

Bibelstudium och kroppsrörelse för mänsklig nyorientering

Sammanfattning av en artikel av Walter Wink

Av Ragnhild Engberg

Ragnhild Engberg sammanfattar här en artikel av Walter Wink, *Bible Study and Movement for Human Transformation*. Artikeln är hämtad ur Björn Krondorfer [red], *Body and Bible. Interpreting and Experiencing Biblical Narratives*. Trinity Press International, 1992.

Inledning

Walter Wink inleder sin artikel med att beskriva hur han först upptäckte att det fanns en kroppens väg till Bibeln. Det var 1954, han befann sig i en andlig kris och hade sökt sig till en retreat. Han upptäckte där att kroppen besatt kunskap han inte var medveten om. I en övning där deltagarna uppmanades att med sin kropp att gestalta bönen ”Fader Vår” förmådde hans kropp inte att delta. Han beskriver sin upplevelse som att han intellektuellt trodde på Gud, men fann att hans kropp var ateist. Han var splittrad, hans tro fanns i hans förnuftiga tänkande men var inte integrerad i hans kropp.

Wink menar att denna splittring av kropp och själ inte bara fanns i honom utan kan sökas tillbaka ända till Descartes dagar och har gjort oss människor kulturellt ohälsosamma. Vidare anser han att vi behöver hitta ett nytt sätt att tänka: ”tänk-kännande” eller ”själ- och kroppstänkande”. I det hebreiska språket finns inget uttryck för denna splittrade syn på människan. Där finns ordet ”*nephesh*” som betyder ungefär ”den levandegjorda andekroppen”.

Bibelstudium för kropp, själ och ande

Det skulle dröja till 1971 innan Walter Wink fann en metod som grundade sig i att kropp, själ och ande är en integrerad enhet. Han deltog i ett seminarium på Four Springs i Middletown i Kalifornien. Där studerade man Bibeln utifrån sokratisk dialog och där fanns det en stor rikedom av övningar som hade till syfte att integrera insikter från Bibeln i den enskildes vardagsliv. De studerade Bibeln, målade, mimade, vandrade under recitation med flera liknande övningar. De fick reflektera över vad som skulle hända om de slutade tänka på Jesus som den ende som förkroppsligade Gud utan snarare den som vägleder oss i hur vi kan förkroppsliga Gud i oss själva. De gjorde också kreativa övningar som inte var direkt kopplade till bibeltexten. Walter Wink berättar om hur han gjorde en upplevelse där musik och rörelse förenades i honom på ett sätt som gjorde att han kände sig besläktad med alla mänskliga varelser på ett övernaturligt sätt.

För Walter Wink blev upplevelserna i Four Springs början till en kroppens frigörelseprocess. Tidigare hade han upplevt sig fysiskt instängd och rigid, men det sätt han fick studera Bibeln

på i Four Springs medförde att han fick nya insikter om sin kropp, sig själv, sitt uppdrag i livet och det förändrade hans syn på Bibeln. Han använde sina nya insikter i sin undervisning vid Union Theological Seminary i New York. Att använda holistiska och kreativa sätt att bearbeta en text gav lika goda kunskaper och insikter som avancerade litteraturstudier fast på kortare tid.

Förklaringen, menar Walter Wink, finns i hjärnans organisering. Vänster hjärnhalva är specialiserad på analytiskt logiskt tänkande. Där finns det talade språket och orsak-verkan-tänkande. Tidsdimensionen är sekventiell. Den högra hjärnhalvan är specialiserad på spatiala relationer, på att se helheter och har ett bildligt, metaforiskt sätt att tänka. Upplevelsen av tid är här-och-nu. Undervisning som bygger på båda hjärnhalvornas aktivitet är därför optimal.

Walter Winks sätt att undervisa med kreativa metoder gjorde så småningom att han inte längre fick fortsätta sin undervisning vid Theological Seminary. 1973 skrev Walter Wink en artikel där han menade att bibelkritik var bankrutt. Den tjänade inte sitt syfte att hjälpa människor att kunna ta del av Bibelns budskap i vardagslivet. Däremot var det kreativa sätt att undersöka Bibelns budskap han lärt i Four Springs ett sätt att ge liv åt texterna och möjliggöra att de påverkade och förvandlade människors liv. Möjligen bidrog denna skrift till att han inte längre fick fortsätta undervisa där. Walter Wink kom i kontakt med en annat teologiskt seminarium, Auburn Seminary, och fick anställning där.

