

Michalina Nesterenko

MOTANKI



JAK ODNALEŹĆ MOC PRZODKIŃ
I UKOJENIE W PRADAWNEJ SZTUCE MOTANIA



Michalina Nesterenko

MOTANKI

JAK ODNALEŹĆ MOC PRZODKIŃ I UKOJENIE
W PRADAWNEJ SZTUCE MOTANIA

Redaktor prowadzący: Wojciech Ciuraj
Wydawczynie: Agnieszka Fiedorowicz
Redakcja: Lena Marciniak-Cąkała
Korekta: Sylwia Zazulak
Projekt okładki: Adelina Sandecka
Zdjęcie na okładce: © Sergii Mostovyi / Stock.Adobe.com
Wyklejka: © Yussi_161 / Stock.Adobe.com
DTP: Magdalena Alszer

Copyright © 2025, Michalina Nesterenko

Copyright © 2025, Wydawnictwo Kobiectwo Agnieszka Stankiewicz-Kierus sp.k.

Informacje zawarte w tej książce nie służą do postawieniu diagnozy, leczenia, udzielenia zaleceń, ani nie zastąpią porady uprawnionego pracownika ochrony zdrowia.

Wszelkie prawa do polskiego przekładu i publikacji zastrzeżone. Powielanie i rozpowszechnianie z wykorzystaniem jakiegokolwiek techniki całości bądź fragmentów niniejszego dzieła bez uprzedniego uzyskania pisemnej zgody posiadacza tych praw jest zabronione.

Wszystkie zdjęcia pochodzą z prywatnych archiwów twórczyń lalek.

Wydanie I
Białystok 2025
ISBN: 978-83-8417-278-0





SPIS TREŚCI

Wstęp /5

Wprowadzenie — Dziewczyna, Pramatka, Duch /7

Historia lalek — od figurek bogiń po front wojenny /29

Motanka i jej moc — symbole, znaki, cykle /59

Z czego i jak tworzyć — kolory, tkaniny, wzory /97

Zioła, nici, ingrediencje, czyli skarbiec Pramatki /147

Psychologia motania — lalka jako osobista terapeutka /199

Różne rodzaje lalek /217

Motanka współcześnie — historie o mocy lalek /257

Jak zrobić swoją lalkę mocy? /277

To dopiero początek /295

Podziękowania /311

Bibliografia /313

Galeria fotografii /317



WSTĘP

*M*otanki przysły do mnie ponad dekadę temu. Pamiętam, jak pierwszy raz splotłam kawałek materiału z intencją. To było jak porażenie prądem. Nic o nich nie wiedziałam, ale poczułam, że wracam do czegoś bardzo starego i bardzo mojego. I tak się zaczęło.

Być może nigdy nie słyszałaś o motankach albo słyszałaś niewiele. A może ciągnie cię do motania i już od dawna wiesz, że ta lalka to nie tylko szmaciana kukiełka. Tak czy siak, jestem pewna, że tego, o czym tu piszę, nie znajdziesz nigdzie indziej. Trzymasz w ręku książkę, która jest wynikiem mojej długiej pracy i poszukiwań. Książkę, która powstała z pasji i miłości, ale też z uporu, by pytać, szukać i wynajdować odpowiedzi, czasem niemal spod ziemi.

Kiedy dostałam propozycję napisania tej książki, poczułam radość i ekscytację. Wiedziałam, że to pierwsza i póki co jedyna praca w całości poświęcona motankom, czułam więc, że to ważny moment. Ale chwilę później poczułam również ciężar odpowiedzialności. Wiedziałam, że muszę opowiedzieć o motankach tak, jak na to zasługują: z szacunkiem, czułością i w prawdzie. Im głębiej się zanurzałam w materiały źródłowe, doświadczenia swoje i innych, opowieści, tym bardziej czułam, że nie chodzi wyłącznie o lalki. One są narzędziem głębszych procesów i zmian. Wiedziałam, że podręcznik do lalek to za mało, by pojąć, czym są.

Dlatego znajdziesz tutaj zarówno rzetelne fakty etnograficzne, jak i czułe opowieści. Rozmowy o symbolach, spojrzenie na lalkę jak na osobistą terapeutkę oraz moje własne doświadczenia. Wszystko po to, by motanki mogły do Ciebie przemówić nie tylko przez twarde fakty, lecz także sercem.

