

**19. aprīlis- Starptautiskā biodanza (biodejas) diena.
Rolando Torro dzimšanas diena.**

Intervija ar Rolando Torro.

Rolando Torro, ir cilvēks, kas radīja biodanza metodi.

Intervijā Rolando Torro tika uzdoti vairāki jautājumi.

Jautājums: Kā Jūs raksturotu biodeju? Vai tā ir fizikālā terapija, izaugsmes sistēma, garīgā prakse?

R. Torro atbilde: ”*Biodeja ir vairāk nekā viss šis nosauktais. Biodanza ietver sevī cilvēkus kā veselumu*”. *Konkrētās dejas un vingrinājumi ievēd mūs īstā tuvībā ar citiem cilvēkiem. Biodejas mērķis ir ceļš uz mīlestību, tas ir biodejas pamatā. Lielākā daļa no mums nav savienoti ar citiem. Saskarsmē mēs pavirši apskatām viens otru, otra personu - viņa degunu, mutes formu, izskatu utt. Bet ieraudzīt otra cilvēka acīs dziļumu, skaistumu, mīlestību - tas ir pavisam kas cits. Tas pastiprina mūsu uztveri par to, kas mēs esam. Biodejas vingrinājumi atmodina mūsu vivensiju-tulkjumā no latīņu valodas (pārdzīvojumu).*

Jautājums: Kāpēc Jūs domājat, ka šī metode ir tik veiksmīga? Tā ir nepieciešamība. Cilvēki ir vientuļi, jo tiem ir tik grūti paust savu mīlestību un jutekliskumu. Cilvēki sajūt milzīgu mīlestības trūkumu savā dzīvē. Tāpēc arī tik daudzi ieslīgst depresijā. No malas skatoties viņi izskatās veseli, bet veselība nav pietiekama. Laime ir tas, kas katram ir nepieciešams. Biodeja cilvēkiem sniedz patvērumu, spēju sajūst savu patieso identitāti.

Jautājums: Kā Jūs izveidojāt biodanza metodi? Kā tā radās? Tas bija caur dziļu tumsu Otrā pasaules kara laikā. Seši miljoni ebreju cilvēki tika nogalināti. Tajā laikā es biju profesors medicīnas centrā Čīlē, meklējot izglītības veidus ar kuriem cilvēcei palīdzēt virzīties uz priekšu. Bet es arī labi apzinājos, ka izglītība ir daļa no problēmas un, ka skolās un universitātēs viss tiek pārsvarā balstīts uz individuālismu, ego. Uz brīdi es ticēju, ka šis civilizācijas neprāts varētu būt bioloģisks. Es centos noskaidrot, kas ir tie mehānismi, kas virza cilvēku. Es sāku strādāt ar garīgi slimajiem pacientiem psihiatriskajās slimnīcās Čīlē, izmantojot dažādus veidus, piemēram, ar glezniecību, teātri un balss darbu. Kādu dienu es uztaisīju ballīti pacientiem slimnīcā. Es pieredzēju milzīgas izmaiņas pacientos. Viņi bija citādāk apģērbusies un izturējās savādāk. Kad viņi dejoja es redzēju viņu uzvedībā izmaiņas vēl vairāk. Kaut pārvietoti zemapziņas līmenī. Es nolēmu veikt eksperimentu tālāk, es iepazīstināju pacientus ar regulārām deju nodarbībām un mūziku. Es aicināju piedalīties arī ārstus un medmāsas. Un pamanīju neparastas izmaiņas. Galu galā medicīnas studenti ieinteresējās par Biodanzu un Biodanza sāka parādīties kā metode. Izveidojis programmu es sāku kļūt slavens. Es biju uzaicināts Psihodrāmas kongresā

Buenosairesā, kur es pierādīju Biodanza metodi. Tas bija milzīgs panākums un man tika piedāvāts darbs - mācīt biodanzu Argentīnā. Arvien vairāk cilvēku sāka interesēties par biodanza metodes mācīšanu un šīs metodes apgūšanu. Savukārt biodejas kongress piesaistīja daudzus Eiropas terapeitus. Tiku vēlāk uzaicināts mācīt biodanzu Itālijā.

Jautājums: Jūs teicāt, ka cilvēki zaudējuši saikni ar 5 dzīves pamatlīnijām? Pirmā dzīves pamatlīnija ir vitalitāte. Mēs esam mūsu sadrumstalotās civilizācijas rezultāts. Tāpēc mēs uzskatām, ka viena lieta ir sajūst otru, un rīkoties - kaut kas cits. Mēs aizmirstam mūsu patieso identitāti. Šāda sadrumstalotība vai vienotības trūkums rada tādas slimības kā vēzis, kas ir sadalījums šūnās. To izraisa šūnu grupa, kas nepakļaujas kopumam. Līdzīgi šizofrēnija ir vienotības trūkums prātā. Biodanza piedāvā vingrinājumus grupā, kas ir virzīti uz to, lai atjaunotu mūsu integrāciju, kas savukārt atjauno mūsu vitalitāti. **Otrā dzīves pamatlīnija ir seksualitāte - spēja baudīt. Trešā dzīves plūsmas līnija ir kreativitāte - radošums.** Ne tikai ar estētisko izjūtu, bet dziļš radošums, kas pārveido mūsu dzīvi. Tas ir tad, kad Jūs kļūstat savas dzīves varonis. **Ceturtnā dzīves plūsmas līnija ir afektivitāte - kura sevī ietver mīlestību.** Lielākajai daļai no mums atrast mīlestību - tas ir bīstami. Mēs aizsargājam sevi no tās, jo mīlestība nes līdzī tik lielu risku, tā var radīt lielas ciešanas. Ja Jūs paskatāties uz cilvēkiem attiecību sākumā, viņi parasti ir laimīgi. Bet kad mīlestība sāk ieiet attiecību fāzē dziļāk, bieži viņi bēg! Jo prāts vienmēr cilvēku sargā no nezināmā. *Afektivitāte ir ne tikai personīgā mīlestība, tā ir spēja mīlēt visu dzīvo, augus, dzīvniekus, pat Visumu.* Cilvēki, kas ir rasistiski, viņiem ir augsta līmeņa slimība viņu afektivitātei. Viņos nav izstrādājies potenciāls mīlestībai. Tie ir ļoti slimi cilvēki - viņi domā tikai par vienu cilvēku - sevi. **Piektā dzīves plūsmas līnija ir transcendence.** Kas ir spēja redzēt un sajūst tālāk, nekā tūlītēji. Izjust mūsu personīgās attiecības kopumā.

Jautājums: Kā Jūsu mācība mainījies un attīstījies gadu gaitā? Tā visu laiku attīstās. Ko mēs darām šodien, tas atšķiras no Biodanzas, kāda tā bija pirms 30 gadiem. Piemēram, šobrīd mēs esam vairāk pētījuši - kāda veida mūzika var modināt dažādas cilvēku enerģijas. Šodien mēs izvēlamies mūziku atbilstoši ļoti sarežģītiem kritērijiem. Tajā pašā laikā jauni vingrinājumi aizstāj vecos. Šobrīd man ir liela pētniecības grupa pie medicīnas skolas Čīlē un divas pētniecības grupas Itālijā. Mēs nesam atklājām vingrinājumu, kas izdala dopamīnu sinapsēs, un tagad esam ieviesuši šo vingrojumu programmā. Arī cits vingrinājums ir ieviests, tas samazina augstu asinsspiedienu.

Biodanza ir metode ne tikai par dejām. Tā ir metode par dejām ar noteiktiem mērķiem. Biodanza ir par kontaktu starp cilvēkiem. Tās mērķis ir palīdzēt jums sazināties ar citiem, iet dziļi intimitātē. Lai gan Biodanza atzīst sāpīgas sajūtas, vingrinājumi nekad nav koncentrēti uz šīm sāpīgajām izjūtām.

Jautājums: Jūs teicāt, ka Biodanza var palīdzēt cilvēkam sasniegt savu "dvēseli". Kā to izdarīt? Kāda ir atšķirība starp Jūsu metodi un citām, piemēram, dažāda veida meditācijām?

Ko mēs meklējam Biodanzā? Tā ir attīstība "piecās dzīves plūsmas līnijās" tādā veidā, ka mēs esam radīti pilnībai, kopumam. Ir daudz sistēmu, kas darbojas tikai uz transcendenci. Tas vienkārši nav pietiekami. Cilvēkam ir svarīgi, lai būt veselība, lai ir vēlme sajust mīlestību, lai savienotos globāli ar visu, kas ir dzīvs. Biodanza ir par sajūtu intensitātes brīdī. **Ja mēs esam šeit un tagad, tad dzīve kļūst fantastiska un katrs mirklis ir pilns burvības.** Lielākā daļa cilvēku kaut ko meklē pagātnē vai nākotnē, bet mums ir jādzīvo intensitātes brīdī.

Jautājums: Pastāstiet mums par zinātnisko darbu, kas ir darīts Biodanzā?

Es redzu Biodanzu kā jaunu jēdzienu medicīnā. Mēs esam veikuši milzīgu pētniecības darbu ņemot vērā slimību psihosomatiskos cēloņus. Biodanzas vingrinājumi ir izmantoti slimnīcās Dienvidamerikā piecpadsmit gadus. Ir dažādas nozaru pētniecības un mācības: piemēram, mums ir īpaši Biodanza vingrinājumi veciem cilvēkiem, cilvēkiem ar muguras problēmām, cilvēkiem ar Parkinsona slimību, cilvēkiem ar augstu asinsspiedienu vai sirds problēmām, un cilvēkiem ar psihiskiem traucējumiem. Vairumā gadījumu slimības rodas tur, kur ir emocionāls konflikts vai dziļa vilšanās. Piemēram, sirds slimību pacientiem ir noteikta veida ciešanas, ļoti dziļa vilšanās, kas izraisa sirdslēkmi. Personas ar hipertensiju bieži cieš no emocionāla konflikta.

Jautājums: Ko jūs domājat par vairākām kontrolētām dejām, piemēram, baletu vai balles dejām, par jauno Tehno mūziku un reiva deju kultūru?

Svinību dejas var būt ārkārtīgi rigidas. Tām parasti ir estētiskais mērķis - tās nav vērstas uz iekšējo transformāciju, vai pareizāk sakot kustību prieku. Balles dejas ir jautras, bet tās nav tik dziļas, lai pārveidotu enerģiju. Mūsdienu dejas, ko bieži ietekmē Āfrikas ritmi, var būt diezgan iespaidīga. Bet tās joprojām tiecas uz šovu. Techno mūzikas stils ir ļoti mehānisks - tā nav organiska mūzika, kas stimulē emocijas. Tā stimulē tikai ritmisku kustību. Poētiskā puse šeit nav.

Biodanza ir cilvēku satikšanās dejā ar mērķi atjaunot saikni ar savu aizrautību, vitalitāti un jutekliskumu.

Publikācija:

Sarah Dalles, "Dejas ar aizrautību" - Intervija ar Rolando Toro, Vol 3 Nr 8, 1996

(No angļu valodas uz latviešu valodu tulkoja Elīna Strade)