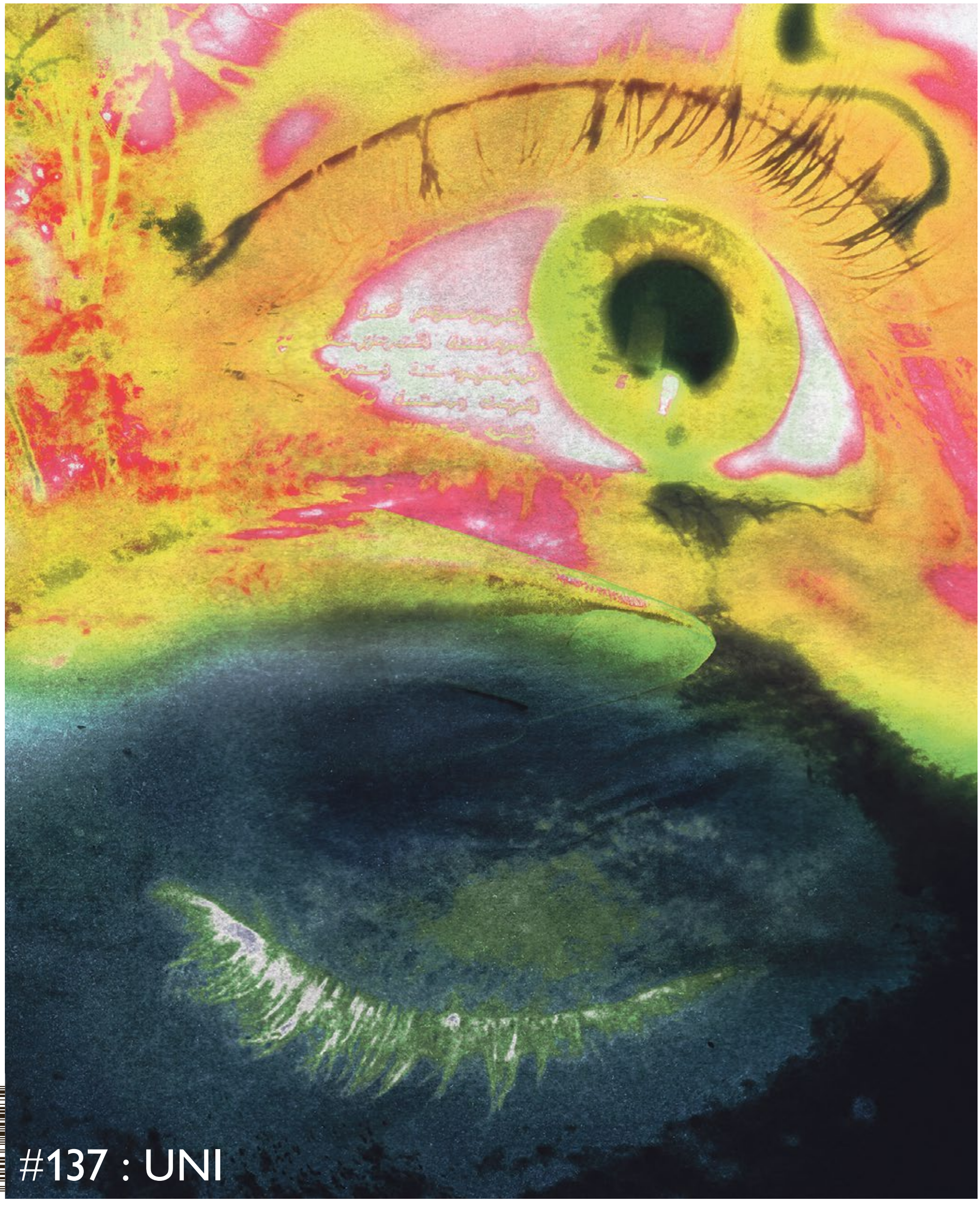
MÜÜRILEHT

NÜÜDISKULTUURI HÄÄLEKANDJA

SAJA KOLMEKÜMNE SEITSMES NUMBER : VEEBRUAR 2024



HIND 3€

9 772346 662013

#137 : UNI

JUHTKIRI

ÄRATAGE MIND ÜLES, KUI SEE JAMA ON MÖÖDAS…

Foto: Heikki Leis

Kuni vähemalt üks meediamaja – kui minu käest küsida, siis üsnagi vastutustundetult – **Jüri Ratast** usinasti mingiks suurmeheks kirjutab, oleme meie Müürilehes otsustanud hoopis unele keskenduda. (Kuigi, kas polegi magama heitmine siinkohal pigem adekvaatne reaktsioon? Vt ka: äratage mind üles, kui see jama on möödas…)

Üldse tavatsebki ajakirjandus end tihti küll ülla neljanda võimuna esitleda, aga enese vastutust mingite suurte protsesside kujundamises tunnistada ei taha. Ratas toob ikka klikid koju, nõndasamuti (kui mitte veel paremini) **Kaja Kallase** materdamine. Küll istub Kallas **Zelenskõi** vastas „ebaõnnestunult suletud ja eemale hoidvas" asendis, küll keelab õpetajatele palgatõusu ja lõpuks solvab muidugi presidendi vastuvõtule minemata jätmisega ei vähemat ega rohkemat kui kogu „Eesti riiki ja ajalugu". Pretsedenditu! Kuigi meenutagem, et kui seesama Jüri Ratas 2019. ja 2020. aastal peaministrina **Kersti Kaljulaidi** vastuvõttudel ei käinud, uskus meedia võrdlemisi hea meelega, et tubli pereisa tahab lihtsalt veeta koolivaheaega perega, Eesti riigi ja ajaloo solvamisest juttu ei olnud. Niisamuti ei ole ajakirjanikele apetiitne siin praeguse presidendi enda tegevuses arvestatavaid probleeme näha. Nii on Kallase tümitamisest saanud rahvussport – jah, üks asi on siin reitingutes (ning mh tõesti ka nn idavedudes, selge see), aga kes või mis neid reitinguid mõjutab? Keegi ei tea, meie ju lihtsalt kajastame!

Kui see kõik aga sindki, hea lugeja, väsitab, on Müürilehe uneteemaline veebruarinumber just sulle! Küsime siin muu hulgas, kas poleks aeg und ja uneaega rehabiliteerida; astudagi teinekord välja kapitalistlikust oravarattast (!?) ja uurida, kuidas ja miks meilt kogu aeg *produktiivsust* nõutakse. Und nähakse liiga tihti mitte lihtsalt passiivselt ebavajaliku „ajaraiskamisena", vaid lausa probleemina – millenagi, mida tuleks justkui tingimata optimeerida, minimeerida, modifitseerida… Nõnda on kerge unustada, et uni – ja igasugune jõudeaeg, molutamine, vedelemine jne lisaks sellele – ei ole meile tegelikult pelgalt eluliselt *vajalik* (mistõttu on nii enda kui ka teiste suhtes vastutustundetu selle igapäevane lahendamist vajava probleemina käsitlemine), vaid ju ka täiesti meeldiv praktika. Sümpaatsel moel juhtisid sellele asjaolule ühel või teisel viisil tähelepanu peaaegu kõik siinse lehe artiklid, sõltumata nende täpsest teemast või fookusest. Aga eks see vist nõnda olegi, et kui miski läheb liiga tasakaalust välja (ja produktiivsed ja edukad inimesed üha praalivad meedias, kui kasulik on kell neli või viis öösel ärgata ja üleüldse võimalikult vähe aega une peale raisata), siis käivitub sellele ikka ka mingi vastureaktsioon. Mulle tundub, et siit lehest leiab rohkesti just seda vastureaktsiooni, ja selle üle saab olla ainult hea meel.

Näiteks vestles **Henri Kõiv** selle numbri tarbeks mitmete unehäiretega maadlevate inimeste, aga ka unespetsialistidega, tuvastamaks, kui rusuvalt unetus inimesele mõjub – aga ehk polegi abi nii kaugel? Juttu tuleb ka 21. sajandi unekriisist ning unest kui vastupanust, kusjuures tõstatub ka küsimus, et mis saab siis, kui me unenägudesse hakatakse müüma reklaame (**Tõnis Jürgens** „Kuidas panna uni raha teenima?").

Christel Rose Bachmanni artiklist „Liikideülene uni" saame lugeda aga näiteks sellest, missugune liik oskab vajaduse korral suikuda meetodil „pool pead korraga" ning kui kaua magavad koaalad. (Võiks ehk siinkohal ka küsida, kas meil on koaaladelt midagi õppida?) Küsimuse inimlooma unevajadusest ning konkreetsemalt hilise ärkamise rehabiliteerimise olen võtnud oma südameasjaks siin lehes (ja elus üldiselt) ma ise.

Muidugi saab selles numbris piiluda ka loomeinimeste magamistubadesse, sirvida Müürilehe täielikku *und* lõplikku unenäoseletajat, lisaks on kaasautor **Liisbeth Horn** võtnud tänuväärselt ette üsnagi radikaalse uneeksperimendi ning sellest tarvilikke ja teraseid järeldusi teinud. Aga puudu pole siit ka **Sandra Nuudi** artikkel masinate unest – Sandrat täname kusjuures eriti palavalt, sest just tema kureeritud näitusest „Uneversum. Rütmid ja ruumid" Eesti Tarbekunsti- ja Disainimuuseumis – ning tema inspireerivast ja innustavast tuurist meie toimetusele – sai alguse selle lehe praktiline ja hoogne ettevalmistus.

Maia Tammjärv, kirjandus- ja teadustoimetaja

Esikaane illustratsioon:
Gert-Rasmus Rannamets

Foto: autoportree

Gert-Rasmus Rannamets *alias* ntby on bakalaureusekraadiga graafiline disainer, kelle disaini ja digitaalse kunsti piirimail pesitsevas loomingus avalduvad tihti mängulisus, erksad värvipaletid ning silmatorkav kontrastsus.

Müürileht on keskkonnasõbralik trükis, mille tootmisprotsessis on kulutatud vähe energiat, kasutatud minimaalselt keskkonda saastavaid kemikaale ning arvestatud maailma metsade keskkonnasõbraliku, sotsiaalselt õiglase ja majanduslikult elujõulise majandamisega.

Trükitoode
4041 0820

TOIMETUS

Aleksander Tsapov	peatoimetaja	aleksander@muurileht.ee
Henri Kõiv	tegev- ja sotsiaaliatoimetaja	henri@muurileht.ee
Mariliis Mõttus	elustiili- ja muusikatoimetaja	mariliis@muurileht.ee
Maia Tammjärv	kirjandus- ja teadustoimetaja	maia@muurileht.ee
Helena Aadli	kultuuritoimetaja	helena@muurileht.ee
Pille Sepp	keeletoimetaja	pille@muurileht.ee
Janet Kljuzin	müügi- ja reklaamijuht	janet@muurileht.ee
Johanna Reinvald	resident	johanna.reinvald@gmail.com

Makett/kujundus: Madis Katz
Illustraatorid: Andrei Kedrin, Ann Pajuväli, Ave Taavet, Jaan Pavliuk, Jaan Rõõmus, Liisa Kruusmägi, Lilian Hiob, Martin Eelma, Nadezda Andrejeva, Stella Salumaa, Vahram Muradyan
Fotograafid: Alana Proosa, Ken Mürk, Renee Altrov, Tõnu Tunnel

KOLLEEGIUM: BRIGITTA DAVIDJANTS, SIGNE IVASK, JENS JAANIMÄGI, KAROLA KARLSON, HELGI SALDO, BERK VAHER

VÄLJAANDJA: SA KULTUURILEHT

TOETAB KULTUURIMINISTEERIUM

TRÜKK: PRINTALL · TIRAAŽ: 4500

JÄLGI MEID
@Muurileht

SAADA MEILE

Uudiseid ja pressiteateid: *uudised@muurileht.ee*

Kirju, heliplaate, raamatuid ja muid väljaandeid Müürilehe aadressile Voorimehe 9, 10146 Tallinn

Müürilehele pakke saates palume märkida adressaadiks kindlasti „Müürileht".

KAASAUTORLUSEST

Müürileht ootab kaastöid, milles on ajakohased ideed ja nende veenvad põhjendused; mis on kirjutatud loetavas eesti, vene või inglise keeles; milles ei leidu arutut idiootsust, vaid troonib silmapaistev mõtteselgus. Palavalt oodatud on artiklid ühiskonna, kultuuri, teaduse ja laiemalt elu kohta. Toimetus jätab endale – iseenesest mõista – õiguse valida, millised tekstid avaldatakse. Aga kuna määrav ei ole ainult tekst, on tervitatud ka illustratsioonid, fotod, koomiksid, plakatid ja muud ajaleheformaati sobivad väljendusvormid! Kaastööga seoses võta ühendust mõne meie toimetajaga.

TOETA MÜÜRILEHE VÄLJAANDMIST

Telli Müürileht püsilepinguga 2.20 € eest kuus: *tellimine.ee/muurileht*

Reklaami Müürilehes: *muurileht.ee/reklaam*

INFO TELLIJATELE

Müürilehe levi korraldab Express Post. Kui värske leht õigel ajal kohale ei jõua, siis võta ühendust Express Posti klienditeeninduskeskusega telefonil (+372) 617 7717 või kirjuta aadressil *tellimine@expresspost.ee*.

SISUKORD

UNI

ZEN
Hilisest ärkamisest – *Maia Tammjärv* [5–6]
Täiskuust – *Kärt Kelder* [19]

ELUKESKKOND
Avalikus ruumis magamisest – *Ann Kristiin Entson* [7]

SOTSIAALIA
Unehäiretest – *Henri Kõiv* [8–9]
Une andmestamisest – *Tõnis Jürgens* [17]

FOTO
Loominguliste linade vahel [10–11]

EKSPERIMENT
Neljafaasiline uni – *Liisbeth Horn* [12–13]

STUUDIOS
Kärt Ojavee – *Helena Aadli* [14–15]

KÜBERILM
Masinate unest – *Sandra Nuut* [16]

UNEPÄEVIK
Martin Eelma, Johanna Reinvald [18]

PUUST JA PUNASEKS
Kellakeeramisest – *Henri Kõiv* [20]

POST-FAKT
Müürilehe täielik *und* lõplik unenäoseletaja [22]

KESKKOND
Teiste liikide unest – *Christel Rose Bachmann* [23]

KESKKOND

KESKKONNAAJALUGU
Kliimaprotestide ajaloost – *Ulrike Plath* [25]

KULTUUR

FOTO
Solli kabiinis – *Johanna Reinvald* [26–27]

MUUSIKA
Pealkirjastamatuse viimastest arengutest – *KIWA* [28–29]

ARVUSTUSED
Lauri Koppeli isikunäitus „Unenägija veel magab" – *Marika Agu* [30]
Uued plaadid [35]
Jaak Tombergi „Kuidas täita soovi" – *Marja Unt* [36–37]

ÖÖELU
Kiirkohting: Karin Leivategija [31]

OLEVIKU ANKEET
Utoopia saatkond [33]

SKEENE
DJ-ankeet: sorr [34]
Tõukejõud: Tarmo Kasearu [34]

MOOD
Uus eesti disain: Ron Verlin [38]

LUULE

JOANNA ELLMANN

Foto: erakogu

Joanna Ellmann on luuletaja.

tume linn

veel enne kui löövad esimesed kirikukellad
ärkavad sinu sajad elanikud
need keda keegi ei näe
nad käivad paarikaupa
mööda sinu munakiviteid
nad astuvad sinu mustadesse hoonetesse
ja jahutavad end purskkaevudes
tume linn
sa lõhnad praegu samamoodi
nagu ajastute eest
ja sul on silmad
mis ulatuvad kõikjale
sinu rannadki on tuhast
ja mäletavad kõiki neid appihüüde
kui joosti paljajalu merre
ja seegi oli punane
ja kuum
tume linn
nii nagu sa alati olnud oled
oled sa praegugi
kannad eneses salapära ja tõde
uksed on sinus avali
tuhande erineva maailma poole
sinu orud ja jõed on avatud
sa suitsune linn
ikka veel kannad sa eneses uhkust
oma elanike üle
kes surid sinu heaks ja sind luues
sinu tänavad on ikka veel kitsad ja käänulised
viivad vanade müürideni
viivad hukkamispostideni
tume linn öösel ei näe sinus keegi
kõik su hooned on külmad ja mustad loodud
nendest kividest mis toonud on surma
mis mäletavad elu

**

praod päikeses on joonistanud tumeda sõõri
üle taeva
kuumal päeval inimesed valavad
enda peale vett
kõnnivad murelikult mööda tänavaid
ja ükski lamp enam ei sütti
praod on joonistanud eredad jooned me kohale
liiga eredad on need kiired
mida näha ei taha ja kanda ei jaksa
maailm põleb ja kõik kes vähegi saavad
otsivad varju
mu silmad on liikunud tuhat aastat ette ja taha
praod päikeses aga tirivad neid hoopis
minust eemale ja nad alluvadki
päikese tahtele
nii jäävad nad rippu kuuma asfaldi ja taeva vahele
ja ma tunnen kuidas nad muutuvad helendavateks keradeks
mis lendavad mu juurest eemale
enne kui õhtu lõpeb
ühel päeval kui see palavus siin on läbi saanud
ühel päeval kui praod päikeses on pilvedega kaetud
ja kõrbe asemele on kasvanud uus mets
tulen mägiojadesse voolama

**

kaugel sügavas vees ahmin endasse
imepisikesi korallitükke
siin on palju loomi
kes tulevad mu juurde
mind tervitama
ma ujun koos nendega võidu
ja vaatan meduuse endast möödumas
nad lähevad minust mööda
justkui lehvitades mulle oma kombitsatega
ja ei nad ei tule mu juurde
et mind kõrvetada
ehkki seda kardan ma
kõige rohkem
vesi on vaikne ja rahulik
läbipaistev ja kannab mind
üha sügavamale ja sügavamale üska
näen suuri väravaid
mind tervitavad pikakasvulised
rohejuukselised olendid
kes juhatavad mind enda koju
väljastpoolt paistab kui
tavaline korallrahu
aga sees seal sees
avanes sootuks uus
sajad väikesed kalad helendasid lagedes
ja veetaimedest lauad olid kaetud
erinevate vetikatest roogadega
mind paluti lahkesti lauda
pakuti süüa ja öeldi
et nüüd elan ma siin
enam kunagi ei pea ma tagasi minema
tagasi maa peale
kuuma päikese ja musta värvi liiva sisse
enam kunagi ei pea ma midagi kartma
siin veealuses palees
on nüüd minu kodu
ja ühel päeval õpin ma ära
ka kõikide veeasukate keeled ja kombed
ühel päeval on mul samamoodi
rohelised juuksed
ja uimedest käed

Illustratsioon: Ann Pajuväli

SEAPÕIS KOOTSIDEEMIA

Küllap on ka teie silmad juba verd jooksnud, nähes, kui kiiresti sigivad ja paljunevad kootsid. Meenutab mulle 1938. suve, kui Tallinna suur rotiuputus vaevas. See sunnib mind avaldama pikalt enda sees kantud nägemust, mis teie meelt sugugi lõbusamaks ei pruugi teha. Kui arvate, et asi on hull, siis lubage mul tulevikuräästale tuli otsa panna. Minu kaaseinale lõikab see ilmutus nii sügavaid vagusid, et valu laukaveest ja noore metssea sõrast keedetud leotisega vaigistada tuleb.

Kõige hullemat tagajärge üldhariduskoolid kannatama peavad, kui õpetajad pärast streikimist massiliselt kootsideks moonduma hakkavad. 2025. aastaks keskmiselt iga kolmas õpetaja kootsitõvega nakatub ja kui siia hulka arvestada kootslaste alamseltsi eksponentsiaalne kasv, siis järgmise aasta suveks iga Eestimaa inimese kohta keskmiselt 0,4 kootsi siin maakamaral tatsub. Pealiskaudsel vaatlusel on raske saada õiget kujutust nende tekitatavate kahjude suurusest, kuid kui arvestada ühe kootsi aastast söödanormi ja korrutada see Eestis esinevate koolitajate ja konsultantide umbkaudse arvuga, saame toiduainete hulga, mis puhtasse rahasse ümberarvutatuna moodustab aukartustäratava varanduse. Seda suurt rahvamajanduslikku kahju mitte ükski jõud tasandada ei saa.

Asi järgneva aasta lõpuks sinnamaile jõuab, et tuleb hakata moodustama vabatahtlikke jahipidamise salkasid, et kootside arvukusele mingitki piiri panna. Äri- ja loomelinnakutesse tuleb aga lennukitelt kavalaid arstimeid puistata, mis kootsidel seedimise korrast löövad ja suud vahutama panevad. See suur võitlus meie majandust pikaks ajaks veel kurnama jääb ja suure lahenduse alles 2027. aastal saab, kui valitsus lisavahendid kinnitab, et Suur-Pakrile suur retriit ehitatagu, kuhu kogu kootsipopulatsioon ümber saab asustatud.

AJAJOON: ÄRATUSKELL

5./4. saj eKr

Esimene äratava otstarbega seadeldis olla kuulunud Antiik-Kreeka filosoofile Platonile. Nn Platoni äratuskell oli edasiarendus aega mõõtvast vesikellast, selle vilisev – ja seega ka äratav – heli tekitati just veesurve mõjul.

12.–13. sajand

Ehkki tornikellad tekkisid maailma linnade väljakutele juba varem, muutusid need iseäranis oluliseks Lähis-Idas, kus need täitsid ka palvusele kutsuvat funktsiooni. Üks säärane valmis 1235. aastal Bagdadis.

15. sajand

Kellaentusiast Leonardo da Vinci leiutas oma (samuti veepõhise) äratuskella.

1787

Ameeriklane Levi Hutchins leiutas tänapäevase mehaanilise äratuskella kaunis lähedase eellase. Kell oli tehtud ta enda tarbeks, selle suurimaks piiranguks oli aga asjaolu, et see äratas ainult kell 4 hommikul, mil leiutajal oli tarvis tööle asuda!

***Ca* 1760–1840**

Tööstusrevolutsioon. Siitpeale tekkis linnastuvas Euroopas laialdane vajadus kellaajalise, mitte enam loomuliku (päevavalgusest sõltuva) ärkamise järele. Kuna kodune äratuskell polnud tehasetöölistele veel kättesaadav, tegutses – nii Suurbritannias, lirimaal kui ka näiteks Hollandis – „üleskoputaja" ehk „knocker-upper", kes pika ridva või hernepüssilaadse moodustisega varahommikuti tehasetööliste aknad üle koputas!

1847

Prantsuse leiutaja Antoine Redier patenteeris esimesena mehaanilise äratuskella, mille alarmi aega sai manuaalselt valida.

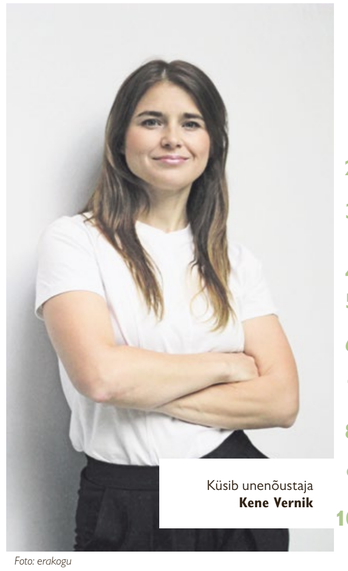
1940ndad

Leiutati esimene kellraadio, usutavasti (aga mitte täiesti kindlasti) tegid seda James F. Reynolds ja Paul L. Schroth Sr.