Napisałam tę książkę, bo wiem, jak to jest czuć, że coś cię woła. Wiem, jak trudno zrobić pierwszy krok, gdy nie masz pojęcia, od czego zacząć. Wiem też, jak wielką zmianę mogą wprowadzić jeden mały rytuał, jeden kawałek tkaniny, który przyjmie twoją intencję.

Motanka jest prostym narzędziem, ale jej prostota jest złudna. Kiedy bowiem zaczniesz motać, zaczniesz spotykać siebie. Z każdym owinięciem nici, z każdym ruchem dłoni coś w tobie będzie się porządkować. Może pojawi się spokój, może wzruszenie, a może gniew, który woła o uzdrowienie. Cokolwiek przyjdzie, będzie twoje. I będzie dobre.

W tej książce nie znajdziesz suchej instrukcji ani katalogu wzorów do kopiowania. Znajdziesz opowieść, która płynie z miejsca głębszego niż umysł. Znajdziesz przestrzeń dla siebie i swojego doświadczenia. Bo motanka łączy cię z twoją mocą, z twoimi przodkiniami, z twoją wewnętrzną Boginią.

Nie musisz w nic wierzyć. Wystarczy, że pozwolisz sobie poczuć i zatęsknić za czymś prawdziwym. Za bliskością, za poczuciem sensu, za uważnością, która wycisza rozbiegane myśli.

Zapraszam cię w tę podróż.

Usiądź wygodnie. Weź kilka głębokich oddechów. Przez chwilę posłuchaj, jak bije twoje serce. I pozwól, by motanki opowiedziały swoją historię.





WPROWADZENIE — DZIEWCZYNA, PRAMATKA, DUCH

*P*ierwsza była spleciona z trawy, wiatru i zapachu sosen. Jak iskra idei, nagły przeblýsk geniuszu, wyłoniła się spod palców. Może była boskim darem, a może naturalną konsekwencją mocy uwolnionej z oczu, serca, brzucha i dłoni.

Pewnego pogodnego dnia nienachalnie, niczym świeży podmuch wiatru, dała znać, że już czas.

A było to tak:

Dawno, dawno temu, w zamierzchłych pradziejach, poza zasięgiem archeologów i tych, którzy chcą zważyć całą przeszłość, przykryta warstwami wojen, religii i ognistego patriarchy, żyła Dziewczyna.

Nikt nie może dowieść jej istnienia, a może nawet nikt nie próbuje. A jednak serca jej sióstr we wszystkich epokach czują jej obecność bardzo wyraźnie.

Ja też nic bym o niej nie wiedziała, gdybym pewnego dnia nie spojrzała na wschód. Wtedy spłynęła na mnie wiedza, której istnienia się nie spodziewałam.

Moja praprzodkini usiadła przy moim ramieniu cicho jak kot i szeptała mi do ucha.

Ktoś by powiedział, że to tylko szum drzewa za oknem. Ale ja słyszałam jej głos.

I wtedy po raz pierwszy spłotłam kolorowe sznurki, prowadzona przez niewidzialną, magnetyczną siłę. Pod czujnym okiem tchnienia z przeszłości owijałam nitki i skrawki materiału, nie wiedząc jeszcze, dlaczego to robię. Czułam jednak całą sobą, że to jest podniosłe i ważne.

Wtedy także zaczęłam poznawać tę historię.

Była postrzępiona i połatana, wiele jej fragmentów ukryto w podziemnych labiryntach. Latami zbierałam je jak rozsypane puzzle.

Dziewczyna mi pomagała, czasem kierując moje kroki we właściwe miejsca, kiedy indziej przychodząc w snach i wizjach.

To były czasy, gdy strumyki śpiewały swoje pieśni, nieskażone jeszcze oleistymi odpadami, nieprzeczuwające, że nadejdzie dzień, w którym srebrzystym rybom zabraknie tchu w mętnych nurtach.

To były czasy, gdy Matka Ziemia oddychała pełną piersią, a Bogowie przechadzali się po gajach, doglądając dzikich porzeczek i wachając soczyste maliny.

