře je průvodce duše, proto je možné se s ním setkat pouze v duševní rovině. Technika navázání kontaktu se svým duchovním, silovým zvířetem je velmi účinná pro znovu obnovení síly a energie. Zvíře nám dává sílu kráčet dál, zvládat úkoly, které jsou před námi. Učí nás a ukazuje na věci, které jsou třeba vyřešit k dalšímu osobnímu vývoji. Chrání naši životní energii, ukazuje nám cestu v duchovní říši a pomáhá při léčení<sup>82</sup>

---

<sup>80</sup> COWAN, Thomas Dale. Pocket guide to Shamanism. Freedom, CA: Crossing Press, c1997. ISBN 0895948451. s. 42

<sup>81</sup> RULAND, Jeanne. Duše zvířat: průvodci našeho života. Přeložil Jan HLAVIČKA. Praha: Beta, 2016. ISBN 978-80-7306-825-7. s. 16

<sup>82</sup> RULAND, Jeanne. Duše zvířat: průvodci našeho života. Přeložil Jan HLAVIČKA. Praha: Beta, 2016. ISBN 978-80-7306-825-7. s. 18

#### 4. 4. Léčení- šamanské rituály

Jedním z charakteristik šamana je nesporně jeho schopnost léčit. Šaman při vykonávání cest a rituálů za účelem pomoci musí disponovat značnou mírou koncentrace a sebedisciplíny. Podle P. Pletkové je na základě výzkumů zjištěno, že šamané patří mezi nejzdravější členy své komunity, což je zcela logické vzhledem k úkolu starat se o fyzické a psychické dobro všech členů své komunity.<sup>83</sup>

Tradiční šamané léčí pomocí léčivých bylin a hub, extrakcí<sup>84</sup> a fyzickou manipulací s tělem, připomínající masáže, rovnání kostí aj. Dále se používají četné techniky k léčení duše. Léčí se pomocí vzpomínek na předky, písní, tancem a dokonce i příběhem. Velice důležitou technikou je nalézání ztracené duše a přivádění ji zpět. To již vyžaduje cestování šamanova ducha do říše snů, hledání kusu pacientovy duše a přivedení ji zpět fouknutím.

Podle finské šamanky, Susanny Aarnio, je pro rituál vždy nezbytný účel. Jak říká, cílem šamanského rituálu či obřadu je vždy pomoc. Může to být pomoc komunitě, přírodě, jedinci či zemi, nebo samotnému vesmíru. Popisuje průběh takového šamanského rituálu, který ona sama vykonává. Každý rituál musí mít začátek a konec. Šaman se na začátku rituálu napojuje na své duchovní průvodce, také se jim může říkat duchovní ochránci, duchovní zvířata aj.. Ti se zase napojují na své průvodce, ducha komunity a další duchy a bytosti, které jsou ochotny pomoci v dané problematice. Poté se napojuje na přírodní duchy jednotlivých živlů: vzduchu, vody, země a ohně. Když je tato fáze hotova, šaman začne zpěvem vyvolávat své pomocné duchy a žádat je o pomoc. Susanna k tomuto účelu používá stará finská kouzla. Poté pomalu začíná s bubnováním a zpěvem. Když je práce dokončena, je třeba poděkovat pomáhajícím duchům. Každý rituál vždy potřebuje jasné zakončení. Susanna používá techniku uzavření všech čtyř světových stran.<sup>85</sup>

---

<sup>83</sup> PLETKOVÁ, Petra. Šamanismus [online]. České Budějovice, 2008 [cit. 2018-05-04]. Dostupné z: <<https://theses.cz/id/7xpjyk/>>. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta. Vedoucí práce PhDr. Vít Erban.s. 10

<sup>84</sup> Extrakce je metoda, kdy šaman lokalizuje nemoc v pacientově těle a odstraní ji

<sup>85</sup> "Susanna Aarnio - The Course of a Shamanistic Ritual / Shamanistisen rituaalin kulku." In: *Youtube* [online]. 9.2.2014 [vid. 8.3.2018] Kanál uživatele: WildHeart Vision. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=04N52wfCoZY>

V tomto výčtu léčivých technik vidíme spoustu spojitostí s uměleckou produkcí. Totožná je metoda tance, zpěvu či vyprávění příběhu. Šamané se stejně jako umělci musí učit uměleckým disciplínám tanci, zpěvu, bubnování, vyprávění i hraní.

## 5. Poznatky ze “Základního semináře - Cesta šamana”

### 5.1. Základný seminár - Cesta šamana

V této kapitole se budu věnovat popisu dvoudenního šamanského semináře, který se konal 22- 23. 9. 2017 v Bratislavě v centru Rafael. Tohoto semináře jsem se osobně zúčastnila z několika důvodů. Mimo snahu o sebezdokonalení a sebeobjevení mezi nimi byla i touha rozšířit si slovník v uměleckých tvořivých technikách. V kapitole o tvorbě představení *Osviliad* se proto budu zabývat osobní aplikací šamanských principů a technik, kterými jsme na semináři prošli, na vlastní uměleckou tvorbu.

Semináře se zúčastnilo zhruba 13 lidí s tím, že několik z nich nepokračovalo dále do druhého dne semináře z osobních i zdravotních důvodů. Skupina byla různorodá, tvořená povětšinou z žen a dívek, ale i jednoho chlapce kolem 20 let. Lektoři byli tři, jeden muž a dvě ženy, což je velice neobvyklé (obvykle na semináři vyučuje jeden, max. dva lidé). Tato kombinace se ale později ukázala jako ideálně vyvážená volba. Všichni zkušené lektoři prošli intenzivními kurzy neošamanismu od Michaela Harnera, někteří se věnovali neošamanismu v praxi již přes dvacet let.

Usazení jsme byli vždy v kruhu. Lektoři na sobě neměli žádné zvláštní kostýmy, oblečení byli do běžného oděvu lidí 21. století. Uprostřed kruhu se nacházel “oltář”- kruhová pomalovaná kůže se svíčkami a miskou na vykuřovací byliny - zejména šalvěj a vějířem z velkých ptačích per, připomínající orlí pera.

Na začátek semináře hned po představení každého člena skupiny nastal teoretický úvod o původu šamanismu, neošamanismu, jeho vývoji, fungování bubnů, chřestidel, vykuřovadel aj.

Po tomto teoretickém úvodu začal samotný kurz. První věcí, kterou jsme prošli, bylo pouhé poslouchání úderů bubnů, kterým byl každý lektor vybaven. Lektoři bubnovali ve frekvenci 4-5 úderů za sekundu, který nejlépe dostane mysl do stavu lehkého transu. Účastníci kurzu měli za úkol pouze pozorovat na svém těle účinky bubnování a zůstat v běžné realitě. Pokaždé když se bubnovalo, byli účastníci povinni zavřít oči pro odbourání rušivých vjemů a impulzů z okolí. Toto prvotní bubnování mohlo trvat 10 min, ne více. Na konci každého bubnování zaznívá tzv. návratový signál, jako znamení pro posluchače, že se má vrátit zpět do fyzické reality. Po každém cvičení probíhala hromadná diskuze v kruhu, kde každý účastník měl sdělit, jak na

něj dané cvičení působilo, kam se dostal. První cvičení poslouchání bubnů sloužilo zejména k uklidnění a synchronizaci obou mozkových hemisfér, tedy připravovalo účastníky kurzu na další, složitější úkony.

Ještě než se začnu zabývat dalšími cvičeními, kterými jsem na kurzu prošla, zmíním propracovanou metodologii, kterou tito tři lektori používali. Jednalo se o velice uvědomělou a systematickou přípravu jedince, kde bylo vysvětleno vše, co měl v danou chvíli účastník kurzu vědět (klíčové informace zazněly většinou alespoň osmkrát), aby nenastalo žádné zmatení či nežádaná situace vyvolaná zbrklostí. Metodika učení základních šamanských technik byla ukázkovou metodikou, kterou by se mohly inspirovat i ostatní obory či kurzy. Jistě svou roli hrál fakt, že lektori učili ve "svaté trojici", ve které se krásně doplňovali jak charakterově tak pedagogicky.

Základní a stěžejní zásada při šamanské práci je, že vždy je prvotní a nejdůležitější záměr. Záměr s kterým se vydávám hledat pomoc pro sebe, druhého člověka či komunitu. Záměr neboli otázku, na kterou hledám odpověď; otázku, kterou si opakuji po celou dobu cestování do svého nitra, při kterém hledám odpověď bez které neodejdu.

K samotnému jádru šamanismu: základní cvičení, které každý musí ovládat, je nalezení svého putovního místa. Místa odkud se bude dále šamansky cestovat. Po nalezení tohoto místa jsme již cestovali do dolního světa, kde jsme hledali své silové zvíře, svého spojence, průvodce. Až druhý den kurzu jsme byli "puštěni" k cestování do vyššího světa, k nalezení našich duchovních učitelů a průvodců.

Šamanská práce je velice nebezpečná, pokud šaman není napojen na své duchovní ochránce, průvodce. Z tohoto důvodu jsme se primárně zabývali jejich nalezením a navázáním kontaktu s našimi průvodci. Dále jsme se v kurzu učili několikero technik, používaných v šamanském poradenství. Tyto techniky zahrnovaly cestování pro duchovní zvíře druhého člověka, věštění z kamene, skupinovou terapii, posílání energetických "dárků". Také jsme se učili tančit tanec našeho silového zvířete, zpívat písně složené nadací pro šamanská studia, bubnovat, chrastit - především nalézt opětovné spojení mezi sebou, svými kořeny, průvodci a ochránci, ale i druhými lidmi kolem nás.

Tento kurz byl pro mne ztělesněnou kolektivní energií, o které se vyjadřuje již výše zmíněný Emile Durkheim<sup>86</sup>. Na tomto kurzu jsem se naučila nejen techniky, které každý den používám, ale především jsem objevila spojení mezi lidmi a poprvé se mi ukázala důležitost komunity a celku a tedy i smysl mé umělecké činnosti.

## **5.2. Aplikace šamanských technik ze základního kurzu Cesta šamana na uměleckou tvorbu**

22. - 24. 11. 2017 jsem učila na slovenském festivalu pantomimy v Liptovském Mikuláši PAN tří denní dílnu nesoucí název "Fyzicko herecký trénink". Na tomto workshopu se účastnily děti v počtu od 12 do 25 dětí ve věku 10 - 18 let. Skupina byla míšená, obsahovala dívky i chlapce, všechny ze slovenských ZUŠ či konzervatoří. Některé účastníky jsem již znala několik let, jiné jsem viděla poprvé.

Hlavní cíle dílny bylo naučit účastníky co nejefektivnějším cvičením ke zdokonalení jejich fyzického postoje a pohybu na jevišti, založených na cvičeních pocházejících z asijských bojových umění a jógy, která pracují s šlachovo-svalovým systémem. Druhou částí workshopu byla herecká cvičení na otevření se spoluhráčům na jevišti i divákům a kreativní cvičení sloužící k autorské tvorbě.

S cvičeními pro autorskou tvorbu jsme začali až na konci druhého dne, kdy byli všichni účastníci náležitě zkoncentrováni a připraveni k tvořivému procesu v rámci skupiny.

Prvním cvičením, kterým museli účastníci projít bylo pouze poslouchání hudby. Nepoužila jsem hudbu primárně určenou k šamanskému cestování, k meditaci či k navození jakéhokoliv jiného stavu vědomí. Hudba byla pouze klidnějšího charakteru, obsahující směs moderní hudby inspirované keltskými nástroji a postupy až po lehký indie rock. Každá skladba obsahovala jasný "beat", který drží "flow". Při poslechu hudby se hudba dostávala stále více do pozadí a v popředí se rýsoval úkol: zavřít si oči, najít i pohodlnou polohu a najít ve své mysli místo, na kterém je mi dobře, kde se cítím v bezpečí. Tento první úkol sloužil stejně tak jako na šamanském semináři v Bratislavě k uklidnění hemisfér a k nalezení místa šamanského cestování. Hledání místa bez toho, aby dětem bylo řečeno, že se jedná

---

<sup>86</sup> Emile Durkheim a jeho teorie o kolektivní energii, zmíněný v souvislosti s výzkumem významu rituálu pro jedince a společnost.

o šamanské místo. Ve srovnání s hledáním šamanského místa na semináři trvalo asi 5-10 min, o poznání kratší dobu, než na kurzu šamanismu s dospělými, kde toto cvičení probíhalo zhruba 30 min. V odlišných časových výsledcích může hrát roli mnoho faktorů: věk účastníků, prostředí, ze kterého pocházejí. Důležitou roli hraje před příprava před samotným tvořivým procesem. Na tomto hereckém workshopu jsme se dostali ke kreativní složce až druhý den samotného workshopu, což nám značně usnadnilo práci v samotné kreativní části. Nejdříve jsme museli projít všemi fázemi skupinové dynamiky, jak ji definuje Kurt Lewin.<sup>87</sup> Tyto fáze jsou podle teorie B. W. Tuckmana: vznik, formování, bouření či krize, normování, optimální výkon a ukončení činnosti.<sup>88</sup> Pro každou vývojovou fázi skupiny jsou vhodné i zakázané aktivity. Aktivity pro kreativitu a tvoření se poprvé objevují až ve fázi normování. Když bychom určité činnosti zařadili příliš brzo, můžou oddálit vývoj skupiny a ztížit tak vývoj schopnosti tvoření a kreativního myšlení. Když se ovšem kreativní aktivity zařadí v tom pravém čase, mohou být pochopeny a osvojeny mnohem spontánněji a dříve, než kdybychom na skupinu příliš spěchali.

Následovalo cvičení podobné šamanské technice hledání silového zvířete. Účastníci ale nehledali silové zvíře, hledali jen zvíře, které je přátelské a které chce spolupracovat. Muselo jim na znamení spolupráce ukázat čtyři aspekty, tak jako silové zvíře. Ovšem necestovali jsme proto do spodního světa. Hledali jsme ho v okolí svého příjemného místa. Toto zvíře jsme následně zakomponovali do tvorby krátkého příběhu. Hledání opět trvalo do 10 min. Každý z účastníků byl schopen vidět zvíře, nebo alespoň kus zvířete, které se mu následně zjevilo celé a pomáhalo v tvorbě etudy. Pozoruhodné bylo, že typově si účastníci vybírali zvířata, která by mohla být jejich silová zvířata. Po vzájemném sdělení dojmů a zvířat, které k nám přišly, jsme se přesunuli již k samotné tvorbě etudy.

Opět se zavřenýma očima za zvuku hudby jsme hledali situaci. Pozorováním či aktivním vstupováním do situace se tak přirozeně tvořil příběh, který jsme si po dalších 15 min mezi sebou sdělili. Šlo o velice nápadité příběhy, na kterých se odrážela dětská nespoutaná imaginace

---

<sup>87</sup> Kurt Lewin je americký psycholog německého původu. Jako první v roce 1943 přišel s pojmem skupinové dynamiky.

<sup>88</sup> Tuckman, B. W.; Jensen, M. A. Stages of small-group development revisited. *Group & Organization Studies* [online]. 1977. Roč. 4, čís. 2, s. 419-427. Dostupné z: [http://faculty.wiu.edu/P-Schlag/articles/Stages\\_of\\_Small\\_Group\\_Development.pdf](http://faculty.wiu.edu/P-Schlag/articles/Stages_of_Small_Group_Development.pdf)

a fantazie. Pozoruhodné to bylo u starších účastníků od 15 let výše, kdy už začínáme myslet poněkud limitovaněji, reálněji. U účastníků, které jsem již dlouhodobě znala mohu říci, že samotné příběhy byly velmi symbolické z hlediska odrazu psychického stavu a vnitřního života účastníků.

Posledním cvičením byla fyzická tvorba etudy. Cvičení jsme dělali až druhý den, jak z časových možností, tak k lepšímu uležení a zpracování nově nabytých vjemů. Opět při poslechu klidnější hudby jsme tentokrát dělali pohybovou improvizaci. Pohyby měly imitovat, co nejlépe znázornit naše zvíře, které prochází vymyšleným příběhem. Toto první praktické cvičení oproti všem ostatním cvičením nemělo takovou extrémě rychlou odezvu. Bylo to způsobeno nevhodným časovým umístěním v rámci workshopu to se odráželo na fyzické únavě účastníků, působilo roztěkanost. Koncentrace oproti předešlým cvičením nebyla u některých účastníků tedy tak výrazná. I přes to, že fyzická únava nebyla velmi pozitivním faktorem pro fyzickou práci, která je namáhavější v porovnání s mentální, někteří méně unavení účastníci se úkolu zhostili velice svědomitě a krásnými, ať už konkrétními pantomimickými obrazy, či abstraktnějšími tanečními pohyby znázornili svůj příběh ve velmi pěkné, živé formě. Na konci proběhlo hodnocení a zpětná vazba.

## 6. Rozprava o představení *Osviliad*

### 6.1. Průběh a způsob tvorby

Představení *Osviliad*, je zdivadelněná šamanská cesta do podvědomí člověka. *Osviliad* je fiktivní název, který jsem vymyslela k popisu podvědomí člověka a fantazijního světa, který ho symbolizuje. V tvořivém týmu k představení jsem byla já se svým manželem, Tomášem Kasprzykem.

S konceptem pro samotné téma *Osviliadu* jsem přišla v jednom ze spontánních šamanských cestování, ještě před tím, než jsem se šamanismem začala vědomě zabývat. V této meditaci se mi ukázal celý svět *Osviliadu* s jeho klíčovými postavami, charaktery. Prošla jsem celý svět, který jsem na základě této cesty zakreslila do mapy. Viděla jsem základní obrazy scén, které jsem následně ve sledu, v jakém se mi ukázaly, zahrnuje do scénáře. Na základě této meditace jsem dál přemýšlela, jak jednotlivé scény a jejich emoční a významový náboj převést do divadelního jazyka.

S tímto problémem jsme se potýkali dlouhé měsíce. Ještě před začátkem tvorby, a ještě více v průběhu tvorby samotné probíhaly četné diskuze, ve kterých jsem probírala s vícerymi lidmi téma samotného *Osviliadu*, účel a formu představení. Věděla jsem, že chci pracovat s maskami, které mají jak rituální význam, tak silně emotivní a především obrazotvorný.

Celé představení bylo třeba jakoby rozšifrovat z pouhých symbolických obrazů a emocí, k získání skutečného fyzického materiálu, který ústí v živou divadelní akci. Zkonkrétnit bylo třeba vše od výběru a počtu herců a spolupracovníků až po tvoření scénáře a výběr správného materiálu,<sup>89</sup> se kterým pracujeme. Všechny tyto složky prošly během ročního procesu širokou škálou proměn. Např. pro spolupráci se svým manželem jsem se rozhodla až po 4 měsíčním myšlenkovém procesu.

K rozklíčování jednotlivých charakterů jsme použili knihu *Ženy, které běhaly s vlky*, vyobrazující archetypální postavy, části lidské duše, které každá individuální duše obsahuje.<sup>90</sup> Použili jsme archetyp vlka jako symbol predátora, který je třeba živit kreativitou, jinak zničí vše, na čem se člověk

---

<sup>89</sup> Materiálem jsou myšleny scénografické a kostýmové komponenty, na základě kterých jsme tvořili určité scény a které nám pomohly podtrhnout skutečný i symbolický význam jednotlivých scén

<sup>90</sup> ESTÉS, Clarissa Pinkola. *Ženy, které běhaly s vlky: mýty a příběhy : archetypy divokých žen*. Přeložil Hana CATALANOVÁ. Praha: Pragma, 1999. ISBN 80-7205-648-4.

podílí. Dále jsme využili archetyp modrovouse, symbol muže ovládající ženu, manipulátora, který chce jen vlastnit. Pod záminkou domnělé svobody se zmocní naivní ženy, která není dostatečně spojená se svou intuicí, která by jí varovala. Jako poslední jsme použili symbol krále, v kontextu toho pravého a jediného vládce nad životem samotného člověka. V příběhu ustrašený král, uzurpovaný všemi archetypálními postavami a emocemi musí zemřít, aby mu následně byl vdechnut znovu život. Používáme i námi vymyšlený symbol klaunů, kteří jsou zdánlivě hodní, ale jen do té míry, než získají nad člověkem nadvládu. Tehdy se promění v zubaté čerty, které opět člověka ovládají. Klauníci v tomto kontextu symbolizují lidské emoce.