2007

Apple tuli turule esimese iPhone'iga, mille osaks oli ka digitaalne äratuskell, millesuguseid tänapäeval ärkamiseks enim kasutatakse.

KÜMME KÜSIMUST UNETERVISE KOHTA



Küsib unenõustaja **Kene Vernik**

1. Kui palju und ööpäevas on minu jaoks piisav?
2. Kui mu uni on olnud kvaliteetne, siis milline on minu enesetunne päeval?
3. Mitu korda kuus on minu uni ebakvaliteetne? (Näiteks tunnen päeval unisust, väsimust, kurnatust, keskendumisraskusi.)
4. Miks on minu jaoks oluline olla hea magaja?
5. Mis on negatiivsed tegevused õhtul, mis mõjutavad minu ööund?
6. Kuidas ma võiksin saavutada hea ja kvaliteetse une?
7. Miks ma pole oma unetervist hoidnud, mis on olnud minu takistused?
8. Mida ma pean oma päevas muutma, et ma saaksin parema ööune?
9. Millise esimese sammu ma pean tegema, et see muutus ellu viia?
10. Pane kirja oma ideaalne öö- ja päevakava, mis toetab kvaliteetset und.

Foto: erakogu

@MUURILEHT KÜSIB

MIS SIND ÖÖSEL ÜLEVAL HOIAB?

Kuidas Ryan Gosling sai „Barbie" filmist ainukesena Oscari nominatsiooni	mikroplastireostus
mingi laul kummitas konkreetselt nii kõvasti, nagu oleks päriselt ruumis mänginud. ei olnud hea laul	
kadunud vest ja maailmalõpp	Tapetud palestiina emad, isad ja lapsed. 💔
Mihhail Kõlvarti eraelu	Rahulolematus iseendaga (enda kehaga) ning sellest tingitud paanika, või filmid/lugemine
See, et mina olen väike, aga maailm suur	Müürilehe residentuuri kandideerimine

ÕNNELIKU INIMESE ÜKS KASULIK HARJUMUS

Tööstusrevolutsioon oleks nagu möödas, kuid paistab, et ühiskonna ja une suhe on endiselt kusagile 19. sajandisse jäänud! Selles ühiskonnas on eelisseisus varajased ärkajad, samas tõstetakse kilbile *produktiivseid* indiviide, kes praalivad, kui vähe aega nad magamise peale raiskavad. Ehk oleksime aga sootuks õnnelikumad, kui saaksime toimida omaenda sisemise kella järgi?

Kirjutas **Maia Tammjärv**, illustreeris **Georg Ander Sild**

Esmalt, kui lubate, mõni sõna isiklikku. Nii kaua kui mäletan, olen ikka olnud hiline ärkaja (ja ka uinuja). Ma mõtlen tõesti lasteaiast peale, nõnda jäi mu vaene ema väga tihti tööle hiljaks (vist oli isegi nii, et kui õigest bussist maha jäime – mida ikka juhtus –, pidi lasteaeda meil Lasnamäel sõitma kahe bussiga ja eks see kõik võttis aega), sest mind polnud võimalik sujuvalt üles äratada – hommikud olid ja on mõeldud magamiseks!

Me tänapäevaste uneharjumuste juured peituvad tööstusrevolutsioonis – sealtpeale tekkis inimesel vajadus kellaajalise, mitte enam loomuliku (näiteks päevavalgusest sõltuva) ärkamise järele.

Hiljem, gradatsiooniliselt kasvava agentsusega ei kaasnenud sellega enam ehk nii suuri probleeme, liiati olid kooliteed alustades ühiskonna nõudmised juba oma töö teinud (samas, mis kasu minust neis esimestes tundides oli, tahaks küsida), kuigi kusagil nii põhikooli lõpuks polnud harv juhus kooli jõuda pigem teiseks tunniks.

Nõnda algas minu põrkumine ühiskonna nõudmistega, millega rüselen paljuski senini, juba üsna varases nooruses. Muidugi pole ma ainus, kelle jaoks säärane olukord on tekitanud mingit ebamäärast kimbatust.[1] Kas ma olengi laisk? Kuidas teised saavad üles ja mina ei saa? Jne. Ühesõnaga, alati oli minu põõnamisega mingisugune jama! Ütlen küll ära, et see abstraktne süütunne ei tulenenud kodust või kodustest, vastupidi, millalgi sel perioodil ütles kallis ema mulle lohutavad sõnad, mis pikaks ajaks meelde jäid: „Kasvad suureks, hakkad kunstnikuks, siis ei pea hommikul vara ärkama!" Kunstnikku minust ei saanud – ehkki pole põhjust salata, et mõnda aega oli see mul just nende sõnade pärast absoluutselt plaanis –, kuid sellegipoolest paistab praegu, et kuidagi on siin elus põhjalikult vedanud (või olen ise teinud mingeid õigeid valikuid?), sest püüan – ja enamasti ka saan – ikka toimida nii, et võimalikult harva peaks üleliia vara ja/või üldsegi äratuskella peale ärkama.

Just oma igapäevasuses on see varase ärkamise hiiliv surve nii kummaline. Miks mitte lasta inimestel lihtsalt elada?

ETTEANTUD EBAVÕRDSUS

Loomulikult ei leia mina(gi), et varajases ärkamises või väheste unetundidega piirdumises iseenesest midagi kehva oleks. Kehv on see, et laias laastus eeldatakse inimestelt tööstusrevolutsioonist peale liiga ühetaolist toimimist, samal ajal kui ühiskond, töö jne kõik muutuvad. Nõnda on näiteks ajaloolane **Roger Ekirch** tuvastanud, et just tööstusrevolutsioonis peituvad me tänapäevaste uneharjumuste juured, sest sealtpeale tekkis inimesel vajadus mh kellaajalise, mitte enam loomuliku (näiteks päevavalgusest sõltuva) ärkamise järele.[2]

Pole kaugelt esoteeriline väita, et ebapiisav uni ja enda „sisemise kella" loogika vastaselt uinumine ja ärkamine pole lihtsalt tervislik. Asi pole isegi vaid vaimses tervises (mis mõistagi pole vähetähtis), vaid kehva und on seostatud näiteks dementsuse, südamehaiguste, (2. tüübi) diabeedi, ülekaalulisuse, mitmete vähitüüpidega[3] jne. Üldiselt pole ses teadmises ka midagi uut, kuid ometi piirab inimloom (olles sellisena ainuke) pea iga päev oma und – meie kõigi lemmikleiutise äratuskellaga. Aga ka siis, kui asi lõppeks nii drastiliseks ei lähe, pole raske näha, et liiga varane ärkamine muudab piisavalt paljude inimeste päeva lihtsalt viletsamaks (miks mitte ka ebaproduktiivsemaks). Päevadest võib kergesti saada nädal, kuu ja aasta. Milleks see kõik?

Mitmetes asjaoludes pole seejuures n-ö kogu teadus (ammugi ajakirjandus) senini päris ühte meelt, näiteks võib küsida, kui suure osa inimkonnast üldse moodustavad hommikused kronotüübid ehk „lõokesed" *vs.* õhtused kronotüübid ehk „öökullid". Muu hulgas sõltub see muidugi sellestki, kuidas küsida ja kellelt. Näiteks on väidetud, et kolmandik Briti inimestest arvab enda liigituvat „öökullide" hulka[4], psühholoogi ja raamatu „Why we sleep" autori **Matthew Walkeri** arvestuses eelistab umbes 30% inimestest ärgata ja uinuda hilisematel tundidel[5]. Samas pole kindel, kas tegelikult on üldse produktiivne kogu inimkonda resoluutselt just kaheks jagada. Näiteks unenõustaja **Kene Vernik** eristab lisaks „lõokestele" ja „öökullidele" tinglikult „karu" (mis tegelikult tähendab „kesk-kronotüüpi", mitte talveunne suikujat, nagu ise oleksin eelistanud mõelda!) ja „delfiini" (rahutut magajat), lisades, et hiliseid kronotüüpe on tegelikult vähe, umbes 10%[6]. Vastukaaluks leidub küll jällegi ka uuring, mille kohaselt „öökullid" moodustavad (selles uuringus kokku kuuest) arvukaima (24%) kronotüübi[7]. Aga lõppeks saab teaduslikult uurida üldse igasugu toredaid asju, näiteks kas varajastel ärkajatel võib leiduda neandertallastelt päritud geene[8], niisamuti on hilist ärkamist võimalik seostada psühhopaatlike tunnustega[9]! Vali endale sobivaim, nagu öeldakse, näiteid jagub.

Muidugi polegi psühholoogia enamasti mingi täppisteadus ega ole iseenesest ka ülemäära oluline, kui palju täpselt üht või teist tüüpi inimesi maamunal võiks elada, ilmne on see, et kõik inimesed ei ole juba täiesti objektiivsetel põhjustel varajased ärkajad. Suurem üksmeel paistabki valitsevat küsimuses, kas säärased unesättumused on n-ö objektiivsed või lihtsasti ümber harjutatavad kapriisid – enamasti tõdetakse ikkagi, et kronotüüp ise on kaasasündinud, geneetiline ja väga raskesti (kui üldse) muudetav[10].

KUID SIIS IKKAGI SEE ÜHISKOND!

Samas näeme ometi, kui palju mõjutab ühiskond seda, kuidas me selle paljuski etteantud n-ö objektiivse materjali pealt elama peame. Seesama küsimus enda kronotüübi muutmise kohta tõstatub ju ikka alati nõndapidi: kas on võimalik n-ö programmeerida end hommikuinimeseks? Nähtavasti seda, kas hommikused kronotüübid end „öökulliks" võiksid harjutada, pole põhjust küsidagi. Sest sotsiaalne surve selleks puudub. Kohe meenub, et näiteks vasakukäelisust on mitte üldse kauges minevikus lastel ümber harjutatud – hullematest näidetest, kuidas ja mida inimestes veel on püütud „välja ravida", ma isegi siin praegu ei räägi. Aga just oma igapäevasuses on see varase ärkamise hiiliv surve nii kummaline. Miks mitte lasta inimestel lihtsalt elada?

Eks vastuski on siinkohal ilmselt võrdlemisi lihtne, nagu ütles mulle kord (osalt naljatamisi) intervjuus psühholoog **Lauri Pihkva**, et „palju lihtsam ja meeldivam oleks, kui me oleksime ja toimetaksime kõik hästi ühtmoodi"[11], kusjuures siinpuhul pole asi isegi inimeste omavahelistes suhetes, vaid just kogu sootsiumi võimalikult ühe liistu järgi toimima panemises. Piltlikult: ikka on ju kõige mugavam, kui kõikides kooslides algavad tunnid ühel kellaajal, inimeste absoluutselt radikaalselt erinevad individuaalsed omadused jäetakse seega aga kogu täiega kõrvale.

Nõnda jõuab kirjanik ja ajakirjanik **Maria Konnikova** oma artikli „No, Mornings Don't Make You Moral" lõpus minu meelest üsna loogilisele järeldusele: „Hiliseid ärkajad võivad arvestada sellega, et nad pole ei ebamoraalsed ega ka laisad. Aga seni, kuni maailm ei toimi nende tingimustel – ja kui neil pole just vedanud ametikohaga, mis soodustaks paindlikku töötamist –, võivad terad siiski jääda varajastele linnukestele."[12]

MAGA KIIREMINI!

Nagu eel osutatud, olen ise (küll „öökullina") vägagi privilegeeritud, aga näen siiski pidevalt, et kõik ei ole. Nii ei pea paljudel töökohtadel vara (või üldse: ühel ajal) tööle jõudma ju ainult hommikuinimesed, vaid ikka ka need teised, kes tegelikult näiteks hommikuti kauem und vajaksid. Samuti algavad (ja lõppevad) laste koolipäevad endiselt paljude lapsevanemategi jaoks ebamugavatel aegadel; julgen aimata, et lõviosa maailma töökoosolekutest algab varastel kellaaegadel; vara algavad ka telefonimüügiinimeste tööpäevad (tervitaksin siinkohal siiralt eriti Postimehe tellimuste pakkujaid, sest kella 10 ja 11 vahel ei tervita ma neid telefonis just lahke sõnaga. Usun, et teie töö on raske ja elan teile kaasa).

Tegelikult mõjutab loomuliku ärkamisaja ühitamatus valdava osaga ühiskonnast siiski ka mind (ja teisi „minusuguseid") – olgu või kaudselt. Võtkem näiteks nähtuse *morning bias*: on korduvalt uuritud, kuidas

jätkub >

< eelneb

varem tööle jõudvaid inimesi nähakse nii ülemuste kui ka kolleegide perspektiivist paremate töötajatena.[13] Absurdne? Kindlasti. Aga korduvalt kinnitust leidnud läbiv eelarvamus. Teiseks, minugi igapäeva jõuavad kusagil *feed*'is või portaalides pidevalt vilksavad pealkirjad stiilis „Edukate inimeste 10 kasulikku harjumust" vms ja neist ikka pigem tihti kui harva selgub, et kui tahad olla edukas (ja selge, et seda peaksid sa tahtma), peaksid mitte ainult ärkama vara, vaid ka raiskama minimaalselt tunde une peale!

Sõnastused muidugi varieeruvad, aga üks mu isiklikke lemmikuid „edukate eeskuju" soovitusi seni on „ärka valusalt vara"[14]. Need kõik on justkui ohutud ja pretensioonitud ühe liistu järgi vorbitud artiklikesed, mille taga polegi eriti muud kui see, et midagi peab ju portaali üles viskama, aga ometi signaliseerivad need meile järjepidevalt, et just meie peaksime end muutma. Nõnda ei saa öelda, et nad meid üldse ei mõjutaks, ka siis, kui üht otsest „süüdlast" siin välja tuua ei saa. Ehk tasub siinkohal meenutada ka vana hea **Arnold Schwarzeneggeri** võluvat soovitust „magada natuke kiiremini"[15] (sest kaheksa tundi on liiga kaua!). „Magage kiiremini, kodanik," oli mäletatavasti ka võõrastemaja portjee soovitus peategelasele **Mihhail Zoštšenko** novellis[16], aga see on fiktsioon, absurdikirjandus!

Ilukirjandusest leiab muidugi soovi korral ka vastupidiseid – kuigi samavõrra absurdseid – näiteid, meenutagem näiteks **Ottessa Moshfeghi** romaani „Minu puhkamise ja lõõgastumise aasta" (2018, ee 2021), mille peategelane end eri medikamente doseerides pidevalt uinutab, eesmärgiks veeta nii vähe tunde ärkvel kui võimalik. Ehkki teos on paiguti täiesti pöörane ja naljakas (näiteks hakkab tegelane radikaalse ülemagamise seisundis mitte lihtsalt unes kõndima, vaid ka unes peol käima!), on selge, et tegelane pole mõeldud mingiks eeskujuks, veelgi enam, kõigest hoolimata tuleneb ka tema seisund ja enesemedikeerimise praktika tegelikult traumast. Nõndasamuti polnud ka nimitegelane **Ivan Gontšarovi** tuntud romaanist „Oblomov" (kelle patt, tõsi küll, ei seisnud mitte liiases magamises, vaid ülemäärases *lamamises*) mõeldud mingi eeskujuna, ehkki me lugejatena (põhjusega!) toome teda ikka ka positiivse näitena inimesest, kes n-ö oskab elada. Aga autori enda irooniline hoiak oma tegelase elustiili suhtes paistab ridadest ja nende vahelt selgesti silma.

Võtkem näiteks nähtuse morning bias*: on korduvalt uuritud, kuidas varem tööle jõudvaid inimesi nähakse nii ülemuste kui ka kolleegide perspektiivist paremate töötajatena.*

Fiktsioonimaailmast taas väljapoole liikudes võib nimetada ühe radikaalseima – ja seejuures nähtavasti rabavalt populaarse – näitena viimasest ajast kanada „juhtimisguru" (juba see sõna tekitab minu(suguste)s arvestatavat vastumeelsust) **Robin Sharma** 2018. aasta menukit „The 5 AM Club: Own Your Morning. Elevate Your Life". Olgu, säärased jaburad lihtsustused ja ühetaolistamised tingib paljuski eneseabiformaat, aga nimetatud teost sirvides ei saa mina küll muud kui mõelda, kui totter see on. Miks peaks kõiki neid soovitatud (miks mitte ka paiguti mõistlikke) asju tegema just kell 5 hommikul? Vastust ma siit ei leia.

Me oma „vanarahvaski" kaalus inimese väärtust ju paljuski va mammonas, vara üles ja hilja voodi pidi end seadma ikka just rikkuse majjatoomise eesmärgil.

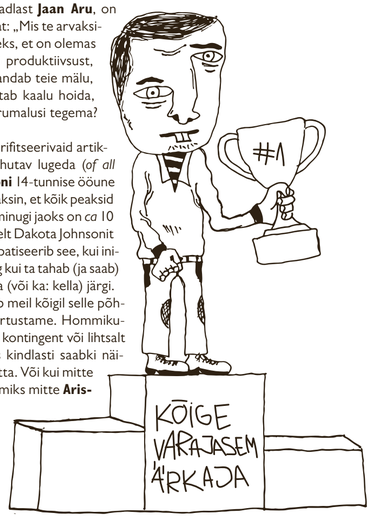
Foto: autoportree

Georg Ander Sild on Eesti Kunstiakadeemia graafilise disaini tudeng. Oma praktikas leiab ta end tihti kunsti ja disaini vahele kriibitud piiri kompimast.

KEDA SEADA EESKUJUKS?

Selge see, et ma pole uneuurija ega psühholoog, aga ka muidu ei saa ega taha ma öelda, et viis, kuidas mina oma elu elan, on õige, absoluutne ja kõigile sobiv. Mõistagi on inimesi, kellele sobib varane ärkamine eriti hästi, ju on piisavalt neidki, keda motiveerib eriti tõhusalt just rutiin (ka siis, kui näiteks varane ärkamine mitte tingimata) jne. Aga mind ei jää siinpuhul häirima ainult tavaline sotsiaalne imperatiiv ärgata vara, vaid ka see teine, esimesega otseselt seotud: kohustus olla jumala eest edukas! (Ega see pole muidugi mingi uus leiutis, me oma „vanarahvaski" kaalus inimese väärtust ju paljuski va mammonas, vara üles ja hilja voodi pidi end seadma ikka just rikkuse majjatoomise eesmärgil.[17])

Nõnda jahvatatakse muudkui sellest, kuidas olla produktiivne, kuidas olla edukas, aga kas poleks hoopis asjakohasem küsida, mis teeks meid õnnelikuks. Kuidas olla oma eluga rahul? Kuidas olla puhanud ja heas tujus? Kuigi, kui uskuda ajuteadlast **Jaan Aru**, on võimalik saavutada ka mõlemat: „Mis te arvaksite, kui mõni teadlane teile ütleks, et on olemas imerohi, mis tõstab teie töö produktiivsust, muudab teid loovamaks, parandab teie mälu, teeb teid heatujulisemaks, aitab kaalu hoida, paneb teid vähem riskima ja rumalusi tegema? […] See on uni."[18]



Pärast kõiki neid unetust glorifitseerivaid artiklikesi oli tõtt-öelda vägagi lohutav lugeda (*of all people*) näitleja **Dakota Johnsoni** 14-tunnise ööune kohta[19]. Mitte seepärast, et leiaksin, et kõik peaksid ööpäevas 14 tundi magama – minugi jaoks on *ca* 10 kena optimaalne – või justnimelt Dakota Johnsonit eeskujuks seadma, pigem sümpatiseerib see, kui inimene väärtustab oma und ning kui ta tahab (ja saab) elada iseenda sisemise loogika (või ka: kella) järgi.

Eks eeskujude seadmine käib meil kõigil selle põhjal, mida me juba niikuinii väärtustame. Hommikuinimesed, edule orienteeritud kontingent või lihtsalt vähese unevajadusega rahvas kindlasti saabki näiteks **Elon Muski** eeskujuks võtta. Või kui mitte tänapäeval niivõrd Muski, siis miks mitte **Aristotelest**, kes samuti hinnanud kõrgelt enne n-ö kukke ja koitu ärkamist, riigimeestest tavatsetakse siinpuhul esile tuua näiteks **Benjamin Franklinit**. Arhitekt ja leiutaja **Richard Buckminster Fuller** – nagu kirjutas ajakiri Time 1943. aastal[20] – oli lausa võluval seisukohal, et „uni on lihtsalt halb harjumus", nimelt maganud Fuller vaid kaks tundi ööpäevas (seejuures neljas osas 30 minuti kaupa). Radikaalne eksperiment kestnud aga vaid kaks aastat, sest elustiil sattunud konflikti kolleegide omaga.

Me teised saame sõltuvalt oma muudest eelistustest aga vaadata näiteks **Winston Churchilli** poole, kes olla tavatsenud esimese poole päevast töötada voodis, kirjanikud **Gustave Flaubert** ja **James Joyce** olla ärganud vastavalt kell 10 ja 11 hommikul (kuigi kas see just märkimisväärselt hiline hommik on, on muidugi iseküsimus), vanameister **Hunter S. Thompson** aga olevat uinunud 8 paiku hommikul, et impressiivselt kell 15 ärgata. Jne.[21] Sarnaselt Thompsoniga ei saanud just ülemäära tervislike eluviisidega hiilata (ja seetõttu paljudele elamise eeskujuks vist ei passi) **Marcel Proust**, kuid hiliste ärkajate nimekirjades figureerib sagedasti temagi. Ja siis on muidugi veel **René Descartesi** juhtum![22] Matemaatik, filosoof ja loodusteadlane Descartes olevat nimelt eelistanud magada 10–12 tundi ööpäevas, ärgates seejuures keskpäeva paiku või väheke varem. Lugu olla ta pidanud ka pikkadest jalutuskäikudest ning mõttevahetustest kolleegidega, mistõttu võib ilmselt järeldada, et otsejoones töölaua taga ei veetnud ta just muljetavaldavat hulka tunde, aga tema saavutuste arvestatavuses pole ju siiski kellelgi alust kahelda. Kui Descartes aga 1646. aastal Hollandist kuninganna Kristiina kutsel Rootsi kutsuti, pidi ta hakkama ärkama vara – kuninganna olevat olnud „äärmuslik hommikuinimene", mistõttu ei saanud ka Descartesi audientsid temaga toimuda loomu- ja harjumuspärastel aegadel, seepeale oli aga – legendi kohaselt justnimelt sunnitud varase ärkamise põhjusel! – filosoof külmetanud, kopsupõletikku jäänud ja ka ära surnud!

Kes teab, kui palju sellest kõigest (eriti vist Descartesi surma asjaoludest…) lõpuks tõsi on, igal juhul saab mh nende näidetega ennast soovi korral kenasti lohutada, et edukas olemiseks pole tarvis mingisugust kellaviieklubi või „valusalt varast" ärkamist – kuigi selge seegi, et soovi korral saab endale igasuguste näidetega ka hoopis vastupidist kinnitada. Ometi olen veendunud, et edu ja tunnustus sõltuvad lõpuks ikka päris paljudest teistest faktoritest.

Viimaks visandaksingi pealkirjas lubatu ehk kõigile neile edukate inimeste väärt harjumustele tasakaaluks ühe õige lihtsa „õnneliku inimese üheainsa kasuliku harjumuse": vähemalt nõndapalju kui inimlikult (sotsiaalselt) võimalik, maga ikka täpselt, nagu süda kutsub.