Skąd się wzięli ci Bogowie? Nikt nie wie.

Jedni mówią, że stworzyli świat, inni, że wyłonili się z nicości. Są tacy, którzy przysięgali, że widzieli ich na własne oczy, jak zjeżdżali na świetlistych powozach prosto z portalu w sercu Słońca. Inni podważają te opowieści, twierdząc, że Bogowie byli pierwsi, nie mogło więc być żadnych świadków.

A ja? Ja wierzę, że najpierw było życie, które zwabiło Ducha.

Tak czy inaczej, smukłe, jasne postaci ukochały sobie Gaję i jej mieszkańców. Zieleń niekończących się borów, majestat gór, szum oceanów i bogactwo natury sprawiły, że Bogowie zostali. A ludzie wciąż byli częścią natury. Może nawet nie byli jeszcze do końca ludźmi. Nie pragnęli posiadać, nie znali lęku ani depresji. Po prostu żyli, będąc częścią wielkiego Kręgu.

A potem Bogowie ich udomowili.

Trudno w to uwierzyć, prawda? Spośród wszystkich istot na Ziemi wybrali właśnie nas i obdarzyli darem Wiedzy. Ile razy musieli pluć sobie w swoje świetliste brody, że tak wybrali? Mogli przecież wybrać psy, które kochają bez warunków, albo krowy — majestatyczne, łagodne, o pięknych oczach. Albo biedronki, tak blisko Słońca. A jednak wybrali nas. I na początku wydawało się, że to była dobra decyzja.

Lata mijały jak mgnienie oka. Ludzie nauczyli się budować domy i uprawiać ziemię. Życie i śmierć płynęły spokojnie, a wszystko miało swój czas i swoje miejsce. Bogowie, znając dualność Ziemi, oddali Moc Działania mężczyznom, a Moc Kreacji kobietom, aby uzupełniali się w tańcu przeciwności. To była wielka moc, wymagająca mądrości i czasu, by nauczyć się nią posługiwać.

W tych czasach żyła Dziewczyna. Młoda, rumiana Panna.

Miała lnianą sukienkę, która powiewała wokół jej smukłego ciała. Była tańcem i wiatrem. Perlistym śmiechem. Tchnieniem bławatków wychylających się ku słońcu. Była Życiem. Może nawet boginką, narodzoną z miłosego uścisku nieba i ziemi.

Nowo poznana moc tliła się w niej, jeszcze nie znajdując ujścia. Chodziła więc na łąki, nad rzeki, do lasu. Naśladowała śpiew ptaków, taniec polnych owadów, głaskała kwiaty, przytulała się do skał.

Był ciepły czerwcowy dzień. Słońce brązowiło skórę, a zieleń pachniała odurzająco. Dziewczyna tańczyła między kwiatami, gdy nagle usłyszała trzask gałązki. Przystanęła i spojrzała w stronę dźwięku.

Nic.

Tylko cisza, którą przerwał lekki kobiecy chichot.

Dziewczyna nie była lekliwa, ale była bardzo ciekawska.

— Czy to żarty? — zapytała głośno.

Cisza.

Może to było zwierzę, pomyślała, ale szybko o tym zapomniiała. Barwny motyl przykuł jej uwagę i razem z nim znów zatraciła się w tańcu.

Być może zazdrościsz Dziewczynie tej dzikiej swobody istnienia.

Ja trochę zazdroszczę. Jeśli ty też tak masz, to zapewne i ciebie gdzieś w głębi serca woła Pramatka. Zachęca do tańca z mocą.

Czujesz, jak przez wieki pętały nas obce kultury, oczekiwania i powinności. Być może i ty uwierzyłaś w ich nieuchronność przypieczętowaną ciężką, spoconą dłonią jakiegoś władcy czy biskupa.

Oni wszyscy myśleli, że wyrwali nam serce. To serce, które jeszcze chwilę pulsowało, walcząc o życie, a później, ich zdaniem, zamilkło na zawsze.

Mylili się.

Nie pomogły stopy, na których w potwornych mękach odchodziły nasze prababki, przyjmowane z otwartymi ramionami przez świetliste konduktory. Nie pomogło zasłanianie kostek, brzucha i ust. Obcięliśmy splątane włosy, podniosiliśmy się z krwawiących kolan.

