

Witarianizm orientalny

Źródło: lifefood.de

Tłumaczenie: Angelika Pisula

W dzisiejszym wywiadzie: Semy Gutmann opowiada o estetyce tańca i witarianizmu orientального.

W ciągu ostatnich tygodni sporo pisaliśmy o związku pomiędzy witarianizmem i sportem. Na pierwszy plan wysunęły się przede wszystkim jazda na rowerze i bieganie. Semy Gutmann, którą przed kilkoma tygodniami spotkaliśmy podczas targów Rohvolution w Speyer udowadnia, że witarianizm i sport można także połączyć z estetyką.

Semy pochodzi z artystyczno-lekarskiej rodziny z pięknej metropolii Izmir, leżącej na południu Turcji. Jej ojciec to znany piosenkarz i kompozytor. Bracia są również aktywni w branży muzycznej jako piosenkarz i perkusista. Wyrastająca w artystycznej atmosferze Semy jest od dziecka bardzo blisko związana z baletem klasycznym oraz tańcem orientalnym. Jednak

podstawy dla swojego dalszego rozwoju Semy zawdzięcza ciotce "Semiramis" ? jednej z najslawniejszych tancerek brzucha w Izmir w latach 60. Obecnie Semy pracuje jako tancerka oraz prowadzi terapie tańcem i ruchem dla dzieci i młodzieży.

Ale nie tylko taniec i ruch są dla Semy najważniejsze w życiu: "Odżywianie to dla mnie temat kluczowy. Jest częścią mojego życia tak jak czysta, krystaliczna woda źródłana czy świeże, leśne powietrze, które otacza moją życiową przestrzeń" - zdradziła w rozmowie z nami. Kiedy tylko dowiedzieliśmy się, że jej pasją są dziko rosnące rośliny jadalne i wyprawy po zioła, na które można się z nią nawet umówić, musieliśmy dowiedzieć się więcej!

lifefood: Kochana Semy, od kiedy jesteś witarianką i co zaważyło na Twojej decyzji o zmianie sposobu odżywiania?

Semy: Dietę witarianką tak na dobre rozpoczęłam dwa lata temu. W międzyczasie stopniowo stałam się stuprocentową witarianką. Na tej decyzji zaważyły sygnały wysyłane przez mój organizm, aby nareszcie przejść na dietę w stu procentach witarianką i aby dostosować do tego całe moje życie i odżywianie. Przystawienie się nie sprawiło mi żadnego problemu, a było jedynie kolejnym logicznym krokiem w kierunku surowej diety, ponieważ chciałam tego właściwie od zawsze, tylko do tej pory ciężko było mi zacząć.

lifefood: Jak na witarianizm reaguje twoje otoczenie?

Semy: Moje otoczenie jest jak najbardziej pozytywnie nastawione do tematu witarianizmu. Ze względu na to, że w ciągu ostatnich dziesięcioleci byłam związana z alternatywnym i biologicznym odżywianiem, witarianizm uznano za jedynie mały dodatek do tego wszystkiego. Właściwie zawsze oczekuje się od "Semy" czegoś nowego i godnego uwagi.

lifefood: Gdybyś miała porównać się do jakiegoś produktu żywnościowego, to co by to było i dlaczego?

Semy: Wybrałabym jabłko, ze względu na to, że ten owoc jest w moich oczach bardzo zmysłowy i przysłowiowo zastępuje "lekarza".

lifefood: Jesteś tancerką ? co dokładnie tańczysz i co znaczy dla Ciebie taniec?

Semy: Z biegiem czasu w moim repertuarze pojawiło się bardzo dużo rodzajów tańca. Jednak dla mnie tzw. kolebką tańca lub też pra-tańcem wciąż jest orientalny Ausdruckstanz (niem. "Ausdruck" - "wyrażanie", "Tanz" - "taniec"). Jest on dla mnie językiem i środkiem wyrazu w pewien wyimaginowany sposób, a także odczuwaniem mojej kobiecości, radości życia i więzi z życiowym rytmem oraz możliwością bycia sobą.

lifefood: Czy twój sposób odżywiania ma jakiś wpływ na twoją pasję? Gdzie twoim zdaniem taniec orientalny i witarianizm łączą się lub uzupełniają?

Semy: Nawet bardzo silny wpływ. Z połączenia tańca i odżywiania wynikło kilka bardzo pozytywnych zmian. Mam więcej energii, moje ciało i wygląd mojej skóry zmienia się, wyostrzył się mój zmysł smaku... wszystko smakuje dużo intensywniej. Do tego, gdy tańczę, bardziej świadomie postrzegam to, co mnie otacza, jestem silniejsza, wzmocniona i bardziej wytrzymała niż kiedykolwiek wcześniej.

lifefood: Na twojej stronie internetowej można przeczytać o Yoga Oriental. Jak można ją opisać dokładniej i gdzie można dowiedzieć się więcej na jej temat?

Semy: Yoga Oriental jest, jak sama nazwa wskazuje, połączeniem jednych z najstarszych form tańca i ruchu. Bazując właśnie na nich stworzyłam jakiś czas temu nową, specjalną formę

zajęć, która łączy w sobie elementy jogi i tańca brzucha. Yoga Oriental to nie tylko taniec w ruchu, ale także cielesna i spirytualna podróż w kierunku ?nieodkrytych brzegów?. Więcej informacji o Yoga Oriental znajdziecie na mojej stronie internetowej.

lifefood: Jesteś Turczynką ? bardzo nas interesuje, jak temat witarianizmu wygląda w Turcji?

Semy: Od bardzo dawna odsetek witarian wśród ludności Turcji wynosi około 55% lub więcej. Zainteresowanie wciąż rośnie, zwłaszcza wśród młodszych mieszkańców.

lifefood: Czy istnieją jakieś tureckie potrawy witariańskie, które mogłabyś polecić naszym czytelnikom?

Semy: Oczywiście, i to nie jedna! Istnieje bardzo szeroka paleta dań od kuskusu do purée z ciecierzycy. Mogłabym tutaj opisać 1001 przepisów, ale ze względu na ograniczoną ilość miejsca wybiorę jeden: Sałatka z morelą i koprem włoskim. Moja mama robiła ją trzy razy w tygodniu.

Dziękujemy za wywiad, kochana Semy! Nie możemy się doczekać kolejnego spotkania na Rohvolution.

Semy Gutmann

Semy przyjechała do południowych Niemiec, gdy miała 12 lat. Zdobyła wykształcenie jako tłumaczka, jednak jej wielka pasja do tańca orientalnego i sceny zwyciężyła. Wówczas jeszcze

nie przewidywała kariery, która przyniesie jej m. in. podwójny tytuł mistrzyni Europy. Semy prowadzi również terapie ruchem i tańcem i jako nauczycielka dzieci i młodzieży z różnych szkół przekazuje swoim uczniom świadomość ciała i ruchu.