[1] *Vt nt Ter-Mikaelian, M. 2016. The Truth About Morning and Night People. – Medium, 18.11.*
[2] *Gorvett, Z. 2022. The forgotten medieval habit of 'two sleeps'. – BBC, 10.01.*
[3] *Vt nt Health Risks of Poor Sleep.* – hopkinsmedicine.org.
[4] *Leprince-Ringuet, D. 2019. No matter how hard you try, you'll never be a morning person. – Wired, 31.01.*
[5] *Gault, B. 2023. Night owls vs morning larks: Is the 9–5 outdated? – CMI, 22.03.*
[6] *Ilves, L. 2022. Kas oled lõoke, karu, öökull või delfiin? Kronotüüpsus määrab meie loomuliku unerütmi. – Tervisegeenius, 27.05.*
[7] *Dockrill, P. 2020. There Are 6 Human Chronotypes, Not Just Morning Larks And Night Owls, Study Says. – ScienceAlert, 02.12.*
[8] *Zimmer, C. 2023. Morning Person? You Might Have Neanderthal Genes to Thank. – New York Times, 14.12.*
[9] *Ferris, R. 2015. New Study Suggests Night Owls Have Psychopathic Traits. – ScienceAlert, 20.03.*
[10] *Vt nt Resnick, B. 2017. If you're just not a morning person, science says you may never be. – Vox, 17.03.*
[11] *Tammjärv, M. 2022. Iseenda ja oma eluga rahul olevast inimesest reeglina ei saa sõltlast. Intervjuu Lauri Pihkvaga. – Müürileht, detsember.*
[12] *Konnikova, M. 2015. No, mornings don't make you moral. – The New Yorker, 25.02.*
[13] *Vt nt Kromer, E. 2015. Morning bias. – Foster Business Magazine, 16.05.*
[14] *Lamp, D. 2016. Seitse edukate inimeste hommikust harjumust, mida on väga raske omaks võtta. – Postimees, 06.12.*
[15] *Motivational video: Sleep faster by Arnold Schwarzenegger.* – youtube.com/@beastout2957.
[16] *Nt väljaandes Zoštšenko, M. 2021. Maga kiiremini. Valik huumorit ja satiiri 1921–1956, lk 310–314. Tlk Lembit Remmelgas. Tänapäev.*
[17] *Ja ei sallinud too „vanarahvas" ka neid, kes pikalt sõba silmale lasid, nood magasid meil näiteks: „laisa und", „kui raibe", „ennast lolliks", „maja käest ära", „nii et alumine külg hallitab ära" ja lõppeks magasid need hirmsad loodrid lausa „ennast emaseks" (muidugi daamide praktikas magati end hoopis „isaseks"). Vt nt Eesti kõnekäänud I (toim. Õim, A.), lk 419–424, 2020.*
[18] *Aru, J. 2019. Teaduspõhine looduslik kõrvaltoimeta imerohi ülekaalulisuse ja rumalate otsuste vastu. – Postimees, 10.02.*
[19] *14 hours a night: should we all sleep as much as Dakota Johnson? – The Guardian, 12.12.2023.*
[20] *Science: Dymaxion Sleep. – Time, 11.10.1943.*
[21] *17 people who prove you don't have to be a morning person to be successful. – Independent, 01.11.2016.*
[22] *Moon, J. 2018. Tesla, Descartes and Sleep. – Medium, 06.12.*

AVALIKUST MAGAMISEST

Avalikus ruumis silma looja laskmine pole Eesti linnades just kuigi levinud tegevus, samuti ei vaadata sellele kuigi suure poolehoiuga. Ehk vajaks olukord parandamist?

Kirjutas **Ann Kristiin Entson**, illustreeris **Andrei Kedrin**

Tallinna arengustrateegia „Tallinn 2035" üheks sihiks on „kodu, mis algab tänavast"[1] – see tähendab turvalist ja kodust avalikku ruumi. Tänavad ja platsid on justkui meie ühine elutuba, kus saame puhata, mängida, kohtuda ja tegeleda oma hobidega. Uni ja puhkamine on meie elu mõõdapääsmatu ning ülimalt argine osa, mis pole avaliku ruumi kavandamisel aga seni erilist tähelepanu leidnud. Unistest magajatest räägime avaliku ruumi kontekstis tavaliselt pigem negatiivselt ning kipume omistama sellist käitumist asotsiaalsele ühiskonnagrupile, mistõttu peame seda pigem harvaks erandiks kui elu normaalseks osaks. Tõden, kui ise avalikku ruumi mõtestan, ei turgata ka mulle enamasti pähe luua uinakuruume. Samas, kui mõelda, millised ruumid ja olukorrad soosivad silma looja laskmist, siis tundub, et nende olemasolu meie ümber on ülimalt väärtuslik. Need on kohad, kus on mugav, turvaline, vaikne, aga mitte üksildane.

Veidral kombel oleme harjunud väikelapsi aastaringselt õue magama panema, kuid suureks sirgudes veedame õues üha vähem aega nii ärkvel olles kui ka magades.

TRAMM NIMEGA UNI

Kui meenutan enda seniseid parimaid uinakuid avalikus ruumis, meenuvad pargid, rannad ning kindlasti rahustav trammis loksumine. Ühistranspordi igapäevase kasutajana meeldib mulle jälgida, kes ja kuidas seda sunnitud pausi muude toimetuste vahel sisustab. Olen märganud peamiselt kolme tüüpi tegevusi. Esiteks, pausi kasutamine harival eesmärgil, nt õppematerjali kordamiseks, lugemiseks. See sobitub hästi narratiiviga, et peaksime oma argipäeva efektiivselt kasutama, kaasa arvatud pause. Teine ja kõige valdavam tegevus on aju puhkamine peamiselt *reel*'e[2] libistades. Ning kolmas, vaatluste põhjal kõige haruldasem, on mittemillegi tegemine, kaugusesse vaatamine või niisama mõnusalt moolutamine. Siia gruppi kuuluvad ka need haruharvad tukastajad.

Foto: erakogu

Ann Kristiin Entson on arhitekt Tallinna ruumiloome osakonnas ning ruumihariduse õpetaja Arhitektuurikoolis ja Eesti Kunstiakadeemias.

Erinevalt Jaapanist ei ole meil ühistranspordis magamine[3] eriti levinud tegevus, kuid vahel kohtab seda siiski. Ühistranspordis magamine on ehk suisa rööprähklemise meistriklass – puhkamine ja samal ajal sihtkohta liikumine. Ehk tuleks kapitalistlikus vaimus sellist puhkamist suisa soosida, et saaksime olla usinamad koolis või tööl? Peaksime disainima mugavaid nõjatumiskohti ning andma igast saabuvast peatusest selgelt teada, et ka unised märkaksid õigel hetkel ühistranspordist lahkuda.

Puhkehetked päeva jooksul on meie vaimule äärmiselt vajalikud.[4] Keset külma talve on ehk veider sellele mõelda, kuid kas üks mõnus lõunauinak vabas õhus pärast intensiivset loengut või koosolekut poleks mitte kosutav? Ja miks piirduda üldse ainult suviste unelemistega? Veidral kombel oleme harjunud väikelapsi aastaringselt õue magama panema, kuid suureks sirgudes veedame õues üha vähem aega nii ärkvel olles kui ka magades. Ehk peame mõningaid käitumisviise avalikus ruumis isegi täiskasvanutele sobimatuks? Kui üldse, siis tukastame pigem kas oma intiimses ruumis või mõnes sobivamas avalikus kohas, näiteks rannas või pargis, kus on justkui loa ja hõivanud piirkonna ainsa pingi, võib teistel seal viibimine raskendatud olla. „Tülikate" magajatega on tegeletud linnaruumis mitmel moel, peamiselt aga niiöelda ebasobivaid tegevusi pärsiva disainiga alates „kodututevastastest" ogadest kõikvõimalikel horisontaalpindadel, näiteks sildade all või aknalaudadel, kuni ebamugava istemööblini. Selle üks tuntuim näide on ehk betoonist nn Camdeni pink[6] Londonis, mille kaldpinnad muudavad lamamise võimatuks. See pink on läinud ajalukku kui inimvaenuliku disaini musternäide ning on nüüdseks linnaruumist eemaldatud. Laialt on levinud ka pingi käetugedega väiksemateks istumisaladeks jaotamine, et samuti pikali heitmist välistada. Leian, et probleemi lahenduseks ei saa olla mingite gruppide linnaruumist eemaletõrjumine vaenuliku disainiga. See teema vajab palju laiemat käsitlust kui pinkide ebamugavaks *tuunimine*. Mis puudutab aga olukorda, kus magaja on hõivanud kogu pingi, siis aitab hoopis rohkemate pinkide lisamine. Nii jagub kohti kõigile – jala ja silma puhkajaile.

AVALIK RUUM, KAS KA UNERUUM?

Suutsime luua eelmisel suvel Tallinna Raekoja platsile poolkogemata ühe hea uinakuruumi.[5] Sinna ajutise pargi loomise idee tõukus faktist, et linna ühel käidavaimal platsil pole sisuliselt võimalik tasuta istuda (kui välja arvata mõned trepiastmed, kõrged äärekivid ja üks peaaegu nurgatagune pink). Küll aga ei osanud me näha ruumi disainides ette nii soodsat võimalust uinakuteks, kuigi selleks olid loodud kõik eeldused: piisavalt suured horisontaalpinnad, mis võimaldavad kõikvõimalikke istumis- ja lamamisasendeid, kõrgete taimede heidetavad poolvarjud ning mõnus sumisevate putukate ja inimeste tekitatav valge müra. Ühe olulise tingimuse heaks uinakuks lõi kindlasti just võimalus olla üksi rahva seas – olla teistest kaitsvalt ümbritsetud ja nende valve all.

Tundub, et avalikus ruumis magamise eeldusena on lisaks füüsilistele kriteeriumitele ülimalt oluline ka turvatunne. Kui vaadata sageli avaliku ruumi eeskujuks toodava Kopenhaageni linnapilti, kohtab pea iga kohviku või restorani ukse kõrval puntras kärusid uinakut tegevate lastega, samal ajal kui nende vanemad siseruumis sööval, sõpradega kohtuvad või töötavad. See on justkui ülim usalduse ja turvalisuse märk, mis selles keskkonnas on väga loomulik, aga muulastele üllatav. Kas ka meie ei sooviks elada keskkonnas, kus iga inimene tunneb end piisavalt kaitstult, et linnaruumis vabalt uinakut teha?

Kui tulla tagasi alguses mainitud avalikus ruumis magamise negatiivse tähendusvarjundi juurde, siis tundub, et küsimus ei olegi mitte niivõrd teos endas kui teo tegijas. Korrakaitseseadus avalikus ruumis magamist ei keela, küll aga ei tohi seda teha viisil, mis takistab teistel koha sihipäraselt kasutamist. Näiteks kui pikutaja on hõivanud piirkonna ainsa pingi, võib teistel seal viibimine raskendatud olla. „Tülikate" magajatega on tegeletud linnaruumis mitmel moel, peamiselt aga niiöelda ebasobivaid tegevusi pärsiva disainiga alates „kodututevastastest" ogadest kõikvõimalikel horisontaalpindadel, näiteks sildade all või aknalaudadel, kuni ebamugava istemööblini. Selle üks tuntuim näide on ehk betoonist nn Camdeni pink[6] Londonis, mille kaldpinnad muudavad lamamise võimatuks. See pink on läinud ajalukku kui inimvaenuliku disaini musternäide ning on nüüdseks linnaruumist eemaldatud. Laialt on levinud ka pingi käetugedega väiksemateks istumisaladeks jaotamine, et samuti pikali heitmist välistada. Leian, et probleemi lahenduseks ei saa olla mingite gruppide linnaruumist eemaletõrjumine vaenuliku disainiga. See teema vajab palju laiemat käsitlust kui pinkide ebamugavaks *tuunimine*. Mis puudutab aga olukorda, kus magaja on hõivanud kogu pingi, siis aitab hoopis rohkemate pinkide lisamine. Nii jagub kohti kõigile – jala ja silma puhkajaile.

Selles, et linnas on vaja puhkeruume, pole kahtlustki. Veel enam, leian, et vaja on ka uinakuruume ehk rahulikke kohti, mis võimaldavad igapäevasest mõttetööst ja linna kärast tingitud stimulatsioonist kas või mõne minuti puhata ning taastuda. Uinakuruumid peaksid paiknema meie töökohtade, kodude ja teiste sihtkohtade läheduses, et vajaduse korral sinna puhkama pugeda. Siis saaksime kas või mikroannustena osa rahust ja roholusest, mille jaoks meil kuidagi aega ei kipu jääma.

[1] *Tallinna arengustrateegia „Tallinn 2035", strateegiline siht 6.*
[2] *Ühismeedia platvormidel vaadatavad lühiklipid.*
[3] *Jaapani keeles „inemuri" ehk kohal olles magamine. Laialt levinud nii töökohas, pargipingil kui ka ühistranspordis. Seostatakse ka vähese ööune ja pikkade töötundidega.*
[4] *Jaan Aru annab raamatus „Ajust ja arust" (lk 126–127) aju kasutamise lühijuhendis näpunäiteid, nt „tehke pause" ja „tukastage korraks".*
[5] *Raekoja platsi ajutine park, autorid Ann Kristiin Entson ja Hannes Aava Tallinna Strateegiakeskusest.*
[6] *Factory Furniture'i 2012. aastal Londoni Camdeni linnaosa jaoks disainitud pink. Pingi disain pidi muu hulgas välistama kodutute magamise, rulatamise ja grafitite tegemise.*

UNE-MATI, KUS SA OLED? UNETUTE PIHTIMUSED

Krooniline unetus on üks enim levinud ja samas aladiagnoositud psüühikahäireid. Magamise alaväärtustamine ühiskonnas tähendab, et unehäiretega inimesed ei oska abi küsida, mis avab omakorda ukse depressioonile ja südamehaigustele. Uurisime lähemalt, milline on elu, kui und ei tule.

Kirjutas **Henri Kõiv**, illustreeris **Diandra Rebase**

Nele* oli alati olnud väga hea unega, magades enamasti rohkem kui kaheksa tundi jutti. See muutus seitse aastat tagasi, kui temast sai lapsevanem. Ühtäkki pidi ta korduvalt keset ööd üles ärkama, et pisipoega toita ja ta uuesti magama panna. Minimaalsete unetundidega päevad ning rahutud ööd on ilmselt kõikidele emadele tuttavad. Õnneks on enamasti tegemist mööduva perioodiga. Nele uni on aga olnud sellest ajast saati rikutud. Ta on üks neist inimestest, kelle jaoks uni pole enam iseenesestmõistetav. Vastupidi, linade vahele pugedes poeb tema sisse tihti hoopis hirm. „Ma ei saa kunagi kindel olla, mis juhtub, kui ma voodisse heidan," selgitab Nele.

Võib juhtuda näiteks see, et ka mitme tunni möödudes pole ta uinunud. Silmad on küll kinni, kuid teadvus töötab täistuuridel. Või ärkab ta ootamatult keset ööd üles ega jää enam uuesti magama. Nele pole kindel, mitu tundi ta ööpäevas magab. Ta soetas selle väljaselgitamiseks isegi nutikella, kuid ei usalda kogutud andmeid. Nutiseade väidab nimelt, et Nele jääb põhimõtteliselt kohe pärast voodisse heitmist ööunne. Tunnetuslikult pakub Nele, et ta magab praegu keskmiselt 4–5 tundi.

Peeter* on sarnane unetu. Ta ei mäleta, millal ta viimati stabiilselt kaheksa unetundi täis magas. Ta pakub, et ilmselt millalgi keskkoolis. Peeter tähistab tänavu oma viiekümnendat juubelit. Viimased 20 aastat on ta elanud kroonilises unevaeguses. Halvematel perioodidel oli Peetril igal nädalal üks kuni kolm ööd, kui ta sai magada ainult 3–4 tundi. „Oli ka öid, kui tundus, et ma ei maganud üldse," meenutab Peeter. Tema sõnul on olukord nüüdseks veidi paranenud. Magamata öid esineb harvem, tööpäeviti saab ta magada keskmiselt viis-kuus tundi, mis tähendab, et kahe kohviga on võimalik päev rahuldavalt vastu pidada. Ta funktsioneerib, aga teab sisimas, et elukvaliteet kannatab pidevalt ning ühes unega on kadunud ka elurõõm.

VARJATUD EPIDEEMIA

Nele ja Peeter pole üksi. Krooniline unetus on üks enim levinud psüühikahäireid. Eestis pole küll unehäirete levimuse kohta eraldi uuringuid tehtud, kuid näiteks Lääne-Euroopa andmed näitavad, et unehäireid on esinenud 31 protsendil inimestest. Neid on mitmesuguseid alates uneaegsetest hingamishäiretest ja rahututest jalgadest kuni parasomniani välja. Kõige sagedamini esineb siiski unetust.

Ühe unetu ööga unetuse diagnoosi automaatselt ei kaasne. Psühhiaater ja unearst **Tuuliki Hion** ütleb, et teatud klassifikatsioonides peab kuu aja jooksul olema vähemalt kolmel päeval nädalas probleeme uinumise või keset ööd ärkamisega, et saaks rääkida unetusest. Samas on kõik väga individuaalne ja mõnikord on ka lühiajaline unetus või üksik unetu öö tõeline piin. Pigem on aga probleem selles, et isegi kroonilised unehäired jäävad praegu diagnoosimata, sest inimesed ei pea vajalikuks rääkida unest oma perearstiga, veel vähem otsida spetsialisti abi. Hioni sõnul jõutakse arsti juurde harilikult siis, kui unevaegus päevast toimetulekut lootusetult häirima hakkab. Inimesed polevat mitte unised, vaid kurnatud. Nad on unetuse tõttu kaugel oma haiguseelsest parimast minast. „Krooniline unetus röövib vitaalsuse, tahte ja initsiatiivi," märgib Hion.

Siim on kolmas unetu, kellega ma suhtlen. Lepime temaga intervjuu kokku esmaspäeva hommikuks algusega kell 11. Ta tunnistab mulle vestluse käigus, et varem oleks sellisele kellaajale määratud kohustus temas hirmu tekitanud. Ka Siimul on pikka aega une suhtes usaldus puudunud: „Alateadlikult mõtlesin kogu aeg, kas ma olen selleks ajaks puhanud. Kas ma olen oma energia ja enesetunde mõttes saadaval?"

Kui palun Siimul kirjeldada, mida unetud ööd endaga kaasa toovad, mainib ta nii halvenenud keskendumisvõimet, motivatsioonilangust kui ka tujukust. „Mu vaimne võimekus kannatab. Ma ei suuda eristada olulist ebaolulisest. Tunnen ennast hapra ja kihelevana," loetleb Siim sümptomeid. Kui uni häirub ühel ööl nädalas, on Siimu hinnangul võimalik sellega enam-vähem toime tulla, näiteks teha natuke vähem tööd. Kui selliseid öid esineb aga mitu ja need järgnevad ükshteisele, siis on jama majas. Samas on Siim võtnud endale põhimõtte, et une arvelt tema kompromisse ei tee. Uni on olulisem kui järgmise päeva kokkulepped, mida saab Siimu sõnul vajaduse korral muuta: „Kui uni laseb end oodata, siis ma hakkan juba järgmist päeva korrigeerima, et saaksin hommikust mingid tunnid veel kätte. Vastasel juhul jään sellest päevast ilma."

Nele arvab, et tema mälu on unehäirete tõttu märgatavalt halvenenud. „Varem oli mul ülihea nimemälu, kuid nüüd olen leidnud ennast situatsioonidest, kus ei mäleta tuttavate nimesid," toob ta ühe näite. Samuti on ta tajunud unenappuse mõjusid autoroolis, kus refleksid on aeglasemad ja tähelepanu kergem hajuma. Ühtegi õnnetust pole Nele õnneks veel põhjustanud, kuid ta tunneb selle ees reaalset hirmu. Küll aga tekkisid Nelel unehäirete tõttu konfliktid koduses elus, mis on mõjutanud tema vaimset tervist. Viis aastat on ta unetusele lisaks heidelnud depressiooniga. Unetus ja vaimse tervise häired käivadki tihti käsikäes. Hioni sõnul avab unetus depressioonile ukse. Kümnest depressiooni põdevast inimesest üheksal esineb ka unetust, ärevushäiretega inimeste seas on unetuid 60–70 protsenti.

Peeter funktsioneerib, aga teab sisimas, et elukvaliteet kannatab pidevalt ning ühes unega on kadunud ka elurõõm.

Kroonilised unehäired jäävad praegu diagnoosimata, sest inimesed ei pea vajalikuks rääkida unest oma perearstiga, veel vähem otsida spetsialisti abi.

UNETUSE NORMALISEERIMINE

Zombina veedetud töötunnid, mahakandmisele kuuluvad päevad, lühike süütenöör – kuigi unetus mõjutab elukvaliteeti märkimisväärselt, kuulen mitmelt allikalt, et selle kõigega on võimalik ära harjuda. Minu neljas allikas Eliann on näiteks olnud viimased neli aastat suhteliselt regulaarselt iga kuu kümme päeva unenäljas. Ta on unetuse mustrite põhjal endale ise diagnoosi pannud: premenstruaalne unetus, s.t kümme päeva enne menstruaaltsükli algust muutub uni hapraks ja vastu koitu ärkamine tavapäraseks. Kuna aga järgneva kolme nädala jooksul jõuab unetsükkel taas normaliseeruda, ununevad ka vahepeal elu põrguks teinud uneprobleemid. Nii polegi Eliann oma rasketest öödest veel ühelegi arstile kurtnud.

Nele tunnistab samuti, et unetusega on võimalik ära harjuda: „Kuna ma olen pidevalt selle sees, siis ma ei teagi, kuidas võiks olla teisiti või paremini." Ta võrdleb unetust allergiatega, mis on samuti paljude inimeste jaoks osa igapäevaelust. Nele on üritanud seetõttu oma magamata öid pigem teiste eest varjata. „Keda huvitab, et sa ei maganud hästi?" võtab ta ühiskonnas domineeriva hoiaku kokku.

Kuna unetus on epideemiline ja sellega puutuvad aeg-ajalt kokku pea kõik inimesed, kipuvad ka kroonilised unetud oma häiret pisendama. Nele arvates pole unetuses midagi erilist, see olevat suisa igav. Siim on aga seisukohal, et intensiivne enesepõletamine on kultuuris norm, mistap pole ka unehäired mainimisväärsed. Eks ole une vähese väärtustamise ilminguks ka tõik, et inimesed magavad praegu keskmiselt tund aega vähem, kui seda tehti 60 aastat tagasi.

Kopsuarst ja unemeditsiini ekspert **Erve Sõõru** tõdeb, et unehäiretega äraharjumine on paraku väga levinud: „Arvatavalt pooled unehäire kaebusega inimestest ei ole selle leevendamiseks midagi ette võtnud ega ka arsti poole pöördunud." Sõõru sõnul pole harvad juhtumid, kus unearsti vastuvõtule jõutakse alles mõne eriarsti suunamise kaudu, et mingile teisele terviseprobleemile lahendust leida. Näiteks uneapnoe kahtlusega haiged on vajanud tihti südamerütmihäirete tõttu haiglaravi või neil on koguni läbi põetud aju- või südamelihase infarkt. Sääraste kardiovaskulaarsete haiguste ja uneapnoe vahel on põhjuslikud seosed, mistõttu tuleks uneprobleemidest kindlasti oma perearstiga rääkida. „Unehäire õigeaegne diagnostika ja ravi vähendab haigestumisi paljudesse teistesse haigustesse," kinnitab Sõõru.

Unetus ja vaimse tervise häired käivad tihti käsikäes. Kümnest depressiooni põdevast inimesest üheksal esineb ka unetust.