I oto jesteśmy.

Córki Pramatki.

Czujące.

Pełne mocy, która wylewa się przez nasze palce i szuka ujścia.

Wiem, że i ty to czujesz.

Nadchodzi nasz czas.

Tymczasem Dziewczyna, zatopiona w ekstazie istnienia, całkowicie oddawała się swojemu byciu. Nie podejrzewała nawet, że ktoś uważnie ją obserwuje.

W cieniu lipy stała Kobieta — dorodna, rumiana, obfita swą brzemiennością. Matka Mokosz.

Czerwiec był jej ulubionym miesiącem. Wtedy doświadczała wielokrotnego cudu narodzin, nieskończonego bogactwa życia, które nieustannie z niej wypływało. Ale nie mogła wszystkiego robić sama. Świat rozrastał się coraz dalej, a ona była tylko jedną Boginią w wiekiustym wszechświecie.

Co za dużo, to niezdrowo.

Czas było podzielić się mocą kreacji. Rozsiać płodność i pasję tworzenia. Dziewczyna nadawała się do tego idealnie.

Mokosz nie mogła jednak podejść ot tak i namaścić ją boską mocą. Była Boginią, nie cudotwórczynią. Nie wolno jej było zmieniać istoty rzeczy, a człowiek, choć się rozwijał, wciąż był tylko człowiekiem. Poza tym musiała działać dyskretnie. Jej boscy bracia z pewnością nie poparliby tego pomysłu. Znała ich aż za dobrze — lubili mieć moc na wyłączność.

Właśnie dlatego przybyli tu na świetlistych rydwanach przez portal w sercu Słońca. Spodobała im się Ziemia, gdzie nie mieli konkurencji. Jeszcze.

Mokosz uśmiechnęła się ironicznie, myśląc o braciach, westchnęła i rozejrzała się dookoła. Zmarszczyła brwi, jakby się nad czymś zastanawiała, po czym machnęła pulchną dłonią.

Dziewczyna zatrzymała się w tańcu i usiadła wśród kwiatów, choć nie wyglądała na zmęczoną.

Bogini zaczęła nucić. Cicho, ledwie słyszalnie — dla zwykłego ucha był to jedynie szum traw. Ale Dziewczyna, czujna jak młoda wilczyca, wylapała melodię na granicy świadomości. I zaczęła śpiewać.

Nie wiedziała, że śpiewa Pieśń Mocy i Życia. Nie wiedziała, że za chwilę otrzyma dar, który przetrwa tysiące lat, wspierając jej potomkinie przez wieki.

Położyła się na nagrzaną ziemi pachnącą latem. Pieśń płynęła z jej ust, jakby zawsze ją znała. W tle owady brzęczały cicho, jak chór.

Dziewczyna przeciągnęła dłonią po trawie. Palce zaplątały się w zielone kłosa. Zerwała garść i usiadła, wpatrując się w nie jak zaczarowana. Musnęła kłosa opuszkami palców, a ostra krawędź przecięła skórę. Kropelka krwi spłynęła po źdźbło.

W oczach Dziewczyny błyszczała radość. Z językiem lekko wysuniętym na wargi, w skupieniu przekładała kłosa za kłosem. Ruch za ruchem tworzyła kukiełkę.

Mokosz podskakiwała z radości, wykonując dyskretne gesty, jakby popychała Dziewczynę do pracy. Rozbrzmiał cichy, radosny śmiech.

Dziewczyna znów poczuła czyjaś obecność, ale nikogo nie dostrzegła. Mokosz zatarła ręce z uciechy i pogłaskała się po obfitym brzuchu.

Młoda panna, niby odruchowo, zaczęła splotać trawy w kosę, taką samą, w jaką plotła swoje słomiane włosy. Ruchy miała pewne, jakby robiła to od zawsze.

Świeża krew zmieszała się z zielonym sokiem traw, zawierając wieczny pakt.

Tak Dziewczyna zaczęła się stawać Kobieta. Tak zaczęła się historia daru, który przekazywała swoim Potomkiniom aż po dziś dzień.

CZY TO TYLKO BAJKA?

