

# Se sig själv i andra

Jonathan Kay är en nutida gycklare som likt en narr vid antikens hov avslöjar sanningar om oss själva och vår tids värderingar. Han är svårfångad, kreativ och rent ut sagt helknasig. Free har deltagit i den utmanande workshopen Fooling, som gör människor mer medvetna om sig själva genom skrattspegeln.

Text Monica Wilkens

Bild jonathankay.co.uk

Foto Chatarina Öst Wilkens

**V**i är runt sextio människor som sökt sig till det stora tältet på NoMind-festivalen på Ängsbacka för att delta i workshopen Fooling med engelsmannen *Jonathan Kay*. Det jag hört om Jonathan är att han uppmanar människor att vara sin egen narr för en stund. Alla deltagare sätter sig i en stor ring och vi får reda på att vi ska ställa oss ensamma i mitten av ringen för att göra en improvisation, det ska vara något vi aldrig har gjort förut. Vi andra deltagare ska entusiastiskt jubla och klappa händer efter varje framträdande.

- Alla ska resa sig och göra något i cirkeln under en minut. Troligen tänker några av er: "Vad kan jag göra för att rädda mig från en säker död?" Eller "Coolt, äntligen får jag chansen att visa vad jag kan", säger Jonathan Kay. Han är en vithårig man i blå skjorta, ser ganska vanlig ut och snart sitter vi ömsom förstummade som frågetecken, ömsom gapskrattande, av hans upptåg.

**HAN UPPMANAR** oss att visa oss själva som vi är och att vi ska följa vår instinkt. "Du behöver säga ja för att kunna delta", säger han. Vi går laget runt och säger "Ja", somliga mer bestämt och högljutt, andra mer outtalat och tvekan. Jonathan gör narr av oss igen och härmar våra inre röster.

- "Var det där jag som sa ja? Jag är säker på att det inte var jag! Jag klarar inte när människor tittar på mig! Vad tittar de på?" De här inre frågorna leder till frågan om vem du är, säger Jonathan.

**MÅNGA DELTAGARE** skruvar nervöst på sig och undrar om de valde rätt workshop, någon reser sig och flyr ut genom tältdörren. Vi andra stannar kvar och lyssnar uppmärksamt på Jonathans instruktioner. Då börjar hans mikrofon krångla och även när den inte gör det, så låtsas Jonathan att ljudet försvinner just när han säger "Det allra viktigaste med det här..." och "Vad man absolut inte får missa när man..." och så gör han stumma mimrörelser med munnen. Vi skrattar, det är hejdlöst roligt att se och höra hans impulsiva improvisationer. Men sedan blir vi allvarliga när det är dags för var och en av oss att kliva in i cirkeln. Det går inte att komma undan nu. Jonathan säger att det vi är rädda för är oss själva, inte någon annan. Vad finns det att vara rädd för om alla är rädda?

- Du står upp framför dig själv, vi är alla speglar av varandra. Vad du gör är förhoppningsvis ett resultat av dina livserfarenheter så här långt, säger han och illustrerar återigen olika karaktärer.

Vi som deltar har fullt upp med att hänga med i alla kringelikrokar som den här mannens sinne rör sig i. Men till slut blir det dags för oss att vara huvudrollsinnehavare och att stå på scenen i 60 sekunder. Jonathan uppmanar oss att ta tillfället i akt.

- En minut kan vara otroligt lång eller otroligt kort, men det är första minuten i resten av ditt liv då du får stående ovationer. Resten av livet blir tråkigt i jämförelse! Kommer du att tillåta dig själv att hoppa upp eller kommer

Jonathan Kay är en nutida narr som möter publik runtom i världen och skapar skrattspeglar där människor möter sig själva.



”**En narr försöker visa vad som ligger bakom fasaden och lögnerna**”

du att trycka ner dig själv?

Den första deltagaren ställer sig snabbt upp och gör sitt uttryck. Den ena efter den andra går upp och gör sin grej. Det är alltifrån akrobatiska rörelser till poetiska monologer. Var och en får en rungande applåd och ett ”Tack så mycket!” efter framträdandet. Alla överlever.

- Ni är inte så olika, men ni är unika! Varför sade ni det ni gjorde? Hade ni känslan ni ville ha? När du är en narr så vill du finnas i allas liv. Jag finns i ert sinne. Det finns inget utanför er själva, allting finns därinne. Du ser inte med de här ögonen, du samlar ljus. Jag skapar er här inuti, säger Jonathan och pekar på huvudet.

- Teater handlar om den inre världen. Ni stod upp i den inre världen, när ni i själva verket trodde att det var i den yttre världen. Vi är så mycket mer än våra roller. En narr försöker visa vad som ligger bakom fasaden och lögnerna, när du erkänner dina lögnar så når sanningen djupare, säger han plötsligt allvarligt.

**JONATHAN KAY** ÄR internationellt känd och har turnerat i många länder och världsdelar med sin ”Nomagic-Academy”. Hans Fooling-workshops och shower är mycket uppskattade. Han berättar att han har varit narr sedan han var 21 år, nu är han 63.