Rörelseövningar i bibelundervisning

De övningar Walter Wink erbjöd i sin undervisning innehöll många kreativa inslag, men han använde sig inte av rörelseövningar. Hans hustru June Keener-Wink däremot hade sedan flera år ägnat sig åt att undervisa barngrupper i rörelse. De båda makarna började undervisa tillsammans och fann att rörelse gjorde att Bibelns budskap levandegjordes än mer. Wink kan inte förklara hur detta sker men nöjer sig med att konstatera att det fungerar. Något händer när de centrala symbolerna i den kristna tron erfars både intellektuellt och med kroppen.

Walter Winks hustru brukar introducera ett rörelsepass ungefär som följer (jag gör ett försök att översätta texten direkt från artikeln):

”Kristi kropp” utgörs av kroppar. Vi kan inte vara delar av Kristi kropp annat än med våra kroppar.

Begreppet ”Kristi kropp” var Paulus sätt att benämna den nya verklighet som händelserna kring Jesus gav upphov till. Den tidiga kyrkan upplevde en ny mutation i mänsklighetens utveckling. Mänsklig evolution är, som vetenskapsmännen påpekat, inte längre fysisk utan social. Den nya möjligheten som framträdde för mänskligheten och som Paulus kallade ”den nya skapelsen” var en kollektiv verklighet i vilken individen inte åts upp av kollektivet, utan som istället lät varje person befinna sig på resa till ett autentiskt varande-i-gemenskap. Denna nya upplevelse innehöll varken gruppens tyranni över den enskilde eller den otillgängliga individualism som motstår gruppen både vad gäller relationer och ansvarstagande. Den representerade en ny potential, som

blev möjlig endast efter det att människor kämpat sig till frihet från gruppens dominans och funnit sin egen väg att svara på Guds vägledning.

Denna nya kollektiva kropp består av kroppar. Och vår frihet att relatera till varandra och svara på Den Heliga Andens uppmaningar beror på sättet vi relaterar till våra egna kroppar. Vår öppenhet mot Gud är i stor utsträckning bestämd av hur fria vi är att spontant svara på vad Gud visar för oss som kroppar.

Historiskt sett har kyrkan förnekat kroppen och har splittrat kroppen från själen, försett själen med vad den behöver men straffat, ignorerat och disciplinerat kroppen. En sådan attityd är obiblisk. Det finns inga separata ord för själ och kropp på hebreiska. Det finns tvärtom ett ord som kombinerar de båda – *nephesh* – ”levandegjord kropp, levande väsen”. Hebréerna kunde helt enkelt inte betrakta människan som splittrad i separata delar utan såg henne som en integrerad enhet. Denna ståndpunkt har nu bekräftats av modern medicinsk vetenskap.

Vi gör därför kroppsrörelser som ett sätt att integrera det fysiska och det andliga, det yttre och det inre, substansen av vår kropp med substansen av tro. Rörelsen är uttryckligen ett försök att hela den gamla sprickan som splittrar våra varelser och gör oss till motståndare mot våra kroppar. Vårt mål är att återupprätta känslan av våra kroppar som den Heliga Andens tempel.

Som med all konst kan man inte göra direkta jämförelser mellan kroppsrörelser och bibelstudier. Men vår erfarenhet är att denna växelverkan hursomhelst sker i själva kärnan av människans inre. Bibelstudiet är inte holistiskt om det bara berör intellektet. Det är bara när hela människan involveras i Skriften som hoppet finns att splittringen mellan kropp och själ helas och gör det möjligt för människor att bli mer autentiska varelser-i-gemenskap.

Den förtryckta kroppen

När makarna Wink arbetar med grupper är målet inte att genom rörelser förstå Bibeln bättre. Men de använder Bibeln och kroppsrörelser för att göra det möjligt för deltagarna att uppleva en förändring i sina liv. Många har upplevt att Bibeln använts för att förtrycka och förstöra deras liv. De har känt skuld och brist i förhållande till sina kroppar. Vissa som lämnat kyrkan har sökt hjälp i själv-hjälpsgrupper av olika slag där de fått uttrycka sin vrede över detta förtryck. Men för att bli helad menar Wink att de även behöver befrias från en falsk tolkning av Bibelns ord.

Nya insikter behöver relateras i förhållande till var människas värdegrund. De som identifierar sig som kristna behöver relatera de förändringar de gör i förhållande till det kristna trossystemet. Därför är de förändringar som har sitt själva ursprung i Bibeln desto mer kraftfulla.

Alltmedan Walter Wink och June Keener-Wink arbetat med grupper har de lagt märke till att återerövrandet av friheten att röra sig hänger samman med en förnyad självbild. Deltagarna får en självacceptans trots att de inte lever upp till det kulturella skönhetsidealet. Förmågan att med hela kroppen spontant reagera är möjlig först när hämningar och rädslor har övervunnits.