Ta opowieść jest tylko jednym z wielu głosów, które splatają się w wielowarstwową tkaninę tradycji. Jest echem dawnych mitów i osobistą wizją, inspirowaną intuicyjną mądrością i praktyką.

Wszystkie kultury mają swoje opowieści o pierwszych twórczyniach — kobietach, które przejmowały boską iskrę i nadały jej formę. **Dziewczyna z mojej bajki jest jedną z nich.**

Nie wiadomo, gdzie i kiedy powstała pierwsza lalka, ale możemy być pewni, że towarzyszy ludziom od tysięcy lat. Była formą wyrazu, ochrony, symbolem transformacji.

Każda kobieta, splatając swoje pierwsze nitki, działała nie tyle rękami, ile przede wszystkim sercem. To, co się narodziło w pradawnych czasach, nie umarło. Przetrwało, bo nadal istnieją kobiety, które czują to wołanie.

Może ta opowieść jest jedynie wariacją na temat dawnych mitów. Może jest niczym więcej niż snem, wyobrażeniem. Ale czy nie na tym właśnie polega tradycja? Na przenoszeniu **ducha przeszłości** przez kolejne pokolenia, które dodają do niego własne doświadczenia i interpretacje?

Motanki nie są tylko ludowymi kukiełkami — one niosą wielowiekowe przesłanie naszych przaprzodków. O tym właśnie chcę ci opowiedzieć.

❁ CO TO ZA LALKA?

Motanki pochodzą z terenów dzisiejszej Ukrainy. Przynajmniej tak uważają badacze. To charakterystyczny element kultury wschodniosłowiańskiej — stary jak sama pamięć.

Skąd się tu wzięły? Nikt nie wie dokładnie. Jasne jest tylko jedno: są starsze niż wszystko, co udało się zachować w muzeach.

Lalki są ze mną od ponad dziesięciu lat. W tym czasie motałam, testowałam, czytałam i słuchałam. Wiązałam, rozplątywałam, zaczynałam od nowa. Obserwowałam, jak działają. I działały — czasem w sposób niemal mistyczny, kiedy indziej jako ciąg zwykłych zbiegów okoliczności.

Można to tłumaczyć rozumem, jasne. Ale każdy, kto stworzył własną motankę, wie: to coś więcej niż kilka związanych ze sobą szmatek.

Motanki nie dają się zamknąć w sztywnych definicjach. Każda twórczyni podchodzi do nich inaczej, różnice wynikają też z regionalnych tradycji. Dlatego nie znajdziesz tu katalogu „typów lalek” ani precyzyjnych zasad. Nie będzie listy do odhaczenia. Będzie opowieść. Obserwacja. Doświadczenie.

Dla jednych motanka to zabawka. Dla innych — obiekt rytualny. Dla muzealników — przykład sztuki ludowej.

A dla mnie?

Dla mnie to symbol. Manifestacja kobiecej mocy. Echo Bogini Matki, której obecność wciąż pulsuje w nitkach, tkaninach, dłoniach, które plotą.

❁ PIERWSZE SPOTKANIE Z MOCĄ

Obcowanie z motanką to dotykanie źródła kobiecej mocy. Samej istoty naszej wewnętrznej siły.

Kiedyś umiejętność tworzenia lalek przekazywano z matki na córkę. Między obieraniem fasoli a skubaniem pierza opowiadano historie, w których przemykał obraz Pramatki — zapisany w ciele, w geście, w codziennym ruchu dłoni. Tak przenosiła się mądrość z pokolenia na pokolenie.

Dziś, w sensie duchowym, prawdziwe spotkanie z motanką jest powrotem do tej mądrości. Do miejsca w nas, które zawsze wie, choć czasem zasypane jest rachunkami, terminami i codziennymi sprawami. Kiedy motasz, zaczynasz czuć więcej.

Pamiętam swój pierwszy raz. Siedziałam u mamy w kuchni. Na stole leżały porozrzucane tkaniny, nici splątane jak myśli. Czułam dziwne napięcie, jakby za chwilę miało się wydarzyć coś ważnego. Jakby ktoś niewidzialny czekał, aż wypowiem intencję. Nikt mnie tego nie uczył, wiedziałam jednak, co mam robić. Ręce same układały szmatki, a głos zaczął nucić melodię, której nigdy wcześniej nie słyszałam, ale czułam, że noszę ją w sobie od zawsze.