Celé představení má být poutí za účelem očisty, zbavení se cizích nánosů, symbolizovaných jednotlivými archetypálními postavami zobrazené maskou či loutkou.

## 6. 2. Šamanská podstata a metoda tvorby

Podle T. Rounakariho, šamanské představení má obsahovat iniciaci a transformaci. Má obsahovat účel performerů, který sám sebe vystavuje těžké situaci, aby jí prošel a stal se někým jiným. Klíčová v tvorbě *Osviliad* byla tedy práce na sobě samém, abychom byli citlivějšími a otevřenějšími lidmi. Abychom skutečně zažívali a vyřešili věci, o kterých mluvíme v příběhu *Osviliad*. Abychom skutečnými rituály připravili svá těla i mysli na tvořivý proces. V rozhovoru popisuje první herec Grotowského Ryszard Cieslak tělo, jako nástroj, který musí pravidelně cvičit. Během představení by se tělo mělo cítit otevřené. Performer by měl jít za hranice těla, za překážky, které mu tělo připravuje.<sup>91</sup>

Na začátku tvoření pohybového materiálu byla kladena soustředěnost primárně na způsob každodenního fyzického tréninku před začátkem tvorby představení. Byl to trénink inspirovaný videi z tréninků Odinn Teatret,<sup>92</sup> ale i jogovými, tanečními, akrobatickými či jinými pohybovými cvičeními, které nám jsou známé. Já osobně jsem pracovala i na vokální, hlasové stránce tréninku. Mimo zpěvní cvičení, která již dlouhodobě používám, jsem pomocí improvizovaného zpěvu formovala svůj hlas i pro účel zpěvu intuitivních šamanských písní. Každý trénik jsem začala zpívaným rituálem k lepšímu

---

<sup>91</sup> FESETTE, Nick. "Ryszard Cieslak on the Plastiques pt. 1" In: Youtube [online]. 11.3. 2009 [vid. 22.4.2018] Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=C1lrAHA45Pc&t=340s>

<sup>92</sup> "Physical Training at Odin Teatret, 1972" In: Youtube [online]. 3.12. 2009 [vid. 22.4.2018] Kanál uživatele: Odin Teatret. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=s8dj4awiMJY>

naladěni na alfa až théta vlny. V této klidové, intuitivní rovině jsme byli schopni lepší koncentrovanosti jak při rozcvičování, tak při tvorbě samotné.

Během rozcvičky i při tvorbě jsme experimentovali s poslechem hudby určené k navedení různých hladin vědomí. Při potřebě koncentrace jsme většinou poslouchali théta vlny.

V pozdějším stádiu přípravy jsme začali dělat přípravné rituály před představením dohromady. Vždy se jednalo o společný zpěv v meditativním stavu, kdy jsme se pomocí zpívání harmonických tónů ladili na vzájemné frekvence.

### **6. 3. Účel**

Účelem tvorby představení bylo zjistit, zda je možné zkombinovat rituál za účelem léčení a očisty s divadelním představením a skrze příběh uvést diváky do meditativního, uvolněného alfa či théta stavu, ve kterém jsou schopni přijímat podvědomé impulzy z představení sloužící k jejich osobnímu léčení.

Hlavním cílem představení bylo pomocí šamanských a divadelních technik, znovu objevit význam a jádro rituálního divadla a tedy i divadla jako takového. Skrze propojení rituálu a divadla jsme se chtěli dostat do autentického pocitu, který má člověk z efektu šamanských rituálů a zároveň utvořit nový model představení, který propojuje starodávné šamanské rituály (jakožto kořeny dnešního divadla) a dnešní, sekulární divadlo.

Hlavním účelem během procesu tvorby představení byla transformace. Transformace ze stavu, ve kterém jsem se já fyzicky, mentálně i duchovně nacházela, do stavu proměněného, vyššího, kdy je fyzická a mentální kondice moje i mého spoluhráče efektivnější, silnější, rychlejší. V rozhovoru s T. Rounakarim je zmíněno, že účelem šamanského představení by měla být iniciace, transformace a léčení.

### **6. 4. Inspirační zdroje a forma**

K tvorbě představení *Osviliad* jsme prošli několika inspiračními vlivy. Prvním je výstava Jane Alexander v Modern Tate v Londýně *African Adventure*, symbolicky zobrazující různá historická období Evropy ve vztahu k Africe.

Jane Alexander pracuje s kombinací lidských a zvířecích tělesných forem, slučuje známé i neznámé fyzické elementy.<sup>93</sup>

Dalším inspiračním zdrojem je práce s pavoučími sítěmi od Alice Smith<sup>94</sup>, hmyzí pohyby v přírodě, mimeze zvířat a podobnost mezi zvířecími pohyby a lidskými charaktery, mezi pohyby jednotlivých postav a zvířat. Příkladem dokonalého přetělesnění do různých druhů zvířat je japonský akrobat, tanečník a žonglér Hisashi Watanabe se svým představením "Inverted tree", kde se snaží být zvířetem v lidském těle.<sup>95</sup>

Značnou obrazovou inspirací pro nás byli i egyptští bohové a bohyně, které mají lidské tělo ale zvířecí hlavu, značící spojení animality i lidskosti, spojení archetypu a současnosti.<sup>96</sup>

Forma, kterou jsme si zvolili byla kombinací fyzických až animálních pohybů. Zvířecí, jmenovitě vlčí pohyby nás inspirovali nejen k pohybovému materiálu, ale především v práci s rytmem a napětím. Po shlédnutí několika videí<sup>97 98 99</sup>, kde je podstatný vztah alfa a omega samce nám přišlo důležité hrát s rolemi dominance a submisivity a s nečekaným rytmem, který je důsledkem vnitřních změn, nikoliv vnějších okolností. Na tomto základě jsme vytvořili choreografie boje s vlkem, kam jsme chtěli zakomponovat co nejvíce z neuchopitelného vztahu dvou vlků, kteří mají ve smečce odlišný sociální status. Inspirovali jsme se typickými postoji vlků, kteří pouze postavením v prostoru naznačují, jaká je jejich role a jaká je role jejich "spoluhráče". Druhou, velice podstatnou inspirací byly různé druhy štěkání a vrčení, používané při různých situacích. Například hlídací vlk alarmující smečku<sup>100</sup> zní zcela jinak než vlci při souboji.<sup>101</sup>

---

<sup>93</sup> Příloha č. 5

<sup>94</sup> SMITH, Alice. Arbitrary. In: *Vimeo* [online] 2016 [vid. 21.4.2018] Dostupné z: <https://vimeo.com/165486712>

<sup>95</sup> "Inverted Tree by Hisashi Watanabe" In: *Youtube* [online]. 20.5.2017 [vid. 21.3.2018]

Kanál uživatele: Mirabilia Festival. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=fSbWCllOVWA>

<sup>96</sup> Příloha č. 4

<sup>97</sup> "Omega-Wolf" In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid. 3.4.2018] Kanál uživatele: oschu1000, Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=4qyHoBacTC8>

<sup>98</sup> "Wolf dominance display" In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid. 3.4.2018] Kanál uživatele: EverythingWolf, Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=MJvATG3bHbo>

<sup>99</sup> "Alpha vs Oméga" In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid. 3.4.2018] Kanál uživatele: annabbl. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=Ik9ikTmH5Xw>

<sup>100</sup> DIXON, Debi. "The alarm barking of an alpha male wolf in Yellowstone"

In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid. 3.4.2018], Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=icDObrsrNr4>

<sup>101</sup> "Wolf Pack Teams Up to Fight Off Intruder"

K tvorbě této archetypální animální stránky lidské duše nám pomohly masky, které v představení hrají velkou roli. Vytváří tak efekt napůl zvířat, napůl lidí, kteří symbolizují spojení nevyzpytatelné přírody a živosti se sofistikovanou lidskostí, spojení mytologie a kouzel s běžným fyzickým světem. Přiblížili jsme se tak mnohem více k obrazům Jane Alexander či egypským bohům.

K lepšímu vyobrazení jednotlivých částí duše, od kterých šaman člověka očišťuje, jsme si kromě masek vyhledali různé divadelní formy. Používáme loutky, objekty jako sítě a pružná lana, vysavač i zpěv. Snažila jsem se co nejvíce konkretizovat symbol, ve kterém se mi scéna vždy ukázala pro současného diváka. Proto jsem v nějakých scénách použila i moderní či absurdní rekvizity. Používám i zpěv a zvonky, které mají za úlohu čistit prostor. V představení se opět vztahujeme k symbolickému obrazu, který může nabýt i reálného efektu.

## 7. Rozhovor se šamanským umělcem Tuomasem Rounakari

Tuomas Rounakari je finský houslista a umělec. V roce 2006 vystudoval obor Ethnomusicology na Helsinkí University. V současné době je studentem PhD na katedře Folk Music Sibelius Academy. Od roku 2002 hraje se svým sólovým projektem *Shamanviolin*, od roku 2012 působí s finskou hudební kapelou *Korpiklaani*. Je jedním ze zakladatelů a členů divadelního spolku *Ruska Ensemble*<sup>102</sup>, který hraje divadlo a spolupracuje s domorodými kmeny po celé arktické oblasti. V představení *Arctic Odyssey* hrála žena z kmene Chukchi, hudebník z kmene Sámi, a ženy z Grónska. Představení pracuje s lidmi z domorodých kmenů pro vytvoření reálné výpovědi členů těchto kmenů vůči životu v arktických oblastech z jejich vlastní perspektivy. Herci nemají role, ale vypovídají o svých životech založených na problémech a zkušenostech lidí žijících v arktické oblasti. *Ruska Ensemble* účinkoval i v Ob-Ugrian National Theatre (Khanty-Mansijsk), Beavvas Sámi National Theatre (Kautokeino) a Inuit National Theatre in Nuuk. Od r. 2001 je mentorem a klíčovou postavou v znovuoobnovování tradice *Karelian lament* (ve volném překladu *Nářek Karélie*)<sup>103</sup> ve Finsku.

Rozhovor se věnuje osobní praxi T. Rounakariho se šamanismem a uměním. Otázky jsou cíleně kladeny k potvrzení či vyvrácení teze v této práci. Celý rozhovor je přepsaný v přidaný do přílohy č. 5. Rozhovor je dělený na dvě části, každá část obsahuje 18-20 otázek.

Prvním tématem, které probíráme, je osobní pojetí slova rituál. T.K. se zmiňuje o upřednostňovaném termínu ceremonie, který pro něj osobně značí větší nepředvídatelnost a cokoliv menšího co nemusí být zrovna tak velkého, jako rituál - od pití kávy aj.. Ceremonii spojuje s konceptem celoživotní oslavy.

Druhým tématem je koncept ceremonie či rituálu jako představení, koncertu či nějakého jiného uměleckého aktu. Rounakari zmiňuje svou divadelní společnost *Ruska Ensemble*, svá střetnutí s lidmi zastávající názor spojení divadla a rituálu od lidí pracujících u Grotowského a E. Barby. Šamanskou stranu divadla vnímá jako zřejmou, ovšem vnímá i určité rozdíly mezi tvořením rituálu na jevišti a komunikací s duchem při nedivadelním rituálu.

---

<sup>102</sup> Webové stránky Ruska Ensemble. Dostupné z: <https://www.ruskaensemble.fi/>

<sup>103</sup> Karélie je země ležící v severní Evropě, v současné době rozdělená mezi Rusko a Finsko.

Rituál by měl obsahovat smrt a zrození. Něco, co přestane existovat a znovu se objeví ve změněné formě. Uvádí i příklad rituálu na jevišti, který obsahuje tuto osobní transformaci. Dále zmiňuje Utopii jako jedno z řešení nevyřešených problémů zmíněných divadlem. Prvním nápadem při tvorbě představení *Arctic Odyssey* bylo právě ukázání utopie jako vhled do shromáždění různých lidí z arktických oblastí. Představení zprvu obsahovalo momenty, které značily iniciaci v utopii, ale nakonec nebyly ve finálním představení použity..

Dalším tématem je otázka zahrnutí rituálu do procesu tvorby. Jako příklad rituálního představení uvádí *Bear Feast*, čtyřhodinovou oslavu, která je součástí Rounakariho doktorské práce na Sibeliově Akademii. *Bear Feast* je tradičním finským rituálem prováděným původními obyvateli, při kterém probíhá dialog s medvědem,<sup>104</sup> během kterého zjišťují vztah společnosti vůči přírodě a celkový stav společnosti, její schopnost znovuzrození ad. Dále Rounakari zmiňuje ztrátu kolektivní paměti, spojení s přírodou a se svými předky. Vymezuje se vůči hledání duchovnosti, považuje za důležitější najít svou vlastní podstatu hledáním vlastního středu pomocí navázání vztahu s přírodou a se svými kořeny. Klíčovým měřítkem pro naše akce by měla být láska. Zmiňuje, že jsme tu z důvodu lásky tisíců, kteří tu byli před námi a že veškeré činy, které nejsou tvořeny z lásky nejsou z našeho středu a našeho ducha.

Další otázkou je vztah théta vln a stavu lehkého transu. Rounakari se věnuje popisu jednotlivých vln a dostává se k využití potenciálu mozku v théta vlně k učení aj.

Dalším tématem je ztráta kontroly ve stavu hlubokého transu. Rounakari zmiňuje původní rituály a jejich přesnou, vědomě a bezpečně utvořenou strukturu. Uvádí, že dnes v moderní společnosti je v mnoha případech ztracená schopnost rituály bezpečně vykonávat, a spolu se ztrátou odpovědnosti mohou rituály i ublížit. Klade důraz na osobní schopnost a odpovědnost vůči vlastním činům.

Poté říká, že umělec není odpovědný za reakce, které jeho dílo vyvolá a ukazuje příklad svého koncertu, kdy se jedna účastnice dostala do stavu psychózy. Dostává se k úvaze o tom, co je kontrola a ztráta kontroly,

---

<sup>104</sup> Medvěd je považován za silné, mytologické zvíře, blízké lesním bůžkům, v určitých aspektech velmi podobné člověku. V původním rituálu medvěda zabijí a oslavují. Jde o symbolickou schopnost medvěda vsát z mrtvých, která odráží stav celé společnosti.

a k důležitosti občasné mozkové nekontroly, kdy necháváme věci vzniknout. Jako příklad nepotřebné kontroly uvádí nářky kdy se účastníci ve stavu alfa mohou uvolnit a spontánním zpěvem projevit hluboké emoce. Na základě toho se věnuje popisu průběhu nářků a své osobní zkušenosti s mentorováním a ožíváním této staré finské tradice.

Poté se věnuje tématu hraní v théta hladině, popisuje přirozenou schopnost hrát v théta hladině v dětství, která se následně ztratila a musela být vědomě obnovována. Hraní v hladině théta popisuje jako tok blaženého štěstí.<sup>105</sup> Následně se věnuje i tvoření v théta vlně a duchovní přípravě před představením a hraní v transu při představení *Shamanviolin*. Také zmiňuje i hraní v théta hladině v dospělosti a uvádí příklady umělců, kteří popisují stav hraní v transu, i když nepoužívají tento termín.

Následně mluví o konceptu léčení, které vnímá jaké zastaralé slovo. On sám radši používá slovo “alignment”- usebrání.<sup>106</sup> Zmiňuje nářky jako nástroj pro transformaci a léčení a popisuje i svou vlastní transformaci během posledních 20 let.

Zabírá se smyslem rituálu pro komunitu a jedince a kolektivní emoce, nemoce, traumata komunit i národů. Dále se dostává k tématu účelu šamanského tvůrce, jeho šamanského představení. Důležitý cíl je podle Rounakariho transformace, iniciace, růst usebrání Zmiňuje, že nevěří v teorii, že původní rituály mohou dělat jen původní obyvatelé. Mluví o potřebě vývoje rituálů a nebrání se použití tradičního domorodého umění či tradic v moderní tvorbě. Důležité je ovšem vědomě hlásat své zdroje a vědět o tradici, ze kterých pochází.

Ve druhé části rozhovoru upřesňuje, že při použití tradičních zdrojů se není třeba obávat správnosti či nepravosti použití, pro umělce je důležité objevování zdrojů které nezná a vyjadřování k tématům, která se umělce dotýkají. Dále se více věnuje hladině vědomí théta, její specifikace a následné vhodnému či méně vhodnému použití v různých situacích. Věnuje se i tématu volného rytmu a improvizace jako nástrojům k dosažení živé hudby, umožňující hraní v hladině théta.

---

<sup>105</sup> Originálně “blissful flow”

<sup>106</sup> Usebrání- zvláštní stav myslí, kdy se člověk dostává do harmonie se sebou samým, jasněji vidí svůj cíl a dostává se mu pokoje. Nejedná se o stav osvícení. Matka Tereza popisuje stav usebrání jako zvláštní modlitbu, kdy člověk vstupuje do svého nitra se svým Bohem.

Dostáváme se k tématu vhodnosti či nevhodnosti alfa vln pro performanci a théta vln pro tvorbu. Toto téma považuje Raunakari za logické, ovšem ne vždy funkční. Existují i výjimky způsobu tvorby a hraní jiného typu představení, například šamanského, kdy využití i jiných vln může mít svůj kladný účinek. Zmiňuje svou zkušenost v tvoření nářků v hladině alfa či hraní představení *Shaman violin* v hladině théta. Na tomto základě podrobně popisuje jakým způsobem tvorba nářků probíhá. Uvádí i praktické příklady tvorby v alfa vlně, jako je například automatické psaní a uvádí, že každý během dne projde alespoň dvakrát stavem transu a to těsně před usnutím a po probuzení. Dále zmiňuje efekt televize, smartphonů a dalších vlivů na mozkové vlny člověka a schopnost relaxace. Schopnost uvolnění v kontextu alfa a théta vln hraje klíčovou roli.

Dále se hlouběji vyjadřuje k tématu trénování vědomého pronikání do jednotlivých mozkových hladin, k nejširšímu využití a benefitům tohoto tréninku a přirozené schopnosti dětí do 5- 7 let být v théta hladině. Tím vysvětluje obrovskou schopnost rychlého učení se jazyků ad.

Na otázku jaké atributy by měl splňovat šamanský umělec, odpovídá, že každý šaman je umělcem, jelikož umění je jazykem mytologie, s kterou šaman pracuje. Důležitý je vývoj, který není tvořen jen zvědavostí, ale chozením za vlastní hranice pohodlí.

Dále zmiňuje několik tradičních i moderních šamanských umělců. Jsou to malíři, sochaři, výrobce tradičních spirituálních panenek, tanečníci ad. Dostává se i k příkladům, kdy byla osoba nucena rozhodnout se mezi tím být umělcem a šamanem ve svém kmeni.

Dalším tématem jeho úvah je šamanský kostým, oděv, jeho funkce a rozdílné účely šamanského oděvu u různých šamanů s odlišnými záměry. Šamanský oděv má v tomto případě přímou spojitost se šamanovým cílem. Zmiňuje i otázku ochranného účelu šamanského oděvu. Raunakari říká, že on sám, vzhledem k tomu, že se žádným způsobem nepřibližuje k nemocem lidí, kterým by chtěl pomoci se tímto způsobem chránit nemusí. Jediným člověkem, před kterým by se měl ochraňovat je on sám, když jedná proti svému přirozenému postavení. Důležité je tedy myslet na usebrání.

Dále Raunakari probírá otázku ochranných spirituálních průvodců a dostáváme se k tématu rozličných smyslů a přirozených schopností emocionálního, kinetického či jiného citění.

K otázce jakým způsobem tvoří svou hudbu Raunakari opět zmiňuje usebrání a snahu být jedno se svým duchem. Jakmile jde po své cestě, je ve svém středu, věci automaticky vznikají sami. Jakmile jde za radostí, jde i za svým cílem, který mu byl předurčen. S kreativní činností zmiňuje predátora uvnitř člověka, který je vytvářením umění sycen. Tím, že se umělecky sytíme, zaručujeme náš další osobní vývoj.