RAVIMEETODITE KALEIDOSKOOP

Uneprobleeme hakatakse esmalt omal käel leevendama. Kuulen allikate käest igasugustest ravivõtetest: kõik neist on proovinud melatoniini või joonud rahustavat taimeteed, Siim manustab regulaarselt palderjani ja Nervostrongi, nii Nele kui ka Elianni rohukapist võib une soodustamiseks leida magneesiumitablette. Hion manitseb aga neid, kes kasutavad une esilekutsumiseks alkoholi või kanepit: „Kuigi need ained võivad une saabumist esialgu edendada, siis korduval kasutamisel mõju väheneb. Need hakkavad hoopis und lõhkuma ja REM-une faasi alla suruma."

Unerituaalide maastik on vähemalt sama kirju kui medikamentide riiul. Siim on näiteks käinud talvekuudel igal õhtul parema une saavutamiseks kas saunas või vannis. Nele jaoks on väga oluline õige keskkonna loomine: ruumi temperatuur peab olema piisavalt madal ja und ei tohi segada ükski heli. Tema kodu lähedal on väike alajaam, mida Nele sealt kostuva alalise pinina tõttu palavalt vihkab. Ta kasutab küll kõrvatroppe,

kuid needki lasevad und lõhkuvaid helisid mõnikord läbi. Eliann on seevastu kuulanud ASMRi laadis meditatiivseid helisid just ööunne suikumiseks. Katsetamist ootab veel Headspace'i meditatsiooniäpp, mis õpetab laskma lahti ideest, et sa pead magada saama, kui oled öösel üles ärganud.

Retseptiravimitesse suhtub Eliann samas ettevaatlikult. Unerohtu pole ta kunagi võtnud ega plaani seda ka tulevikus teha. „Ravimid võivad tekitada teisi haigusi," on Eliann skeptiline. Peeter on küll lasknud perearstil endale unerohu välja kirjutada, kuid retsepti uuendama ei hakanud, sest kartis „lõa otsa sattuda". Nele jaoks mõjub aga võimalus vajaduse korral stressirohkel perioodil unerohtu võtta iseenesest rahustavalt. Kui ta korraldas sel sügisel festivali, võttis ta ennetavalt unerohtu isegi siis, kui unetus polnud endast veel märku andnud. „Ma ei tahtnud lubada endale töösituatsioonis seda, et kui hommik saabub, siis ma pole maganud," selgitab Nele. See oli tema jaoks justkui väike häkk.

Unerohuga saavutatud uni on Nele sõnul hästi tummine ja alati ilma unenägudeta. Ravimite efekt kestab ka päeval pärast ärkamist, kui pea on pisut nagu vati sees. Just see on põhjus, miks Siim on üritanud retseptiravimitest eemalduda. Neist tekkiv pohmell ja uimasus mõjub Siimu töövõimele pärssivalt: „Ma olen palju teravam, kui mul on kas või 4–5 tundi palderjaniga saadud und all." Mingil perioodil kasutas ta unerohtu aga regulaarselt. Ta meenutab, kuivõrd emotsionaalselt mõjus enda võõrutamine unerohtudest: „Kui ma suutsin pärast seda esimest korda neli tundi magada, olid mul ärgates silmis rõõmupisarad. Tundsin jälle, et uni on minu oma, et ma *ise* magasin."

Hioni sõnul sõltub unerohu mõju nii inimesest kui ka konkreetsest ravimist. Mõnel juhul võib ravimi und soodustav toime lüheneda väga kiiresti, mille tulemusena pole uni kosutav. Sellest soovitab Hion kindlasti oma raviarstile märku anda, et vajaduse korral kaaluda mõne teise uinuti kasutamist. Uuringute järgi kasutab Eestis uinuteid umbes 1% elanikkonnast. „Me oleme sellega tükk maad Põhjamaadest maas, kuid need on ikkagi suured numbrid," leiab Hion.

Sõõru hinnangul on liialt paljud eestlased jäänud uinuteid ja rahusteid tarvitama. Osa süüst lasub siin perearstidel, kes on liiga kergekäeliselt uinuteid välja kirjutanud: „Kahju on sellest, kui perearst väljastab uinuti või rahusti retsepti patsiendi unehäiresse süvenemata. Ja siis jääb see uinuti patsiendile raviskeemi tiksuma, annused tõusevad, ravitoime väheneb, ja hiljem selgub, et oleks pidanud kõigepealt uurima, mis und tegelikult häirib."

Jah, lühiaegseks kontrollitud raviks võivad unerohud vajalikud olla, kuid Sõõru mainib hoiatava eeskujuna Põhjamaades tehtud uuringut, millega leiti, et 40 protsendil juhtudest polnud patsiendil unerohtu tegelikult tarvis. Ta on veendunud, et kui patsiendil tekib unerohust sõltuvus, oskab ta ka edaspidi arstilt ravimit nõuda. Unemeditsiini eksperdid soovitavad Eesti arstkonnal uinutite ja rahustite väljakirjutamist piirata, sest ravimite tarvitajate hulgas on unehäire põhjused jäänud sageli avastamata.

MIS PÕHJUSTAB UNEHÄIREID?

Efektiivne uneravi algab unehäire põhjuste väljaselgitamisest. Sõõru toob Eesti elanikkonna seas unehäireid soodustavate teguritena välja vaimse tervise probleemid, ebatervisliku toitumise, vähese kehalise aktiivsuse, nutiseadmetes veedetud aja rohkuse ja uneaega alavääristava suhtumise. Nii algab ka unetervishoid sellest, mida ja millal me sööme, kui palju liigume, mis erguteid tarbime, milline on meie ekraaniaeg ja üleüldine stressitase. Ehk lihtsamalt öeldes: väga palju on kinni elustiilis.

„Keda huvitab, et sa ei maganud hästi?" võtab Nele ühiskonnas domineeriva hoiaku kokku.

Peeter näiteks arvab, et tema unehäire sai alguse järjepidevast õige magamamineku aja möödalaskmisest. Alati oli selle asemel internetis midagi olulisemat teha. Une hilisemaks nihutamine muutus ebameeldivate töökohustuste edasilükkamise viisiks, sest tunnetuslikult saabus tööpäev Peetri jaoks magades kiiremini. Hiljuti jäi tal sotsiaalmeedias silma väljend „revenge bedtime procrastination", millega kirjeldatakse isiklikku vaba aega, mille ülekoormatud kontoritöötajad näpistavad endale uneaja arvelt. Peeter tundis ennast selles ära: „Mitte et ma tahaks tööandjale „kätte maksta", aga isiklik vaba aeg on tundunud tihti olulisem kui hea ööuni või puhanud olek järgmisel päeval."

Siimul olid sarnaselt probleemid iseendale rutiini kehtestamisega: „Tajun, et öösel on mingi ajaaken, ja kui ma ei suuda ennast selle akna sees sellisesse seisundisse viia, et magada, siis ma jäängi unest ilma." Toimiva unerutiini aitas Siimul lõpuks kehtestada isaks saamine. Nüüd läheb ta kell 12 magama, sest muidu ta ei ärkaks piisavalt vara, et laps õigel ajal lasteaeda viia. „Endale ma ei oskaks seda pakkuda, kuid tean, et talle pean seda pakkuma," muigab Siim. Kindla unerežiimi paikapanemine kuulub unetervishoiu põhitõdede hulka. Sõõru soovitab oma unevajadusest ja ideaalsest ärkamisajast lähtuvalt kehtestada endale konkreetne une ja ärkveloleku rütm, mis peaks olema selline, et ka nädalavahetustel ei tekiks vajadust magada üle kolme tunni kauem.

Eliann loodabki elustiili muutuste kaudu unehäiretest vabaneda. Kohvist on ta juba loobunud, nüüd üritab ta regulaarselt trenni ja iga päev joogat teha. Samas tajub ta kerget ebaõiglust, kuna peab hea ööune saavutamiseks nii palju pingutama ja oma päeva sellest lähtuvalt üles ehitama: „Võtad hommikul tsirkadiaanrütmi paikasaamiseks päikest, teed joogat, teed kardiot, ei vaata ekraane – see kõik võtab nii palju aega." Järjepidevuse saavutamine väga mitmes eluvaldkonnas ongi Hioni hinnangul unehäirete raviprotsessis kõige suuremaks komistuskiviks. „See, et visiitide vahepeal tuleb ise tööd teha, teeb asja patsientide jaoks keerulisemaks. Tavaliselt inimesed ei suuda olla nii püsivad," märgib Hion.

DOKTOR, AVITA!

Unehäirete korral võiks patsiendi teekond alata perearstikabinetist. See on Hioni kindel veendumus, milleks annab põhjust ka viis aastat tagasi valminud unehäirete ravijuhend, mida perearstid ja -õed saavad diagnoosi määramisel kasutada. Hion ja tema kolleegid teevad igal aastal samale sihtgrupile lisaks unetervisealaseid veebikoolitusi. Neid on hädasti vaja, sest unemeditsiini käsitletakse arstiõpingute käigus minimaalselt. Sõõru meenutab, et kui tema 90ndate alguses Tartu Ülikoolis õppis, siis unehäiretest neile ei räägitudki. Siiamaani puudub Eesti kõrg- ja kutsekoolides unemeditsiinialane õpe. Siinsed unearstid ja -nõustajad on enamasti psühholoogi või meditsiiniõe taustaga ning isiklikust huvist lähtuvalt end unemeditsiini valdkonnas täiendanud. „Mõned neist on viimastel aastatel Euroopa Uneuurijate Seltsi juures vastavad kvalifikatsioonieksamid läbinud ja oskavad teha unenõustamise tööd," kirjeldab Sõõru valdkonnas töötavate meedikute tausta.

Eesti elanikkonna seas on unehäireid soodustavateks teguriteks vaimse tervise probleemid, ebatervislik toitumine, vähene kehaline aktiivsus, nutiseadmetes veedetud aja rohkus ja uneaega alavääristav suhtumine.

Kuigi unearste tekib järjest juurde, pole ükski minu allikatest nende poole pöördunud. Nele pole seda kunagi isegi kaalunud. Osalt teadmatusest, kas perearst üldse unetohtrile saatekirja kirjutab, teisalt on see tundunud talle piisavalt eksklusiivse teenusena, mis nõuab lisaks rahale ka palju aega: „Mulle tundub, et selleks peab võtma spetsiaalse perioodi, et see ongi minu unearstiperiood." Tegelikult on unearsti poole pöördumine perearsti saatekirja alusel Tervisekassa rahastatav teenus ning Hioni sõnul ei pea pelgama ka liigset ajakulu. „Ravi pole alati keeruline, pikk ega aeganõudev, mõnel juhul piisab 2–4 kohtumisest spetsialistiga," julgustab Hion proovima. Mõnikord võivad lahendused uneprobleemidele olla imelihtsad, kui probleem on tekinud näiteks mõne ravimi kõrvaltoimena. Teisalt võivad uneuuringute käigus ilmneda esimesed viited tõsistele haigustele, nagu kõrgvererõhutõbi või südame rütmihäired. Seega võib unearsti külastust vaadata ka proaktiivse tervisemeetmena.

Eliann tajub kerget ebaõiglust, kuna ta peab hea ööune saavutamiseks nii palju pingutama ja oma päeva sellest lähtuvalt üles ehitama.

Foto: Kertin Vasser

Diandra Rebase on graafiline disainer ja kunstiline juht, kes läheneb oma loomingule absurdsuse, ootamatuse ja kohmakuse kaudu, mis lõpuks realiseerub *exquisite corpse*'i vormis.

Hioni vastuvõtule saabuvatest patsientidest umbes viiendik tuleb perearsti soovitusega. Ta on täheldanud ka tendentsi, et mida nooremad inimesed, seda kiiremini otsitakse ravivõimalusi. Ta usub, et selle taga on suurem teadlikkus unehäiretest. Sõõru hinnangul jääb sellest siiski väheks: „Hea oleks, kui unealaseid teadmisi hakataks jagama lasteaedades ja koolitundides. Minu teada piirduvad unekoolitused praegu üksikute projektidega." Kaua unemeditsiini aga eirata ei saa. „Me oleme ühiskonnana olukorras, kus peame õppima taas magama, et hea tervis säiliks aastaid," resümeerib Sõõru.

** Nimi allika palvel muudetud.*

LOOMINGULISTE LINADE VAHELE

Tõlkija, kunstnik, arhitekt ja lavastaja lähevad magamistuppa ja kirjutavad.
Nad jutustavad oma magamisharjumustest ja ärkamisrituaalidest, unedest ja nende puudumisest.

MARIA ESKO, tõlkija

„Magamistoa remondin suvel ära, praegu on see rohkem laoruum," ütlen vabandavalt sõpradele uut kodu näidates.

Pole vooditki, sest kuidas ma seda valin, kui ülejäänud kontseptsioon pole paigas.

Märkan, et kui kolimisprotsessi kellegagi jagan, kordan magamistoast rääkides fraase „et saaks silma alt ära", „et kannataks suveni olla", „et tuleks mingi hea mõte".

Elutoaga juhtus kõik nagu iseenesest, oli vaja kohe pilt ette saada, tuba klaariks, situatsioon siledaks, armutu andmine, nühkimine ja mööbeldamine, kuni jäid viimased vaesed kolimiskastid sildiga „varia", mis maandusid määramata ajaks magamistuppa, eest ära, tagatuppa, mittetuppa.

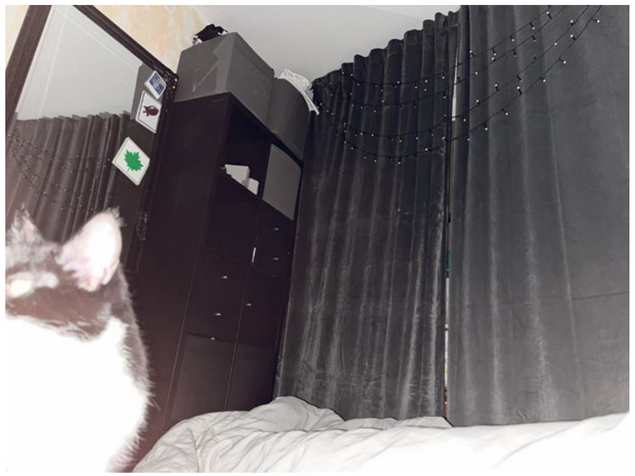
Viimati Bauhausis lõputu olemisega listi lahendades läks konkurentsitult kõige rohkem aega nende *varia*-kastide varjamiseks mõeldud kardina valimisele. Kardin ette, valguskett peale – kannatab olla. Pöörasin veel kassastki ebalevalt tagasi, „oii, vabandust, ma korra kiirelt", et vanaroosad kardinad hallide vastu vahetada. Ei taha päeva esimese ja viimase asjana roosat näha, olgu ta nii vana kui tahes. Bussis rämedalt kripeldas, et hmm, äkki siiski.

Akna ette ei hakanud kardinaid leiutama. Binokliga naabreid pole tuvastanud, madratsile vajun sulapimedas ja äratus on veel sama pimedas. Mis vahet seal on. „Aa, *wow*, sa kardinate peale pole mõelnud?!" Ausalt poleks märganud selle peale mõtlemise peale tullagi.

Võib-olla siis, kui enam magada ei kannata.

Või kui ülejäänud kontseptsioon on paigas.

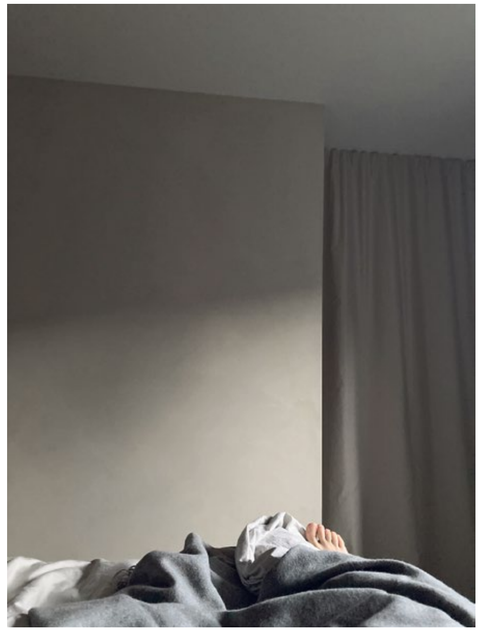
„Magamistoas on ainult voodi, sest ma käin seal ainult magamas. Akna ette tõmbasin kile, et oleks midagi," ütleb sõber vabandavalt mulle oma uut kodu näidates.



TERJE OJAVER, kunstnik

Meie kodus on mitu magamistuba ja ühte neist kasutan viimasel ajal ainult mina. Varem pidasin ainuvõimalikuks abikaasaga koos magamist, aga nüüd tundub, et sügav, täielikus vaikuses uni, nii et ei kosta partneri norinaid, muusikat või raadioonu juttu, on võimalik vaid üksinda magades. Ega jalgadega põtkimine, teki tirimine või muu uinumist ohustav tegevus alati tore ei ole. Kindlasti on üksinda magamine vähem toksiline, samuti pole karta oma heade unenägude vargust või teise õudukate sundvaatamist. Olen üldiselt küllalt hea uinuja ja tubli magaja, kes iga krõpsu peale ei ärka.

Unenäod on mul veidrad, tihtipeale loen trükitud tekste: kuulutusi, elulugusid, uudiseid, järjejutte. Virgun väheseks ajaks pahameelega selle peale, et mõned leheküljed on kadunud või ei ole millegipärast loetavad. Nagu unenäod ikka, kipuvad ka tekstid hommikuks ununema. Vastupidi heale uinumisvõimekusele olen ma kehv ärkaja, kes vajab tunnikest suhtlemiseta kohvijoomiseks ja isekeskis olemiseks. Kõige toredam on hommikul ärgata oma koera õues haukumise või kohvi valmis saamise lõrina peale. Talvisel ajal päevatekil pikali olles vaatlen vana pärnapuud akna taga ja mõtlen suvele, mil saan talle valgetel öödel head ööd soovida. Aga tavapäraselt vaatan enne uinumist suurt valget seinavaipa hiiglasliku leekpunase torpeedo-fallosega ja vaevu taustast eristuva naisetorsoga paremas servas. Üla- ja alaosas on õhkõrnad kokku pandud naisekäed ja salapärased mustad kaabulinnud. Kogu seda valget lund katavad tuhanded valge ja musta niidiga tehtud lühemad ja pikemad nõelapisted nagu elatud päevad. See Katrin Pere fantastiline vaip „EI ja JAA" on rippunud mu voodi vastas neli aastat. Tundub, et seda teost saab lõputult avastada. Praeguseks on leidnud minu jaoks kinnitust vaibal esitatud patriarhaalse maailma silmipimestav hiilgus *versus* naiste vägevus ja olulisus samas maailmas. Harmoonilise ühisosa leiab unenägudes.



JARMO REHA, lavastaja

Unetud ööd on mu tagala.

Ammugi ei looda ma enam voodist tõusta teisena. Enda meele unne kastmine on ainus vahepunkt, millest tärgates endile uue võimaluse anname. Ei tea, kas me sellest nii mõtlemegi. Üksvahe ei näinud ma und pea kolm aastat. Öö ei erinenud hommikust. Samad mõtted, samad tunded suigutasid mu unele ning needsamad tunded ja mõtted olid need, mis mind hommikul tervitasid. Ma ei ärganud kukekire, vaid iseendaga. See lõhub.. ja karastab. Valmistab vahel pettumustki – see võimetus pääseda iseenda ringrattast. Sest eks uni ja une nägemine ole meie lähimad kokkupuuted enda ja maailmaga tema müstilisel tasandil. Meie võimalus kogeda midagi tulevat väljaspool ennast. Ja eks see olegi vast lunastus. Näha und. Libiseda teki alla, suruda pead patja ning laotada laiali oma keha. Pannes end justkui valmis, et saada ühendust ülejäänud maailmaga. Sest ilma selle ühenduseta me olemegi üksi. Päriselt üksi. Üksi enda sisekojaga, mis kumiseb meie tahutud mõttekillukestest, mis üksteisega põrkudes vaid valjenevad.

Ja kes seda vaigistada ei tahaks..

Kuid nüüd ärkan ma päriselt iseendana. Ma näen und harva, kuid kui see keegimiski minuga kõneleb, siis tean vähemalt, et tal on midagi öelda. Ja eks see keegimiski ole ju mina. Mina ise. Ma saan uskuda, et ma ise asja eest sekkusin iseenda kulgu. Andsin endale uue teeotsa kätte või aitasin kokku pakkida mõne ripakil segaduse. Sest kui ma iseendaga unedes ei kohtu, siis järelikult on mul vaja iseendaga väänelda. Oma tagalas enda eest seista. Seista enda eest. Noh, tegelikult lamada.. enda eest. Me uni ja unenäod on me ravi.

„Ravi" tähendab sanskriti keeli „päikest".

Nii et palun vähergem ja säragem, sest homme tõuseb surmkindlalt taas päike.

HANNA KARITS, sisearhitekt

Uni on püha. Uni on seisund, kus meie aju, närvisüsteem ja keha taastuvad. Pika tormilise tööpäeva lõpus tundub loomulik, et saabub sügav rammestus lemmikteki ja -padjaga, aga paraku võib reaalsus olla midagi muud. Pidev tehisvalguse stimulatsioon, energiarohked söögid-joogid, üleüldine stressifoon ning *fear of missing out* võivad meie unekvaliteeti tugevalt mõjutada. Pideva energiaressursi otsingul võib hoopis kaotada sideme kõikehõlmava rahuga. Rahuga meie sees ning meie ümber. Kuidas siis luua rohkem aega ning ruumi mõtlemisele, tundmisele ja unenägude nägemisele? Kas piisab rahustavast raamatust ning akna taga langevast lumest või on käes hoopis tulevikuutoopia aeg ning leiame rahu pidevalt arenevast igapäevatehnikast, kus mängu tuleb psüühikat mõjutav tehnoloogia, mis kosutab meie aju valgus- ja helistimulatsiooniga, andes teadvusele puhkust vältimatust virtuaalsest infotulvast ning virgutavast sinivalgusest? Või oleme sügaval sisimas endiselt loodususku ja leiame jõudu, et teha enne magamaminekut õues üks mõnus jalutuskäik ning lasta värskel õhul ennast niita?

Usun, et tulevik on segu mõlemast. Järjest rohkem avastame oma ajukosmost, pöörame tähelepanu sisekaemusele ning jõuame oma igapäevaelus tagasi looduse rütmilisuse radadele. Kui on talv, siis asume talvituma. Kohandame ruumid enda ümber soojaks ning õdusaks. Naudime pimedust, vaikust ja rahu. Uinume varem ja magame rohkem. Suvel avame aknad, laseme sisse linnulaulu, mõnel ööl ei maga üldse ja stressist ei tea ka eriti midagi. Hea une maaletoojaks jäävad alati värskelt tuulutatud tuba, õues pesunööril kuivanud linad, jutuajamised küünlavalgel ja rahustav raamat.

EKSPERIMENT: POLÜFAASILISE UNEGA EMOTSIONAALSE TUIMUSE VASTU

Ööune päeva peale mitmeks väikeseks osaks jaotamine olevat *cheat code*, et kultiveerida loomingulisust ning tagada rohkem tegusat ärkveloleku aega. Nädalane eksperiment neljafaasilise unega osutus imekauniks läbikukkumiseks.