Pramatka nie mówi językiem podręczników. Jej mowa to szelest liści, trzask gałązek pod stopami, krzyk ptaka z oddali. Niekiedy to zgrzyt tramwaju, czasem cisza, która nagle staje się zbyt głośna. Jej język to symbole, metafory, migotliwe obrazy, które uczymy się odczytywać.

Zawsze przychodziło mi to łatwo. Jestem boleśnie niepraktyczna — myślą mi się terminy szczepień z datami opłat, ale metafory wskakują do mnie jak do źródła. Każde skojarzenie otwiera następne, każda lalka prowadzi do kolejnych odkryć.

A potem nagle: zrozumienie. Bez dowodu, bez logiki. Po prostu wiesz. Jakbyś dostała hasło do systemu, który działa poza umysłem. I stajesz się wiedźmą — nie tą z bajek, lecz z własnego wewnętrznego rdzenia. Ludzie mogą się dziwić, mówić: „To przesada”, „To nierozsądne”. A ty po prostu wiesz.

Na pewno przeżyłaś taką chwilę. Może nie raz. A może ją później zagłuszyłaś, bo rozum był głośniejszy. Intuicja jednak zdążyła ci już powiedzieć, co trzeba.

MEDYCYNĄ KOBIECY

Kiedy siadasz do motania, nigdy do końca nie wiesz, co się wydarzy. Może będzie cicho, jak zawsze. A może coś się otworzy.

Słowo „medycyna” pojawia się często w kontekście praktyk szamańskich. Na pierwszy rzut oka motanka i rytuały rdzennych ludów Ameryk nie mają wspólnego języka. Ale gdy patrzysz głębiej, zaczynasz dostrzegać podobieństwa.

Geometria góralskich kap z Karpat przypomina wzory Azteków. Kobięce kręgi, wspólne tkanie, haftowanie, tworzenie lalek — wszystko to jest częścią jednej, starej pieśni. Pieśni kreacji.

Motanka to narzędzie żeńskiego szamanizmu. Duchowego, intuicyjnego, czulego. Jej tworzenie jest nie tylko hobby, lecz także aktem uzdrawiania — siebie i innych. To modlitwa rękami, medytacja przy węzełkach, zakłęcie splecione z intencji.

Od wieków to kobiety niosły energię uzdrowienia — emocjonalnego i duchowego. Chroniły wspólnotę nie mieczem, a siłą ducha.

Tworzenie lalek w grupie, kiedy kobiety siadają razem, rozmawiają, milczą, śmieją się, to nie jest jedynie „warsztat rękodzieła”. To powrót do rdzenia. Rzemiosło staje się modlitwą.

Może właśnie dlatego dziś tak wiele z nas sięga po rękodzieło. Pieczemy chleb, sadzimy rośliny, pleciemy wianki, robimy dekoracje — nie dla poklasku, a po to, by coś w nas mogło się ułożyć. Jakby po wiekach ciszy nasz głos wracał.

Spotykamy się w grupach. Czasem na zorganizowanych warsztatach, kiedy indziej w domowym kręgu przy herbacie. Tworzenie ma moc. Uspokaja. Uzdrawia. Łączy.

✿ MOC TWORZENIA

Kiedy motasz lalkę, splatasz nie tylko kawałki materiału. Splatasz siebie. Łączysz intencję z ruchem. Myśl z gestem.

Tworzysz coś, co będzie niosło twoje życzenie, twój ból, twoją modlitwę. Lalka powstaje z rąk, ale jej źródło jest głębiej: w sercu, w brzuchu, w miejscu, gdzie rodzi się moc.

Motanka to więcej niż forma. To symbol. Jej postać jest prosta: bez twarzy, bez szczegółów, ale w tej prostocie zawiera się wszystko. Jest jak naczynie na intencję. A każda nitka, każdy węzeł zamykają coś ważnego.