## Závěr

Výsledkem práce *“Šamanské principy v tvorbě moderního mima a herce”* je objevování zřetelných souvislostí mezi stavy lidského vědomí, schopností koncentrace, tvorby a performování. Stavy lidského vědomí můžeme nahlížet z kontextu nevědomí a podvědomí, archetypů a symbolů, kterým se věnuje C. Jung.

Snažím se zde ukázat, že trénováním mysli v různých hladinách vědomí pomocí rituálu, pomáháme nejen koncentraci ale i lepšímu propojení komunity a společnosti.

Skrze příklady divadelních společností, které propojují koncept divadla a rituálu se dostávám k původnímu cíli divadla, který je srovnatelný s cílem rituálů. Ukazují na živé divadlo a potřebu divadla společenského, rituálního, který skrze performativní akt, mluví k našemu kolektivnímu nevědomí. Tím se dostávám k cíli divadla, který je v některých aspektech obdobný, totiž tak jako cíl rituálu skrze katarzi dosáhnout iniciace, transformace a léčení - opětovné najetí svého středu. Dostávám se k jasné souvislosti umělce a šamana, skrze jazyk, který oba využívají a tím je umění - produkt našeho nevědomí.

Aplikací základních technik moderního šamanismu na uměleckou tvorbu během mého workshopu se ukazuje, že tyto techniky blahodárně působí na koncentraci a tvorbu umělců rozličného věku i pohlaví. Na příkladu tvorby svého představení *Osviliad* ukazují, jakým způsobem se dají využít rituální prvky v přípravě divadelního představení a jak jsem prakticky aplikovala principy šamanismu ke zlepšení své umělecké i osobní koncentrace, představivosti a prezentace na jevišti.

## Seznam použité literatury

### Publikace

- BALTA, Paul. *Kniha o náboženstvích: Hodnoty společné lidem všech dob*. Praha: Albatros, 1993. ISBN 80-00-00010-5.
- BOWIE, Fiona. *Antropologie náboženství*. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-378-9.
- BROOK, Peter. *Prázdný prostor ; z angl. orig. přel. Alois Bejblík ; dosl. naps. Lída Engelová*. Praha: Panorama, 1988. Dramatické umění.
- CASTANEDA, Carlos. *Cesta do Ixtlanu*. Přeložil Lily CÍSAŘOVSKÁ. Praha: Volvox Globator, 1996. ISBN 80-7207-017-7.
- COWAN, Thomas Dale. *Pocket guide to Shamanism*. Freedom, CA: Crossing Press, c1997. ISBN 0895948451.
- EBELOVÁ, Kateřina. *Maska: v proměnách času a kultur*. Praha: Grada, 2012. ISBN: 978-80-247-2470-6.
- ESTÉS, Clarissa Pinkola. *Ženy, které běhaly s vlky: mýty a příběhy : archetypy divokých žen*. Přeložil Hana CATALANOVÁ. Praha: Pragma, 1999. ISBN 80-7205-648-4.
- GROTOWSKI, Jerzy a [PREL. BARBORA ERTLOVÁ]. *Divadlo a rituál: texty 1965-1969*. Bratislava: Kalligram, 1999. ISBN 8071492760.
- HARNER, Michael J. *Cesta šamana: Jak probudit svůj vnitřní potenciál*. Praha: DharmaGaia, 2010. Religio (DharmaGaia). ISBN 978-80-86685-81-6.
- JUNG, Carl Gustav. *Analytická psychologie: její teorie a praxe : tavistocké přednášky*. Přeložil Karel PLOCEK, přeložil Kristina ČERNÁ. Praha: Academia, 1992. ISBN 80-200-0418-1.
- JUNG, Carl Gustav, BARZ, Helmut, ed. *Archetypy a nevědomí*. Přeložil Eva BOSÁKOVÁ, přeložil Kristina ČERNÁ, přeložil Jan ČERNÝ. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1997. ISBN 80-85880-11-3.
- JUNG, Carl Gustav. *Člověk a duše*. Praha: Academia, 1995. ISBN 80-200-0543-9.
- KERÉNYI, Karl a Carl Gustav JUNG. *Věda o mytologii*. Brno: Nakladatelství Tomáše Janečka, 1995. ISBN 80-85880-06-7.
- KOLANKIEWICZ, Leszek. *Bahijské rituály Condomblé a zkušenost divadelního antropologa*. Divadlo v člověku/ člověk v divadle. Sborník referátů z 1. symposia divadelní antropologie 1. vyd. JAMU. Brno: 1997.

- KORÁN, Jaroslav a OSŁZLÝ, Petr. *Living Theatre: Divadlo života: 1951-1980*. Praha: Jazzová sekce SH, 1982. Jazz Petit.
- MURPHY, Robert Francis. Úvod do kulturní a sociální antropologie. Přeložil Hana ČERVINKOVÁ. Praha: Sociologické nakladatelství, 1998. Studijní texty (Sociologické nakladatelství), sv. 15. ISBN 80-85850-53-2.
- PERNICA, Alexej. *Mýtové kořeny dramatických postav. Mýtus, rituál a magie- jeden ze základů naší kultury dotýkaný skrze divadelní oblast*. JAMU, Brno, 2003.
- RULAND, Jeanne. Duše zvířat: průvodci našeho života. Přeložil Jan HLAVIČKA. Praha: Beta, 2016. ISBN 978-80-7306-825-7.
- SCHECHNER, Richard. *Performance theory*. Routledge. 1988. ISBN 0-415-31455-0 (Print edition)
- TURNER, Victor Witter. Průběh rituálu. Brno: Computer Press, 2004. Eseje/studie. ISBN 80-7226-900-3.
- VITEBSKY, Piers. Svět šamanů. Praha: Knižní klub, 1996. Magie, tradice, současnost. ISBN 80-7176-303-9.

#### ONLINE KNIHY Disertace

- FANNIN, Jeffrey L. Ph.D. *Understanding your brainwaves*. In: *drjoedispenza.com* [online] [vid. 10.3.2018] Dostupné z: [http://drjoedispenza.com/files/understanding-brainwaves\\_white\\_paper.pdf](http://drjoedispenza.com/files/understanding-brainwaves_white_paper.pdf)
- FANNIN, Jeffrey L. Ph.D. *The seven keys to great meditation: A Neuroscience Perspective*. In: *drjoedispenza.com* [online] [vid. 11.3.2018] Dostupné z: [http://drjoedispenza.com/files/the\\_seven\\_keys\\_to\\_great\\_meditation.pdf](http://drjoedispenza.com/files/the_seven_keys_to_great_meditation.pdf)
- XYGALATAS, G., MITKIDIS, P., FISCHER, R. ad. *Extreme Rituals Promote Prosociality* [online]. *Psychological Science*. 5.6.2013. [vid. 10.3. 2018] Dostupné z: <http://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0956797612472910>
- PLETKOVÁ, Petra. Šamanismus [online]. České Budějovice, 2008 [cit. 2018-05-04]. Dostupné z: <https://theses.cz/id/7xpjyk/>. Bakalářská práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Teologická fakulta. Vedoucí práce PhDr. Vít Erban.s. 10
- Tuckman, B. W.; Jensen, M. A. Stages of small-group development revisited. *Group & Organization Studies* [online]. 1977. Roč. 4, čís. 2, s. 419-427. Dostupné z: [http://faculty.wiu.edu/P-Schlag/articles/Stages\\_of\\_Small\\_Group\\_Development.pdf](http://faculty.wiu.edu/P-Schlag/articles/Stages_of_Small_Group_Development.pdf)

## ONLINE ČLÁNKY

- *Brainwaves Frequencies and their characteristics.* In: *Meditation is easy. com.* [online] [vid'. 11.3.2018] Dostupné z: <http://www.meditationiseasy.com/binaural-beats/brainwaves-frequencies-and-their-characteristics/>
- ECKERSLEY, Mark. *Ariane Mnouchkine and New Wave Theatre.* In: *theatrestyles.blogspot.cz* [online] 20.12.2014 [vid'.15.4.2018] Dostupné z: <http://theatrestyles.blogspot.cz/2014/12/ariane-mnouchkine-and-new-wave-theatre.html>
- BANÁŠ, Jozef. In: *Aktuálně. sk.* [Online] 11.7.2016. [Vid' 1.4.2018.] Dostupné z: <https://aktualne.centrum.sk/slovensko/skolstvo/komentar-jozefa-banasa-popcorn-city-namiesto-pukanca.html>

## ONLINE VIDEO

- "The power of ritual | Dimitris Xygalatas | TEDxAthens." In: *Youtube* [online] 1.4.2016 [vid'. 5.3.2018] Kanál uživatele: TEDx Talks. Dostupné Z: [https://www.youtube.com/watch?v=lrjCLvSQ\\_cw](https://www.youtube.com/watch?v=lrjCLvSQ_cw)
- "From ritual to theatre" In: *Youtube* [online] 15.8.2014 (vid'. 28.3.2018) Kanál uživatele: Schechner's Excerpts From Brazil - A Youtube Performance. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=oWVtNVuH8X0>
- "Susanna Aarnio - The Shaman's Three Soul Levels/Shamaanin kolme sielunosaa ja reitti takaisin kehoon" In: *Youtube* [online]. 9.2.2014 [vid. 24.4.2018] Kanál uživatele: WildHeart Vision. Dostupné z: [https://www.youtube.com/watch?v=6RnM8\\_IRLOg](https://www.youtube.com/watch?v=6RnM8_IRLOg)
- "Susanna Aarnio - The Course of a Shamanistic Ritual / Shamanistisen rituaalin kulku." In: *Youtube* [online]. 9.2.2014 [vid. 8.3.2018] Kanál uživatele: WildHeart Vision. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=04N52wfCoZY>
- "Sandhill Cranes Dancing ~ Mating Dance and Calls" In: *Youtube* [online] 20.4.2014 [vid'. 24.4. 2018] Kanál uživatele: Wandering Sole Images. Dostupné z: [https://www.youtube.com/watch?v=a\\_O40AC9EpM](https://www.youtube.com/watch?v=a_O40AC9EpM)
- SMITH, Alice. *Arbitrary.* In: *Vimeo* [online] 2016 [vid'. 21.4.2018] Dostupné z: <https://vimeo.com/165486712>
- "Omega-Wolf" In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid'. 3.4.2018] Kanál uživatele: oschu1000, Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=4qyHoBacTC8>

- “*Wolf dominance display*” In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid'. 3.4.2018] Kanál uživatele: EverythingWolf, Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=MJvATG3bHbo>
- DIXON, Debi. “The alarm barking of an alpha male wolf in Yellowstone” In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid'. 3.4.2018], Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=icDObrsrNr4>
- “Wolf Pack Teams Up to Fight Off Intruder” In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid'. 3.4.2018] Kanál uživatele: Nature on PBS. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=VcTsWZOZMzQ>
- “Alpha vs Oméga” In: *Youtube.com* [online] 29.12.2015 [vid'. 3.4.2018] Kanál uživatele: annabl. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=Ik9ikTmH5Xw>

## Seznam příloh

- Příloha č. 1 - Mozkové vlny- doplnění
- Příloha č. 2 - Rituál Kavadi
- Příloha č. 3 - Plakát k představení Osviliad
- Příloha č. 4 - Egypští bohové, inspirační zdroje k tvorbě představení Osviliad
- Příloha č. 5 - Jane Alexander a výstava African Adventure
- Příloha č. 6 - Rozhovor s Tuomasem Rounakari

## **Příloha č. 1**

### **Mozkové vlny- doplnění**

Lidský mozek funguje na základě elektrických impulzů. Každá mozková buňka spolu komunikuje pomocí elektrických výbojů, které vznikají na základě elektrické aktivity neuronů. Všechny tyto signály vytváří mozkovou aktivitu. Elektrická aktivita produkovaná mozkem je známá jako mozkové vlny a tyto vlny se dají rozlišit pomocí přístroje EEG. Každá vlna má svou frekvenci vyjadřovanou v jednotce Hz (Hertz). Hz značí kmitů za sekundu, které naše mozkové vlny vytvářejí, tedy například 45 Hz značí 45 kmitů za sekundu. Tedy čím více kmitů za sekundu mozkové vlny vykazují, tím rychlejší je mozková frekvence.

#### *Gama vlny (40 - 80 Hz)*

Tato mozková vlna je nejběžnější a její frekvence je nejrychlejší. Neexistuje nic jako stav mysli gama. Gama je frekvence, která je v mozku přítomna hlavně za bdělého stavu, ale je stále přítomna i ve spánku, podporovaná dalšími frekvencemi jako alfa, beta, théta či delta. Vlny gama jsou schopny propojit informace ze všech míst mozku. Gama je vlna, která dává člověku pocit, že je schopen dokázat cokoliv, jelikož je charakterizována vrcholnou koncentrací a extrémně vysokou úrovní kognitivních funkcí.

#### *Beta vlny (14 - 40 Hz)*

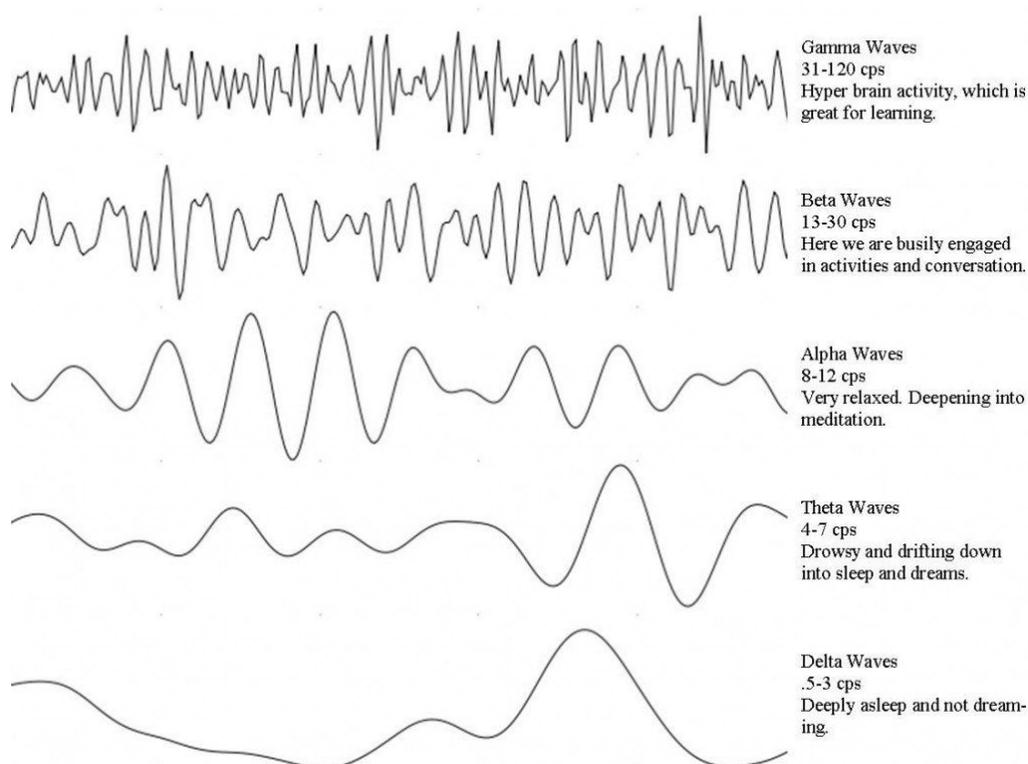
Vlny beta jsou produkovány ve stavu bdělosti. Jsou spojovány se zvýšeným stavem pozornosti, logiky a kritického myšlení. Váží se na koncentraci mentální aktivity, jako třeba řešení matematických úkonů. Ve velké míře používání beta vln je zjištěna u člověka náchylnost k úzkostem, stresu a nepokoji. Čím dále jdeme ve zvyšování frekvence a našich kognitivních funkcí, tím více je hlas beta vlny silnější. Při takto nadměrné aktivitě se mozkové vlny nachází až mezi 25 a 30 Hz.

#### *Delta vlny (0.5 - 3 Hz)*

Frekvence delta je nejpomalejší ze všech pěti frekvencí. Je přítomna v hluboké meditaci a bezesném, hlubokém spánku. Delta je oblast našeho nevědomí, kde jsou informace ukládány z podvědomí. Dosažení frekvence delta v meditaci je nesmírně obtížné zejména proto, že vstup do delta hladiny musí být při zachování si plného vědomí. V józe se tento stav

objevuje pod pojmem *Samadhi*, nejhlubší stav meditace, stav nejvyššího vědomí.<sup>107 108</sup>

### Brain Waves Graph



Obraz mozkových vln zapsaný přístrojem EEG, ukazujících se při jednotlivých hladinách vědomí. Dostupné z: [http://students.iitk.ac.in/projects/media/brain\\_waves\\_graph.jpg](http://students.iitk.ac.in/projects/media/brain_waves_graph.jpg)

<sup>107</sup> Fannin, Jeffrey L. Ph.D. *The seven keys to great meditation: A Neuroscience Perspective* [online] [cit. 11.3.2018] Dostupné z:

[http://drjoedispenza.com/files/the\\_seven\\_keys\\_to\\_great\\_meditation.pdf](http://drjoedispenza.com/files/the_seven_keys_to_great_meditation.pdf)

<sup>108</sup> "Brainwaves Frequencies and their characteristics" In: *Meditation is easy. com* [online] [cit. 11.3.2018] Dostupné z:

<http://www.meditationiseasy.com/binaural-beats/brainwaves-frequencies-and-their-characteristics/>

## Příloha č. 2

### Rituál Kavadi



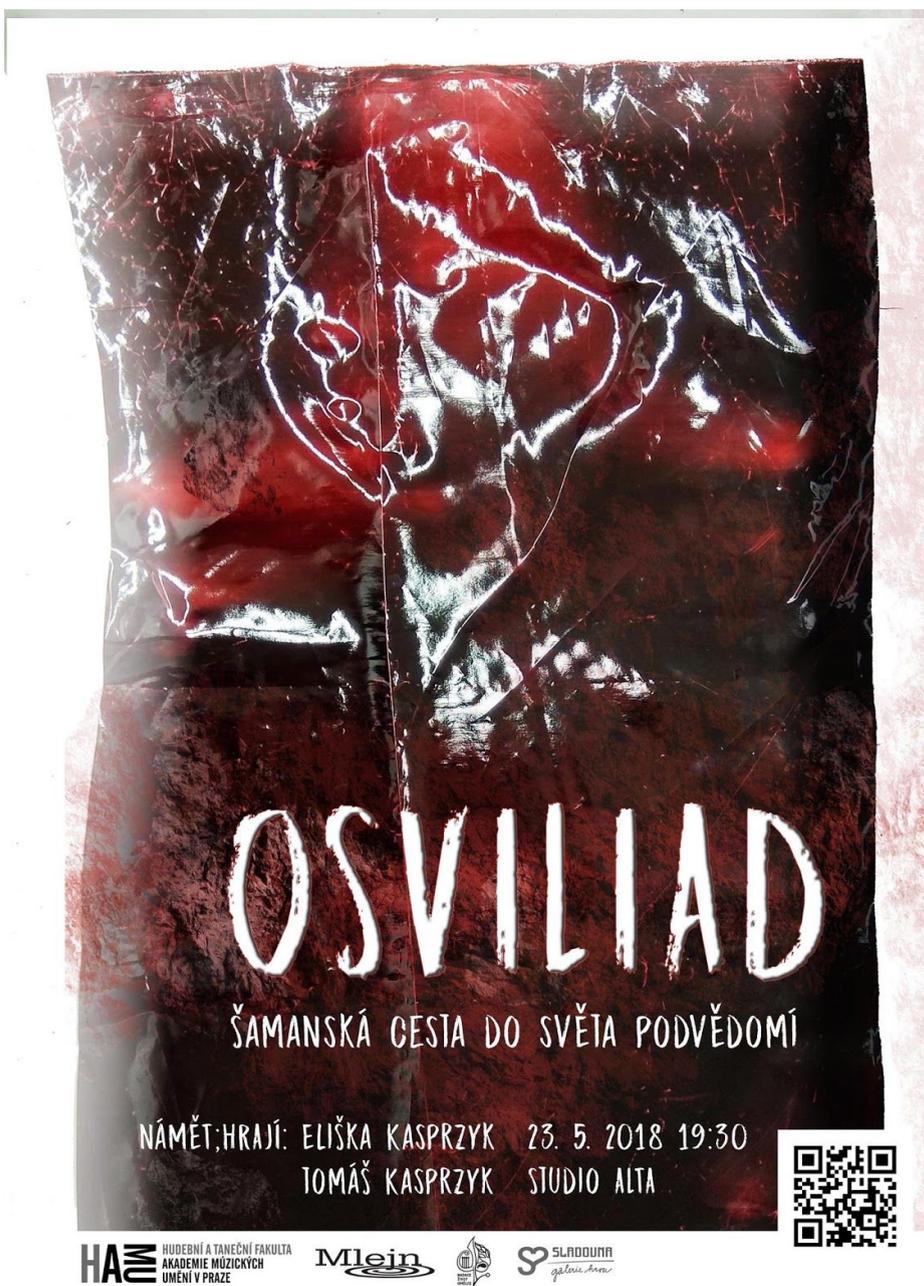
Chůze po ostrých hřebících během festivalu Kavadi při výstupu k chrámu Murugan. Dostupné z: [https://today.uconn.edu/wp-content/uploads/2015/02/Ritual3.jpbb\\_.jpg](https://today.uconn.edu/wp-content/uploads/2015/02/Ritual3.jpbb_.jpg)