Det som händer är sådant helande som beskrivs i Bibeln. När människor blir kapabla till kroppslig spontanitet finner de att de lever i Guds närhet. De blir mer anpassningsbara, mer känsliga och befriade i sina kroppar. Då är de också öppna för Gud på ett nytt sätt, mer lyhörda för Den Heliga Andan och mer villiga att utföra det hon vill göra genom oss. Rörelse är inte ett sätt att få en djupare förståelse av Bibeln, utan en väg att förkroppsliga det nya sättet att leva evangeliet. Kroppen blir Den Heliga Andens tempel.

Att arbeta med kroppsrörelser

De flesta som deltar i Winks grupper har inte arbetat med kroppsrörelser förut. Därför börjar man så enkelt att alla kan delta. Målet är att göra deltagarna medvetna om sin kropp och att varje människa kan förkroppsliga Gud.

Den första sessionen inleds med att deltagarna får böja, sträcka och mjuka upp kroppen. Därefter får de lägga sig på golvet och bara andas medan June Keener-Wink lotsar deltagarna till avslappning i en känsla av att vila i Guds famn och att Gud andas genom dem. Därpå följer stilla och sakta introduktion till rörelse, först liggande och sedan stående på golvet. Deltagarna får uttrycka den bön som finns i dem genom sina kroppar. Som ledare fokuserar Keener-Wink på de mest ängsliga och lägger därför särskild vikt vid grundning kopplad till att vi lever på Guds jord. Hon understryker också känslan av flöde i andning och rörelse. Flöde är ett uttryck för tillit och kärlek vilket förenar oss med Gud.

En annan övning är baserad på Rudolf Labans teori om rörelse. Där introduceras olika ”plan” i förhållande till kroppen: Framdörrens plan (utrymmet framför oss), Bordsplanet (ytan vi befinner oss på), Hjulplanen (utrymmena på båda sidorna) och Bakdörrens plan (utrymmet bakom oss). De olika ”planen” utforskas med armrörelser och manifesterar det område vi har runt oss som vi kan uppleva som vår privata sfär. Denna har vi med oss hur vi än förflyttar oss. Genom att utforska den erkänner vi dess existens och gör den till vår egen.

Nästa steg i rörelseövningarna är att röra sig i sin privata sfär i rummet med de utsträckta armarna med fingrarna längst ut i fokus. Så småningom introduceras försök att ta kontakt med någon annan via händerna, låta den ene leda den andre, byta ledare och sedan släppa taget igen tillbaka till den egna sfären. Genom små steg leds deltagarna att röra sig fritt. När sedan musik kommer till kan man säga att deltagarna rör sig i en fri dans.

Det finns också ett viktigt arbete som har att göra med deltagarnas syn på sina kroppar. Många hatar och känner sig förrådda av sina kroppar. Fri rörelse till musik kan förändra denna syn.

”Ära då Gud med er kropp”

Wink refererar till Emilie Conrad-Da’oud som menar att våra kroppar i hög grad är en kulturell konstruktion. Varje kultur definierar hur mänsklig kroppsform bör vara och hur man bör röra sig. När människan skaffade sig kontroll över naturen alierade hon sig samtidigt från den. Och ändå fortsatte människan att vara oupplösligt bunden till sin omgivning.

Wink citerar från 1 Kor. 6:20 "Ära då Gud med er kropp", Rom 8:23 "Vi väntar på att Gud skall göra oss till söner och befria vår kropp" samt 1 Kor 6:19 "Er kropp är ett tempel för den heliga Anden som ni har inom er". Paulus talar inte om försoning i individualistiska termer, han beskriver istället en ny gemenskap, "Kristi kropp", som en enhet i vilken tidigare offer för alienation befrias mer och mer. Vi blir befriade tillsammans, i våra kroppar/*nephesh*.

Wink avslutar sin artikel med en förhoppning att han kunnat förmedla något av det han och hans hustru sysslar med. Han menar att vi lever i ett samhälle där människor fortfarande är avskärmade från sina kroppar. Antingen betraktar de kroppen som djävulens och syndens näste eller som en plats för alla tänkbara lustar. Utmaningen att försöka integrera kropp och själ, känslor och förstånd, sexualitet och andlighet, det vill säga återerövra *nephesh*, är ingen lätt uppgift. Att förena kroppsövning och bibelstudium är hans bidrag.

Ragnild Engberg är diakon och socionom, kurator vid vuxenhabilitering och utbildad bibliodramaledare 2014