Węzły mają znaczenie. To nie tylko technika. To pieczęć. Każde zawiązanie to decyzja. Każde owinięcie to krok w kierunku ochrony, uzdrowienia, zmiany. Tak działa magia, która nie potrzebuje fajerwerków.

Raz motałam lalkę dla kobiety, która czuła, że straciła głos. Nie dosłownie — po prostu nie mogła już mówić o tym, co czuje. Jej lalka była niebiesko-biała, ze spiralnymi motywami. Długo się wtedy zastanawiałam: jak to w ogóle działa? Jak kawałek materiału, trochę węzłów mogą coś zmienić?

Umysł chciał tabelek, wykresów, konkretności. I właśnie wtedy praca stanęła. Spódnica motanki rozwiązała się już trzeci raz. Odsunęłam ją z irytacją, żeby zebrać myśli.

I wówczas przyszło zrozumienie — jak to zwykle bywa: nie z logicznych analiz, lecz z wnętrza. To niezwykle odczucie. Małe olśnienie. Sens błyska tuż przy uchu i spływa mądrość.

Moc aktu motania polega przede wszystkim na dołączeniu do wspólnego rytuału. To rytuał kobiet, powtarzany przez wieki. Tak długo, aż wyłobił koryto w rzekach czasu. Stał się stabilnym zapisem w polu informacyjnym. Jak prastara modlitwa. Skuteczny nie tyle mocą słów, ile siłą, którą zdobył przez wieki jego powtarzania, przez emocje i nadzieje, jakie zostały w niego wlane.

Czy lalka pomogła? I to jak. Przywróciła nie tylko głos, lecz także granice. Kobieta, dla której ją tworzyłam, w dzieciństwie

marzyła, żeby śpiewać. Ale dopiero teraz, po tym wszystkim, zapisała się na zajęcia wokalne. I dołączyła do chóru. Tak działa magia motanek.

✿ PORUSZANIE ENERGII

Może słowo „szaman” przywołuje w twojej wyobraźni postać z grzechotką, tańczącą wokół ogniska w rytmie, którego nikt z zewnątrz nie rozumie. To stereotyp, ale nie jest całkiem oderwany od prawdy. Bo w magii ludowej ruch jest kluczem.

Wszystkie religie i rytuały rodzą się z gestów. Pochylenie głowy. Składanie rąk. Padanie na kolana. Nasze prababki nie zapisywały intencji — przekazywały je ciałem. Ruchem, oddechem, szeptem powtarzanym w rytmie pracy dłoni.

Przy motaniu to, co najważniejsze, dzieje się w twoim wnętrzu. To nie tylko „robienie”, to także świadoma obecność. Czasem ciało zaczyna się kołysać w rytmie, którego nie planowałaś. Kiedy indziej pojawia się potrzeba nucenia albo wzięcia głębokiego oddechu, który porządkuje myśli. To nie jest dziwactwo, to język ciała, które pamięta dawne sposoby porozumiewania się z energią.

W motance każdy ruch ma znaczenie. Każde owinięcie nitką jest jak poruszenie struny, która zaczyna wibrować w polu intencji. Jak rozruch silnika, który czekał na impuls, aby ruszyć w drogę.

Po latach motania nauczyłam się, że ruch dłoni zgodny z ruchem wskazówek zegara nie jest przypadkowy. To ruch ku przeszłości, ku spełnieniu. Niektóre kobiety motały od lewej do prawej, od dołu ku górze, świadomie lub intuicyjnie, ale zawsze z myślą o tym, co chcą zaprosić do swojego życia.

Alina, jedna z twórczyń, którą uczyła babcia Luda, powtarzała: „Wiązanie powinno być na trzy albo na dziewięć”. I rzeczywiście, te liczby przewijają się w wielu tradycjach. Trzy — początek,

rozwinięcie, zakończenie. Dziewięć — pełen cykl przemiany. Skoro przetrwały w kobiecej pamięci, oznacza, że miały znaczenie.

Kiedy lalka jest gotowa, gdy ostatni węzeł zostaje zawiązany, coś się porusza. Energia zaczyna płynąć. To nie koniec, a początek. Moment, w którym intencja zaczyna żyć własnym życiem.

To pokaz kobiecej mocy kreacji. Mocy, która płynie nie z wysiłku, lecz z połączenia — ciała, oddechu, ruchu i serca.