Eksperimenteeris ja visualiseeris **Liisbeth Horn**

Võitlesin äsja naiste vabaduse eest ja ähvardasin laevas teenindaja tussi katsunud mehel nina katki lüüa. Nüüd on aeg ärgata. Kiiremaks tõusmiseks tahan kohe tule põlema panna, aga elekter on ära läinud. Kunagine kursakaaslane istub mu voodi kõrval ja arutleb, et kas peaks probleemist kuhugi teatama. Ma ei mäleta, kas jõuan midagi vastata, enne kui ta kuju mu väikesest toast minema ujub. Kõik on natuke pimedam kui enne. Püüdsin vist end tulega ärkama sundida vaid unes. Silmi on päris raske lahti hoida, kaval oleks ergutuseks näiteks telefoniekraani vaadata. Kolan äppide vahel ringi. Meenub, et päriselt on telefon toa teises otsas. Mida kõike mõistus ei teeks selleks, et trikitada mind rohkem magama.

Polüfaasilise Everymani uneplaani puhul on nähtud päevas ette 5 tundi ja 30 minutit und, mis on jagatud neljaks osaks: 4,5 tundi öösel ja kolm 20-minutilist uinakut päeval. Kokku peaaegu poole vähem kui see, millega olen harjunud. Proovisin umbes aasta aega tagasi samuti veidi süstemaatilisemalt hommikuinimeseks hakata, s.t ärgata tavapärase kella 10–11 asemel kella 8–9 ajal. Toonane katse kukkus haledalt läbi, kuid seekord olen edukam. Saan unerutiinide kohta guugeldades inspiratsiooni (nii piinlik kui see ka ei oleks) kuulsaid ja edukaid inimesi nakatanud kella viie klubist (*The 5 AM Club*) ja sellele iseloomulikust *power hour*'ist. *Hustle*-kultuuri mentaliteet ajab endiselt oksele, kuid töö vajab tegemist ning vähem magamine tundub miski, mis aitaks kenasti järjele saada.

Esimesed päevad ärkan üsna kenasti kell viis. Liigutan end, loen raamatut, kirjutan päevikut, vaatan päikesetõusu, käin sooja duši all, koristan, söön hommikust. Mulle meeldib, et mu päeval on juba esimestest minutitest rütm ja eesmärk. Eksperimendi teisel päeval olen varajasest ärkamisest nii inspireeritud, et joon kohvi asemel musta teed piima ja meega. Tundub kuidagi puhtam ja romantilisem. Päris väljapuhanud tunne hommikutega ei kaasne, monofaasilisest unest nõndaviisi järsku välja tulla on kehale ikkagi keeruline. Rõõmu toovad need varajased vaid iseendale pühendatud tunnid sellegipoolest.

Päris väljapuhanud tunne hommikutega ei kaasne, monofaasilisest unest nõndaviisi järsku välja tulla on kehale ikkagi keeruline.

Foto: autoportree

Liisbeth Horn on üldiselt võimeline magama jääma nii teatris kui ka roolis.

VÄSIMUS LAHINGUVÄLJA ÜHES OTSAS, TAHTEJÕUD TEISES

Kuna kedagi teist üles äratada ei saa ega taha, peavad kella viie ja üheksa vahele jäävad toimetused olema kas tasased või õuesed. Osati on see mõnus – kleidi ja plätudega hommikul kell 6 kuuri laudu saagima minna on päris hea *power move*. Kui aga üks öö ula peal olles sõbraga voodit jagan, on olukord tüütum. Kõik, mida sooviksin oma lisaajaga teha, ärataks sõbra üles ning võõras kohas pole kuhugi mujale ka minna. Loen siis teki all taskulambivalgel raamatut ja natuke loll tunne on. Väsinud peaga enda paljalt vormi täitmise pärast üleval hoidmine tundub kuidagi erakordselt rumal. Sohki teha samas ka ei taha, sest alles eelmine päev magasin sisse. Kuulsin äratuskella alles 6.30 ajal ning kohe pettusin eneses. Motivatsioon kadus, äratus jättis justkui edasised *snooze*'id vahele ning ärkasin päriselt üles vahetult enne kella üheksat. Kõrvad lihtsalt keeldusid äratust kuulmast, täielik protest. Järgnes pahur ja segane hommik, kus pomisesin pidevalt omaette: „Ma ju isegi ei joonud eile." Tegelikult oli see sissemagamine mulle ilmselt kasulik, pidin tol päeval kolm tundi järjest võõrastel teedel autoroolis olema.

Päeva teine uni kipub alati olema natuke liiga magus. Panen 20-minutiliseks uinakuks valmistudes äratuse igaks juhuks 30 minuti pärast. Nagunii ei jää kohe magama. Selgub, et jään. Kiirelt ja sügavalt. Tahtmatult *snooze*'ides möödub 40 minutit. Ärgates oleks nagu uinumisest terve igavik möödas. Suu kuivab, keha on dramaatiline, tõusta ei taha. Uisutasin just oma 50-aastase mehe ja tema kahe lapsega Vabaduse väljakul ja kukkusin jääauku. Külma ei tundnud. Teki alt väljudes tunneksin. Sunnin end ärkamiseks telefoniekraani vaatama. Millegipärast on mul alati vaja ärgates kümmekond minutit lihtsalt voodi peal istuda, muidu ei jõua aju järele. Uinaku algusest on möödas *ca* tunnike, kui olen end viimaks taas riidesse pannud. Ärkamine on ikka tõsiselt traumaatiline kogemus.

Heitlused ülejäänud kahe uinakuga, mis on Everymani süsteemis ette nähtud, võtavad tavaliselt üsna vastupidise kuju: und lihtsalt ei tule. Olen küll väsinud, kuid igasugused tegevused on pooleli, teised inimesed on üleval ja aktiivses tööhoos, järjekorras ootab mitu planeeritud asjaajamist, surve kähku-kähku uinuda, et siis jälle kähku-kähku tegudele asuda, töötab iseenda vastu. Palju keerulisem on magama jääda siis, kui tead, et teised toimetavad. Väsimus jääb aga minuga nii enne kui ka pärast paarikümneminutist silmaklappidega lamamist ning mida vähem päevaste unedega magada õnnestub, seda enam saab hommikusest kella viiest hoopis kell seitse. *Power* on ikka, ma ei muretse ja üritan olla enda vastu leebe. Vaikselt-vaikselt ja päev-päevalt läheb aga esimene entusiasm mööda ning ööuni kulmineerub aina pikemate ja intensiivsemate võitlustega ehk aina *snooze-snooze-snooze*'imaks asi läheb. Olen läbikukkunud. Räägin sõbraga, kes pistab rinda insomniaga ega suuda öösiti üle neljaviie tunni magada. Temal endal olevat seejuures veel hästi läinud – ülejäänud naised peres magavat veelgi vähem. Mõtlen, et näed siis, mõni ongi lihtsalt loodud „produktiivsemaks" kui teine.

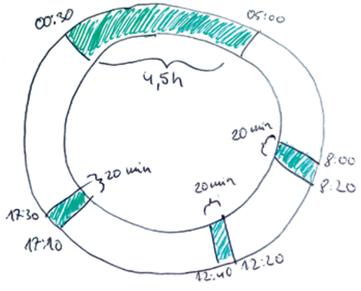
Selle juures on muidugi oluline märkida, et praegune eksperiment ei räägigi võib-olla unest, vaid sellest, kuidas minu organism kohaneb üleüldiselt muutustega rutiinis. Või on see hoopis eksperiment mu tahtejõuga (ja tahtejõud on minusugusel laiskvorstikesel tõepoolest üsna nõrguke). Paljud une kohta käivad YouTube'i videod peavad tingimata vajalikuks tuua välja ka alkoholitarbimise mõju unele. Torisen iga kord omaette, et „ei küsinud" või midagi sellist, kuigi tean, et neil on õigus. Joomisest ma kahjuks eksperimendi vältel tõesti eriti ei hoidu. Suhkrust ka mitte, kuigi üks hetk märkasin, kui palju vahetult enne magamaminekut magusat näost sisse ajan, ja mõistsin, et ega see uni mingi omaette toimiv üksus ei ole. Kõik mu igavesed ärkamisega seotud kannatused on ka mu muude eluvalikute süü.

MÕÕDUKAS ANNUS UNEPUUDUST RAVIB KÕIK LOOMINGULISED BLOKID

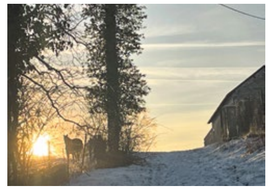
Minu valitud Everyman peaks ometi olema leebem ja inimlikum versioon sellest kõige kuulsamast Ubermani uneplaanist, mille on teinud juttude järgi kuulsaks **da Vinci** ja **Tesla**. Ubermaniga on ette nähtud vaid 20-minutilised uinakud, kokku kuus korda päevas. See teeb ööpäeva peale vaid kaks tundi und, mis annab produktiivsushulludele lausa 22 ärkveloleku tundi. Ubermani eesmärk ei ole aga tegelikult übertõhusus. Sedaviisi väheste juppidena magamine peaks hoopis ajusignaalidevahelist loomingulisust avardama. Lühike magamisaken ei võimalda kõiki unefaase läbida ning mõistus peab olema iga hetk valmis otse REMi minema. Päevane aeg möödub seega kuskil ärkveloleku ja uinaku piiril ning seoseid luuakse müstilisemaid ja tavapäratumaid radu pidi. Ka sürrealist **Salvador Dalí** olevat juttude järgi loovustõuke saamiseks sarnast loogikat kasutanud. Tema olevat jäänud magama, võtmekimp käes, et niipea kui teadvus hakkab ära triivima ja reaalsus sulandub fantaasiasse, ärkaks ta võtmete kukkumise müra peale üles.

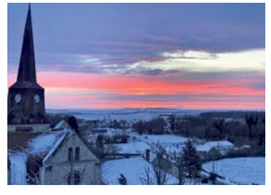
Mul on küll suur uudishimu nädal aega sellises pidevas REMiks valmisoleku seisundis veeta, kuid väike uurimus näitab, et ajul võtab selle rutiiniga kohanemine omajagu aega ning esimene nädal tähendaks seega võib-olla üldse mitte magamist. Mul on vaja siiski asjad ära teha ning aeg-ajalt tööriistadega põristada, seega ei saa endale täielikku magamatust lubada. Selliste tavarutiini ohvrite jaoks nagu mina mõtleski keegi välja Everymani, kus ööune portsjon on korraga veidi suurem, mängib veidi rohkem ühiskonnas praegu normaliseeritud mängureeglite ja tavadega kaasa ning peaks olema seetõttu lihtsamini järgitav.

Minule ei ole isegi Everyman piisavalt lihtne, kuid õnneks saan siiski oma doosi lubatud loomingulist puhangut kätte. Kuulen oma neljandal unevähesel päeval kaugusest trummimängu. Arutlen teistega, et kust see küll tuleb ja kas muusikute proov kostab tõesti nii kaugele. Või kas on keegi trummikomplekti liigutanud? Teised vaatavad mulle segaduses näoga otsa ega oska mu arutluse peale midagi kosta. Lühike hetk



piinlikke pilguvahetusi ning selgub, et tegemist ei ole mitte trummimängu, vaid nõudepesumasinaga. Keegi teine viiest köögis olevast inimesest seda müdinat trummideks ei pidanud ning nende pilkudes väljenduv imestus osutab üsna valjult sellele, et mu tajudega pole asjad päris korras. Otsustan, et jah, just see ongi see lubatud loomingulisus, mis polüfaasilise unega kaasnema pidi – aju ei oska enam „päris maailma", millest meeled vihjeid kinni püüavad, korralikult tõlgendada. Selle asemel toodab see ise enda jura sinna





asemele. Oi, millised suurejoonelised avastused, oi, milline eepiline pöördepunkt mu loomingulises karjääris. Tegelikult on mul teiste ees pisut piinlik ja leian kiirelt vabanduse, et ruumist lahkuda. Õnneks tekitab magamatus veidi pideva pohmaka tunnet, kus olen küll tavapärasest nõrgem, kuid kõik on pisut naljakam ja vabam. See laseb mul toda piinlikkust omaette itsitades ka natuke nautida. Pohmakaga pole *bullshit*'iks energiat, nõnda nagu minul ei ole mahti oma kuulmistaju errorit liigselt häbeneda.

KUI MASINALE ÕIGEL AJAL RESTARTI EI TEE, HAKKAB SEE PILLIMA

Ajapikku ilmneb, et pidevas pohmakasarnases väsimuses ujub lisaks „suurele loomingulisusele" pinnale ka mingisugune teadvustamata ja mahasurutud stress. Pidevalt võnkuv pinge seoses mingisuguse sooritamise, sotsiaalse navigeerimise ja ajaga võidu jooksmisega. Mõistus ei saa kordagi päriselt rahu, ei saa end vaheldumisi välja lülitada ja sellest bassina pidevalt vibreerivast stressist natukeseks puhata. Katkematult kumisev surve toob samal ajal välja mingisuguse pehmemat sorti emotsionaalsuse. Pisarad, mis on soojad, mitte kibedad, ja voolavad nii kurvastusest kui ka helgusest. Sellised piisakesed, mis muidu jäävad olen-tugev-kaitsekihi taha pidama ning surutakse alla isegi enne, kui jõuan nende olemust teadvustada. Näen unes oma ema nutmas ja mõtlen, et ilus on olla emotsionaalne. Harjumatult avali olevate tundekanalitega kaasneb rõõmustamine selliste igapäevaste imede üle nagu päikesepaiste. Olen pehmo ja mulle meeldib see. Peesitan selles ilusas-ilusas ihaldusväärses pehmosuses mõnuga. Naudin sellist versiooni iseendast. Meenub, et olen vist tihti nutnud just magamata peaga.

Oma suures tundelisuses unustan aga empaatilisuse. Sõber kaotab lähedase ja vajab tuge. Mina aga hakkan hoopis ise leinama inimest, keda kunagi kohanud ei ole, ja elan sõbra olukorra kaudu läbi mingit iseenda traagikat. Tõmban lukku, olen omaette ja vait. Ei jaksa mitte kuidagi enda emotsionaalsuse ja teisele toeks olemisega korraga tegeleda. Energiat ei ole, teravus puudub. Avastan, et kirjutan oma märgetesse ühte pikka lugu juba teist korda, kuna ei mäleta, et olen seda juba teinud. Peas on ajapikku kõik üks suur *blur*, väsimus hakkab lisaks teravusele ka mälule, umbes nagu siis, kui pohmakaga ärgates on mälestused hägused ka õhtu kainemate hetkede puhul. Ei tea, kas aju on liiga laisk, et mäletada, või siis see unega kaasnev sorteerimisprotsess pole lõpule jõudnud ja mul ongi raskem õigest sahtlist õiget infot üles leida. Ingliskeelses keskkonnas navigeerides tunnen end nagu neandertaal – mida väsinum olen, seda vähem suudan end väljendada ja seda rohkem valin olla lihtsalt vait.

Eksperiment ei räägigi võib-olla unest, vaid sellest, kuidas minu organism kohaneb üleüldiselt muutustega rutiinis.

See on vast põhjus, miks uneeksperdid eriti polüfaasilist und ei soovita. Modernne inimene vajab 24 tunni jooksul veidi pikemat väljalülitamist, olgugi et enne tööstusrevolutsiooni olevat inimesed küll oma elu enamasti kahefaasilise une rütmis elanud. Praegugi peetakse soojema kliimaga piirkondades siestat ning kaks uneaega päevas on tavaline 85 protsendile imetajatest. Enam kui kaheks osaks jagatud unega on aga nähtavasti keerulisem. Võib-olla oleme praeguseks liialt töökultuuri ja sellega kaasneva stressiga kohanenud ning vajame ärevas maailmas rohkem kontsentreeritud rahu. Romantiseerivalt mõeldes võiks see ju tähendada ka vastupidist: harjutades end polüfaasiliselt magama, saame jagu tuimadest tööloomadest, asendame produktiivsuse loomingulisusega, pisardame päikese käes ja hävitame saavutusvajadust toitva *hustle*-kultuuri.

EKA Eesti Kunstiakadeemia
VASTUVÕTT AVATUD

4. märtsini
saab kandideerida järgmistele magistriõppekavadele:
- Animatsioon
- Graafiline disain
- Interaktsioonidisain
- Kaasaegne kunst
- Ringdisain
- Sotsiaalne disain
- Taidestuudium
- Urbanistika

31. märtsini
saab kandideerida doktoriõppekavadele:
- Arhitektuur ja linnaplaneerimine
- Kunst ja disain
- Kunstiteadus ja visuaalkultuuri uuringud
- Muinsuskaitse ja konserveerimine

27. juunini
Saab kandideerida kõigile bakalaureuse- ja järgmistele magistriõppekavadele:
- Arhitektuur ja linnaplaneerimine, 4. kursus
- Kunstiteadus ja visuaalkultuuri uuringud
- Muinsuskaitse ja konserveerimine
- Sisearhitektuur

artun.ee/sisseastumine

STUUDIOS

SIIDINIIDI KEERUTAJA KÄRT OJAVEE

„Stuudios" on Müürilehe rubriik, mis vaatleb ühe päeva vältel loomeinimeste tööd, paotades ust nende harjumuspärasesse töökeskkonda, milline see ka poleks ja kus see ka ei asuks. Seekord piilusime disaineri ja kunstniku Kärt Ojavee Kopli stuudiosse.

Kirjutas **Helena Aadli**,
pildistas **Kristina Sikk**

Kärt Ojavee on sirutanud end laiali mitme valdkonna vahel: teatrikülastaja on näinud tema kostüüme muu hulgas näiteks **Peeter Jalaka** etendustel; terav kõrv tunneb ära klahvpillilöögi unenäolises bändis **Pia Fraus**; kunstipublikule on ta tuttav oma näituste kaudu ja disainirahvas teab teda eriti hästi, lisaks sellele liigub ta ringi EKA disainiteaduskonnas, juhatades koos **Juss Heinsaluga** külalisprofessorina magistriõppekava taidestuudiumit.

Kohtume Kärdiga keskpäeval Kopli stuudios, kus meid võtab vastu kolme aknaga ruum, mille keskme on võtnud enda alla üks suur vineerist transpordikast õrna objekti tähistava pokaalimärgi ja ülespoole näitava noolega. See kast reisis tagasi Islandilt, kus toimus hiljuti kunstibiennaal Sequences, teos on kastist välja tõstetud ja seina peale pandud, esiti vaatan, et see on laternlill, mida kodudes vahel kohtab. Seiran seda vaheldumisi aknataguse kase oksastikuga, nad justkui peegeldavad üksteist, Kärt osutab, et jäi töötades vist tõesti aknast välja vaatama. Töö moodustub niidistikust, mille kokkupuutepunktides on väikesed pruunid plönnikesed, mille vormid on võetud Islandi rannaalade leidudelt, täpsemini on need viirukid, mille sees on omakorda klaasist helmed, mis on mõeldud aeglaselt ja etapiliselt tuhaks põlema.

Praegu on Kärdil rahulikum periood, ülikool pole veel eksamisessioonilt naasnud, nii on võimalik rohkem aega stuudios veeta, meile vahetada, koristamist plaanida ja oma tööprotsessi osi arhiveerida. Stuudios valitseb justkui korrastatud kaos, riiulitele on laotud korrapäraselt mulle arusaamatute koodidega mapid ja kastid, aga peagi saavad esialgu mõistetamatud asjad seletuste kaudu selgemaks. Kärt annab mulle katsuda ja nuusutada eri materjale – Islandilt saadetud väikelapsepikkuseid tumekollaseid vetikaid, haha (*Somateria mollissima*) subtiilseid sulgi –, näitab isesuguseid kudesid ja kootud materjale.

LABANE KUDE

Kärt seletab mulle, et kanga kavandamine nõuab põhjalikku läbimõtlemist ja lõimed vajavad planeerimist: esmalt tuleb lõng kedrata ja siis mõelda, millal mis lõngad ristuvad, mis on nende distants ja tihedus. Ta räägib andunult tehnikatest ja materjalidest, mis mõjub mulle kui huvilisele (ent siiski täielikule võhikule) nakatavalt, katkestan juttu pidevalt, et terminite kohta küsida. Uurin kangastelgi; nii kapi peal olevat väikest kui ka suurt vähemalt sajandivanust tumedast puidust vokki. Lappame materjale, pistan nina erinevalt kootud kangastesse, Kärt libistab näpuga mööda üht neist ning jälgin tähelepanelikult kiudude ja kudede paiknemist. Ühes lõngas on siidi ja kanepikiudu, teise on ta teinud vokiga Islandilt pärit villast. Vaatame üht lõnga lähedalt ja Kärt selgitab: „See, et ta siin niimoodi keerleb, oleneb sellest, kuidas kiud on kedratud. Need on nüansid, millest saavad aru tekstiilikunstnikud või disainerid – tekstiiliga töötades lähed kiu või lähtematerjali sisse algtasandil. See on hea ettevalmistus, et laiemalt materjalide loomisest aru saada."

Vetikakiudude segu, Jaapanist pärit paberist niit, hobusejõhvist kedratud pael… Kärt räägib näitusest, kus ta tegeles kanga rolli ja tähendustega läbi ajaloo, kangad ise olid valged, ent lõngad, millest need kootud olid, olid eri väärtuse, tähenduse ja kultuuriajalooliste viidetega. Saan tuttavaks igasugu isevärki materjalidega, mille näiteid totsikud ja karbikesed peidavad. Üks kõrgehinnaline materjal, mida mul õnnestub ka peos hoida, on posu haha imeõrnu sulgi, millest suisa õhkub soojust. Suled on Islandi üks oluline ekspordiartikkel ja need on niivõrd väärtuslikud oma mikroanatoomia tõttu, mis muudab need eriti soojaks, ja seetõttu saab neist teha hirmsooje suletekke, patju ja riideid. Inimesed hoolitsevad selle eest, et rebased ei hävitaks lindude pesakondi, linnud tulevad alati samasse kohta pesitsema, vastutasuks jätavad nad rohustesse pesadesse udujaid sulgi, mille hahafarmerid siis pärast lindude äralendamist kokku korjavad.

Kärt annab mulle katsuda ja nuusutada eri materjale – Islandilt saadetud väikelapsepikkuseid tumekollaseid vetikaid, haha subtiilseid sulgi –, näitab isesuguseid kudesid ja kootud materjale.

Kärt näitab mulle Molotovi kokteili tarvis tehtud kergesti süttivat paberi ja lina segust valmistatud kangast. Mõni riie on nii õrn, et sulab keskmise õhuniiskusega keskkonnas olematuks, see on sekundite küsimus, kui kogu asi võib laiali valguda. Kaitseks selle eest on need materjalid pakitud hoolikalt õhukindlatesse karpidesse paberilehtede vahele. Arutleme efemeerse materiaalsuse ja kunsti üle, Kärt räägib sõbrast, kellel on Victoria ja Alberti muuseumis üks skulpturaalne töö, mis laguneb, ja neil on restauraatoritega pikad Zoomi kõned. Mõtleme, kuidas jäädvustada hääbumist ja lagunemist. Kas ja kuidas kaitsta või taastada teost, mis on mõeldud hääbuma?

Meenutan Kärdi tehtud mustaks värvitud rahvarõivakomplekti, mis 2018. aasta Artishoki biennaali raames Balti jaama ootepaviljonis asetses. Must värv muutis tuttavad ja kirevad riided ühtpidi nüüdisaegsemaks, ent tekstuurid ja reljeef jäid alles, muutusid isegi keskseks. Kärdi sõnul huvitas teda teost luues iseäranis rahvus kui konstruktsioon ja see, kuidas rõivastele on omistatud tähendused ja kuidas need teisenevad. „Väga väikesed sekkumised võivad muuta täielikult eseme tähendust," ütleb ta ning lisab naerdes, et vanaema oli väga mures, et kuidas ikka rahvarõivad võib niimoodi ära värvida.