Propychování různých tělesných partií během festivalu Kavadi při podstupování co největší míry bolesti a utrpení za účelem očisty. Dostupné z: <http://www.sapiens.org/wp-content/uploads/2016/09/10-Loyalty-Signaling-1000x689.jpg>

## Příloha č. 3

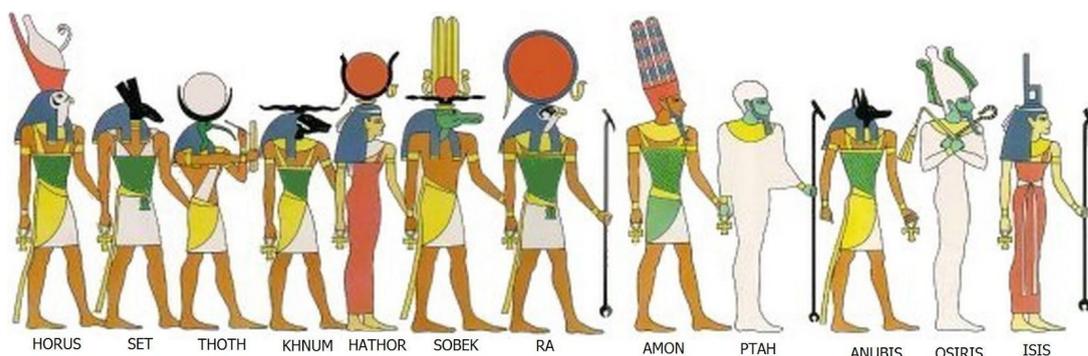
### Plakát k představení Osviliad



Autor: Pavla Nazarská

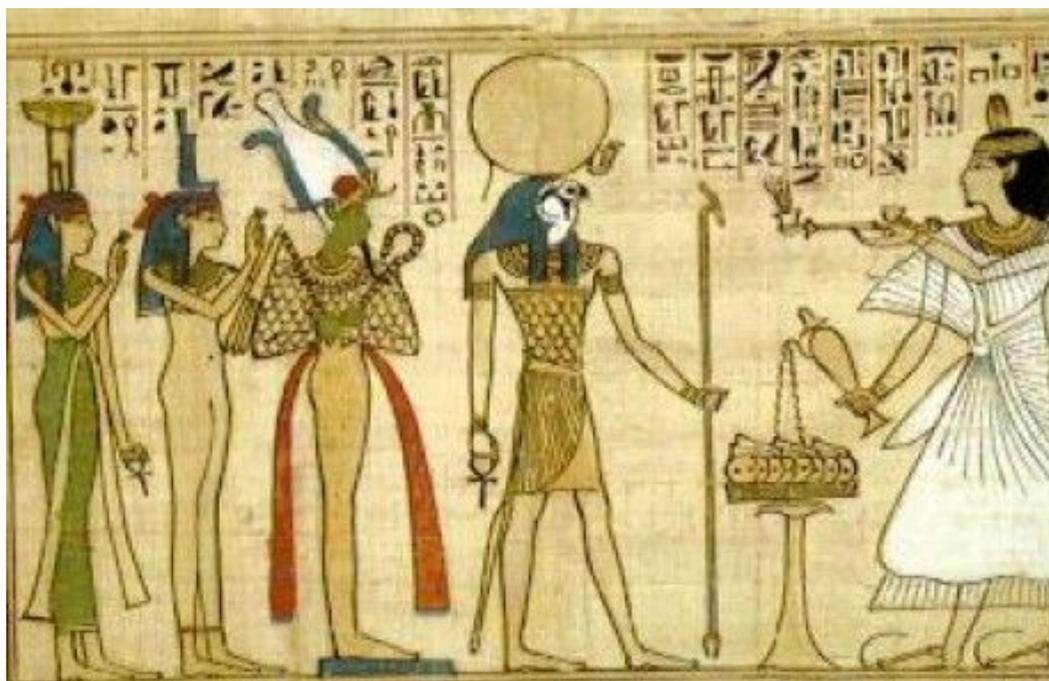
## Příloha č. 4

### Egypští bohové, inspirační zdroje k tvorbě představení Osviliad

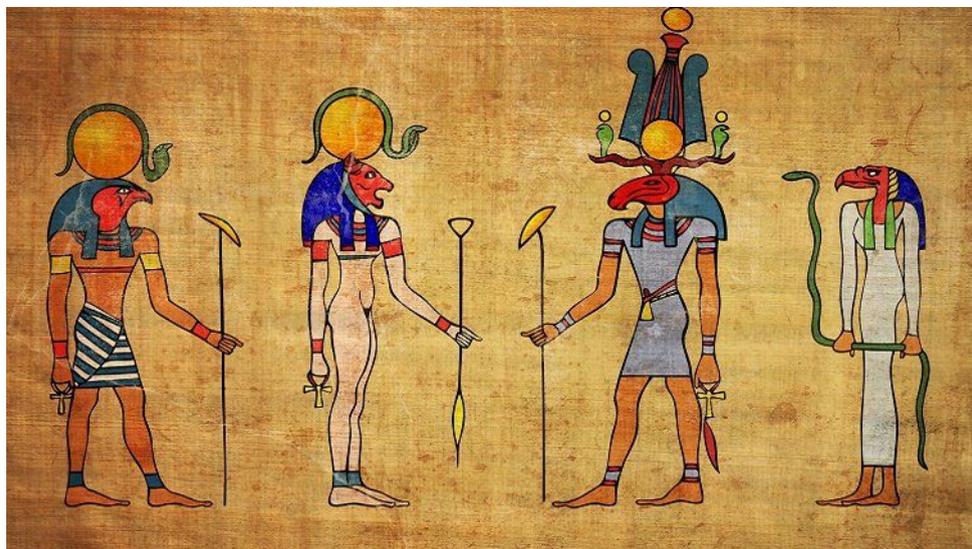


Dostupné z:

<https://empoweryourknowledgeandhappytrivia.files.wordpress.com/2014/10/egyptian-gods.jpg>



Dostupné z: <http://www.egypt-starovek.estranky.cz/img/mid/53/bohove.jpg>



Dostupné

z:<http://cdn1-www.cattime.com/assets/uploads/2015/10/egyptian-goddess-bastet.jpg>

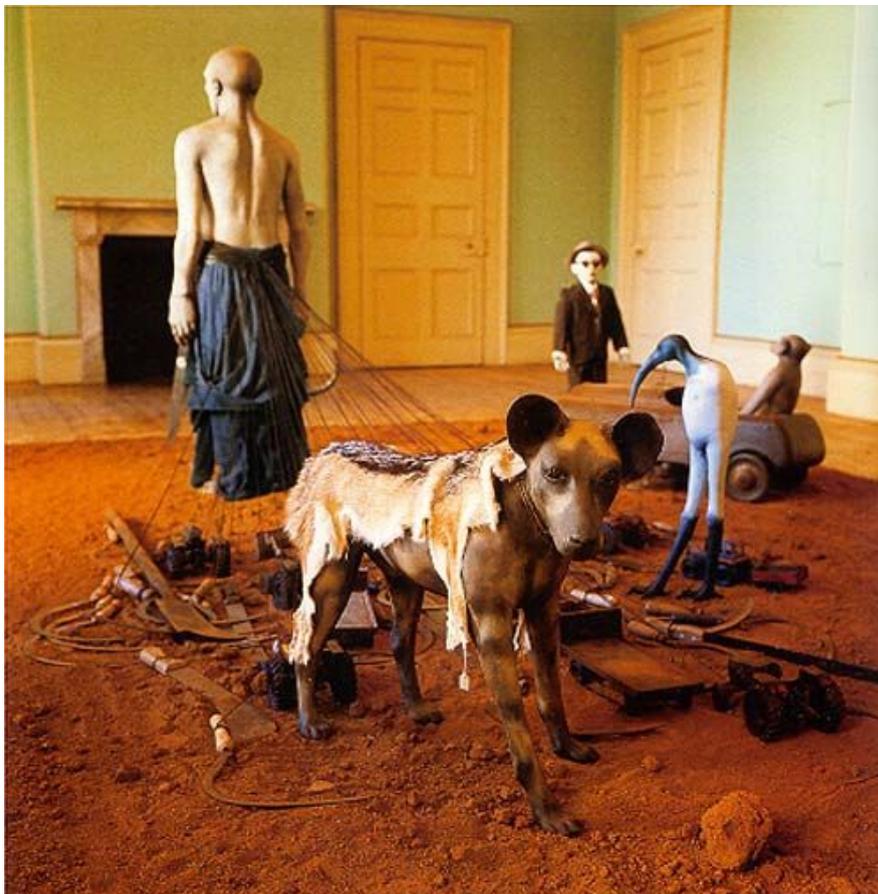
## Příloha č. 5

**Jane Alexander a výstava *African Adventure* v Tate Modern navštívená 28.4. 2017 jako inspirační zdroje ke vzniku představení *Osviliad***



Dostupné z:

[https://www.artinamericamagazine.com/news-features/interviews/jane-alexander-cam-houston/#slideshow\\_16673.1](https://www.artinamericamagazine.com/news-features/interviews/jane-alexander-cam-houston/#slideshow_16673.1)



Dostupné z: <http://www.artthrob.co.za/02dec/images/alexander01a.jpg>



Dostupné z: <http://cmpgroupb.blogspot.cz/2017/09/adventure-1999-2002-jane-alexander-jane.html>

## **Příloha č. 6**

**ROZHOVOR s Tuomasem Rounakari Part 1: 15.3.2018 9:00- 12:00, Online-Skype**

**ROZHOVOR s Tuomasem Rounakari Part 2. 19.3. 2018 9:00- 12.00, Online-Skype**

### **Interview part 1**

#### **1. What does the word ritual mean to you?**

Lately I've started to prefer using the word Ceremony. And the reason for that change is, that there are many rituals in the world, that have sort of lost their quality as a ceremony. Someone pointed out, that when the ceremony loses its spirit, it becomes a ritual. I'm not necessarily agreeing with that statement, but there's something interesting in it. Cause there is something that is called ritual, that is something that is always done in the same way, always done with the same limitations, always done with the same rules, and because of the act itself, it's something we call ritual. Whereas in ceremony you always have the celebration. And you always have the interaction of different elements. And also in the word ceremony applies to me something that is more loose, then ritual, something that can be more unexpected. Like for example the orthodox church masses ritual. It always happens in the same way, the same rule. But in the ceremony, you would have something unexpected to happen. And it would change the whole ritual. So that's something that happened to me lately that I feel more comfortable while talking about ceremonies than talking about the rituals. And also, another reason for this change in my own vocabulary and thinking is that when we talk about rituals, we open something grand, something big, whereas ceremony can be anything. I can have a ceremony drinking my coffee, if I do it with spirit. I could spill a little bit of this coffee as an offer for the spirits before drinking it and it makes it a ceremony. And this kind of way of seeing ceremony has become increasingly important in my own life in living the life as a celebration, living the life as a ceremony.

As an unexpected joyful ride.

#### **2. Is a concert or a theatrical artistic performance generally a ceremony to you?**

It absolutely depends on the director. I've been involved with the theatre. At the moment, I'm one of the founding members of the *Ruska Ensemble* which works together with indigenous cultures. We make theatre across the arctic areas. And work in collaboration with many different indigenous theatres. So far we have

worked with the *Sámi national theatre in Kautokeino*, The Inuit national theatre in Nuuk, Greenland and Hanty, the old Ukraine national theatre in siberian Hanty-Mansijsk. And that's not the answer to the question, that's a little bit to my background, but before that already in my teens, I was very into theatre. And for some reason, I've always attracted people that have this ritualistic look on theatre. So people who had been working with Grotowski himself. The theatre that worked in my hometown, when I was a teen, the director of that was an assistant to Eugenio Barba and was also working closely with the Odin theatre in Denmark. And all of these are places, that have a very strong idea of the ritualistic theatre and the way of seeing the stage as ritualistic space. And of course you know the shamanic side of theatre is self evident. The first performances in the world needed two people. It's needed a storyteller and a listener. So in that sense, that's how I see where theatre has come from. But there's a big difference in sort of forming ritual on stage or interacting with a spirit. Be it a mythical entity or anything else. And to me a lot of rituals that are done in the theatre are sort of lacking this quality of dialog with the unknown, dialog with the mythical entity. I've seen a lot of theatre that is done in the ritualistic setting and forms of ritual but nothing happens. It is like an artistic experience and the outcome is also artistic. Whereas in ritual there is always dying and there's always birth. There's always something that ceases to exist, transfigures or transforms itself into something else. So from my own experience, there's only one exception of theatre. It was called Solta. It was a solo work for Heidi Syrjäkari and the theatre ensemble was called Kuriton Company. The reason I mention it is that this was Heidi's solo piece, and I wrote the music to it. Heidi wanted to do a lament into it and I'm one of the leading experts on Laments so I taught her to do a lament. And the last scene of the performance, she improvised a lament. So every night it was different. And every night she didn't know, if she's gonna make it to the point when she cries in the lament or will it be sort of experimenting with singing, poetry and improvisation. And that varied in every performance. But the difference with this was, that it was very ritualistic in its setting and the difference with this with all other things that I have seen in the theatre was that with this performance Heidi transform herself from a person who's recovering from depression to someone that is free from depression. So there happened a transfiguration of the personality within the process. And it was both, a conscious and unconscious way to look. So for me the ritual needs this. The ritual needs initiation. It needs someone who is initiated and it could be anyone. It could be the audience, it could be one of the performers, it could be anyone. But it has to be conscious. And it has to be looked after and it has to have earned element of trusting the ritual itself, sort of "I'm putting myself to go through this in order to become something else, something different." And that something that is not visible in the performances. So there are a lot of forms and habits, that make ritual. But to do a ritual, there has to be an initiation.

### **3. Tell me more about your company Ruska Ensemble**

What we've done with Ruska Ensemble, for me, it doesn't count as ritualistic theatre. We do include ritual in our processes. And also the Arctic Odyssey, our last work it had a greenlandic mask dance in it.

To me, I was a bit disappointed with that, because there was a huge potential to make it ritual, to make it something much more than it was, but for some reason it didn't happen. It's a hard one for myself because we were really close in achieving something that is very difficult to achieve. And with sort of lack the time and bravery to go all the way. But all in all, it's an important play, The Arctic Odyssey. There are some things in the play I don't like and some things that are really fantastic. But anyway, that play had a greenlandic mask dance at the end, so we took the audience so we had them sitting in the circle on the stage and then Kony from greenland was doing the greenlandic mask dance. At it's best, that was a moment of true Kony's work and performance. There was a ancestral connection that happened there. And it was so beautiful to look at the audience, they had this fear and laugh at the same time. And that's so unique. It's so beautiful to reach that point when the audience is experiencing fear, laughter and sorrow at the same time. So there were a few really beautiful moments in the performances, but it could have been more conscious in some initiative practices. But I wasn't the director for it, as I've never been the director. So I would say the director's vision of what he wanted was different.

#### **4. What was the director's intention and what was the form of the performance?**

The performance was made in the devised way, cause we had Chukchi woman, Sámi musician, and Koni from Greenland, so they didn't play any roles, they were themselves during the whole performance. And they talked about their own lives. So for example, the Chukchi woman made a monologue about her difficulties to get a child and especially because she didn't want to have a man she only wanted to have a child. It is the most powerful monologue I've ever seen on stage. So it was unique in this way. The director's intention was to create a play where different indigenous cultures around the arctic can be witnessed and seen from their own perspective. And that was very successful and well done in the play.

But one of our original ideas was that when we have this gathering of different people around the arctic that there is a possibility of showing utopia. Cause that's something I'm really interested in theatre. We have so much of this, that we address problems in theatre but we don't bring any solutions. And to me, utopia is one of the possibilities. If you can show utopia, if you can make people to imagine something that is utopist. And we had a lot of those utopia elements in the play, possibilities, kind of initiation into utopia. But they didn't make it to the final piece.

#### **5. Did you use the ritual in the process of the creation?**

It was made in the devised way, so some of the exercises we did had ritualistic elements into them. That was not like in any specific ritual that we took from somewhere. But we sort of created things together that had a ritualistic quality into them. And it's some exercises that sort of helped that to happen. But that play is not such a good example of that. If we want to be more specific, then the Bear Feast that I did myself would give a lot better example of that. The Bear Feast that I did in 2016, we still play it. We might have a performance in September. That's part of my PhD work, the doctorate of arts. My dissertation will be called: *Singing through bear's eyes - techniques of mythical dialogue in the music of arctic peoples*. The Bear Feast was not a theatre, nor a ritual, nor a concert, but it was a celebration. And it included ritual and dance, eating together and playing games together. So it was a very immersive theatre piece. I guess I directed it, but I don't see it that way. I didn't work with actors, I only worked with musicians. But all in all, we had a lot of texts, a lot of poetry in the play. Bear Feast poem that lasts 30 min, and that's included in the *Bear feast*. It's a four hour performance. That gives a lot better idea of what we did, cause it's not relevant for me what was the beliefs of anybody in the group as long as they were willing to play. And for me it's not about the belief either. I don't have a religion, I don't have a spiritual group that I belong to. And I don't really care about the spirituality. But I care a lot about being spirited. I care about the personal growth, self realisation. And I care a lot about freeing oneself from the domestication of culture. Cause we've all been domesticated. We all have that. We all have survival strategy, that we learn from our surroundings. We all learn to be a good girl or bad girl in certain way, or a good boy or a bad boy in certain way. We all have our survival strategy towards our own culture. And in that we learn to be someone that we are not. We learn to be someone that we were taught that we were supposed to be. So I care a lot about this. To me, the process of self realization includes two important things. The first one is nature. Because the more you are connected with the nature, the more you are connected with your nature. So it is this old thing about As it is inside, it is outside. You look at your surroundings and you make choices, where do you connect yourself, where do you point yourself. And if you connect strongly with the environment that we have in city and around other people, you connect to the cultures idea of who I suppose to be. But when you connect to nature, the nature doesn't tell you, it doesn't say that you shouldn't be angry, you should not cry or do this or that. So when you connect with nature, you automatically connect with your nature. And so to me, ceremonies and rituals are ways to connect with nature.

And then the second thing is ancestors. We all have our ancestors, and one of the things that is very visible in our time is that we are losing our memory.

I'll show you something. This is from a musicology book *Jarkko Niemi / Anastasia Lapsui: Network of songs*. And there's a little appendix in this book. There is a family name called Lapsui. The triangle is a man and a circle is a female. And this is a family tree. It goes to the cousins and their children and so on and every marking in this map is a person. And not just a person, but this data is Anastasia Lapsui's mother, Maria Maximovna Lapsui and the network of songs, cause there's a personal song to each of these people. So this is the map of her memory, of her

relatives. And this is her husband's family. And this are all songs to a person that she is related to, that she knows. They can sing every one of these songs. Here is the song of herself. This just an example. This is one person in siberia. And the songs are the way how she knows her relatives. Instead of finding things in the church books and official records, these maps are songs. These are poetry. That she remembers of each of the individuals. So it's not only that she remembers their names, the places of birth and where they lived, she knows them by a song. She learns the songs as everybody learns the information about their relatives, by oral tradition. Everybody has his personal song. And the personal song carries their identity. It carries how they where as a person, the character, the most distinctive features, the most distinctive personalities. The personal song is a complicated thing. In this arctic area when a baby is born, it's given a preliminary song. Something that will begin to develop, once they find out more about the person itself. Some of these songs develop in a way, that they tell about some meaningful events of their lives. For example one of the men in the Lapsui family was in the second world war and was fighting all over in Finland. So he went across the Ural mountains and he ended up in the front of Finland. So that's a meaningful event, an exceptional event that ended up in his personal song. There are surprising things about these people, that these songs carry. One of my favourite ones tells presence of relationship where the woman is saying only bad things about her husband and the husbands song is replying that he's married to a woman, that has a very bad mouth, but everything she was saying was not quite true. So these songs carry some emotional and also historical information about the people but within the song in it's melody they also carry traces of identity of those people. And once you learn the system, if you learn the feeling, the melody, you actually learn to know these people. You get a sensation, you get an emotion, you get a feel what these people were really like. But you know, what I showed to you has about hundred people in it. And these are not big families. They didn't make big families in siberia, where you have ten kids in one family. Actually you can see it from here directly, that the most common number of children is between two and three children mostly. Just some have had five. So this is what I mean that we've been ripped off of our memory. We don't know our ancestors any more. I'd be very curious to make one of those DNA tests. Cause the body remembers. Your body remembers the ancestors. Your mind doesn't. You are not alive without your ancestors. You wouldn't be. So when you connect with nature and you begin to connect with your nature you also come closer to your ancestors. And the ancestors is only one of the sides of whole story. it is possible to begin having conversations and dialogues with these ancestors just by knowing the feel of them and knowing something about them. Then, for myself I don't get it at all where my ancestors come from. My life seems to be such a weird mess of qualities and inspirational things that it's pointing to the direction that I have ancestors a bit all over. So who knows, what the genes, the DNA remembers. It's not necessarily in the church books. For example in my own history the family tree of my family from my father's side there's my father, his mother, and her father was a sailor capitan. He sailed all over the world. When we started to search who his parents were,

there's already a mistake in the church books, or maybe it is not a mistake, we don't know. He has been born fifteen months later than his father died. So if the person is born fifteen months later than his father died, there is either a mistake in the church books, or we don't know his father. So who knows where we come from. So this is what I meant with us losing our memory. We have lost the sense where we come from. So that's another side of it. So all of these things are up to something that you are. The native tradition, it says, that we are the result of love of thousands. And it means that thousands of ancestors walked before us and we are result of their love. And if they didn't love, we would not be here. And also it says, the reason we have nature is because our ancestors loved that nature. And in order to carry on the life, it's our responsibility to love forward, to love the nature. If we don't love the nature, the nature is not gonna be there for our grand grand children. And it's kind of sad, that you can easily find evidence to this, by just looking on how the world is now. There's crazy actions towards nature that is not carried through love. And because of it, we're facing mass extinction of animals as we speak. So it seems that they know what are the natives talking about. So it's our responsibility to love and carry on. So if we are the result of thousands of our ancestors to have the connection with our ancestors is to have this love connection. Knowing that you are loved by thousands of ancestors. And if you manage to have a connection with the nature, you will end up having the connection with the ancestors just as well. And the last part is that it opens up also a dialog with the myths. The mythical entities such as the bear. That's the dialogue that the ancestors had and that we still have, if just simply free ourselves from the domestication from believing or having religious systems or being spiritual. So this is what I'm talking about while being spirited. To be spirited is that you wake up to your own uniqueness. When you are not alone, but with spirit. With your spirit and the ancestor's spirit and also the nature's spirit. All of it. Spirituality doesn't teach you this. Spirituality is a method of achieving something, right? You meditate or you pray or you diminish one part of yourself to gain something. Many people get trapped in spirituality because they get rewarded by it. But they lose themselves. For example the way christianity is in Finland. Christianity rewards people for belonging to the culture and doing certain things in a certain way, that has nothing to do with their ancestors.

Well, this is just my way of seeing the world, nothing more important than that.

And that's what we were doing in the *Bear Feast* performance, cause Bear feast is an ancient ritual in Finland and all over the siberia. A bear is a strong mythical being, entity. A bear is human-like in many ways, physically, it can walk, climb trees, swim. It's an animal with a lot of human qualities. So the native people see that as sign of relationship. It's a powerful animal in the nature, one of the most powerful animals, a beast and it's a mythical creature. In Finnish folk believes, it come close to forest guards and forest deities. So it's not only an animal but it also carries same powers as the forest deities do in the mythology. So the bear can be addressed in all of these three ways. So in bear feast it's a celebration where a bear is first killed, we didn't kill a bear we just had it and then the bear is celebrated and addressed and witnessed in the ways that it wants to return, so it's original

home. And then it is sort of giving a celebration that it wants to come back, it wants to reborn and come back to the world. So these are the traditional elements of the bear feast. So essentially it is a dialogue with the bear. And the bear is transformed, initiated to a new journey in a cycle of life. But in a bear feast, while they do this to a bear, they do it to the community at the same time. It allows the community to study it's place in nature, in time, to study if the community has a good relationship with the bear and if not, what can be done, what can be changed. So it's a dialogue. It's not just a ritual when you pass one thing to another place but it's also a place where you do self evaluation as an individual and as a community. And you do the same things to the community that you do with the bear. What is the communities capability of rebirth. What is it's capability of sustaining the circle of life and so on. So that's the traditional bear feast. We made that as a sort of performance as part of my doctorate of art study at the Sibelius academy.

## **6. Do you think that the light trance state of the shaman is equal to the theta wave or another one?**

Some people say that the theta wave equal the trans, but I don't see it so self evident. Cause trans has a different kind of layers and qualities to it. So I think that the light trans state is already sort of somewhere in between the alpha and theta waves. When we do the laments, the participants in the lament workshops they usually enter the alpha state when they do the lament. They don't go deeper than that, but still they benefit from it greatly. It's a bit confusing, because if you think the greek letters they go in a different order. The beta is this level where we are now. This active, talkative level. And the alpha is the relaxed version of this. It doesn't follow the greek alphabet because these brain waves were found in the order, that they were marked. So the alpha frequency was the first one they found when they begun the EEG studies. So that's why it's confusing, the order beta, alpha, theta, delta, gamma. The alpha state is already a relaxed state where your emotions can actually heal. Just an easy example of it. Let's say you had a fight with someone. And you come to a realisation that it is not a good thing. That I want to forgive and let go. I understand that it's beneficial for me and for the situation. So I have forgiven. This happens in your mind but it doesn't happen in your body. Your body is still angry. So when you access the alpha state, that's the place where your body forgives, where it's not only your mind and your intelligence that gives the forgiveness but things happen in the cellular level. In the alpha state you are emotionally open in a different way that you would be in the beta state. So this is also an example of the value this states have. Different things happen to your physical, social, psychological composition in different brain states. So there's a huge potential in learning while using these mechanisms. Cause lots of stuff are stuck with the head. We come up with wonderful things in our head, and sometimes not so wonderful things. But we have difficulty to apply them to our lives, because we don't physically become those ideas. So it means that you change in the cellular level according to the idea you have. And this is a scientific

way of speaking about the mechanism and technology that is the heart of shamanism. So I would say that the trans state already begins in the alpha state, then there's a place in between the alpha and theta waves, then there's the theta and then there's the theta delta waves. The trans sort of covers all of those variations and combinations. But when you are in the delta state, you are already asleep so that doesn't count anymore. And when you are in the beta state you are already so active in your brain in the linguistic area that there's no room for symbolism and those parts of your brain that are very imaginative. Also when you are in this beta state, you are socially aware in a very different way. The prefrontal cortex is active, so it's also monitoring your social behavior and your social place. So when you go to the alpha theta states this lessons and I witness this a million times in the lament workshops, cause when you are supposed to cry in front of the group, there's this social control that doesn't help. So when I take people with the singing exercise, I take them to the alpha state, very easily just you know the guide to the light relaxation and let them sing and make their voice natural, not to learn what I sing but I initiate the exercice when they begun to use their voice, they're very quickly in the alpha state. And all of the sudden it doesn't matter their social status. It doesn't matter to them anymore if they lose their phase, there is no fear any more. So this is just like something that happens every time in those workshops. But I think this is something that should be scientifically studied more because I think that when you access the trans state it's not only that magnetic field pulsations go in different rhythm, it's also a place where your brain fires up in the most imaginative ways. Meaning that for example now we talk about prefrontal cortex and what it does in your brain. In the trans state, especially when it's an active trans, which means that you play something, you dance yourself to the trans, your body is active active, not just meditating. It files u just like listening to music. There are studies about it,that when you listen to music your brain area sort of activates in a weird way. That they sort of highlight oll of brain activity. In trans state it both changes the magnetic way how the brain functions, but it also creates its rules in the brain that wouldn't happen otherwise, it's fantastic.

**7. There is such a state as a light trance, that should be safe and beneficial. But here are stories about shamans in the deep trance making a ritual during which he lost control and wanted to kill somebody, how can it happen?**

Basically I think anything can happen. There's a lot of layers that I need to take a couple of breaths to take in. Because in the old times the rituals or ceremonies were very carefully constructed. The place and the way that these were done were done in absolute safety. They were done in a healthy way and there were people who were responsible for creating it, so it's healthy. And unfortunately nowadays everything seems to happen. We are sort of out of control in that sense. There are things that are not done in a right way. And also the change of the society ... the community, they knew each other, they grew together, also the shaman grew

together with the community so it wasn't like it is today. Like for example the theater performance, we don't know who is there in the audience. We don't know the psychological profile, we don't know the medications that they are under. We don't know the traumas that they had in their lives and we don't have this safeness. I've had a situation once in my life in one of the concerts that I was playing, the person went into the psychosis in the audience. And it's a big discussion about what is your responsibility because first of all if a person has psychologically this mechanism that he can go to psychosis or is sensitive that way that he can go into psychosis, it can happen. Anything can trigger it, absolutely anything. And as a performer you are not responsible for it. You are not responsible for reactions that your performance creates. But you are responsible as an artist for your audience. And what I learned from that event was that we have to make really difficult choices while the performance is going on and this happened and because there was a person next to this one, she had means to take care of her. We continued with the performance and I'm so happy we did because our responsibility as an artist is to take it to the end. If we would have ended the performance there, we would have wounded the hundred people that we had there in the audience. We would have created something that does not resolve for those 100 people in the audience. But only by carrying the performance to the end we were capable and did resolve what happened. And then I personally dealt with this person who went into psychosis myself. If I would have been someone else I would not have the responsibility to even do that. But I had my reasons. But that's another story and also what her story and her psychosis was is something that would be unethical for me to talk more. Why I say this is that you have to be aware of your responsibilities. **What do you mean by "psychosis"?** She had this kind of a seizure. She started screaming in the middle and totally lost the sense of where she is and so. It was very scary. In my life, during the lament workshops I've learned techniques to take people away from that. I'm not myself afraid of that anymore - of someone going through the psychosis because I know I can handle it, I know I can bring them back. And that being said it would be arrogant to say that I can do it for 100%. I can do it if the person is not under the medication but if they have strong medication... Medication does things that create things that create triggering paths that are totally beyond control. So I am aware that if someone is under some sort of medication that they can be beyond my reach.

Through the story you mentioned to some shaman entering the trans and becoming violent the relevant question is: Did he become violent? Did he become threatening or did he become violent? Because that's a hell of a big difference. To become very scary can be excellent and can be very needed. It can be something that is very important. So if somebody fears for their life when someone is threatening it sounds like a pretty strong performance to me. But did he do something, did he go over the lines?

And this is really interesting because if we talk about control. It's not easy to define what control means. Control could mean that we stick to the cultural code that we have agreed. Or it could be that I go to the psychosis state, I don't know what's going to happen to me, I will consciously go somewhere that I don't know where I

am but I can control it in a way that I can stop it whenever I want. And situations where someone would be totally unconscious, sort of like a TV hypnosis, possessed by an evil spirit and becoming a maniac doing things requires a lot more than drumming. It doesn't happen by accident.

But also in the laments it's a good example of this. In a lament you have to go to a place where you are out of control, where you stop controlling your emotions in the way you do it in normal life. But in a workshop the most important thing is that we create a safe environment for anyone to do it. We have a rule there that you are not supposed to touch anyone because sometimes when a person does a very strong lament than the one sitting next to him or her might trigger this sort of reaction that I need to do something because she/he is in so much pain. So I make everybody always aware of it that I am the only one that interrupts if there is the need to interrupt and just once there was a need to interrupt. Once I have interrupted lament because the person just went in in a way that wasn't beneficial to her and I could see it and I interrupted and said to start over but with fistule and it went well. But this is different. Also earlier when we weren't so good at it we had this person that went in a very deep grief and really shouting. And the person next to him sort of touched her in order to support her but that was such a bad thing. Because once you are there in that grief and you are letting it come, letting all of it come out you are in a process where you are becoming someone who can carry it by yourself. So when this person touched her in good intentions she read them as "no, others are afraid and I have to stop. The others can't handle my emotions anymore, it's not safe for them what I do" and she read it exactly right. That's exactly what happened. The person next to her couldn't handle the emotion and thought projected that idea that she has to do something. This doesn't happen anymore because I take control of it and explain to people so they understand it and they understand that whatever happens in those workshops, we need to let it happen. That's a mechanism where people go out of control but still they aren't without control. It's just that control means a different thing, it's applied to a different situation and certain reality.

And that is also like in performance, what Heidi did in the Solta performance that I mentioned. It didn't have a time, it could be 2 minutes and it could be 20 minutes, it didn't have a timeframe and no limitations of the performance that she would have to control. In order to allow herself to be without controlling those things while on stage. That she could control her lament or the path. It's a debate what does control means, where do we set the borders of this control. And where are the responsibilities of this and who is responsible. Having said this I must say that irresponsible things happen in theater and especially in ritualistic theater. There are directors that are so unaware of what are they doing but sort of getting the drill out of it but not having the capability of doing it responsibly. Ugly things do happen unfortunately but not because of the mechanisms of trans, just with the people doing it irresponsibly.

And in my own life I've become quite capable nowadays. I can honestly say that I have transfigured many peoples lives, I've helped many people but the beauty of it is that the more I know, the more responsible and more aware of my

responsibilities I've become. So in my own story these have grown together, the sense of responsibility and the gifts that you have, they've grown together in me, in my life. But then again it's just me, it's not always like that. And lot of people are out there saying that they are shamans and portraying. They are hungry for things to happen and they persuade people in doing things that they are not ready to do because they are hungry to witness it. These people are both irresponsible and incapable in doing what they do. If they would be capable, they would be responsible.

## **8. Can you tell me more about the lament workshops? Since when do you do it, how do you do it, with who?**

This is something that I am most proud of in my life. It's soon to be 20 years ago, I was very young at the time but as I was starting in shamanistic music I came to realise that I don't have to travel to Siberia to go to a foreign culture and start to understand that in order to learn the shamanistic way to use in approach to music because Laments, my own tradition comes very close. The shaman songs and the lament are family related. They are different but they are family related like a brother and sister. So I understood that by starting laments I can actually both learn something about my own culture and secondly learn to understand the shamanistic mechanisms better. So that was my initial interest in laments but then in 2002 I received a phone call from Pirkko Fihlman who is still leading Äänellä itkijät Lament association. This is to cry with the voice, this is what it means and it's a euphemism to lament. So it's also known as a Lament Association of Finland.

So she calls me and says that (I'm in my 20s) we are holding a lament workshop but we would need someone to teach the music. And I reply to her why are you calling me? I have no qualification whatsoever, this is such a big topic and this is a thing that I don't know what to do and if I come over, I don't know how to teach and I'm totally not qualified to teach and Pirkko replies: Well, Tuomas, do you understand that nobody is but someone has to do it. She was absolutely right and so I said yes and that I'll give it a try. And this workshop was really magical. People did wonderful laments, it was very ready group already, very strong individuals who were ready to do it and they basically just needed a place to do it, so we didn't really teach them that much, we were just very blessed.

But me and Pirkko, who is 40 years older than I am and a woman. We sort of bonded, we connected in a marvelous way. We could finish each other's sentences despite the age and all the differences. And then we became a team, we started to teach laments together and in time we created a method how to teach laments to anybody without any pre knowledge or prerequisite, anybody could learn a lament. And during the next 15 years we thought over thousand people in Finland to do laments and we revitalised the culture. Lament as a musical genre was already close to extinction in Finland. That musical genre has ceased to exist in most parts of the Europe and we've revived it so it's something that I'm very proud of.

Next month I'm going to Ireland to start a revitalisation of Irish laments and it's so exciting to see what's going to happen. There's a group of people who were dreaming of it for many years and one of them came to Finland to study what we have done in Finland now it seems to be the time that I'm flying over there and going to begin mentoring them in how to begin teaching it and how to revive the Irish traditions.

And this is all needed, we so much need this in the world. Most of our problems in the world are because of tears that are not shed, traumas that we haven't dealt with. We just keep repeating this self-destructive way of living on this planet because we haven't come over the grief that is behind it. Things happen so fast and this is especially true in Finland because 200 years ago were people in Finland living pretty much the same way they lived in the iron age so the hunter/gatherer communities in the rural areas pretty much lived the same kind of a life that they did at that time. But then christianity came to Finland late and aggressively and it came at the same time as the so called "civilisation". People were learning to read and learning the new religion at the same time.

And then the WW2 ... first it was the civil war 100 years ago and we haven't dealt with that trauma either. For example there's the place called Hinnalla near Tampere where 14 000 people were executed that belong to the working class fighters. There's no memorial, there's no sign, there's nothing that would tell you that in this location happened the biggest mass execution in finnish history. It's not acknowledged.

Winners write the history as always so we have these traumas in our society and then the WW2 led to very fast industrialisation. We were always a very poor country and a country where everybody had to work. We are not anymore equal than any other country, we are just poor, we didn't afford to lay of with it. And when women are working together with men you can't say they can't vote so our equity is founded in basic need to survive where you need everybody equally. So the industrialisation happen very late too, a 100 years later than in other countries and it happen very fast. So the 2. and 3. generation of war trauma is what we are dealing with now. The actual post war trauma was dealt with alcohol and drugs. When you look at Germany in 1960s, Germany dealt in arts and everywhere about the war traumas but not in Finland. It was just silence and moving forward wielding of the nation, wielding the industrialisation and saving the country. There was no room for therapy, no room for tears.

## **9. In one of your videos, you talked about how you started to play in theta waves, and since then your point of view changed, what does it mean?**

First of all, the shaman drumming is always done consciously to affect the brain waves. They just don't talk in the scientific language of course. The language of mythology is arts. But it's always consciously done. The beautiful proof for this

actually is in the folk poetry. There are folk poetry that are quite detailed. They describe the physical changes that happen when you fall in trans in it's archives. It's quite amazing. But it is consciously done like the beating of the drumming or anything. In Peru they use these shakers, they don't use the drum but a shaker. So anything where you have a certain approach to rhythm. Basically anyone can go to trans with simply deciding that they want to change their brain frequency, they want to experience the trans state, they want to allow themselves to enter. And then, with that intention using anything that keeps the steady rhythm you can access the alfa \ theta wave frequencies. It's very simple and it's absolutely safe because it doesn't happen, for the previous question, that doesn't happen when you go to trans and you freak out. It doesn't happen, it's not dangerous. So if you freak out, you freak out because of something else.

But then again it's all about the setting, if you enter the trans state in a setting that now you go into your deepest wounds and you allow yourself to relive them. Then you will have people freaking out so it's all about the setting of how you do it or how you take care of them.

Did I refer to a certain life event in that video or something else? **No, you said that you perform in theta brain waves for cca 10 years and since then everything changed.**

I'm probably talking in a very personal way of my own path as learning to play in the trans state basically. Because "everything changed" means that when your perception of the world changes, everything changes. You are not the same person anymore. That's what happened to me. And also the things that I was looking for as a musician, I have found them finally.

As a child I was naturally experiencing trans states as I played but I needed the audience to do that, i didn't when I practiced at home. I needed the excitement of performance for that to happen. So I don't know you know, it could have been partly an escaping the situation in my mechanism or whatever. But it was very pleasant like those childhood memories, they were very pleasant. I love to perform. I was afraid of it but I loved it.

Then I had to relearn it consciously because I lost my natural capability in my teens, so I had to consciously learn it. As a child, it just happened and I didn't control it consciously. Nowadays I control it consciously. I can't do it in every setting like when we play with Korpiklaani some of the songs, I can't play them in a trance state. I have to pay attention to what others are doing and what's happening and I need to execute very specific line of notes in a very timid time and accuracy. So it's not been the right structure for going in trans. Especially because it's not repetitive. If it would be repetitive, because that's how they do it in south in the voodoo cultures and africa and latin america. They have this groove that keeps you moving and you dance yourself to that rhythm and you enter the trans state like that. While in the north it's all about free meter, it doesn't have the beat.

When my process of learning to play in trans was in a way that it happened very quickly. I had this 2 year period in my life when I couldn't play. I had an elephant growth which means that I was growing more than one centimeter per month. So I grew 14 centimeters within one year and it destroyed my physics. I couldn't play, it

just hurt too much to play. I had chronic tendonitis because of it. Then, when that was gone I started to play again I didn't go to trans state anymore. Instead of child's natural way of going into trans while I was performing I was worried if I was good enough. So instead of that blissful trans I had a very severe stage fright that didn't go away. I once played a second movement of Mozart's G major concerto with my hands shaking so much that I didn't make one clear note and I played it to the end. That's how messed up I am, That's how much I demand of myself. But that person that I was in that age ... nowadays I would be smart enough to stop and say that this isn't working, thank you, goodbye and go home smiling. But that teenage me struggled all the way. The experience was very painful and so I stopped playing classical music because I felt that I can't reach the trans. The music is getting more and more demanding and more and more demanding me to be in control of the instrument instead of the instrument being in control of me. That's why I started to study improvisation and go on into those realms and go away from the notes of the others but when I finally found the archived recordings of the siberian shamans and started to listen to them I didn't understand anything of that music, it was so different. Some say that it's like a organised speech but not music. I don't agree with that, for me it's very much music but anyway it was such a different way to sing and all of that. But as a musician I had to try it out myself so I started to play those songs on violin and try to find out the way to play it and before I noticed I was in the trans alone and without the audience, just me and the violin. And that's what I mean, in that moment everything changed and I knew what I was supposed to do now. I found my bliss, I have found my way that this is the mechanism, the tradition that will take me there, that I was searching for all of my life. But you could play Sibelius violin concerto while you're in a trance state and it happens to some people sometimes. But only when you know that concerto so well that your subconscious mind is doing the work. Only at that point your mind can go off, your mind can go wherever and let the subconscious mind to play the whole concerto. And those are the moments that are most memorable.

There's a famous violinist in Finland called Reka Szilvay, her family is from Hungary but they lived in Finland for centuries and she is one of the top violinist in the world. There was radio interview with her and she was asked how does she feel about her on performances and she says that after every concert she is not happy, that there is something that could have been done better, or something that didn't go as she planned and 99% of the time it is like that. She is looking for things that she can improve and she's not feeling that good about them but once out of a thousand happens that she got so lost in the music that she doesn't remember so much, she doesn't remember the details. Everything just falls in the right place naturally and it's just a blissful flow. And at those she feels wonderful and those are the moments she's doing the best. Should we perhaps pay attention to those moments? Because she just described the trans state. So for me, when I have my shaman violin performances 99% of the time I come out of the stage thinking absolutely wonderful, I reach that place she is talking about. And only very rarely happens that there's my mind in the way and I don't go as deep as I would like to

go. It happens very rarely and when it happens I know it happens because the audience does not allow it to go any deep.

So in this way it changed everything. It changed my perspective of what am I after as an artist. I'm not after perfection anymore, I'm not after becoming the master virtuoso, even though I do that work too. I'm after those blissful moments and I make those blissful moments of trans my priority as a performer. It's a big decision. (laughing)

## **10. Which way do you use the light trans state as a tool of your performance and its creation?**

First of all there's the expressive quality which comes together with a state of mind. So in theater you probably spoke a lot about presence and presence on stage but this is very different, presence and this is some other kind of presence. It has a quality to it and it manifests to the actual performance. The most important thing in my work is that it allows me to leave control of many decisions to the trans. So I give up a lot of control in order to create room for unexpected things to happen and this is why I, for example in the shaman violin concerts, don't control time and I don't control the length of the tunes. But also the structure of the songs and the level of improvisation also varies. Sometimes after a song I feel like I want to just do an improvisation and go with the flow and I have nothing as a basis of that song. I just want to be in that state of mind where I sort of risk it but it's not risking it anymore at this point. When you are practised risking it, there's no risk anymore. It's just a sort of way to be open for anything to come and wants to come at that moment.

Then there is a spirit and ancestor connection to it, what I do and that's the bigger mechanism. It's like taking a bigger responsibility of details that cannot be controlled by sort of talking to the space, making some kind of offerings to the space, acknowledging it. You come to a performance space, which has an ancestry as well. It wouldn't be there without loud and creative minds, it wouldn't be there without the effort of many different people and with those people and their intentions, some of those people are connected to their ancestry and some of them are not. And to this mixture of energies I come in and bring my own energy. So there's preparation before the show, preparations of working on the alignment to perfection. And with perfection I mean the most beneficial balance that is possible at the time in the space in the moment just before the performance so I address and become aware of all these things and claim the space. I claim the space to be supportive for trans, supportive of self realisation.

### **So how do you do it practically?**

Everybody has to find their own way. The way I do it varies, I also do it very intuitively but I give little offerings, it could be anything. The native americans use tobacco as an offering. In Finland we use bread crumbs and eggs and some food.

### **So it's an offering for the local spirits or for your guide spirits?**

For the place and the spirits of the place.

The way I look at the offerings is that if you want the non physical world to give you concrete things, concrete physical feelings it is good and beneficial to give concrete and real things to them. If I address things only by thoughts, I am only giving thoughts and receiving thoughts but when I put physical material in it together with the intention it just makes things happen in a more concrete way.

Carl Jung and Joseph Campbell are very important writers for me so that helps you understand the way I am looking at it. Jung was often accused of “psycholising” the religion and god but Jung replied that he is not doing it because for him it’s not such a thing that something is only in the psych. Because if something is in the psych it is real. It’s not that you diminished it to something that is only in the psych. For Jung it was only in the psych but the psych was something much larger, something much bigger than anybody comprehended in his time. So in this same way I’m doing all these things to me to work my psych as well as I’m doing it outside to work the energy of the space. And this is important.

This is again the difference of being spiritual and being spirited. If I’m doing it the spiritual way I’m going there and talking to the angels and the angels will do this and that and bla bla bla it’s all going to be wonderful. But if I’m spirited I come there and I take responsibility. I come there and I say: *“This is who I am, do you allow me? I’m here with these intentions. I’m here with these cause. Do you allow that? I claim responsibility, do you work with me?”* And this is a big difference. It’s not that I give it away for the fluffy ones to do with it what they want to.

But the opposite is like I’m here consciously to be the leader for this limited amount of time if you allow me, if you work with me. One of the ancient mechanisms of claiming the space is to circle the space three and a half times. And again it is on the inside as it is on the outside. Three and a half times is what they do even in some yoga practices for your kundalini cycle to become more aware. Just to change the awareness of that inside of you. So the same things apply for the spaces and homes.

Those are like preparational things where I prepare the stage but also myself. In these preparations I wished and established certain feeling already. Feeling that the intentions are clear and responsibilities are clear and when they are clear for me I become more powerful in achievement. The mind is not wandering in details that do not serve the performance. You are more centered, more focused. You are more aligned with what you are wanting to accomplish. It’s like working my entity in alignment and when the audience come they get sort of sucked into that alignment because it’s there already. It’s like an atmosphere. “Oh I like this atmosphere!” ; “I give in to this atmosphere.” ; “Oh Jesus, I don’t want to go there, let’s go and have a beer!”. So the audience is also responding to that alignment in their personal way and that’s something that I learned to trust in my life a lot that when your intentions are clear, you also can become more responsible because when intentions are clear you invite different people. When your intentions are unclear you attract different audience. Then in the actual performance it’s just fun, it’s just rock n’ roll, just letting the mind go out and letting the things to happen and playing in trans is very physical experience for me. Different songs actually have location in different

parts of my body so when I start to play a song I start to think of that song going into someplace in my body where that song is. I go into my physical memory of that song and then I just hop in and play. This is not so uncommon. I think it was Itzhak Perlman in some masterclass video saying that the music is out there and you are here and the music is always there and you just allow the music to come to you and you become that music and then, when it's time you allow the music to continue its way and you let go.

So this is a very shamanistic way of looking at the music if you ask me and I feel the same way. The songs are continuously existing somewhere so for me it's a physical act of jumping into the song. Sometimes I invite the song, sometimes I call that song to invite it to come. That's just details.

And then in the shaman violin performance I sometimes surprise myself of going to a deep place and I can't come back. And then I just don't care, I just rest there. I know that my intentions have been cleared, I know that my responsibilities have been claimed, I know that I can sit silently for two or four minutes doing nothing on stage. And people usually find those moments very magical and I don't do anything. And it's such a beautiful thing to play a song that takes you to a deep place and then allow yourself to go from the active trans state where you play and your body is active to go to the passive, let your body just be and let your mind just enjoy it and let the brain just be there in the trans state.

It also gives me sensations while I play. Sometimes I energetically feel very precise things in the audience. In the individual members or just the part of the audience. I don't see things, I do usually have my eyes closed when I play so I can sense that in right back corner of the audience these things are going on. Like there are three people that have resistance to what I am doing now. There are people there that are absolutely loving this and the flow and that part of audience is totally with me on the same journey. These informations. And sometimes I can alter, with my imagination, these energies. There is this old proverb from the chinese medicine that deals with Chi as the energy. They say that: "Mind moves the Chi and the imagination moves the mind." So lot of it is while you are in a trance state you get information that you wouldn't get otherwise but that information can also trigger your imagination to mold something new out of it and you can do it. If the situation arise you can do pretty much with it, it's quite wonderful.

**11. Have you ever experienced some kind of change in the spectator while you were playing in the trance? Yes. Do you have a concrete example?**

One time I had this sensation that while I was playing I had the whole audience here, really here. I had this sensation that they were so into what I was doing and so focused in what I was doing that I was actually holding them, holding their souls in my hands and I had this feeling what do I do with them? This is really precious, there was about 40 people in that small place and I had all these people, their souls, their hearts in my palms and what do I do now. Then the natural intuitive

choice at that time was to just toss them up to the air, throw them up higher than they ever experienced. And then while I was playing I imagined this, that I let them all go on some unexpected joy. Then I do it in my mind that I lift them up and let them just explode to the skies and as I do it with my mind I hear this sounds of all as it comes as a response of the audience and maybe it was the biggest applause of the evening so something happened there and it's not up to me to say if my image was accurate. That's not the name of the game to be accurate or to be factually right. It's to allow imagination to do greater things. Unexplainable things. To love magic, I love magic.

## **12. Have you ever experienced the feeling of the healing on someone performance or during your own performance?**

To me as a performer, what I already talked a lot about is alignment. Finding alignment with nature, with ancestors. For me, when I'm in the performative space I challenge myself to be in alignment with more than I have ever been before and when that is successful it's extremely healing, for me it's strengthens my alignment in everyday life. The more aligned, the deeper I can go in the performance with alignment, the more aligned I become as a person. Also the extremes of those feelings of alignment become our new vocabulary, they become our new possibilities that allows us to set new goals.

Right now as a performer my next goal is that when I do a performance I want it to be an event that people who come they think their life before that concert and after that concert. That's my goal, that's what I want to achieve as an performer whatever it takes. And even to say this goal aloud 4 years ago it would feel ridiculous but now it doesn't, it's solid, it's what I want. And I now that I have to aim for everybody in order to reach someone. If I reach someone and I fail, I won't reach anybody. If I reach everyone and fail maybe I transfigured 80% of the audience. But the capability of being daring in this sense also builds up.

## **13. Have you ever experienced the feeling of the trans on the concert/ performance of someone else?**

It's different when witnessing it and not doing it, it's always different but not in that same sense but also in the lament workshops some of the deepest laments that the participants have done have been very strong. In the lament workshop healing happens often by witnessing. When we witness grief. When we are witnessing someone's inner grief it becomes healed. So sometimes in the lament workshops I have been healed many times just by witnessing someone else's lament. Because it's not just the one who laments that heals herself, it's the whole community, everybody who witnesses that lament is transfigured in a way. I can't have the same relationship to the topic that I have that lament witnessed. That part of my life has changed. I don't believe in individual grief anymore. I have been witnessing a thousand laments and I've seen it so many times that every sorrow, every grief is

always collective. Individual pain is an illusion. We are ashamed of what happened to us and thus we hide it but when we take it away from the hiding place and it becomes witnessed and seen by the others it becomes immediately recognised as something that we all have. Something that we all carry whether we've had that experience or not, that's just beautiful. And a lot of healing happens just like that so for me the strongest performance is, if you can call them performances anymore, are the lament workshop participants who allowed themselves to go deep into their core trauma. Witnessing them was the most healing. Teaching those workshops has changed my personality throughout. When I started as a 20 years old I was arrogant and I thought that I'm better than anybody else and I was very judgemental. I was very quick to judge people and some features that they had, looks or behavior. No more, I can't afford it no more. When you witness the pain inside the people and you become aware of the hell that anybody can be carrying in their ancestry, in their family line, in their life. You can't be judgemental anymore. You simply cannot be. So that's one thing that was healed in me, my youth arrogance, that was part of my family line, I was thought to be arrogant. I learned it from my family line and the judgmentalism is everywhere. We feast in judgmentalism. Just open the newspaper, it's a feast of judgmentalism. So that's a big healing to be healed from judgement thoughts.

#### **14. Do you think that ritual or ceremony has some kind of meaning not only for the individual but also for the community?**

Absolutely! The traditional way to see in the native communities and in Finland in ancient times is that if someone was sick in the community they didn't think that the individual is sick. They thought that sickness has entered the community and the one who is sick is the one who is making it visible for the community. The one who is sick is sacrificing themselves for the community to realise what it needs to heal. It's very different nowadays. Take a pill and go alone. Don't come to your workplace, stay home. We'll detach you until you are well again. If there is a sick person in the community, the community has the sickness so most of those rituals were not for the one who is sick but for the community to find a way to heal the community through the one who has the pain.

It's the same thing with the Bear feast again. It's that same element. So it can be an initiation for the individual but it always has a community aspect in the old times and it's partially because of changes that we had in the society we don't see and don't understand so clearly. We don't take responsibility of it clearly. We so often claim ourselves as a victim of condition that is created by something that we are not in control. But that's not the way that the elders were thinking in native communities in indigenous cultures. I take responsibility of my victimhood. I find out why this has entered the community but of course the things were a bit more simple. The community was simple, the means of survival of the community was much more simple.

**15. When you make the lament workshop, do you think it's this kind of ceremony for this whole community when there's more people?**

At the best it is, not always but at the best. Almost every time the group of participants become a community for that week or for longer time. The last workshop I did became such a strong community that we've had an email group that was continuing for a year and now we are meeting again the same people. It's exception but so much fun to see it happen.

Usually after a week it becomes a community of itself and the people that change bring it forward wherever they go and that's the beauty of this kind of work. You never know the ripple effects what it causes. I have the story of the bear feast. In the bear fest we have this "kaiaiuui kaiaioo, kaiaooi kaiaioo" (singing), this kind of song that the whole audience is singing. We had a performance on saturday and there happened to be a hospice worker in the audience who learned this song. She went to the intensive care where her patient was, acted the performance and thought the patient about the bear feast and started singing in an intensive care. While the hospitals intensive care doesn't have rooms, they have only curtains there were six patients in that intensive care and while hospice worker was singing this all for a sudden she realises that everybody in the intensive care is singing it, every single one of them is singing this song and the next morning he receives a phone call from the head doctor of the intensive care. The doctor asks him what happened last night because every single patients every vitals in every sense has risen. So that's the ripple effect, when you woke something, you don't know how far it goes, you simply don't know and the ripple effect is amazing. It's always the most surprising thing to find out stories like this.

By the way, that is story that is careful, it is illegal for me to know this, this is information that is classified in the hospitals so if you use this story you have to erase everything that is traceable. It is unfortunate because scientifically we would need this. I would just take a phone call and say we need those data and make a report that this happened but law forbids it with patient protection.

**16. What should be a purpose of shaman performer?**

Initiation, growth, expansion, alignment.

Basically there is no disease. Every disease, every problem in the world is because of misperception that brings us away from alignment. Disease is nothing more than failing to align with health. To be angry with yourself is failing to align with the wisdom of the situation. Failing to align with the intelligence of the universe that is providing you with this experience so everything is about alignment for me. Every ritual is about alignment. Alignment with nature and nature to me is what is natural, what is aligned by its nature. Nature is always aligned. If you look at the life of the bird for example while the climate change is going on. The migratory birds either

adapt to it or die so they are aligned with the climate change or they die. But there is no inbetween. We humans have this in between, we can live a miserable life without alignment. The animals can't. So for me it's all about this, whatever it is to strength and alignment and the consciousness of alignment. Because that's what healing is. I don't believe in healing, I believe in alignment. When you become aligned with your health, your body heals itself. I don't heal, I can affect person's thinking, the person's understanding of where they are and help them to align but I don't heal. They heal themselves by consciously linking into the alignment. So in many ways healing is a bit outdated word in my world. Healing gives credit to someone who doesn't deserve it and takes responsibility away from one who needs to claim the responsibility.

## **17. What do you think that should include performance that claims to be shamanic?**

I think it should include acknowledgement of the tradition. It should have some kind of sense of where it's coming from and this doesn't mean that it doesn't repeat itself. This is something that I don't agree at all that I should be a Hanti in order to do a Hanti ritual. This whole talk about cultural procreation is important but somehow also missing the point. We need things to evolve, we need style to evolve, we need to try out things that we've lost. We need to learn from other cultures and if we start to claim that as a sin or cultural procreation we are going to be screwed. We really need to start learning from each other and the best way to learn is to try out and do things.

But then there is another side of it which is that you have to be aware of what you do. You can't just read one poem and go somewhere to do your own thing and claim it to be something. There has to be a traditional awareness, **sort of base where things are rooted, to what processes**, it should be open, very open in sense that people have the sense of what their participation is. That shouldn't be participation that is forced on the people, the audience or members of your play. This is how it should be open. Everything should be based on the free will and also conscious understanding of what we are doing. And in that way there are so many things that claim the shamanism somehow and I don't care but you have to explain it. For example I have this problem in the shaman violin. I don't like it, I would rather go away from it and name it Tuomas Rinakari solo. I don't like it anymore but when I was 20 years old nobody knew me, I had no name and then I do something that nobody has done before and if I put my name and a violin it doesn't tell anything to anyone so it's like what is he playing Mozart? Then to explain sort of what I do, that I play in trans state and that the music is based on archaic shaman recordings from the siberia. Yes, that explanation is there if you look for it and you search it but how many go that far. So that's why 20 years ago I started and my producer suggested let's go with shaman violin and I said you're right and before I knew it people were talking about me as of shaman violinist which is whole another thing. I just created a performance that has name shaman violin, I wasn't claiming anything for myself

or need to be anything. The people did it. Now even when I do work here in Finland, that's totally not related to shamanism as all press writes: Tuomas was also known as a shaman violinist. I won't get rid of it anymore.