SIŁA KRĘGU

Lubię pracować sama, w ciszy, według własnych zasad. Taka praca w skupieniu pozwala się spotkać z myślami i z tym, co zwykle ukryte: zapomnianymi lękami albo radościami, które porzuciliśmy gdzieś w codziennym biegu.

Ale motanie lalek w grupie ma zupełnie inny wymiar.

Motanie to medytacja w geście. Kiedy pracujesz z intencją, zanurzasz się w sobie. Pomyśl: kiedy ostatnio pozwoliłaś sobie na bezruch i spokojne spojrzenie na swoje emocje? Zazwyczaj mamy na to gotową wymówkę: brak czasu. Nasze umysły, przyzwyczajone do pośpiechu, buntują się przed ciszą.

Na warsztatach, które prowadzę, kobiety często mówią: „Chciałabym zacząć medytować, ale nie potrafię się wyciszyć”. Wszystko je drażni. Każdy dźwięk przeszkadza. A jednak gdy siadamy w kręgu i rozpoczynamy rytuał motania, każda z nas wchodzi w proces.

Zanim zaczniemy, tworzymy przestrzeń na intencję. Każda wybiera coś ważnego — dla siebie, w tym momencie swojego życia. Potem zaczynamy. W swoim tempie. W swojej ciszy.

Zapada skupienie, przerywane jedynie szelestem tkanin, oddechem i rwaniem nitek.

Wiele kobiet mówi później, że wtedy czas przestaje płynąć. Czują spokój, ciepło, niekiedy delikatny trans. Znam ten stan dobrze ze swojej pracy — nagle lalka zaczyna się układać,

materiały się dopasowują, nawet jeśli na początku wydaje się, że nic do siebie nie pasuje.

Pamiętam Małgosię, która podczas spotkania narzekała, że materiały, które ją „przyciągnęły”, wyglądają jak koszmar desigera. Faktycznie, kolory i wzory były chaotyczne, zupełnie niedobre. Ale lalka to nie projekt z magazynu wnętrzarskiego. Powiedziałam jej: „Nie zmieniaj. Pozwól energii płynąć”. Małgosia była sceptyczna, ale posłuchała. Kiedy lalka była gotowa, patrzyła na nią z niedowierzaniem — wszystko zgrało się w harmonijną całość, a każdy element nabrał znaczenia i wpasował się w jej intencję jak brakujący puzzel.

Na warsztatach ktoś zawsze w końcu mówi: „Jak to możliwe, że minęło już tyle czasu?”.

Krąg zacieśnia się z każdą minutą. Nie tylko fizycznie, lecz także energetycznie i emocjonalnie. Kobiety zaczynają słyszeć siebie. Niosą się nawzajem. Pojawiają się emocje. Jedna potrzebuje się wypłakać, inna wybucha śmiechem. Rodzą się przyjaźnie, odżywa coś, co dziś jest niemal reliktem: siostrzeństwo.

Praca w kręgu to moment, w którym łączymy się z siłą kobiecej wspólnoty. Nasze przodkinie motały lalki razem — przy okazji narodzin, świąt, żniw, podczas długich zimowych wieczorów, gdy snuły się opowieści, a palce zajęte były pracą. Wspólny rytuał wzmacniał więzi między kobietami, dawał poczucie bezpieczeństwa i siłę do mierzenia się z codziennością.

Dziś często jesteśmy od siebie odseparowane, zamknięte w indywidualizmie, oddzielone ekranami telefonów i nieustannym pośpiechem. Powrót do takich praktyk pozwala nam na nowo poczuć, jak ważne są wsparcie i obecność innych kobiet, jak wiele możemy sobie nawzajem dać — czasem milczeniem, czasem słowem, a kiedy indziej uśmiechem.

Motanka wykonana w kręgu niesie intencję twórczyni, ale też coś więcej. Sumuje siłę wszystkich obecnych kobiet, każdej z jej historią, radością, lękiem, marzeniem. To prawdziwa bomba energetyczna, której moc czuć długo po zakończeniu spotkania.



SIĘGNIJ PO WIĘCEJ!



i wiele innych znajdziesz na:

WWW.CZARYMARY.PL