UNDEFINED USEFUL OBJECTS

Lähme tagasi kunstiõpingute juurde. Kärt räägib, et käis Kopli kunstigümnaasiumis, kust sai alguse ka Pia Frausi koosseis. Hiljem, kraadiõpingutel andis ta juba nii sõrme kui ka kogu käe disainiharidusele. Vaatleme **Anu Põdra** kursusel tehtud triptühhonilaadset hoiukarbikest ning bakatöö jaoks valminud gobelääni – mahlakate ornamentide, istuva tüdruku, roosa ja vikerkaarevärvi patsikesteks punutud lakaga ükssarviku ning muutuvas olekus Pokémonidega teost, mida ei oskakski ehk Kärdi praeguse loominguga – vähemalt esialgu – kokku viia. Ükssarvik vaatab tähenduslikult-unistavalt ümmargusse peeglisse. Kui piltvaiba esmaseks mõjutajaks on 15. sajandist pärit *millefleurs*'i stiilis vaipade seeria „Daam ükssarvikuga", siis juba 20 aastaga, mis on vaiba valmimisest möödunud, on see korjanud endale omakorda korraliku lademe uusi tähenduskihte.

Kui tuleme tagasi muusika juurde, ütleb Kärt, et kunsti ja muusika ühendamine pole enam nii kesksel kohal kui varem, bänd aga muutub ajaga aina tähtsamaks. Selle koosseisu kuuluvad sõbrad, kellest ühega teatakse teineteist lasteaiast saati; nendest inimestest on saanud justkui ajakapsel, kellega koos on mitmeid isiklikke muutumisi läbi tehtud. Liigume raamaturiiuli juurde – Kärt tõdeb mõtlikult, et on mitmed raamatud teistele laenanud, mida tahaks nüüd uuesti lugeda, seega olgu see siin ka kollektiivne meeldetuletus laenatud raamatud nende omanikele tagastada(!) –, lappame etenduste tarvis joonistatud kostüümivisandeid, kiikame ja sirvime riiulil olevaid teoseid, nende hulgast hakkab näppu doktoritöö „Nutitekstiilid interjööris. Aeglaselt muutuvad pehmed ekraanid", mille taktiilne kaanemuster annab endast aimu ainult puudutades või kindla nurga alt. Oma väitekirja põimis Kärt väga pikaajalise uurimisprotsessi, kus disainiteooria ja -katsetused kohtuvad interaktiivsete nutikate tekstiilidega, ent ta lisab kähku, et muidugi teeks praegu palju asju teisiti. Ta räägib biomimikrist ehk sellest, kuidas me saame õppida mustrite jäljendamist looduselt, seda mimetismi vormi sai proovitud avalikku ruumi ekraani alternatiive luues. Näiteks katsetas ta ideed asetada kangad haigla konteksti, kus need aitaksid looduse aeglaseid mustrilisi liikumisi jäljendades patsientide tervenemist kiirendada. Juttu tuleb tihedast perioodist, mil Kärt käis palju konverentsidel oma tööprotsessist kõnelemas ja luges pärast üht ettekannet ühest blogist, et tema töödest rääkides kasutati sõnapaari „spekulatiivne disain", millest ta polnud varem kuulnudki. Spekulatiivne disain paikneb kusagil disaini ja kunsti vahepealsel hämaral alal, kuhu asetuvad hästi ka paljud kunstniku määratlemata objektid.

Kärdi sõnul huvitas teda iseäranis rahvus kui konstruktsioon ja see, kuidas rõivastele on omistatud tähendused ja kuidas need teisenevad.

UINUV VEEALUNE VIHMAMETS

Doktoritöö sisukorrast torkab mulle silma sõnatrio „Undefined Useful Objects" – need sõnad ilmutasid end Kärdile kusjuures unenäos. Navigeerime mitme teema vahel, ent tundub, et on kaks katkematut siidiniiti, mis meie jutuajamist läbivad: üheks neist on unetemaatika, teiseks kahtlemata meri. Loorina katab meie vestlusi sügav huvi materjalide vastu.

Navigeerime mitme teema vahel, ent tundub, et on kaks katkematut siidiniiti, mis meie jutuajamist läbivad: üheks neist on unetemaatika, teiseks kahtlemata meri.

Kärt viipab käega kuhjale kumjatele moodustistele, mis ripuvad kangastelgede peal. Katsun ja nuusutan ookerkollaseid pikki ribasid, üht neist ääristaks justkui lokkav volang. Need hiiglaslikud lotakad on pruunvetikad (*Saccharina latissima*), mille islandi kunstnik **Katrín Þorvaldsdóttir** Kärdile kinkis. Ta jutustab mulle ekspeditsioonidest, kus on tudengite ja uurimisgrupiga käidud, sukeldumisest ja leitu analüüsimisest koos merebioloogidega. Jutust käivad läbi residentuurid, teiste hulgas üks, mis toimus Kanadas ja kus nad töötasid **Johanna Ulfsakiga** oma töö „Live Streams" kallal. See on üheksa meetri pikkune tekstiil, millesse kootud fiiberoptilised kiud on ühendatud Läänemerelt tulevate andmetega – vaip peegeldab reflektorlõngade ja kiudude kaudu reaalajas merel laksuvate lainete kõrgust ja tuule tugevust. Paljud tööd on väga pikaajaliste protsesside tulemus, nii ka see, ning see raugematu katsetus- ja uurimishimu on innustav.

Aga ikkagi – uni. Kärt räägib korduvalt unenägudest, näiteks ükskord ütles **Žižek** talle unes, et sõna on relv. „Ma nägin kunagi unes, et tuli üks kunstnik, kelle nimi oli Ando Abju ja kes eksponeeris kõiki mu töid tagurpidi. See oli terve sari unenägusid, mingi kunstnik, kes teeb täpselt samasuguseid töid nagu mina, aga teistpidi." Toon välja Kärdi teosed Tarbekunsti- ja Disainimuuseumi näituselt „Uneversum. Rütmid ja ruumid", mis said alguse soovist korjata kokku nende inimeste lood, kes näevad unenägudes helisid. See aga osutus ülikeeruliseks, kuna enamik inimesi unes helisid ei koge. Nii sündiski leierkast, kuhu on perforeeritud biitlite lugu „Yesterday" ja The Police'i „Every Breath You Take", mida esitatakse üks kord õigetpidi ja teine kord tagurpidi, viidates sellele hüpnagoogilisele ruumile, kuhu pooleldi ärkvelolek paigutub ja mida Kärt oma loomingus läbivalt kasutab. Leierkasti heli võimendav tompjas kõlakoda on **Lauri Kiluski** 3D-prinditud objekt.

„Võiksin unest lõputult rääkida," ütleb Kärt ja arutame ta mõtet laiskuse töötuba teha. Stuudio on uniseks hämardunud, sulgeme raudukse ja lähme välja pakase kätte.

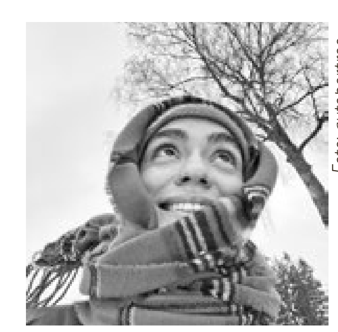


Foto: autoportree

Kristina Sikk on täiskohaga turundaja, poole kohaga su ema lemmik-*influencer* ja hobifotograaf.

LASEME MASINATEL MAGADA

Kas mäletame veel omaaegseid ekraanisäästjaid ja arvuti toitenupust väljalülitamist kooli- või tööpäeva lõpus? Millal aga viimati oma nutiseadme päriselt välja lülitasime? Kui me masinad ei puhka, kas meie siis puhkame?

Kirjutas **Sandra Nuut**, illustreeris **Aimur Takk**

Valmistades ette näitust „Uneversum. Rütmid ja ruumid” Eesti Tarbekunsti- ja Disainimuuseumis jäi mulle päeva lõppedes tööarvuti taga ette menüüst valitav poolkuusümbol. Paar tundi hiljem klikkisin aga kodus rippmenüüs kirjal „sleep”. Kui päris ausaks jääda, lükkan ma läpakat ära pannes tavaliselt arvuti kaane lihtsalt kinni. Need pisikesed sümbolid ja kirjad kummitasid mind, kuni neist vormus selsamal näitusel alateema „Masinate uni”, kus igapäevased esemed ja sümbolid on seatud kõrvuti disainiprojektide ja kunstiteostega, et anda edasi teadmist, kuidas on nähtud ja mõtestatud magamisele mõeldud aega ja ruumi ning kuidas see resoneerib meie praeguse kogemusega.

Tänapäeval võime asuda oma isiklikus magamistoas, kuid olla samal ajal sotsiaalmeedia kaudu ühenduses, tegutseda suures majanduses, jagades oma tähelepanu ja andmeid.

OMA VOODIST SUURDE MAJANDUSSE

Kultuurikriitik **Jonathan Crary** kirjutas juba üle kümne aasta tagasi oma palju tsiteeritud ja kummitama jäävas teoses „24/7: Late Capitalism and the Ends of Sleep”, et kapitalism koloniseerib kogu meie aja, sh uneaja. Ka „Rütmide ja ruumide” üheks peamiseks lähtekohaks on ajasurve ja -kriis – tunne, et aega pole piisavalt, mistõttu öötundidest saavad töötunnid. Magamine, magamatus ja nendega seostuv pakuvad palju kõneainet, kuid millised on seadmed, ruumid, kujundatud keskkond ja aeg meie ümber?

„Nutikate” lahenduste paljusus räägib nii tehnoloogia arengust, kapitalistlikust majanduskeskkonnast kui ka meie püüdest kõike organiseerida (isegi kui see pole mõistlik).

Tänapäeval tuntud voodi hakkas arenema 19. sajandil, kui kasutusele võeti metallist vedrud ja voodeid hakati valmistama vabrikus. Enne tööstusrevolutsiooni ei olnud privaatsus koduses elus olulisel kohal. Uues, linnastuvas ja stressirikkamas maailmas muutus kodu kohaks, kuhu eralduda ja kus jõudu taastada. Kui kodu ja töö irdusid üksteisest, kandus elu eri osadeks jaotamine ruumikorraldusse. Tekkis magamistuba, millest saigi privaatne paik. Tänapäeval võime asuda oma isiklikus magamistoas, kuid olla samal ajal seadmete, sotsiaalmeedia kaudu ühenduses, tegutseda suures majanduses, jagades oma tähelepanu ja andmeid. Äkki loed sinagi seda teksti voodis?

Psühhoanalüütik **Darian Leader** kirjutab, et tänapäevane uneteadus erineb varasemast, kuna und ei uurita kui individuaalset kogemust. Ta leiab, et alates 1920. aastatest on uneuuringud olnud seotud peamiselt äriga ning nende rahastus tuleb ettevõtlusest ja sõjatööstusest, kus püütakse leida võimalusi tööliste või sõdurite efektiivsuse tõstmiseks.[1] Ka enesejälgimine ja -hool töötavad turu teenistuses. Kunstnik **Tõnis Jürgens** uurib nii digitaalset enesehoolt kui ka une määratlematut potentsiaali, kuhu magajal on võimalik justkui ära kaduda. Kui magame nutitelefoni või -kellaga, on meil võimalik koguda andmeid magamise kohta ja vaadata hommikul kokkuvõtet. Enne uinumist paneb meist enamik viimase asjana käest just nutitelefoni. Vähesed lülitavad seadme välja. Sisse- ja väljalülitamine on tegevused, mida me kasutame oma nutiseadmete puhul järjest harvem just seetõttu, et mitte jääda millestki kõrvale või ilma. Lülitamise, vajutamise, klikkimise kaudu loome hetkeks ühenduse laiema üldsusega või vastupidi. Meie kodud on ühendatud seadmete väikesed andmemajanduskeskused. Crary märgib, et nende inimeste arv, kes ärkavad öösel korra või mitu, et oma sõnumeid ja andmeid kontrollida, on plahvatuslikult kasvamas. Üks pealtnäha ebaoluline, kuid masinate tööst lähtuv levinud keelekujund on „puhkeolek”, „une-” või „puhkerežiim” (ingl *sleep mode*). Ehk oleme omistanud masinatele funktsioone tavakeelest, nagu puhkepaus ja magamine.

POOLKUU, VÕIM, EKRAANISÄÄSTJA

Seadmete eri „seisundeid” tähistavad sümbolid. Kuu tähistab elektroonikaseadmete, nagu arvutid, telerid ja muud juhitavad seadmed, oote- või puhkerežiimi ja ka energiasäästurežiimi. Nüüdseks üldtuntud graafilise sümboli tõi käibele Elektri- ja Elektroonikainseneride Instituudi Standardiühing (IEEE SA), kus töötatakse välja üleilmseid standardeid sellistes tööstusharudes nagu energia, tehisintellektipõhised süsteemid, asjade internet, tarbetehnoloogia, olmeelektroonika jne. Poolkuusümbol (ja selle variatsioonid) lisati standardi IEEE 1621 andmebaasi endise puhkerežiimi tähise asendusena 2002. aastal. See on režiim, kus on võimalik võrreldes sisselülitatud seadmega vähem energiat tarbida ja masinat pikema ootamiseta taaskäivitada.

Enne poolkuusümboli kasutuselevõttu oli ajavahemikus 1973 kuni 2002 puhkerežiimi seadistuse ikooniks hoopis tänapäevane „võimu” (ingl *power*) sümbol (ehk toiteikoon), mis vaatab meile vastu elektroonikaseadmetelt. Kodus leian selle kiirelt näiteks ruuterilt, teleripuldilt ja printerilt. Selle eellugu on seotud sümbolite kujunemislooga. Varaste seadmete lülititel olid tähised „1” ja „0”, mis märkisid vastavalt suletud (seade sisse lülitatud) ja avatud (seade välja lülitatud) vooluahelat. 1973. aastal liideti need kaks sümbolit nüüdseks laiemalt tuntud ikooniks. Kui poolkuusümboliga on seotud IEEE SA, siis „võimu” sümboli andmebaasi lisamise taga on Rahvusvaheline Elektrotehnikakomisjon (IEC), organisatsioon, mis tegeleb elektrotehnika standardimisega. New Yorgi moodsa kunsti muuseumi (MoMA) arhitektuuri- ja disainivaldkonna kuraator **Paola Antonelli** kutsub „võimu” sümbolit „tagasihoidlikuks meistriteoseks” (ingl *humble masterpiece*), mis ei otsi tähelepanu, kuid töötab alati.[2]

Kui sümbolite vajutamine või klikkimine eeldab meie otsest osalust mõne seadme energiatarbimise vähendamiseks või peatamiseks, siis arendaja **John Socha** lõi 1983. aastal praktilisele probleemile arvutite n-ö enese juhitavaks lahenduseks ekraanisäästja tarkvara. Socha kirjutas lihtprogrammi nimega SCRNSAVE, mis muutis arvutiekraani pärast kolmeminutilist tegevusetust mustaks, et kuvarite pildikvaliteeti säilitada. Tollal võis pilt kohtades, kus valgus oli suure intensiivsusega, ekraanile sisse põleda ja endast jälje maha jätta. Samuti loodi uus tarkvara tüüp, mida kasutati laialdaselt 1980. ja 1990. aastatel, kuni leiutati uue tehnoloogiaga LCD-/LED-monitorid. Ekraanisäästjad ei olnud kunstiteosed, vaid enamasti anonüümsed ja efemeersed tööd, mis olid tihti kunstihariduse või -taustata inimeste loodud. Tänapäeval ei päästa ekraanisäästjad enam ekraane, kuid võivad pakkuda rahuldust mittemillegi tegemisest. Sellist „pausi” ekraanil silmas pidades on graafiline disainer **David Reinfurt** loonud ekraanisäästjate seeria, mille hulka kuulub „Kolm minutit mittemillegi tegemist ja siis läheb kõik mustaks” (2009), mis viitab just Socha tööle.

ME UNETUD MASINAD

Kirjanik **Adam Greenfield** väidab, et me kogemegi oma igapäeva digitaalse tehnoloogia kaudu.[3] „Nutikate” lahenduste paljusus räägib nii tehnoloogia arengust, kapitalistlikust majanduskeskkonnast kui ka meie püüdest kõike organiseerida (isegi kui see pole mõistlik). Kasumiahnes keskkonnas mõjub sümpaatselt hollandi disaineri **Eibert Draisma** kohvimasin Douwe ja Egbert 1996. aastast – Douwe valmistab köögis kohvi ja Egbert annab elu- või magamistoas juhtmevabalt teada, et „Kohv on valmis!” või „Kohv on 45 minutit vana!”. Douwe näeb välja ja töötab nagu päris kohvimasin, aga Egbert on oma väljaulatuva nina, vilkuvate silmade ja antennikesega justkui robotsõber. Draisma kohvimasinat võib pooleldi naljaga pidada käsklusi täitvate masinate ja seadmete eelkäijaks, kuid erinevalt uutest assistentidest, nagu Apple'i Siri või Amazoni Alexa, ei kogu Draisma seade andmeid, ei analüüsi meie valikuid, ei järgi meie eelistusi, ei müü meile midagi, vaid annab lihtsalt teada, mis kohviga toimub.

Tehnoloogia võimaldab nüüdisajal nii ühe inimese rütmide ja tegemiste kui ka terve linna toimimise jälgimist just seetõttu, et kanname endaga alati seadmeid kaasas.[4] Crary on viidanud, et arusaam nutiseadmetest ooterežiimil on muutnud laiemalt une tähendust – magamine on justkui madalama töövõime ja piiratud juurdepääsuga seisund. See asendab välja- ja sisselülitamise loogika ideega, et mitte miski pole kunagi välja lülitatud ja puhkeseisundit ei olegi justkui olemas. Tänapäeval ei ole elu ilma seadmeteta normaalne ja võib-olla ei peagi otsima äärmusi, kuid ehk ei teeks paha mõnikord väljendit „Tõmban juhtme seinast välja!” sõna-sõnalt järgida. Äkki on aeg lasta oma masinatel energiakriisis rohkem magada ja siis isegi uinuda?

Foto: Renee Altrov

Sandra Nuut on kuraator, kes töötab Eesti Tarbekunsti- ja Disainimuuseumis.

Foto: Nele Kurvits

Aimur Takk on kunstnik ja fondihaldur, kes vabal ajal uurib Raamatukois tähti ja tegeleb Kunstiakadeemias strateegilise järelkasvuga. Tema investeerimisfondid on leitavad aadressilt *typokompanii.com*.

[1] Leader, D. 2019. Why Can't We Sleep?, lk 9. Penguin Random House UK.
[2] International Electrotechnical Commission (IEC). Power symbol. 2002. – moma.org.
[3] Greenfield, A. 2017. Radical Technologies: Design of the Everyday Life, lk 10. Verso Books.
[4] Samas, lk 9–10.

NÄITUS „UNEVERSUM. RÜTMID JA RUUMID” ON EESTI TARBEKUNSTI- JA DISAINIMUUSEUMIS (LAI 17, TALLINN) AVATUD KUNI 7. APRILLINI 2024.

KUIDAS PANNA UNI RAHA TEENIMA?

21. sajandil võib reklaam kolida unenägudesse ja uneteadus laborist magamistuppa, panustades nutiseadmete abiga kaudselt unekriisi süvenemisse.

Kirjutas **Tõnis Jürgens**, illustreeris **Frank Abner**

2021. aasta Super Bowli aegu tuli USA õlletootja Coors lagedale eksperimentaalse reklaamikampaaniaga, millega plaaniti inimestele unenägude vahendusel õlut müüa. Selleks pandi une taustaks mängima kaheksatunnine helimaastik, mis pidi tekitama magajatel kaude isu värske ja klaasihigise pudelikese Coors Lighti või Coors Seltzeri järele – küllap siis kohe ärgates. Kampaanias osalejatele lubati poole hinnaga 12-pakki õlut; kui õnnestus sõber ka kampa võtta, sai õlle tasuta kätte. Oma toodete unenägudes reklaamimise vastu on tundnud huvi teisedki hiigelettevõtted, sh nii Microsoft kui ka Burger King.

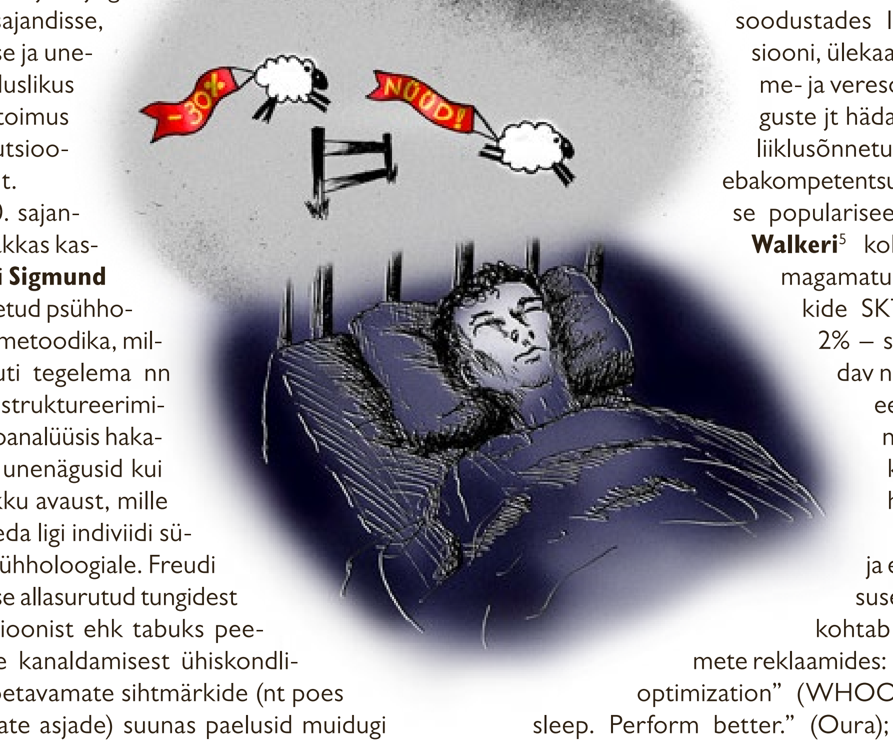
Ideaalse une jahtimine päädib paljude unespetsialistide arvates eluterve une asemel hoopis ortosomniaga ehk sooritussurvest tingitud unetusega.

Coorsi kampaaniale järgnenud suvel koostasid 40 eri riikide uneteadlast avaliku kirja, milles osutati „une inkubatsiooni” väärkasutamise ohtudele ja puudujääkidele unepõhise reklaami reguleerimisel.[1] Teadlaste kohaselt on magav inimene välistele stiimulitele ja kaudsele manipulatsioonile erakordselt haavatav. Kui anda varakatele suurkorporatsioonidele voli minna inimeste unenägude kallale, siis kes teab, varsti on „Futurama” (S01E06) ettekuulutus unenägudesse voogedastatud reklaamidest ehk meie igapäevane reaalsus ja peame vaatama unenägude vahele 20-sekundilisi sihitud reklaame – kui me just ei osta oneiriliste reklaamiblokeerijate aastalitsentse.

UNI KUI TEOREETILINE SALARELV

Idee une inkubatsioonist ehk teatava teema, probleemi, meeleseisundi vms sugereerimisest, et asjale une pealt lahendus leida, ulatub juba aastatuhandete taha. Une seos reklaamiga on küll tunduvalt värskem, aga siingi saab ajada jälgi eelmisesse sajandisse, kui magamise ja unenägude teaduslikus uurimises toimus kaks revolutsioonilist arengut.

Esiteks, 20. sajandi alguses hakkas kasvatama juuri **Sigmund Freudi** viljeletud psühhoanalüütiline metoodika, mille abiga asuti tegelema nn alateadvuse struktureerimisega. Psühhoanalüüsis hakati käsitlema unenägusid kui üht võimalikku avaust, mille kaudu pääseda ligi indiviidi sügavamale psühholoogiale. Freudi ideed inimese allasurutud tungidest ja sublimatsioonist ehk tabuks peetavate ihade kanaldamisest ühiskondlikult vastuvõetavamate sihtmärkide (nt poes müügil olevate asjade) suunas paelusid muidugi väga suhtekorraldajaid ja reklaamispetsialiste, kes said tänu psühhoanalüüsile oma müügitrikkide arsenali uue teoreetilise salarelva.[2]



Teiseks, 20. sajandi keskpaigast peale võttis une uurimine ja mõtestamine lisaks uue, neurofüsioloogilise suuna.[3] 1953. aastal avastasid **Nathaniel Kleitman** ja **Eugene Aserinsky** tänu elektroentsefalograafiale (EEG), et magades pole aju tegevus mitte kogu aeg samasugune, vaid magaja aju läbib unes eri staadiume, ja üks nendest faasidest on nn REM ehk *rapid eye movement* („kiire silmade liikumisega”) uni. Kleitman ja Aserinsky seondasid une pealt silmade liikumise ja EEG-ga mõõdetud aju bioelektrilise tegevuse unenägude nägemisega.

REM-une avastamisele järgnes veel kolme teise unestaadiumi kaardistamine ning uneteaduse põhimõtteline kolimine laboratooriumisse. EEG aitas und nii teaduslikult kui ka kultuuriliselt ümber kontseptualiseerida. Kui enne 1950ndaid mõtestati und pigem n-ö mehaaniliselt, passiivse meeleseisundina, kus keha on paigal ja mõistus puhkab ning mille üle on võimalik üksnes ärkvel olles spekuleerida, siis REM-une avastamise järgselt käsitletakse und neurofüsioloogiliselt vägagi aktiivse olekuna, mis on reaalajas andmeliselt jälgitav ning empiiriliselt uuritav.

21. SAJANDI UNEKRIIS

Sel sajandil on toimunud une mõõtmises järjekordne murrang, nimelt on uneteadus kolinud unelaborist (tagasi) magamistuppa. Sellele on kaasa aidanud viimase kümnendi jooksul turgudele tulvanud plejaad nutiseadmeid ja äppe, mis võimaldavad enda ööpäevaringset digitaalset jälgimist ja jälgida laskmist. Enesejälgimine (ingl *self-tracking*) ehk enda olmeharjumuste andmeline mõõtmine ning info põhjal vastavate muudatuste elluviimine pakub üht võimalikku lahendust viimastel aastatel aina akuutsemaks muutunud teemale: unekriisile või -epideemiale.

See väidetav ühiskondlik kriis väljendub ennekõike vargsi une lühenemises: tänapäeval magatakse keskmiselt 1–2 tundi vähem kui sajand tagasi ning vähemalt kolmandik inimestest magab vähem kui soovituslikud kaheksa tundi ööpäevas.[4] Puudulik uni toob endaga kaasa märkimisväärseid tervisehädasid ja riske, soodustades lisaks depressiooni, ülekaalulisuse, südame- ja veresoonkonna haiguste jt hädade tekkele ka liiklusõnnetusi ja üleüldist ebakompetentsust. Uneteaduse populariseerija **Matthew Walkeri**[5] kohaselt röövib magamatus mitmete riikide SKTst enam kui 2% – see on võrreldav nii mõnegi riigieelarve kogupanusega nt riigikaitsesse või haridusse.

Magamatuse ja ebaproduktiivsuse samastamist kohtab ka nutiseadmete reklaamides: „Performance optimization” (WHOOP); „Improve sleep. Perform better.” (Oura); „Know your nights. Master your days.” (Withings); „The power behind your next best day” (RISE) jne[6]. Selles retoorikas hingab une jälgijatele kuklasse ehk isegi teatav andmepõhine kinnisidee: ideaalse une jahtimine, mis paljude unespetsialistide arvates päädib eluterve une asemel hoopis ortosomniaga ehk sooritussurvest tingitud unetusega. Niisiis panustab une mõõtmise trend kaudselt just unekriisi süvenemisse – mis on muidugi enesehoole toodete müümise seisukohalt igati positiivne.

UNEVALUUTA

„Ärevus suurendab produktiivsust,” sedastab filosoof **Byung-Chul Han**[7]. Hani arvates on meie ajastu „tervisehüsteeria” seotud nimelt kapitalistliku tootmisärevusega. Väidetava unekriisi kütkeis oleme suutnud allutada ka magamise tarbimise-tootmise tsükli loogikale. Oma und digitaalselt jälgides ei ole me mitte ainult oma olmeharjumuste andmete tarbijad ja tervislikud enesetõhustajad, vaid toodame väärtuslikku turuinformatsiooni ka nutiseadmete tootjatele ja nende võimalikele variklientidele. **Shoshana Zuboff**[8] nimetab seda „jälgimiskapitalismiks” (ingl *surveillance capitalism*).

Jälgimiskapitalism toitub töö asemel inimese igapäevase kogemuse totaalsest andmestamisest. Seejuures ei huvita nn jälgimiskapitaliste siinkohal ainult meie uneandmete sisu (unetunnid, norskamine jne), vaid ka sootuks varjatum info või andmeline kõrvalprodukt (ingl *data exhaust*), mis puudutab seda, kuidas täpselt, kus ja millal me oma seadmeid kasutame, ning mille põhjal on võimalik genereerida täpsemini sihitud digireklaame ja isegi ennustada eri tarbijagruppide tulevast käitumist. Seega on 20. sajandi keskpaiku alguse saanud ja 21. sajandil tavakasutajatele kättesaadavaks tehtud une andmeline mõõtmine (sarnaselt psühhoanalüüsiga) niisamuti reklaamitööstuse teenistusse rakendatud.

Aga eks mingis mõttes ongi unenäod ja sihitud reklaamid olemuslikult üsna sarnased: mõlemad põhinevad varem väisatud kohtadel, teistega räägitud juttudel, päeva jooksul ladestunud muljetel ja tunnetel; mõlemad on teatava info põhjal pakendatud järeldused. Võib-olla see on siis loomulik kulg, osa andmevoost, et paneme lõpuks kaks asja kokku ja õpime tootma unenäoreklaame. Seniks aga on kena mõelda unest kui omamoodi passiivsest vastupanu vormist[9] või viimasest katkestusest „kapitalistlikus ajavarguses”[10]; et siiani pole mitte keegi mulle Super Bowli aegu une pealt veel ühtegi õlut müünud, vähemalt minu teada mitte.

Foto: Laura Merendi

Tõnis Jürgens on kunstnik ja kirjutaja, kes uurib EKA doktorikoolis une mõõtmist.

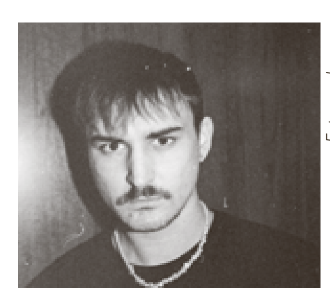
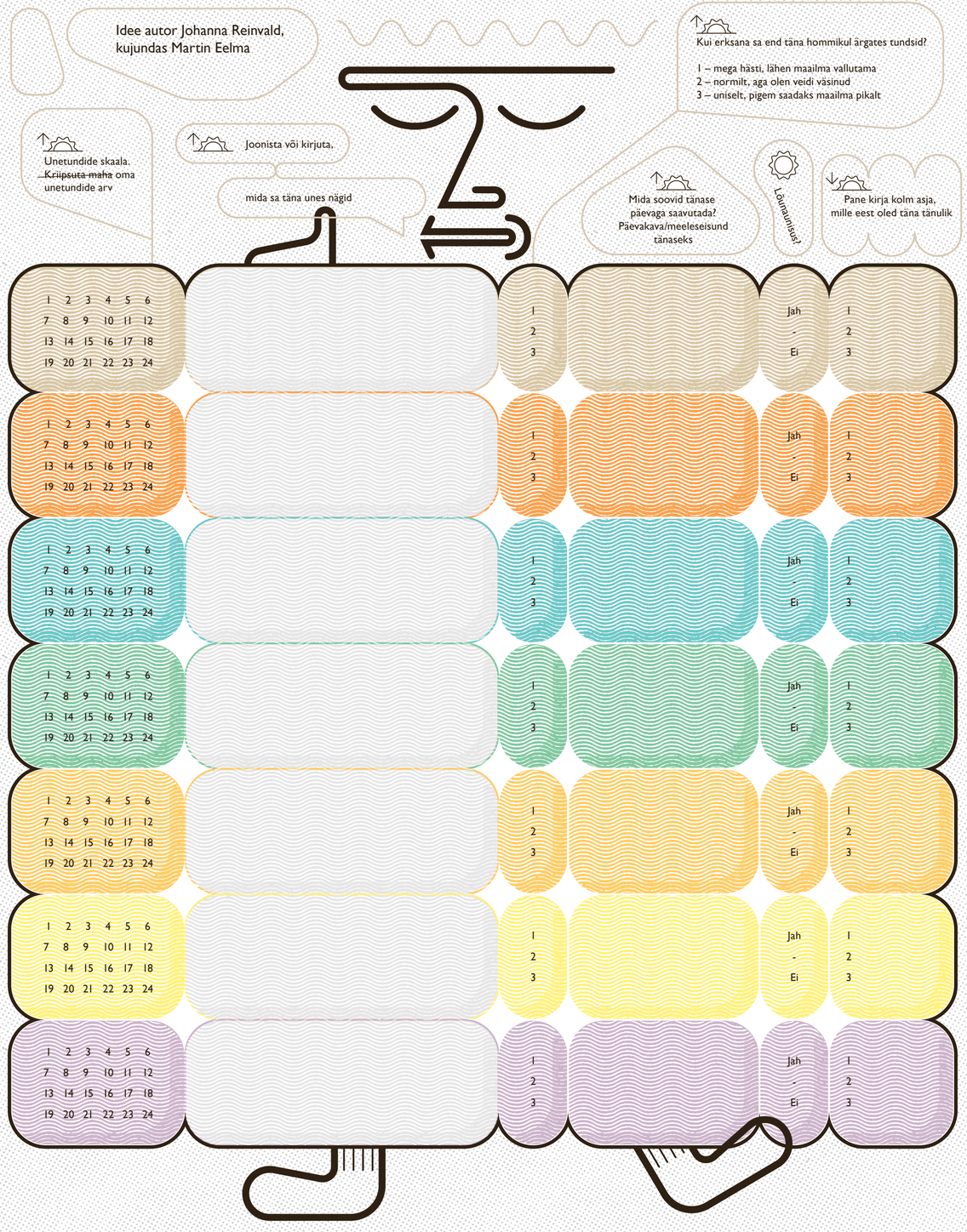


Foto: erakogu

Frank Abner on trükikunsti ja graafilise disaini taustaga tallinlane, kes tegeleb praegu peamiselt siiditrüki ja fotograafiaga ning keskendub ka oma töödes tihti nende kahe meediumi ühendamisele.

[1] Stickgold, R.; Zadra, A.; Haar, AJH. 2021. Advertising in Dreams is Coming: Now What?
[2] Vt ka Adam Curtise neljaosalist doksarja „The Century of the Self” (2002, BBC).
[3] Littlefield, M. 2018. Viidatud artiklist: Lyall, B.; Nansen, B. 2023. Redefining Rest: A Taxonomy of Contemporary Digital Sleep Technologies. – Historical Social Research, nr 48 (2), lk 135–156.
[4] De Cristofaro, D.; Chiodo, S. 2023. Quantified Sleep: Self-Tracking Technologies and the Reshaping of 21st-Century Subjectivity. – Historical Social Research, nr 48 (2), lk 176–193.
[5] Walker, M. 2017. Why We Sleep: Unlocking the Power of Sleep and Dreams, lk 315.
[6] „Tulemuslikkuse tõhustamine”; „Paranda und. Saavuta paremaid tulemusi.”; „Tunne oma öid. Valitse oma päevi.”; „Jõud teie järgmise parima päeva taga”.
[7] Han, B.-C. 2018. The Expulsion of the Other: Society, Perception and Communication Today, lk 38.
[8] Zuboff, S. 2019. The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power.
[9] Härm, A. 2018. Kapitalism ja uni. Passiivse vastupanu võimalikkusest. – Müürileht, 08.05.
[10] Crary, J. 2014. 24/7: Late Capitalism and the Ends of Sleep, lk 10.

MÜÜRILEHE UNEPÄEVIK



TÄISKUU-AUU!

Kuigi täiskuud saadavad lood libahuntidest ja selle mõjust meie käitumisele, pole seda teaduslikult lõpuni tõestatud. Ometi oleme temast lummatud.

Kirjutas **Kärt Kelder**, pildistas **Johanna Reinvald**

Aastaid tagasi hilisõhtuti raadiotoimetuses töötades hakkasin teatava aja tagant nostalgitsema eri põhjustel kadunud armastusest. Inimesed, kes olid kunagi mulle hinge pugenud ja seal ehk midagi katki teinud, muutusid järsku antikangelastest heroilisteks. Meenutasin vaid häid aegu nendega ja suplesin selles mõrumagusas tundes nii ennastunustavalt, et paaril korral oleksin maganud maha hetke, mil pidin minema otse-eetrisse uudiseid lugema.

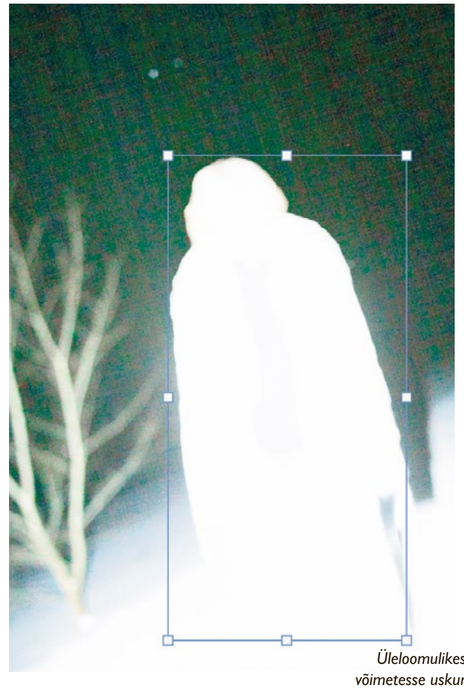
Kuna olukord kippus mingi aja tagant korduma, kasvas huvi välja selgitada, millest mul sellised tundelained tekivad. Põhjust ei pidanud kaua ja kaugelt otsima, sest üleloomulikkuse üle mõtiskledes paistis aknast vastu täiskuu. Kas tõepoolest olin üks nendest, kellele ööpäike mõju avaldab? Sellest tõdemusest sai alguse minu kuulembus ning ootusõhin, et täiskuu ilmudes saab taas seda kirjeldatud pehmet eufoorilist tunnet kogeda.

TÄISKUU JA MÜÜDID

Täiskuu on oma säravas valguses võluv, öiseid varje luues müstiline ning pimedusega seonduvalt ohtliku maiguga. Inglise keeles on sõna „hull" (*lunatic*) tuletatud sõnast „lunaarne" (*lunar*), mis omakorda viitab vanarooma usundis kuujumalannale Lunale. Kuigi Lunat peetakse üldiselt tervenemise, viljakuse, armastuse, kaastunde ja graatsia sümboliks, on tema nimi omistatud millegipärast inimestele, kelle teod viitavad meeltesegadusele. Kiputakse arvama, et täiskuu ajal käituvad inimesed tavalisest mõtlematumalt ja magavad vähem, mille tulemusel kiputakse ka rohkem kuritegusid sooritama. Samuti leiab mütoloogiast loetelu olendeid, kes täiskuu ajal muunduvad või oma peidupaigast välja hiilivad. Tuntuim neist on kindlasti libahunt, keda on kujutatud täiskuuvalgel huntide ulgumiskoori saatel inimesest hundiks muutumas. Tegelikkuses ei ulu aga hundid täiskuu ajal rohkem kui teiste kuufaaside aegu ning vaevalt leiame korteritest või põldudelt alasti inimesi paksema kasuka nimel vähkremas.

Kui täiskuu oleks inimene, oleks tal avaliku elu tegelasena palju tegemist, et enda kohta käivaid kuulujutte kummutada. Samas, inimkond on küll uskunud aastatuhandeid kuu mõjusse inimesele, kuid teaduslikult pole midagi lõpuni tõestatud. Näiteks ERRi uudise pealkirjale „Uuring: kuu mõjutab tugevalt meie und" lisandub artiklis lause: „Ehkki vaatluste käigus muutus just meeste uni kuu kasvufaasi ajal kehvemaks, tuleb seose põhjuslikkust veel täiendavalt kontrollida."[1] Tõendeid otsides näib, et midagi ei saa lõplikult kinnitada, või keegi lükkab kõik öeldu ümber.

Peamine küsimus, millega teadlased on tegelenud, on täiskuu mõju inimese psüühikale. Teisisõnu, kas kuu ajab inimesed hulluks ehk paneb käituma normidele mittevastaval viisil, sh kuritegusid sooritama. **Eric H. Chudler** kirjutab oma uurimuses „The power of the full moon. Running on empty?", kuidas me ise toidame folkloorset uskumust seoses kuu mõjuga.[2] Arstide ja politseinike seas tehtud uuringud näitavad, et nende usk täiskuuga kaasnevasse hullusesse on tugevam sellest, mida näitavad inimeste täiskuuaegsete tegude uurimisel saadud kvantitatiivsed tulemused.[3] Võib isegi öelda, et ka ajalooliselt pole justkui palju muutunud, näiteks 18. sajandi Inglismaal said mõrva eest süüdimõistetud taotleda leebemat karistust, kui tegu toimus täiskuu ajal. Londoni Petlemma psühhiaatriahaigla patsiente köidistati ja piitsutati täiskuufaasis aga ennetava meetmena.



Üleloomulikesse nähtustesse ja võimetesse uskumine annab meile tunde, et meil on mingigi kontroll ebakindla maailma üle.

KONTROLL EBAKINDLA MAAILMA ÜLE

Usk kuu mõjusse on juurdunud tugevalt Lääne popkultuuri – parimaks näiteks on siinkohal juba mainitud (Hollywoodi) libahundid, aga ka taevas ringilendavad nõiad. Eesti muistendites on kirjas, et ohtlik, aga see-eest töökas majabiline kratt tuleb teha kolmest vanast raagu viheldud saunavihast, need luuavarre ümber siduda, hõõguv süsi südameks panna ja kõige pimedamal ja pilvisemal täiskuu-neljapäeva ööl kolme tee ristil vanakuradiga leping sõlmida.

Tegelikkuses ei ulu hundid kuu poole ning vaevalt leiame korteritest või põldudelt alasti inimesi paksema kasuka nimel vähkremas.

Vaevalt eestlased enam kratte meisterdavad, kuid mitmed psühholoogid on selgitanud, et üleloomulikesse nähtustesse ja võimetesse uskumine annab meile tunde, et meil on mingigi kontroll ebakindla maailma üle ning suudame situatsioone ette näha või neid mõjutada. See pakub kindlust olukorra endale loogiliseks muutmisel, isegi kui loogikaga pole reaalsuse mõistes palju pistmist. Seetõttu pole ka imestada, et täiskuu on posijate hinnangul parim aeg rituaalide läbiviimiseks, nagu ühel esoteerilisel veebisaidil kirjutatakse: täiskuurituaalid aitavad manifesteerida eesmärke ja ihasid, kuid võivad korraldada kaost, kui võimalust valesti kasutatakse. Täiskuu on tsükli täitumise aeg, mistõttu pole soovituslik midagi uut alustada: projektid, suhted vm. Soovitatakse pidada tänulikkuse päevikut või energia vabastamiseks isegi tantsida.

Foto erakogu

Kärt Kelder võtab täiskuu ajal ööpäikesevanne ning magab tavapärasemast sügavamalt.

Nii vanad eestlased kui ka tänapäeva aednikud soovitavad sättida mõned aiatööd täiskuu ajale. Kuna kuu gravitatsiooniline tõmme mõjutab Maa veetaset, on arvatud, et sama mõju võib olla ka taimedele, kuna muld olevat siis niiskem. Kuuvalgus on ju tegelikult päikesevalguse peegeldus, mistõttu see soodustavat ka püsilillede ja sibullilledega tegelemist ning nende aktiivset juurdekasvu.[4]

Juurdekasvust rääkides, on arvatud, et kui kuu suudab mõjutada maailma veetaset, võib see mõjutada ka naiste menstruaaltsüklit, viljakust ning isegi sünnitust. 1950. aastatel põhines näiteks slovaki arsti **Eugen Jonase** pereplaneerimise mudel kuufaasidel – naisel olevat ovulatsioon selles kuufaasis, kus ta ise sündis. Sealhulgas on arvatud, et täiskuu ajal tulevad lõppfaasis oleval rasedal veed ära. Samas on eestlased ise uskunud, et kui lapse viljastamise ajal kirves voodi alla panna, siis sünnib poiss. No võta sa kinni…

TÄISKUU MÕJU (INIM)LOOMADELE

Konkreetsemaid tõendeid kuu mõju kohta elusolendite käitumisele on leitud eelkõige mereorganismide puhul. Üks tuntuimaid loodusnähtusi on korallide massiline kudemine Suurel Vallrahul Austraalias, mis toimub kohe pärast täiskuud oktoobrist kuni detsembrini. Triljonid korallid lasevad miljardid munarakud ja sperma merre, mille visuaalne efekt on nii kontrastne, et seda on võimalik isegi kosmosest näha. Loomad muutuvad täiskuu ajal aktiivsemaks, mis on seotud valgusega, mida ööpäike Maale heidab. Metsas, kus valgusreostust ei ole, võib kuuvalgust võrrelda suure taskulambiga pimeduses. Mitmed loomad leiavad niiviisi paremini toitu.

Inimeste puhul jäävad teadlased aga eriarvamusele. Kõik tundub olevat juhuslik, v.a tõsiasi, et naiste keskmise pikkusega menstruaaltsükkel (28 päeva) on küllaltki sünkroonis 29 ja poole päeva pikkuse kuufaaside tsükliga. Isegi juhtumid inimestega, kelle insomnia või mõni muu vaimse tervise häire on täiskuu ajal intensiivistunud, ei ole andnud piisavalt alust, et kinnitada toimet inimkonnale. Teadlased otsivad siiani hüpoteese, mis tõestaksid selgemalt öise päikese mõju meie käitumisele või füsioloogiale.

On, kuidas on, maagilisust ei tasu enda jaoks täielikult ära lämmatada. Võib-olla ruttasin ka ise järeldama, et just täiskuu toob minus esile tugevaid tundeid. Samas, kui see mõte toidab vaimu ja keha eufoorilise kogemusega ega kahjusta kedagi teist, polegi vahet, kui see teadlaste sõnutsi päris ei ole. Meelikõditav on kujutada ette, kuidas mulle kasvab täiskuu aegu selga soe ja pehme kasukas, millega ma külmas talveöös metsa poole jooksen. Püherdan armunult täiskuuvalgel lume peal ja tunnen, kuidas keegi ei saa äranõiutud ja -võlutud naisele pimedas liiga teha. Hingan sisse nostalgiat ja piiritut vabadust, isegi kui see kõik toimub minu peas kodus soojal diivanil.

[1] *Uuring: Kuu mõjutab tugevalt meie und. – Novaator, 20.09.2021.*
[2] *Chudler, E. H. 2007. The power of the full moon. Running on empty? – Tall Tales About the Mind and Brain (toim. Della Sala, S.), lk 401–410. Oxford University Press.*
[3] *Schafer, J. A. et al. 2010. Bad moon on the rise? Lunar cycles and incidents of crime. – Journal of Criminal Justice, nr 38 (4), lk 359–367.*
[4] *Kuuaiandus: millise kuufaasi ajal on kasulik taimi istutada ning millal on hea aeg heki pügamiseks või viljapuude lõikamiseks? – Moodne Kodu, 16.09.2023.*

KELLAKEERAMINE

Kirjutas **Henri Kõiv**, illustreeris **Vahram Muradyan**

Kiirem kui EKI, ammendavam kui Vikipeedia – Müürilehe veerg „Puust ja punaseks" selgitab sõnu, mõisteid ja olukordi, millest räägitakse palju, aga mille päritolu ja tähendust suudavad vähesed lõpuni aduda. Seekord vaatleme praktikat, mis on juba üle saja aasta käibel, kuid tekitab jätkuvalt ühiskondades teravat poleemikat, mille lõppu ei paista.

Kaks korda aastas, märtsi ja oktoobri viimastel nädalatel sekkub riik jõuliselt inimeste unerütmi, pannes kõigile peale kohustuse kella kord edasi ja siis jälle tagasi keerata. Suveajale üleminek on olnud poliitiline otsus, sõltudes sõjatööstuse, kaubandus- ja transpordilobi ning isegi kompvekitootjate majanduslikust huvist. Kaalutlustes on jäänud teisele poolele tervishoid, põllumehed ja hääleõiguseta koolilapsed.

SÕDADE PÄRAND

Teadaolevalt esimesena käis idee suveajale üleminekust välja ameerika teadlane ja poliitik **Benjamin Franklin**, kes kirjutas 1784. aastal satiirilise kirja, milles ta väitis, et suvel varem ärkamine vähendab küünalde kasutamise vajadust ja toob endaga kaasa kokkuhoiu. Toona keegi seda argumenti tõsiselt ei võtnud, kuid umbes 150 aastat hiljem kasutasid valitsused just energiasäästu suveajale ülemineku peamise põhjendusena. Esimese maailmasõja tingimustes oli vaja nimelt varuda kivisütt. Tegemist oli erakorralise meetmega piisava militaarvõimekuse tagamiseks, mida rakendasid 1916. aastal esimesena Keskriigid Saksamaa ja Austria-Ungari, kuid paar aastat hiljem ka Suurbritannia ja Ameerika Ühendriigid.

Pärast sõda loobus enamik riike kellakeeramise praktikast, kuid mitmel pool jäeti munitsipaalvõimudele selles küsimuses voli ise otsustada. Nii jätkati näiteks New Yorgis kellakeeramist ja kuna tegemist oli Ameerika ärikeskusega, siis otsustasid ka mitmed teised suurlinnad elada pankurite ja börsimaaklieritega samas rütmis. Maapiirkonnad eelistasid aga jääda pigem truuks vööndiajale.

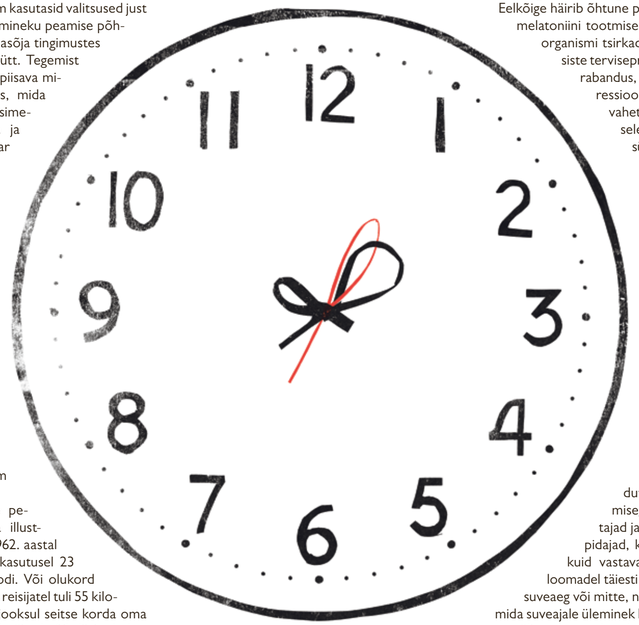
Järgnes pikem segaduste periood ajaarvestuses, mida illustreerib näiteks asjaolu, et 1962. aastal oli Iowa osariigis korraga kasutusel 23 suveajale ülemineku perioodi. Või olukord Lääne-Virginia osariigis, kus reisijatel tuli 55 kilomeetri pikkuse bussisõidu jooksul seitse korda oma kella keerata. Kui eelnevad näited võib liigitada kurioosumite kilda (kuigi need kahtlemata olid bussiliini kasutajate ja liinigraafikute koostajate jaoks tülikad), siis ajaarvestuse killustumine tõi endaga kaasa ka traagilisi juhtumeid, nagu kahe hukkunuga lõppenud rongiõnnetus Prantsusmaal, mille põhjustasid kellakeeramist eiranud vedurijuhid.

Segaduste vähendamiseks hakkasid valitsused mitmel pool maailmas riikliku ajapoliitika ühtlustamisega eksperimenteerima. Seejuures on proovitud üle minna ka aastaringsele suveajale, kuid reeglina on üleüldine vastuseis pimedatele hommikutele pannud sellistele eksperimentidele kiiresti punkti. Praegu on maailmas 71 riiki, kus kaks korda aastas kella keeratakse, neist 49 paikneb Euroopas. Kokku on praktikast mõjutatud ligi 1,5 miljardit inimest. Rohkem kui pooled ajaloos vähemalt korra kellakeeramist harrastanud riigid on nüüdseks aga sellest loobunud.

VASTUOLULISED ANDMED

Kuigi sõda ja energiakriis on Ukrainas toimuva tõttu uuesti aktuaalsed, ei keerata enam ammugi kella vajadusest suurendada kivisõe kättesaadavust sõjatööstusele. Energiasäästu argument on praeguseks kindlalt kummutatud. Uuringud on näidanud, et kuigi õhtutundidel tõepoolest kulub tänu päikesevalgusele vähem elektrienergiat valgustusele, siis pimedatel hommikutel tehakse see energiasääst tasa ja piirkondades, kus kasutatakse laialdaselt õhukonditsioneeri, kulutatakse energiat suveajale ülemineku tõttu hoopis rohkem.[1]

2017. aastal ilmunud metauuring näitas, et kellakeeramine vähendab energiatarbimist kõigest 0,3%.[2] Energiasäästu argument muutub sedamööda järjest ebaolulisemaks, mida säästlikumaks muutuvad valgustid ja pirnid. Seejuures pole viidatud analüüsides võetud arvesse alternatiivseid energiakulusid, mida valged õhtutunnid endaga kaasa toovad. Näiteks paneb



päevavalgusega kaasnev liikuv eluviis inimesi rohkem autot kasutama, suurendades seega ökoloogilist jalajälge.

Transpordisektor ongi olnud üks kellakeeramise tugevaimaid toetajaid. Nende väitel aitab valge aja pikendamine kaasa liiklusohutusele. Ühe uuringu kohaselt langes kevadise kellakeeramise aegu Kreekas tõsiste avariide hulk 15–20 protsenti. Statistiliselt toimub siis vähem liiklusõnnetusi just õhtutundidel, mida uurijad on põhjendanud päevavalgusest tingitud parema nähtavusega.[3] Tõsi, sellele vastukaaluks leidub uuringuid, mis näitavad, et just kellakeeramisega kaasnev unevaegus suurendab liiklusõnnetuste hulka. Üks selline uuring on toonud välja, et kümneaastase perioodi jooksul hukkus liikluses kellakeeramise tõttu 30 inimest.[4] Need hinnangud põhinevad Ameerika statistikal.

Vähem on vaidlustatud väidet, mille kohaselt langetab kellakeeramine kuritegevust, eriti röövide ja vägistamiste hulka, mis toimuvad reeglina õhtuhämaruses. Ühes uuringus arvutati näiteks välja, et kellakeeramise tõttu säästab Ameerika valitsus 558 miljonit dollarit, mis muidu oleks kulunud kuritegevusega kaasnevate sotsiaalsete kulude katteks.[5]

Ajapoliitikat on enamasti juhtinud aga teistsugused rahalised kaalutlused. Nii on mainitud Ameerika Kaubanduskoda kui üht suveajale ülemineku peamist toetajat. Rohkem valget aega pärast tööpäeva lõppu ergutas inimesi enam tarbima. Ameerikas on näiteks suveaja kestus kasvanud kuuelt kuult kaheksale, sh on viimatist suveaja pikendamist seostatud magusatöötusega, mille sooviks oli, et kellasid enne *halloween*'i tagasi ei keerata. See võimaldas lastel kauem komme välja pommida.

TERVISERISK

Kui kellakeeramine aitab elavdada majandustegevust, siis organismi elutegevusele mõjub see pärssivalt. Eelkõige häirib õhtune päevavalgus keha loomulikku melatoniini tootmise protsessi ning ühes sellega organismi tsirkadiaanrütmi, mis võib viia tõsiste terviseprobleemideni, nagu südamerabandus, insult, suhkruhaigus või depressioon. Eriti kõrge on terviserisk vahetult kevadisele kellakeeramisele järgnevatel päevadel, kui südamerabandusi esineb tavapärasest rohkem.

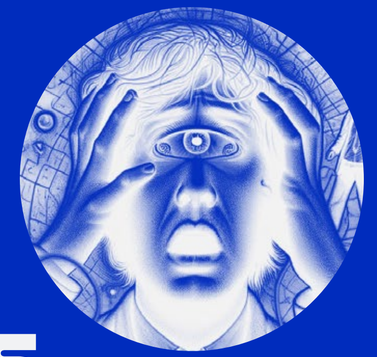
Uneteadlased väidavad, et meie keha ei harju suveajaga ära ka mitme kuu möödudes. Nii tiksuvad meie sisemine bioloogiline kell ning väline seaduste ja normidega paika pandud kell rohkem kui pool aastat erinevas rütmis. Seda olukorda nimetatakse sotsiaalseks *jet lag*'iks, mis lisaks kroonilisele väsimusele võib samuti põhjustada südamehaigusi, ülekaalu ja vaimse tervise häireid.

Muide, see probleem ei puuduta ainult inimesi. Kellakeeramisega on hädas ka loomakasvatajad ja -omanikud, eriti piimakarja pidajad, kes peavad oma lüpsigraafikuid vastavalt kohendama. Paraku on loomadel täiesti ükskõik, kas parajasti kehtib suveaeg või mitte, nende jaoks on oluline rutiin, mida suveajale üleminek lõhub. Üks Eesti piimatootja on välja arvutanud, et kellakeeramise tõttu väheneb nende aastane toodang 10–20 tonni.[6]

Jääb üle vaid küsida: on's kellakeeramine kõike seda väärt?

[1] *Guven, C.; Yuan, H.; Zhang, Q.; Aksakalli, V. 2021. When does daylight saving time save electricity? Weather and air-conditioning. – Energy Economics, nr 98 (6).*
[2] *Havranek, T.; Herman, D.; Irsova, Z. 2018. Does Daylight Saving Save Electricity? A Meta-Analysis. – The Energy Journal, nr 39 (2), lk 35–61.*
[3] *Laliotis, I.; Moscelli, G.; Monastiriotis, V. 2023. Summertime and the drivin' is easy? Daylight saving time and vehicle accidents. – Health Economics, nr 32 (10), lk 2192–2215.*
[4] *Smith, A. C. 2016. Spring Forward at Your Own Risk: Daylight Saving Time and Fatal Vehicle Crashes. – American Economic Journal: Applied Economics, nr 8 (2), lk 65– 91.*
[5] *Doleac, J. L.; Sanders, N. J. 2012. Under the Cover of Darkness: Using Daylight Saving Time to Measure How Ambient Light Influences Criminal Behavior. – Stanford Institute for Economic Policy Research, Discussion Paper 12-004.*
[6] *Pott, T. 2020. Majandusteadlane: kellakeeramine toob ettevõtetele pigem kahju kui kasu. – ERR, 01.11.*

TOETA SÕPRA JA HAKKA VEEBRUARIS PÜSITELLIJAKS



VEEBRUARIS TELLIJATE VAHEL LOOSIME VÄLJA NELI TALLINN MUSIC WEEKI PRO PASSI

WWW.TELLIMINE.EE/MUURILEHT

MÜÜRILEHE TÄIELIK *UND* LÕPLIK UNENÄOSELETAJA

Unenäod – mida nad püüavad meile igal öösel öelda? Kuidas ennustada nende põhjal lähemat ja kaugemat, lokaalsemat ja globaalsemat tulevikku? Millisel juhul on oodata isiklikku majanduslikku heaolu ja suuremat sorti armuõnne, millise unenäo järel on aga täiesti kindel, et ei maksa järgmisel päeval või nädalal (jne) kodust väljudagi!? Meie kõigi õnneks on Müürilehe esoteerikud taas pead kokku pannud, et tuua teieni siinne täielik *und* lõplik unenäoseletaja, kus on kirjas kõik võimalikud unenäokujundid ja nende täpsed tõlgendused.

Kirjutas **Müürilehe esoteerikatoimetus**, illustreeris **Müürilehe pildibot**

Must kass joob šampust	oodata on neerukive
Külastad kultuuriministeeriumit	äärmiselt halb enne, ette tuleb võtta energeetiline puhastus
Hambaid pole suus	euribor tõuseb
Hambad on suus	euribor tõuseb ikka
Oled taas keskkooli matemaatikaeksamil	otsustad uue ööklubi avada
Lööd keldris pea ära	varsti pead andma „Pealtnägijale" vägagi avameelse intervjuu
Jumalat ei ole olemas	jumalat ei ole olemas
Värvide ookean	elad sisemaal
Loed „Kalevipoega"	tutvud Tauno Kangroga
President kritiseerib valitsuse tegevust	kas oled kindel, et üldse läksid magama? Äkki oleks aeg?
Surnud inimene	võib viidata D-vitamiini defitsiidile
Spordikotitäis kokaiini	on hea aeg suusatamiseks
Suurepärased telepaatilised võimed	kaotad ka tulevikus ühtelugu võtmeid
Lutikad madratsi vahel, lutikahammustused	saad varsti kaupluses petta
Kasukates inimesed mängivad tennist	kummaline unenägu, kontrolli vaimset tervist
Ei saa riideid seljast	pead minema Marii Kiisaga fotosessioonile
Vajud sohu	peaksid oma suunamudijakarjääri uuesti käsile võtma
Sünnitad mutrivõtme	viid auto ülevaatusele ja kukud läbi
Oled Müürilehe esikaanel	kolossaalne õnnetus
Asteroid siseneb atmosfääri	*jackpot*!
Elad kuningakojas	ilmselt lihtsalt gripivaktsiini kõrvalmõju
Erootika	lähiajal tuleb eluaset remontida
Kolid Balile	saad Instagramis jälgijaid juurde
EKRE võidab valimised	jäädRootsi laevast maha
Näed unes, et näed und	kuidas sa tead, et sa praegu und ei näe?

LIIKIDEÜLENE UNI

Kuigi unesarnane seisund on omane kõigile loomaliikidele, on uneharjumused loomariigis ääretult kirjud: kes magab alati üks silm lahti, kes otsib igaks õhtuks uue voodi, kes toob unes pojad ilmale. Ometi aitab teiste liikide uni mõista paremini ka inimest.

Kirjutas **Christel Rose Bachmann**, illustreeris **Mika Filleul**

Uni mõjutab peaaegu kogu meie organismi ajust kuni immuunsüsteemini välja. Kehv unekvaliteet ja unepuudus võivad suurendada haiguste, sealhulgas diabeedi, rasvumise ja depressiooni riski. Õpikutarkus ütleb, et korralikult väljapuhkamiseks peame magama päevas kaheksa tundi. Selline unetundide arv võib sobida küll inimliigile, kuid pole normiks teiste elusolendite puhul.

Une koha pealt on liikide vajadused ja magamisviisid väga erinevad. Väide, et mõni loom ei maga üldse ja on seetõttu eriline, on vale. Eriline on hoopis see, et meie mõistes suudetakse olla ärkvel ebaloomulikult kaua ning tulla toime minimaalse puhkeajaga.

Evolutsioonilisest vaatepunktist kogevad kõik uuritud loomaliigid und või unesarnast seisundit, mis viitab sellele, et uni on kasulik ellujäämiseks.

Selle selgitamiseks, kas organism magab või mitte, jälgitakse kolme kriteeriumit. Esiteks peab organism olema rahulikus seisundis ehk mitteaktiivne. Teiseks on vähenenud reageerimine välistele teguritele. Kolmandaks peab organism avaldama unetundidest ilmajäämisel suuremat tungi magada ehk olema rohkem väsinud. Inimese puhul kehtivad need kriteeriumid peaaegu alati korraga, kuid ülejäänud loomariigis mitte.

UNE EVOLUTSIOONI MÜSTEERIUM

Mis siis, kui uni poleks tegelikult üldse vajalik, vaid pigem lisategevus, mida loomad harrastaksid, kui muu oluline, nagu söömine ja paljunemine, on tehtud? Evolutsioonilisest vaatepunktist kogevad kõik uuritud loomaliigid und või unesarnast seisundit, mis viitab sellele, et uni on kasulik ellujäämiseks. Erinevalt söömisest ja paljunemisest on une täpne funktsioon jäänud siiani saladuseks. Une ja ärkveloleku tsüklit kontrolliv mehhanism võib olla iidne, sest ajus ööpäevarütmiga seotud neuroneid uurides on leitud, et nii äädikakärbestel kui ka hiirtel töötab une ja ärkamise protsess ühtmoodi.

Uni mängib olulist rolli ka loomade kaitsmisel parasiitidega nakatumise eest. Une kestuse evolutsiooniline pikenemine on tugevalt seotud ringluses olevate immuunrakkude arvuga. Pikema uneajaga loomad on võimelised rohkem oma immuunsüsteemi investeerima ja on parasiitide eest paremini kaitstud. Vähem ärkvel olles on reeglina väiksem võimalus endale midagi külge korjata.

MAGAMINE KUI ÕPIMEHHANISM

Tavapäratu ei ole olukord, kus kaks koolikaaslast räägivad omavahel, kes vähem magas. Tavaliselt ei öelda seda mitte kahetsuse, vaid uhkusenoodiga, nagu vähem magamine oleks omaette saavutus. Inimese jaoks on uni ülioluline, et tagatud oleks tõhus suhtlus ja õppimine.

Linnud on mudelrühm, mis aitab mõista inimese keele ja kõne evolutsiooni mehhanisme. Lindude häälitsemine on märkimisväärselt mitmekesine ja unehäired võivad kahjustada nende kognitiivseid võimeid. Täiskasvanud sebra-amadiinidel aktiveeruvad öösel samad neuronid kui päeva jooksul lauldes, mis viitab, et magades korratakse päeval õpitud laulu.

Uni parandab kognitiivset jõudlust, et ajul oleks võimalik reguleerida õppimist ja mälu toetavaid sünaptilisi ühendusi väliste segajateta. Nii võib juhtuda, et hommikuni eksamiks kordamise asemel saavutatakse parem tulemus hoopis pärast lühemat kordamist magama minnes.

INIMUNE TÕHUSUSEST

Šimpansid, meie lähimad sugulased loomariigis, magavad öösel keskmiselt 11,5 tundi. Ilmselt on selline unetundide hulk tavaline ka mõne inimese puhul, kuid meile pole see otseselt vajalik. Magades eristatakse silmade liigutusmustrite ja aju elektrilise aktiivsuse alusel kahte tüüpi und: NREM ja REM (ingl *(non-)rapid eye movement*). Kui NREM-une eri faase kogeme terve magamisperioodi jooksul, siis REM-uni on see, mille vältel näeme unenägusid. Primaatidel moodustab REM-uni 5% kogu unetsüklist, meil aga 25%. Meie uni on palju tõhusam, sest veedame vähem aega kerge une faasides ja rohkem sügavas unes. See tähendab, et meie uni on lühema aja jooksul kvaliteetsem, mis jätab rohkem aega õppimiseks ja uute oskuste omandamiseks.

Rivi otstes magavatel partidel on väljapoole jääv ajupool ärkvel ja silm avatud, olles valmis reageerima ohule, samas kui keskel olevad pardid saavad rahulikult magada.

Voodi suhtes on šimpansid aga meist palju valivamad. Magamisasemeks kasutatakse oksi ja lehti ning voodi asupaika valitakse väga hoolikalt. Sobivast magamisasemest hoolimata võidakse kasutada sama voodit vaid korra, nii et järgmiseks ööks tuleb leida uus koht. Mööblipoodide käive tõuseks jõudsalt, kui me vahetaks voodeid nagu šimpansid.

Foto: erakogu

Christel Rose Bachmann on poole oma ajast Keskkonnaagentuuri elusloodusosakonna peaspetsialist ja teise poole veedab Tartu Ülikooli loomaökoloogia õppetoolis nahkhiiri uurides. Vabal ajal vaatab linde ja vahel paneb neile ka sõrmuseid sõrme.

Foto: autoportree

Mika Filleul on Pariisis elav 3D-kunstnik.

SOTSIAALSED SUHTED JA UNI

Liigina vähendame järk-järgult oma magamistunde, et kulutada rohkem aega meile meelepärastele tegevustele, näiteks uute oskuste õppimisele või sotsiaalsete sidemete loomisele. Kui meile on seltskonnas suhtlemine oluline eelkõige ärkvel olles ja öö veedame üksi või partneriga, siis ülejäänud loomariigis on tähtis rohkemate kaasladte olemasolu ka uneperioodil.

Paavianid on öise kiskluse suhtes väga haavatavad ja nende ellujäämine sõltub paljuski sotsiaalsete sidemete hoidmisest. Uues keskkonnas on kasulikum säilitada valvsus ja hoida teiste grupikaaslaste lähedale. Paavianirühmades on öösel ärkamise mustrid väga koordineeritud ning nende uni võib olla seetõttu lühike ja killustatud. Paavianid on valmis ohverdama oma une, et püsida uues keskkonnas ärkvel ja rühmakaaslaste lähedal hoolimata sellest, kui palju nad eelmisel ööl magada said. Tõenäoliselt oleme ka meie teinud paavianide sugulastena evolutsiooni vältel kompromisse une ja muude kiireloomuliste nõudmiste vahel.

Turvalisus on grupis magades suur eelis. Ka esimesed inimesed, kes lukustatavatest elumajadest veel midagi ei teadnud, magasid lõkke ääres vahetustega. Nii oli võimalik ohtu kartmata ennast korralikult välja puhata. Rivis magavad pardid kasutavad sama strateegiat. Rivi otstes magavatel partidel on väljapoole jääv ajupool ärkvel ja silm avatud, olles valmis reageerima ohule, samas kui keskel olevad pardid saavad rahulikult magada. Selline „pool pead korraga" magamine on lindudele kasulik ka pikkadel rännuteedel, sest üks osa ajust peab olema võimeline kogu aeg navigeerima. Delfiinid hoiavad samuti magades osa ajust aktiivsena, et alateadlikult veepinnal hingamispause teha, ning krokodillid magavad üks silm lahti, et reageerida kiiresti ohule või võimalikule toidupalale.

KAS MAGADA VÕI ