

# Dejojot rod prieku par dzīvi

Ceturtdien, tieši dienas vidū, kad darbā aizņemtajiem cilvēkiem pusdienu laiks, Dobeles dienas centra «Stariņš» zālē ieskanas sparīga deju mūzika. Uz īsu un vieglu iesildīšanos žigli stājas sievietes labākajos gados, un nelielajā zālē sākas kārtējais deju mēģinājums.

Novadā pašlaik darbojas trīs senioru Eiropas deju grupas: jau pieminētais «Stariņš», kas pilnā un gauži garā nosaukumā skan kā Dobeles novada Sociālā dienesta Dienas centra pirmspensijas un pensijas vecuma cilvēkiem «Stariņš» deju kolektīvs, kuru vada Maruta Tabore, Auces kultūras nama deju grupa «Randiņš» un Bikstu tautas nama «Vēl aizvien», kuru vadītāja ir Ināra Rumba. Savus abus kolektīvus viņa mēdz saukt arī par A klasi un B klasi - kā skolā.

## Lieliska motivācija būt cilvēkos

Pirms runājam vairāk par senioru Eiropas deju kustību novadā, vispirms noskaidrosim, kas tās senioru dejas tādas ir, jo pieļauju, ka to nezina daudzi.

Uz Latviju šī deju kustība ir atnākusi no Rietumeiropas. Pirmās deju grupas Latvijā parādījās 1997. gadā, un tuvākā izveidojās tepat kaimiņos, «Nākotnē». To sāka vadīt Ilgvars Pauniņš, bijušais Tautas deju kolektīva «Drīziņš» vadītājs.

Eiropas dejas itin drīz kļuva populāras Latvijas malā, jo, atšķirībā no senioru tautas deju kolektīviem, tām nebija striktu noteikumu. Te absolūti nav prasību pēc obligātajiem astoņiem pāriem, kur vienam pāri, saprotams, jābūt vīrietim. Lūdzu, mierīgi var dejojot tikai sievietes! Te nav obligāti apgūstamā Dziesmu un deju svētku repertuāra, kas jāatrodas skatēs, pirms kurām daudzi uztraukumā nespēj aizmigt. Šis ir samērā brīvs, prasībās neiežņauts un senioru vecumam pielāgots īpašs dejas žanrs, kas var nodrošināt cienījamā vecuma deju grupām fizisku un emocionālu labsajūtu.

Te galvenais ir būt cilvēkos, satikšanās un dejušanas prieks skaistas mūzikas pavadībā. Speciālisti teic, ka dejušana trenē arī dalībnieku koordināciju un atmiņu, tā palīdz nenovecot smadzenēm, jo deju nodarbībās vienmēr jāiemācās jauni soļi un to kombinācijas, jāatceras iemācītais.

Senioru dejas ir arī lieliska motivācija uzposties un iziet cilvēkos, jo cik tad ilgi var rosīties tikai pa dārzu vai virtuvi un iziet vien uz veikalu? Tā ir arī iespēja sevi parādīt un uz citām kundzēm paskatīties. Visas košos, greznos tērpos, koķētās cepurītēs, vārdu sakot, istas dāmas. Diemžēl jārunā tiešām tikai par dāmām, jo kungu te tikpat kā nav. Ja arī kāds parādās, tad gluži kā tāda anomālija. Saprotams, vīriešu šai vecumā ir krietni mazāk, vadoties arī pēc statistikas datiem, un, ja arī ir, viņiem ir citas prioritātes

- televizors vai maksāšeršana. Maruta Tabore gan saka, ka deju grupām pēdējā laikā pievienojas arvien vairāk vīriešu, Tukuma pusē esot pat seši deju pāri ar kungiem.

## Deja kāpj uz skatuves

Rietumpasaulē senioru dejas ir radušās ar domu, ka tās tiek apgūtas un tad izdancotas, satiekoties ballēs un pasākumos, taču latvietis, kā zināms, bez skatuves nu nekādi nevar, tāpēc uz tās lec ne tikai tautiņdejas, bet uzvelk arī līnijdejas, kas citur pasaulē dancotas saviesīgos pasākumos un krogos, vai breiku, kurā 60. - 70. gados afroamerikāņu jaunieši izrādījās cits citam Bronksā, Ņujorkas nabadzīgākajā rajonā.

INĀRA RUMBA skaidro:

- Senioru deju kustība radās Vācijā tūlīt pēc Otrā pasaules kara beigām. Domāju, ka tai galvenokārt bija socializēšanās funkcija, jo vīri bija krituši karā un dāmām gribējās kaut ko darīt. Eiropā šīs dejas ir ļoti populāras - tās deju Skandināvijas valstīs, Holandijā, Dānijā, Austrijā, Ungārijā un citās zemēs.

Mēs, protams, dejojām savam priekam, bet viņi vēl vairāk savam priekam, jo paši arī maksā par savu prieku - paši šuj tērpus, gādā sev transportu un apmaksā ceļu. Priekšniecības viņiem nav - pats sev kungs un pats sev kalps. Latvijā deju grupas pieder kādam kultūras namam, tāpēc tām ir arī pienākumi. Ir jāiet dejojot arī uz skatuves, un tad ir jādomā, ko dejojot, kā tēpties, kāds ir līmenis. Un deju jau kļūst skatuviska.

## «Žēl, ka neatnācu agrāk!»

Pieredzes ziņā bagātākie kolektīvi ir «Randiņš» Aucē un «Vēl aizvien» Bikstos, kas abi dibināti 2004. gadā. Ināra Rumba stāsta, ka Auces deju grupas sākusi vadīt 2011. gadā, bet bikstieņu - 2014. gadā, kad kolektīviem nomainījušās vadītājas.

- Kad dzīve man uzdāvināja šādu iespēju, es neatteicos. Deja man ir nākusi līdzīgu visu mūžu. Pirms sāku vadīt, es, tāpat kā daudzi citi, domāju, ka senioru dejas - tas nav nopietni. Protams, dejas nav sarežģītas, te nekas nav dramatisks jāizdejo, un cilvēks, atnācis uz pirmo mēģinājumu, nodomā - mierīgi visu izstaigāšu! Taču nav nemaz tik viegli! Deja prasa gan orientēšanos telpā, gan koncentrēšanos, kura kāja, kura roka, uz kuru pusi jāiet. Jāatceras soļi un gājieni. Izskatās vieglāk, nekā ir patiesībā, taču nevar arī teikt, ka būtu grūti. Tā nav.

«Randiņā» pašlaik deju 13 kundzes, Bikstu kolektīvā - 11. Vecākajai deju grupai ir jau pāri 80

gadiem, bet tas nav šķērslis. Ināra Rumba teic:

- Patīk, ka deju visdažādāko profesiju cilvēki. Ir pietiekami daudz skolotāju - gan pensionēto, gan to, kuras vēl strādā. Dejo pat ārste. Ir prieks, kad dzirdu - vai, cik žēl, ka neatnācu dejojot agrāk! Daudzu gadu laikā esam kļuvušas kā «pieci pirksti» - vienotas un kopā stipras gan priekš, gan nediens.

«Randiņam» ir daudz draugu gan Latvijā, gan ārpus tās, tāpēc dejušana ir ļāvusi iepazīt arī pasauli. Draugu kolektīvs ir Pelvas apriņķī Igaunijā, pie kura regulāri notiek ciemošanās, pie sevis aicina arī draugi Klaipeņā. «Randiņš» ir koncertējis arī Lofotu salās Norvēģijā, Reinzemes - Pfalcas federālajā zemē Vācijā, bet pēdējā laikā ir radušies draugi arī Bavārijā.

- Mēs esam daudz ceļojuši - arī pa Poliju, Lietuvu. Braucot koncertēt, vienmēr izdomājam, ko vēl pa ceļam apskatīsim. Lidzi aicinām arī Bikstu deju grupas, un viņas labprāt brauc, - stāsta Ināra Rumba.

- Arī «Randiņš» pie sevis aicina draugus. 12 gadus vasarā Aucē tika rīkots brīnišķīgs festivāls «Madarās, baltajās madarās», un skaisto Auces estrādē piepildījām pilnu ar deju grupām. Pateicoties mūsu ārzemju draugiem, tas kļuva par starptautisku pasākumu. Diemžēl kovids visu pajauca, bet tuvākās nākotnes plānos ir paredzēts sarīkot plašāku pasākumu aprīlī, kad tiks svinēta Starptautiskā deju diena. Par to jau ir spriests ar lietuviešu un igauņu kolēģiem. Nākošā gada plānos ir arī abu kolektīvu 20 gadu pastāvēšanas jubileja un, protams, koncerti un lielkoncerti Latvijā.

## Dejo savam priekam

Arī MARUTAI TABOREI uzaicinājums mācīt senioru dejas nācis negaidīti. Viņa jau desmit gadus baudījusi pensiju un ar dejušanu vairs nav bijusi saistīta.

- Man zvana no Dienas centra un saka, ka deju grupas jau ir un gaida, kad sāksies mēģinājumi. Neļāva pat apdomāties.

Pirms tam biju vadījusi tautas deju kolektīvus, bet nu nācās apgūt arī senioru dejas. Zvanīju uz Jelgavu Ilgvaram Pauniņam, kuram jau bija liela pieredze senioru deju kolektīvu vadīšanā, sāku apmeklēt seminārus. Pirmā bija rotaļdeja «Rīga dimd». Ar to tad



«Vēl aizvien» pēc lielkoncerta Olaines estrādē kopā ar koncerta vadītāju Jāni Skani.

arī sākās «Stariņa» stāsts 2016. gadā.

Man patīk, kā bija teikusi viena deju grupa, - mūzikā nevajag tikai dejojot, mūziku vajag izdejojot. Es tāpēc arī lūdzu viņas mūziku izdejojot, un uz skatuves viņas patiešām ir dāmas.

«Stariņā» pašlaik ir 12 deju grupas, seši pāri, un Maruta Tabore saka, ka vairāk deju grupu arī nevarot uzņemt kaut vai vienkārša iemesla dēļ - zāle Dienas centrā ir par mazu lielākam deju grupu skaitam.

ASTĒRIJA KUNICKA ir viena no pirmajām dalībniecēm un ar vislielāko deju grupas pieredzi:

- Pirms atbraucu uz Dobeli, es septiņus gadus biju dejojusi senioru deju grupā «Saulspuķes». Dobeles centrā mums toreiz lūdz uzrakstīt, kādi ir ieteikumi. Es uzrakstīju, ka vēlētos Eiropas senioru dejas. Un pēc kāda laika - tiešām ir! Mēs visas esam pensionāres, bērni lieli, dažām arī mazbērni lieli. Dārzā daudzas arī vairs nestrādā. Ko tad lai mēs darām? Dejojām savam priekam, savai dvēselei. Es jau arī vēl dziedu.

VELTA VALTERE stāsta, ka nekad mūžā iepriekš neesot dancojusi, neko nemācējusi, kad atnākusi. - Bet man teica: Velta, ejam dejojot! Un es atnācu. Pilnīga nulle! Un tagad, skat, mani jau laiž uz skatuves, - viņa smejas.

Arī pārējās deju grupas stāsta, ka lielākoties dancotas tikai jaunībā ballītēs, bet tur vairāk vīrieši izgrozījuši, taču, ja grib, deju soļus var apgūt arī pensijas gados.

«Stariņam» šī ir bijusi darbīga vasara, ir dejojot lielkoncertos un festivālos Olainē, Engurē, Bauskā, Strenčos un Rojā, kur no Latvijas visām malām sabrauc deju grupas, lai kopā izdancotu Eiropas un pasaules tautu folkloras, modes un balles dejas.

Priekšā ir vēl daudz citu jaunu pasākumu, bet arī «Stariņš» ir iecerējis svinēt savu septiņu

gadu jubileju, uz kopīgu sadančošanās uzaicinot savus draugu kolektīvus no Sabiles, Matkules, Zemītes, Auces un Bikstiem.

## Sabiedriskā kārtā

- Visi grib satikties un dejojot, - saka Maruta Tabore un un citē Regīnas Grebežnieces teikto: «Kad satiekamies un kad dejojām, aizmirstam par to, kas mums sāp, un jūtamies jaunas.»

Regīna Grebežniece ir senioru Eiropas deju virsvadītāja Latvijā. 2006. gadā nodibināta Latvijas Senioru deju apvienība, taču tālāk viss notika kā jau pie latviešiem. Kā stāsta Ināra Rumba, kad apvienība mēģinājusi pārmēru diktēt savus noteikumus, daudziem vadītājiem tas nepatika, tāpēc no apvienības sāka masveidīgi izstāties.

- Pašlaik ir neformāla apvienība, kuru sabiedriskā kārtā vada Regīna Grebežniece. Viņai ir augstākā horeogrāfiskā izglītība, un viņa ir apņēmusies mūs pārraudzīt. Mēs, vadītāji, tiekamies semināros. Ja iegūtas jaunas dejas, parādām citiem, iedodam deju aprakstus un mūzikas ierakstus. Palīdzam viens otram, cik varam. Viss notiek sabiedriskā kārtā. Jo pāri visam - draudzīgas un koleģiālas vadītāju un kolektīvu savstarpējās attiecības, kurās neveselīgai konkurencei un skaidībai nav vietas. Dejojot apliecinām sevi, redzam pasauli un rodam prieku viens par otru un par dzīvi.

Anita Banzīņa

Foto no deju kolektīvu arhīva

# MAF

Mediju atbalsta fonds

Projektu finansē Mediju atbalsta fonds no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem Par lappuses saturu atbild raksta autors