När jag försöker få en förklaring till vad han vill uppnå med sitt arbete och sin Fooling så är det svårt att få ett rakt svar. Han svarar: ”Att vara eller inte vara, det är frågan” och fortsätter med ►

# Utbildning i sinnets natur

DEN STANDARDISERADE LÖSNINGEN

## Öppna möten och Endagsträningar

Falun, lördag 16 november

Orsa, söndag 17 november

Öppet möte kl 10.00–11.00, Endagsträning kl 10.00–17.00



med Jan Kirschon och Margareta Perman

### Föreslagen donation

Endagsträning: 450–1 500 kr. Öppet möte: 100–200 kr.

Falun: ABF, Trotzg 47. Praktiska frågor: jaepers@gmail.com

Orsa: Företagshuset, Turistv 504. Praktiska frågor: monica@free.se



www.balancedview.org

## Vill du må bättre?

Sigyn Waerland

livsföringsguide



## Boka Hälsokoll (även på distans)

**QXCI-frekvens- & energi/kvantmedicin:** Detta databaserade instrumentet har 2.600 program för att hjälpa kroppen att söka samt reglera obalanserna med bl.a stressreducering och visar på obalans av: organ, endokrina körtlar, hormoner, immunförsvar, candida, vitaminer, mineraler, enzymer, tungmetaller, rygg/kotor, svamp, parasiter, mask, med mera. Sigyn skickar/ mailar info!

### Vill du ha bättre balans i livet med kosttillskott?

Har du stress, högt blodtryck, urinvägsbesvär, utbrändhet, hjärt/kärlproblem, diabetes, lungproblem, dålig cirkulation m.m? Då finns produkten med ämnet som forskare fick Nobelpriset i medicin för 1998; Blodplackrensaren samt Friaradikalsopkvasten. Avsmakning/info via Sigyn.

Jag hjälper dig ta fram vilket preparat, kosttillskott, viss mat och medicin som är bäst för dig! Konsultation per telefon eller besök på min praktik.

Praktik i bostad: Dannemansvägen 18, 181 41 Lidingö

Ring Sigyn på tel 08-766 55 05 mobil 0707-90 20 70

Välkommen! Sigyn – Rosa Mundi Marketing

sigynw@gmail.com www.sigynw.com



Att få människor att skratta åt sig själva för att förstå sig själva – det är vad narren Jonathan Kay gör.

en lång rad olika citat och språkliga krumbukter. Jag suckar och ber honom vara lite mer seriös så att jag kan skriva min artikel.

- Jag måste bete mig som en normal person, säger Jonathan då och ser ut som om han håller i sig själv, plötsligt hoppar en massa fula ord ur hans mun.

- Jag är hemskt ledsen för det där. Jag är inlåst i en massa lådor och jag vet inte vad i helvete som pågår därinne!

Ja, Jonathan Kay är svårfångad. Men till slut säger han att det är inte så lätt att sätta ord på vad han gör.

- Det är som en konstnär som målar en tavla och försöker förklara varför han målat tavlan och ytterst handlar det om att skapa eller bli skapad. Antingen skapar publiken mig eller så skapar jag mig själv. De flesta pratar om sig själva, men de är inte sig själva. Du litar inte på andra människor förrän du lärt dig att lita på dig själv. Du måste lyssna på hur människor pratar, du avslöjar dig själv, säger han och ger smakprov på hur en ärlig konversation låter jämfört med en falsk.

**JONATHAN KAY ANSER** att vi alla har två olika sidor inombords som slåss om herraväldet över oss. Konflikten inom oss själva leder även till konflikter och krig i världen utanför.

- Diskuterar du någonsin med dig själv? "Nej, det gör jag inte! Jo, det gör jag!", säger han och förvandlas till två olika personer som grälar med varandra.

Jonathan förklarar att han har en teori om mänskligt beteende: att vi alla har en biblisk Kain och Abel inom oss, tvillingar som

**"De flesta pratar om sig själva, men de är inte sig själva."**

ständig är i konflikt. Kain skapar, bygger, förändrar och strävar efter "förbättring" hela tiden. Abel vaktar får och är nöjd med tillvaron som den är. Kain "gör". Abel "är".

- Det är Kain inom oss som styr världen, den ska ständigt förbättras, förnyas, erövrans, inget är bra som det är. I en Abel-värld handlar det om varandet, att vara sig själv och ge upp all strävan. Jag har skapat en struktur, en "Kain och Abel-show" där görandet och varandet blir tydligt. Jag försöker inte säga vad som är sanningen, men jag pekar på sanningen. Men det är en lång väg att gå till att få syn på sig själv i sig själv och i alla, säger han utan att skämta bort det han säger.

Är du en filosof (på engelska filosofen), undrar jag.

- Jag är en "foolofficer", till er tjänst madam, säger han rappt och gör honnör och får mig att skratta hejdlöst igen. ☺

Plus mer

Jonathan Kays hemsida:  
www.jonathankay.co.uk