But what I was saying is that it's ok to have shaman violin performances, you have an answer why. My answer is that the music is based on archaic shaman recordings from the siberia and the process of performance happens in trans state. This is a solid answer. But there are so many times that there is no answer. This is shamanistic because it sounds cool, this feel to it but you can't specifically answer but you should.

**18. By the tradition awareness, do you mean that the creator should only know about it or should it be visible on the performance?**

Preparably both, it's nasty if you don't credit your sources so I think that ethically you should credit your sources one way or the other. For example in the bear feast the original poems that we used were as a list in the program. You could go back from the creation to the original source of the poems very easily. For me it's ethics. I can't claim the poem if I don't tell the source of the poem.

**Interview part 2**

I have a feeling that I wasn't clear enough for your last question What it takes to make a shamanic performance. Cause the thing is that as an artist it's our obligation to study things we don't know, it's our obligation to go to places that we don't know. So I wouldn't be too concerned about getting it right or doing it properly. The process itself, following what inspires you is the most important thing. And if you go to work with shamanistic things, then what I mentioned, be open with the source. Cause that sort of gives it away. You can leave it to the audience to decide whether it's real or not or how it affects them or doesn't affect them. And it doesn't have to be so self-conscious. For example today, because we became more aware about the cultural appropriation and of the historical problems and the political problems we have today, many artists are scared to do, what they want to do, are scared to study, what they want to study. And for me that's very unfortunate. So it doesn't matter, if you have a traditional background or some traditional training, it's good to be open about it. But if you don't, it's important to be open about that as well. You could just as well do your shamanic performance saying that I found this drum from a market and I have fun with it and decided to do a performance out of it. But that's what I mean, if you are open where you are coming from and how are you approaching the subject, it should be enough. It doesn't take a initiated shaman to do a shamanistic performance. Whole shamanism is such a wide concept, wide world when you're never ready. So if you just develop your knowledge and develop yourself, you'll never get anything done.

Cause you're never ready. I think it's more important to follow your inspiration and be open about what you are doing so that you don't mislead people.

**1. Do you get to the theta state during the meditation, during your shamanic performances or also during totally ordinary things like making your breakfast or walking in the nature etc. ?**

There are many ways to go there. And for me as it's something I've been practiced for quite a long while it's something that I can control by my intention and my decision. So there are situations where it's difficult or I don't find pleasure in the idea of doing it. For example if I was in the middle of Vaarinpolkka in Korpiklaani gig, which is one of the songs, where I really have to be super conscious about where I have to be with the other musicians. It's not the comfortable idea to full around with different mental states, cause it probably doesn't produce a desired outcome. Maybe that's a difficult way to put it, but in some environments it's more demanding than for the others. But if there's a will, if I feel comfortable, and I feel it's something I want to do, it only takes a decision. Whether I'm baking eggs or playing violin. But the environment affects a lot of it and you can enter the theta state by meditation, many people do. And if you just go on youtube and put *theta wave meditation* you could find a lot of those sound escapes, sound meditation tapes, that support theta frequencies. They won't do anything to you if you are not willing to change your frequency. If you fight against it, nothing will happen. But if you do want to feel it and get there those tapes can take you there just as well. But I do it in meditation, I do it several different practices that I do, I do it by drumming, I do it in the shaman violin performances. Nowadays even practice the shaman violin things... the shaman violin songs aren't finished before i try them in the trans state. And also I do just improvisations, where I go to the theta state. In the beginning, let's say 10 years ago, when I had bright lights, it made it more difficult, but nowadays, it's just different. it's not an obstacle, but it's different.

For these things to work, it has to be comfortable. And in order for things to be comfortable, you need to have this feeling inside of you that you are doing something valuable, something that makes sense. So that's why i never try to bake the eggs in the theta state. Cause one of the characteristics for the theta state is that you lose track of space and time. So that might happen for only like twenty seconds, but it depends what you are doing. If you are doing something that you have to watch over by time, that it's simply not beneficial to try it. But the structure of music in these genres that are shamanistic related, be them laments or shaman songs. The structure of music is so that it permits things to happen. It permits that you don't need to be conscious or worry about, what others play around you, you don't need to be worried about staying in tune or keeping up a certain rhythm in certain way. The rhythmical patterns are very important. But the patterns itself they are alive. So it's like you are with them instead of play them. if you play them in the sense of playing the classical music, than you execute an idea. You have an ideal, that you want to accomplish and execute it the right way. And that mentality leads

to a dead music. Music that is fixed and is not alive. But these rhythms, the free meter structure or the way that many of the shaman songs are composed, they have a short motive and endless amount of variations of that motive. So that means it's alive. it's changing all the time. And the rule and the exception sort of like the comotive that repeats and those that variate, they are not separate from each other but they are overlapping. So that creates situation where it's alive. you don't know where it goes. You don't execute a form, you don't need conscious effort to do it. You just sort of follow the way the music naturally wants to unfold.

## **2. When you speak about the short motive and endless amount of variations of it in the composition of the shaman songs, what about jazz. Do you see the similarities?**

Jazz is such a broad concept. Definitely in free jazz or those types of jazz, where improvisation is not so fixed. But of course improvisation always allows this possibility of unexpected and this liveness. Even when you are following a strict quart changes. And that happens a lot of times. For example when I play jazz, I don't necessarily know where am I exactly in the course, or how many rounds have I played already. i don't necessarily pay attention to this if the situation allows it. For example a good drummer will let you know when you change from one part to another. A good bass player will let you now. So that allows a certain freedom to just flow and go. So yeah, may be. There are degrees to it. So there is sort of thing that makes any music dead or live. But it's more likely on how we approach it, what do we make out of it and how do we approach the limitations of the given music. But every folk music has an element of liveness in it.

## **3. Is alpha best for performing and theta best for creating according to you?**

It makes sense although performing and creating are wide subjects. When you are doing a drum session or doing the shaman violin the alpha frequency is not enough for it. I think that alpha state is very beneficial to a lot of creation processes so I wouldn't limit it to that but I do agree that every state has a benefit, a special quality that can be applied in multiple ways.

## **4. Do you have practical experience with creating in alpha or theta state?**

The laments are very often created in alpha state but for me the theta state is very colorful, strong and inspiring but alone I think that for creative work it's not enough by itself. You have to go into analyse phase. For me the creative process is so wide so I think you need all the levels to do your creative process from the beginning to the end so I think it needs more than the theta state but for the source

of ideas or to strengthen one's sense direction where the piece is going and those kind of things using the theta and applying those to the creating work is absolutely beneficial. But again it depends on what are you looking for.

If I think in the world of arts and painters like someone like Jackson Pollock who was probably pretty much in theta state when he did a lot of things where he was just splashing the colours. He had a huge canvas and he was throwing the paint over the canvas. His paintings are very powerful. There is a rhythm to it and you sense that this is not random what he is doing, he's not just throwing the paint on it. There's a rhythm and there's intelligence to the rhythm. And for me, he must have been in a theta state when he has done that. He could have been stoned, I don't know but I can sense this quality in his work. But if you would create something like an architecture or something like that, you would need different things to accomplish that.

## **5. Could you describe more the ways how you make the laments?**

Lament is a process. It begins by choosing a topic that you know that is going to make you cry, choosing an emotionally strong topic. Then there's an element to finding words to it. There's many ways to do it. We go to nature and find symbols and images in nature that support the emotional state because this was traditionally done. The traditional lament texts are full of imagery, nature and euphemisms so they don't tell straight what something is. They describe it either openly or in a hidden way. For example if you do a lament about your father you don't say father but you describe the father in some other way. It could be a physical description like "broad shouldered man with a funny looking beard". You describe him by the imagery. Or the mother. There is a language to the original lament. The mother was described from the physical relation. So the mother was "the one that carried the baby", "one who laboured me to the world", "one who breast-fed me" so there's also the physical way of describing. But there are psychic symbols as well. For example if I describe my mother as the one who has breast-fed me then I am aligned in my own psych to my mother in a very different way. This is something that is important in a lament. To find the emotional language that includes symbols but for some people this is extremely difficult nowadays. Some people are very unimaginative these days.

We also do exercises of just writing down the stream of consciousness and this is basically an alpha state exercise that is pretty well known, "the morning pages".

Julia Cameron is the author, a best-selling writer who writes about overcoming writer's block and these kind of things. She probably didn't invent the morning pages but she explains them really well. It's easy actually, when you go to bed, you prepare 3 empty pages and a pen next to your bed and when you wake up in the morning, the first thing you do is that you start writing. You don't think anything, you don't pick a topic or anything, you just start writing in that morning state and the idea is that you start writing before you enter to the beta state, before your coffee

and any morning rituals that get you going. That's a powerful place to be, the time when the magic happens, before you fall asleep and before you fully awake. That's the time when your brain is naturally in all of these states. Every single one of us goes at least twice a day from beta to alpha, to theta, to delta. You wouldn't sleep otherwise. The brain cannot jump from beta state to delta state, it has to go in stages. So every single one of us is in trance state at least twice a day. That's how natural it is. We have lived a long time in our culture when we don't appreciate nor practice the prolonged being in these states other than meditation and mindfulness, which are just the techniques to it. But we wake up to an alarm clock and that's a shock for the brain. That's why you feel so horrible when the alarm goes off when you are in a deep sleep. You feel horrible because the situation has caused the brain to go fast through the theta and alpha states and it can't do it, it's not healthy for the brain. Then we feel ineffective so we go and have an espresso as fast as possible. We have these habits that shorten the time we spend in alpha and theta states. So the idea of the morning pages is that you don't do this. You wake up slowly and it takes extra time to wake up slowly and before you rise up and do your things you write three pages of your stream of consciousness and the trick is that you are not allowed to stop. The pen must be in movement all the time. If you don't have anything to say you must write "Now I don't have any thoughts" but your pen has to keep writing and what comes up is pretty interesting. Julia Cameron in her books advises to do this at least two weeks in a row but you could do it as long as you want. This idea of writing down your stream of consciousness is something that we can do for an emotional topic and in a same way. By allowing yourself to get sucked into it and you don't judge, you don't have opinions about what you write, you don't correct your mistakes that you write, you don't care if your language is understandable for anybody else, you don't care if you jump to the next topic mid-sentence. This alone is the process that will take you to the alpha state. That's how we do the texts and then the lament melodies are usually descending melodies and they pull out the breath so we have a teaching method to it where we take people to the state of relaxation and we have breathing exercise that turns into the singing exercise. And in this you sing the same way you would write down the stream of consciousness. You don't control your voice, you don't think, you don't judge, you don't have an opinion about how your singing is. So through the relaxation we escape those patterns and of course by allowing people to experience it. Sometimes it takes quite a lot of explaining but often I begin the lament workshops by saying that if you had been traumatised by singing in school you will do very well in the workshop because a good lament includes everything that the school teacher didn't allow you to do. A good lament includes unfixed intonation so it looks like you are singing the wrong notes. A good lament has words that nobody can understand, your articulation is so poor that people would understand. Breaking in the middle of the sentence is good. Not sticking to the rhythm is very important. All the qualities that we learned are bad singing are wonderful in lament and oddly enough for the trained singers the lament is the most challenging to do because they have physical blocks to singing that way not to sound ugly. They don't allow themselves to sound out of tune, because they practised physically so

they're body is that way. All of those things together take people to the alpha state and when you combine these with the emotional topic, framed language that supports the emotional topic and the way of singing. When you combine all of these three, it is difficult to do any other way than in the alpha state. The relaxation and grounding exercises helps people to enter it.

We haven't lost the capability to go into alpha state in today society yet. Using the theta state is rare but the alpha state is something we long for. Most of us do the walks in the nature and have these habits that do take us in the alpha states. One of the most harmful things for this in our society is television and smartphones because they put you in the alpha state physically. You are on the couch, a place where you would naturally fall into the alpha state but your brain is getting so much stimulance that it doesn't go there. That's the reason why do you feel awkward after watching television for a long time. You are not relaxed, you have been relaxing for hours but you are not relaxed. And there's a study that shows that if you watched television as the last thing that evening, your brain doesn't relax until very late in the night or even early in the morning. Your level of sleep goes down because your brain is still sort of misplaced. The body has been relaxing and not moving but I have all these stimulance so your brain doesn't catch up. Then you go to sleep and your brain is confused because the stimulance ended but it's still going on in here and the body is all the same because it was on the couch and the brain doesn't know what to do. That's why the level of sleep worsens a lot. So that's a big threat to the alpha state in today society. To seek chances to be naturally in the alpha state are taken away from us because we watch television or chat with our smartphones.

## **6 Are people in laments singing in their maternal language or are they making the language up?**

In finnish tradition the singer knows exactly what is he singing about but it's not necessarily consciously crafted. In the beginners lament workshop we suggest that they write down the lament because it takes a lot of talent to improvise. But then again there are even beginners who improvise they're lament for the first time but they have background in theater improvisation or with these kinds of things so they are comfortable in improvising texts already. But a lot of people aren't so we advise them to write them down. But then when they do the lament, it happens that they begin with what have they written but then their motion and flow takes over and they go somewhere totally else than what have they written. And when we open up to the authentic cry we don't know how far back it comes from. Our body, genes and DNA remembers traumatic events generations behind so when we truly open to the authentic, the original cry that is us crying, our pain. We actually activate our body on such deep levels that we don't know where it comes from, we don't know how far it comes from. So sometimes the lament that begins from one topic becomes conscious of something bigger underneath and that gets exposed and it's very beautiful when it happens. Very beautiful.

Then there are other cultures like Native American cultures. They use prevocables, which are the language of a baby or a toddler that doesn't know the language yet and doesn't speak it but do try. And the prevocables have a lot of sounds that are in between the language. In Finnish language we have very distinct A, O, U, which are very distinct in our language, they don't mix and are very clear. In French language, they have very mixed sense. The toddlers don't know it so when the babies do the prevocables they have all these levels of vocal range.

So the native americans use these prevocables and the sounds in between the letters a lot in their songs and also in the laments so it's cultural.

## **7. Would you recommend to people to train how to stay in alpha or theta to increase their abilities?**

Absolutely. There are some studies that disagree about children but children are naturally in theta and alpha states all the time and they disagree a little bit if they are there until the age of 5 or the age of 7 but it seems to be that the children don't go to the beta state in the early childhood but they dwell there in the theta state. That might be the secret why they learn languages so quickly and it seems to be the theta state that allows things to go to our subconscious mind quickly and in a more effective way. This realisation is actually the art of energy medication which will probably be the next step in human evolution. That we'll go away from medicating as we know it and from healing as we know it into the energy medication and genetics and DNA repair that will change the way that we look at disease and healing altogether. This realisation about how the body and mind connection works and how does the subconscious mind works is a massive topic and this is not new to the shamanic cultures. Do you remember the ma that I showed about the remembering. That means that those people at its best remembered traumatic events that happened in their families 7 generations ago. And when something repeats in the line into grandchildren they could easily sort of understand the course and consequence relations that are so hidden nowadays. But it's interesting to see that the genetics are proving these things to be real and to happen. But they have mechanisms and techniques to affect these things. So the reprogramming of the subconscious mind as an idea seems to be cross-cultural and universal from Dalai-lama to the Kuna of the Hawaii. The tradition of changing the perception to change the world, you change your thoughts, you change your world. That is essentially a very shamanic idea. The shamanism has a lot to do with perception like what is our perception and how do we see the world and how aligned we are with the spirit in our perception. Or how are we aligned with something else like a family trauma. We often aren't and to some extent we always are.

**8. You said it's not really clear when the children stop to be in the permanent theta wave, if it's 5 or 7 years old. Do you think it has something to do when the children are going to school?  
50:45**

The schooling system and the pedagogy of today are relying a lot on the beta state. But I think it's part of our path as a human but the environment and individual go together, everything affects everything. That's the answer.

It's interesting that the alpha state doesn't take a lot of effort to be there while learning. But for some reason the theta state seems to take quite a lot of effort to learn to prolong it and to learn to consciously use it. I don't know why it is so but somehow I think that what we're doing in our culture and in our schooling system, what we deny and what we allow to our kids, it somehow supports the thing that we reward them for being in the beta state and I think that it doesn't have to be so difficult because it is so natural for us but there is something in the time we live and the culture we live that a lot of people in theta / delta state area just fall asleep very quickly when they enter certain level. So it's interesting that it takes no practise to go into alpha states.

**9. What attributes should have a shaman artist?**

The shamans of any time were artists because the language of mythology is art and also the many layers to artist ritual. In every art school you have these students that do extremely well. They fit in really well and they are talented in the eyes of the teachers and all goes smoothly and they find their place in the world of arts effortlessly. The question is: Do they really grow? Do they really find something? Do they really go to the outer reaches of their potential? Do they really challenge themselves? Do they go through processes that at the end of the day are the matters of life and death to them? Not all of us do. But I think that the attribute of pure curiosity of going beyond and explore the outer reaches of who you are and what can you do. The curiosity to find out if possible and impossible can be altered ad not all of us have that curiosity. Some people are just simply happy to live an ordinary life. They are really happy. Nothing ever happens to them but they are happy. I used to be envious of them. It could manifest itself in any possible way, in any possible character. This is the only decisive common element.

**10. Does the curiosity leads to the transformation?**

It's part of it but for me there is also a calling to it, life is not satisfying if you don't push yourself to those limits and when I say push yourself I don't say that you have to work hard and suffer. I'm not saying that you have to have initiation disease that nearly kills you. It might happen but it's not like you have to but this is again the cultural conditionings that we are so tied to. It could just be a lot of fun. But there is

this element that life is not satisfying, that life is not enough for me. And that is something else than curiosity, it's more than curiosity but curiosity is part of it.

## **11. Do you know other shaman artists than you?**

Oh, there are many. They are beautiful people in the world doing beautiful things. There is a dancer that I worked with last year in Finland called Gabriela Aldana-Kekoni. She is an immigrant from Chile and she is half Mapuche, an indigenous tribe in Chile. While growing up, she spent a lot of time in Mapuche community but she was a half-breed so she wasn't fully taken into the tribe but she spent a lot of time with their shaman. Then she came to a crossroad in her life where she had to decide if she'll be a dancer or be initiated to live a life with Mapuche. Beautiful person, beautiful work. For her, the dancing has been part of her way to live the shamanic life and she does healing as well.

Then there is a Khanty painter Gennadi Raishev. Khanty is a siberian tribe and he is the most exceptional person that I have met in my life. He has a gallery in a 3 or 4 story building, 700m<sup>2</sup>. I have visited the gallery before it was open and it was full of his paintings, so I have asked him how many paintings have you done? He started laughing and said that nobody knows, but until now this building has little over 20 000 paintings. They realised that his paintings are national treasure but they can't let them to go rotten because most of his paintings didn't have a place to be so the government decided to build this museum and that's where he works. He has atelier on the top floor and he still keeps on painting. He is around 8 years old but he keeps painting. He is one of the most productive artists and to me he is one of those people that had figured it out. One of the people in the world that has an answer to everything. And the level of mythology in his paintings is just absolutely stunning. He would probably not be comfortable to be called shaman but I've seen him work and paint and it's just so beautiful. He had an exhibition about Earth and it was quite naive paintings with a particle that means the whole world. So he had a picture of tree leaves and the tree was blooming with the flowers and then in one leaf is the whole glow. Then I asked him if he's referring to the shamanic knowledge that in every particle of life there is the knowledge of whole life and he answered that imagination is key to everything. To be able to imagine the information of whole life in those particles and he explains his process of painting. As a child he thought it's too limiting to watch the world from the human perspective so he changed into a bird in his imagination and started to look at things from above and started painting things from the birds perspective and then he changed into a fish and that was his way of becoming a painter.

There is also Jerry Honawa, a Hopi indian who crafted Katchina dolls, Hopi dolls used to teach the children about spirits. In the rituals they dress up as the spirits and look exactly as Katchina dolls so the dolls are very connected to the spirit and I met him in Arizona in Hopi reservation and he is gone now. He was an elder and said that when they nowadays craft the dolls they can't bend them, they don't stand straight, they want to be carved bended. So for him the carving was a dialogue, the

communication with the spirit so when he carved them, they told them in what position they want to be and how they want to be presented. He expressed his worry because all of them wanted to be bent down and he sense that the spirits are fixing a lot of problems that we create and that they are wearing out, they have so much work to do that they are getting tired. We need to become more responsible and quickly because if these spirits can't fix all the problems that we create, we are screwed.

## **12. How important is costume for you when you play, do you have specific costume?**

I've been changing my costumes this year and for me it's been problematic but the costume is very important to me because when you are on stage you are not alone there. There is also your alter-ego. In the Shaman violin performances I think that the shaman that is on stage there is sort of an alter-ego of mine. And it is a person to whom everything is possible. And that's the beauty of an alter-ego, that you can have qualities presented that you don't necessarily have in your private life. But those qualities can become very real, that's the interesting thing.

### **What do you mean by alter-ego, a role?**

Maybe a role is a different thing. I see an alter-ego as an altered version of you. Like when I leave this part of my identity on hold and I put an emphasis on these qualities of my personality. Sometimes an alter-ego can go really far. Dame Edna was a drag artist in Australia who had a TV show and it was like Conan O'Brien today. She was the most famous drag artist ever. She was a drag queen. (He was a man impersonating a woman). He was not transvestite, not even trans-sexual, he was a drag artist so he had an alter-ego that was so far beyond anything that it was an older lady. But it was like a personality of its own. It was so developed artistically. So there was the Dame Edna show that was broadcasted all over the world in the 1980's. It was the most successful talk show, really funny. That's an example of an alter-ego because it's a role but it's more than a role because it's become a part of your reality and probably there is a dialogue between for example Dame Edna and the real identity in the head.

So the costume changes you, it's a conscious process of transformation so it's an important element. My outfit was developed for quite a long time and I've had it for ten years so I'm not happy with it because I'm a different person and I need a different outfit but it's been difficult to find the right artist to help me design and create it. My boots come from the Hanti artist, my belt has a lot of gifts that come from people from all over the world and all these things. It is important.

## **13. Does it have any symbolic meaning?**

For me yes. There are things in my outfit that are both my history and experiences, it's very important to me. The pouch that I have on my belt, it's a Hanti pouch that has a family symbol in it and it was a gift from my first field trip to Siberia so when I have it, it connects me with those people and memories of them and the part of me who has traveled to Siberia and been there. The boots are also from Siberia and have an amazing story. I hope that I will be famous enough that those boots will be in some museum when I'm gone because the boots deserve it. They were made by a Polder-Hanti woman. They are much smaller than I am because I'm a tall Scandinavian man so I'm much bigger than Hanti people are. When I saw the shoes she made for me, I knew that they were too small for me and I asked if she could make them in my size and without any words she stood up and went away.

Not in a way that would suggest a yes. In the last day of the field trip I decided to go over to her place because I really wanted those boots but I didn't know what's going to happen. I entered the room on an exact time, when she had the boots ready. She cuts the threads and they were ready and I came in. For her it was a big spirit sign because who knows when is the right time to come intuitively. There was this respect all for sudden towards me. I tried the boots and they were exactly my size. Then she becomes terrified because only dead people wear shoes without stuffing in them and I was trying them on without it. She was terrified because I came in in the right moment and did thing that only a dead person would do so she didn't like that. These stories are important for me, they are part of my identity so they carry a lot of spirit power. Then I have some things that I bought on my journeys and some gifts that I was given by people and those gifts are like a symbol of a meaningful exchange so there is always a chance to add consciousness and meaning to anything you have.

#### **14. Do you have anything in your costume for protection or some connection with your spirits?**

To connect yes. This is a theoretical question. There are different approaches in shamanic traditions to protection and a lot of them do protection magic, which is a big part of shamanic tradition.

The shamanic line that I relate to has a different consciousness. In my consciousness the only thing that I need to protect myself from is myself. The world is not a threat to me. No one can make me a victim except myself. The awareness and consciousness that I have practised is so I don't build walls between me and the world. I don't need protection in that sense but I need to be awake and conscious to know what I'm doing and take responsibility. The alignment and responsibility are two words that keep repeating in my speech and it's not an accident because these are the most important things. When my perception is aligned with my spirit I'm seeing things as the spirit sees them. There's absolutely no need for protection.

#### **Do you know Susanna Aarnio?**

Yes, she could count as an artist as well. She is not doing art as an artist. She's been studying under Johannes Setälä all of her life and Johannes is an artist. He is both a bass player and a sculptor and book writer. The native council that includes a lot of different tribes and their shamans have named Johannes to be guardian of the northern fire so he is very respected finnish in the native communities. And an artist too.

Susanna is his disciple for more than 25 years and I know them both.

Susanna takes her costume very seriously. She has applied things to it that comes from siberian tradition, Yakut and Nganasan traditions to be precise. Also a little bit of Selkup. She is very drawn to them and for her protection it's very important.

There are a lot of protective elements in her costume but this is where me and her differ. We follow different lines of shamanism in this sense and for her it's really appeal. It's fantastic costume but for me it's not appealing. But that's an individual preference. For Susanna the trans is different, it's about aligning with heal and for me it' aligning with performance and that's a very big difference. She relates to the person that she heals, to the deceased that he or she has. She approaches things that are harmful.

I have a personal story to this. There was a Yakut shaman outfits that were portrayed in a museum in Finland and there were outfits of the 7 different shamans. The Selkup outfit was so appealing to me and beautiful that I could have spent the rest of my life next to that outfit. It was so beautiful to my eyes. Then there was the Yakut outfit that I felt I don't want to go near it. I felt something from it, that I don't want to go near it but I went anyway and i got a migraine. I left the museum in a horrible pain but that was long ago and I wasn't so conscious than about things and I was very open in that time. I was not consciously chosen to practice the line and ideas of protection at that moment, I was still sensitive to experience these kind of things. But the interesting thing of this story is that the reason I reacted like this, the reason I had the migrene, the reason why it all happened was that later I learned that those decorations of Yakut costume was places where the shaman took the disease. So symbolically there were places where the shaman imprisoned the diseases and malfunctioning places. So there was a lot of conscious power in those elements of costume that were carrying traces of consciousness of difficult diseases. So this as an artist I don't do, I don't approach their illnesses, I don't approach their pain and if I would do it, I would have a different kind of costume just as well.

But then again doing the lament workshops, there is a lot of pain and a lot of trauma and a lot of disease that we address but for me I don't need any other protection than a clear intention and the alignment, that's all.

### **15. Do you feel the presence of your protection and guidance spirits when you play and do you ask them for help and presence?**

The presence alone is very helpful and powerful. in performance we all know the dance that we are dancing so the communication doesn't happen in words. But this is also a personal thing. People often have an idea that communication with spirit would be something, feel or be something. They have an idea that you hear voices or see shapes. You have a fixed beliefs what the spirit communication will be like. It can come from fairytales or whatever but in reality everyone of us has a leading gift. For me as a musician I thought for long years that my leading gift is hearing because as a musician I'm very auditive and I can hear the perfect pitch and all. When I was young I thought that I'm supposed to hear the spirits but that is not my lead. My lead is kinetic, I feel. I don't see, there's different people that see, but I feel.

There is a method of diagnosis, where you see a person and imagine his health body, which is in a perfect health. That's the ideal health of a person and if he is not aligned with his health body he is not healthy. It's an energy field around a person that can be related to as a health body. Some people see the health body and can say that they now want this part to be visible etc. and they see it.

And I'm not a person with the visual gift so if I try to do this it wouldn't work like this. But everyone of us has a leading sense and mine is to feel, to be kinetic. So when I have the conversation with my ancestors or my helping spirit I feel it. I don't hear them, but I feel them or if I am aligned with them or not. I feel the presence different realities, dead relatives. Sometimes when you start to talk about something, you activate that energy and you call it hear. That's why the indigenous cultures were very conscious of what they talk about. For example they didn't talk about the bear ever because a bear is such a strong beast that if you talk about the bear, you might be calling the bear to come and cause problems or struggle in your living space. That's why they were talking about the forest animal or the uncle in the forest. Things that weren't addressing the spirit directly. In every mythology naming is the most effective way to call the spirit. When you call the spirit name, you call it's consciousness immediately in your present space.

I feel emotions and it took me long time to learn when I'm feeling other people's emotions and when I'm feeling my own emotions because it's not always that clear. Sometimes you are feeling an emotion of someone, who is thousands of miles away but you are very energetically connected to this person in your thoughts and with your energy and you think that these are my ideas but they aren't.

That's why it's difficult to describe how the things exactly happen and it's also very individual and it happens to everybody different way. So if you are a kinetic person, you can understand me and it's useful to have this conversation. But if your lead is visual this could be even harmful because you can start to have beliefs of something that is not part of you.

The spirit wants us to learn who we are and not how he did it.

Everything can be practiced and everything can be developed and nothing happens by itself.

## **16. How do you create your music, do you use any shamanic principles, wavelengths or your spirits?**

Whenever we are inspired, we are aligned with the spirit. For me joy is a very essential thing in life and I value it above everything. The unconditional love is very important in a way of being in this world but I think that unconditional joy should receive way more attention than it does. Whenever I follow joy or whenever there is this thrill of joy, excitement and inspiration, not necessarily excitement because that could be a different thing, but when there's this delight of something I know that I'm

connected with the spirit. I'm aligned with the spirit, I am doing what the spirit wants me to do.

It's the same in proverbs like, when you begin to knit, the spirit provides the thread. When you begin the action that is correct with your path, the spirit will be there to help you. You will find doors where there never were doors before.

And if I'm not feeling the unconditional joy and aligned with the inspiration, what is holding me back. Those are very spiritual questions. This is the principle I follow. Another important principle that is there is the principle of predator and prey. In the shamanic way the predator and prey are connected and all of us are both. The creative work feeds my predator, it's safe and easy way to feed my predator. Good example for this is a friend of mine, one of the best photographers in Finland. When he took a photoshoot with us 2 years ago he turned into a beast. He was like a hunter with his camera, all his senses were highlighted, he was like a true hunter with that camera and he was having fun. It was feeding his predator and waking up his predatory senses. But sometimes I need to do a creative work just for myself that doesn't make any sense. It doesn't lead to publication, it doesn't lead to anything. It's only my own practise of feeding the predator so it's active and activating things in me. So my entire psychic balance is dependant on certain kind of working so if I would go away from this creative work for too long I don't find a way to be aligned or in balance. In a human psych the predator has to be fed. If you don't feed your predator it will go it's way and feed itself by itself by something. So if you don't find a healthy way to feed your predator it will cause problems in your life and for me art and creation is one of the ways of feeding the predator. So those principles are essential. The principle of knowing that I follow the spirit when I'm in alignment with the spirit I feel inspiration. I know I'm in the right place and I know I'm doing the right thing, following the bliss. To me that is a shamanic principle. Because it's not very cultural. Often when you follow your bliss, it means that you're going to stumble the society's square thoughts. You will have to evolve, you will have to transfigure, you will have to find your way out of here. And that going away from the comfort zone is feeding the unexpected and feeding your predatory side. It's feeding the expansion of myself.

## **17. Does someone go to you with some problem like to to a shaman?**

That is not my decision, I meet thousands of people in a year in my travels and so on and it really is a deal between my spirit and theirs. And if there is an understanding that I can help them, then there is a spirit connection and it's pretty obvious that I have to do something. I don't have an instruction book so I cannot tell you that this is what I do. I never know and often this is the magic that you do something without a clue, you trust the spirit. There is a story about a Sami shaman who did not receive initiation to become a shaman because his relatives were killed in the WW2 so he didn't receive the initiations that he was supposed to receive. A native american friend of mine met with him and just had an idea: How

about we do the native american feeding ceremony to your ancestors, that we make some offerings by burning food. How do you feel, would it be fun? And the Sami man said that it sounds wonderful and that they should do it like their culture is doing it. And they went to the Inari lake, put the fire on the ice of the lake and made some offerings. He received all his initiations right there. It's an example that there was a wish between those two people and there was the wish that he will receive the initiations. There was constant looking after those but there was not known conscious way of how it's done but they were inspired, they felt good and they felt that giving the offerings to the ancestors is something that is needed and something that is important and followed that. It resolved in a most beautiful way that they couldn't even imagine.

This is the way, you are consciously aware of the possibilities of the impossibilities, you don't look what's possible and what's not because the cause and consequences in the non physical world or in the spirit world are not logical to us. My intuition says to me that I need to call my friend and say to him blue is important today. It doesn't make any sense and it's absolutely ridiculous to you to make a phone call like that but when you give up and do it, the meaning of it unfolds and that is how it works with the spirits. You have to trust your unknowing and not to see that as an obstacle to knowing. How great it is to be surprised by the things that you didn't expect. This is again a shamanic heritage line that Suzanna for example understands what I've said and had experienced it and has really big respect to this. But her line is more straight forward like. My line is more exploring and being open and holding the awareness and consciousness open for things to happen because often we don't have this. Most of the time we are unconsciously and consciously tied to fixed idea of cause and consequence that has to be in some way. So we don't allow things to happen, to realise, to manifest that are outside of that field. For me it's inspiration if I feel that I have something to give to someone, there's inspiration to it, it feels good, it's fun. There's this unconditional joy.

**18. When someone needs help, does your spirit connect with the one that needs help or is it that they knock on your door and come physically to you for help because you are a shaman?**

It happens in all variations that you can think of. It doesn't by practise to me. My wife is a shiatsu therapist and she has her office and practice downtown so she has a reception. If people have a problem, they call but that's not what I do.

I'm committed to carry on with the lament tradition. I'm committed to that practice so of course anyone open and interested in that practice I feel that it's my obligation to keep the information and pass it on. What we do now is for me more of a coincidence. I rarely talk about the shamanic side of my work but I'm rarely asked. There is a native american saying which is very lovely about shamanic teaching. When a person has a question, he is already equipped with everything he needs to understand the answer. When you know what to ask, your consciousness

is ready to receive the answer. There is the same saying in the shamanic training. When a student stops asking, the teacher leaves. It's a beautiful way to put it because there is a responsibility to it and very often people in shamanic practices have an agenda. They are aware or unaware, they want to heal the world or something as ridiculous as this. They have a personal agenda. This pains me and therefore I do action to get rid of that pain and that person has to learn this now. It's all very unhealthy and leads to the situation where people are not respectful responsible doing what they do. They don't understand the motives of why are they doing it nor the ethics that are involved in doing it. So that's why I think this is a beautiful way to say it. When a student stops asking, the teacher leaves. It's also the responsibility of the teacher. Don't overwhelm people with your ideas. I don't practise openly, run ceremonies or something like that but then again I have students where my approach is very psychological. And in lament workshops healing happens, people heal themselves. That's also what I say in the video, I don't heal anybody. I've never healed anybody and I never will. I help people to align with their health so that they can heal themselves.

I didn't expect to give you a straight answer but that was a straight answer. (laughing) I help them to help themselves.

**19. There is a huge topic in the shamanism, the drugs, mushrooms, alcohol or other things affecting shaman in his work. You mentioned that you cannot work with people under medication, because they don't react naturally. Is it somehow connected?**

The native way of seeing the drugs is that there are plants that can be teachers. You can go to an ayahuasca ceremony. The ayahuasca is a plant that traditionally opens up the female goddess consciousness. That's why it's become such a fashionable drug. And also because it's not pleasured. It makes you throw up, diarrhea and shit into your pants before you get a vision so it's not a party drug. You don't use it unless you are sincerely looking for a transfiguration and it's one of those plants that seem to carry the female goddess consciousness. It's over and over again people under ayahuasca meeting with the feminine god, with the mother god. And think that now when the neglected feminine power is coming back it's very logical that this drug has become fashionable. Whether it's used responsibly or not. I see this link and this fashion.

Native way is to see that plants are for healing and they take you to deep places. And they are not taken for entertainment or escapism - escaping the reality. They are not taken for fun and that's very different.

Mushrooms are traditionally used in Finnish culture, they have a tradition in Finland. I don't have much experience with them because when I was a child I played a violin and fell to trans state and started learning this. For me, there is a big curiosity about where can be human brain taken without the drugs. This interests me a lot

and far more than taking the drugs. But I do respect these plants tremendously. And in my life, there could come a point where I would need their help, really need the plants to help me to make the next shift so I respect and acknowledge them a lot. There is a problem with a white man. Like tobacco, it's an holy plant, one of the holiest plants for the native americans. What will white man do? He smokes pack a day. When we overuse something then it loses its holiness and effect. aNd tobacco is originally for ceremony to change your brainwaves and to help you to rewire some of the brain. But when you smoke it constantly you lose all the benefits of it but you get all the bad effects of it. So it's a big discussion about drugs and the Castaneda books have done so much harm to this. Their emphasis on the power plants is so creative, so inviting. I think many people relayed their drug use in a different ways because they've read Castaneda.

But I never had a calling to them, I never was so interested in how far we can go and in a way the lament can take you so deep. You can go into psychosis inside the lament and heal yourself from a psychosis in one lament. It is a mechanism that can be emphasized so far that it's effect is so great as some of the drugs would do in the most healthy and beneficial setting.

This is my experience and attitude to drugs so for me it's problematic because the white people have taken the use of these plants into the level that they are addicted to them and they are not healing anymore. that addiction is the problem, not the drug. Why did you choose this addiction. That's where the problem is.

**Are you talking about normal drugs like marihuana and alcohol too?**

Anything can be used in a beneficial or destructive way, anything. It's not my job to decide what is beneficial and what is hurtful. I used to be more judgemental about these things but I have grown out of it.

**20. Do you have any experience with neoshamanism of Michael Harner?**

Yes and no, I know the book and I think it's a pretty good book. It looks like here in the west we have this need to define things, to say this belongs to that framework and context and that's what it is. But it's really difficult in real life.

There are a lot of people who would like to see the shamanism as something that only belongs to the traditional community and only can exist in the traditional community. But that's like saying that shamanism was ready and perfect at that time of the world and it doesn't evolve and it never changes and that's not true. So I think that there is in neoshamanism sort of shift and debate of what shamanism is and what is it becoming. And what is shamanism in the urban culture or urban white culture. These questions are really not answered. There are answers but are they sufficient? For me they are not. It's also interesting to see what is happening in the history. There is dialogue between the indigenous cultures and other cultures. It's always been there. There is even a Hopi prophecy about white man evolving into the state that we will come to them and ask for knowledge and they will be responsible for providing us that knowledge and then we enter to a new

phase of evolution of humanity. I don't know what is true or not, all I know is that a lot of different things happen and it's also interesting that this dialogue is needed and very important and we have a place and role to it. It's not necessarily only receiving knowledge. We have a gift to be given to the indigenous cultures just as well. We just need to find a way to overcome the traumas of the history. And it's not their trauma, it's our trauma just as well. It's common that the prey and the predator go together, if we suppress their culture, we have a huge trauma in us. How will we deal with that trauma, how do we deal with colonisation. We have to decolonise ourselves too. These processes will take a lot of things. One man has talked once to his son who was worried about the old ways disappearing and feeling sad about the decline of the culture. The man told him not to ever do it. Don't grieve for these things because when they are needed, they will come back. They can't disappear. This is something that I personally think very carefully and have witnessed it in my own life. The lament itself was extinct, it is extinct genre in most of the Europe and now it's coming back. It's coming back as something different that it was but the essential mechanism is coming back.

When we speak about shamanism, hundred years back, in native community a child was tested to become shaman, the child did not have a choice to say no. Now they do. I sometimes wonder if someone like me exist just because too many people say no. Somebody has to say yes. The spirit has to find those who say yes. So maybe the balance in this world is shifting and it's not predictable anymore who says yes and who says no.

This is just an idea, it's not my philosophy, it's just something that I think about. Especially in the relations to the neoshamanism. Maybe it's time for shamanism to evolve and become something else and we just need to find what it wants to be. To invent the new forms for it. For myself there is no doubt whatsoever that we need it. Not the world, I don't want to save the world. I just see the value in holding different awarenesses and maintaining consciousness in a certain way. There is value to it in itself regardless what happens to the world. Surely it could change the world but that is not the motivation.

I must give you credit for these pretty deep questions.

**There are more but I think I cannot spend my whole life rewriting this interview.**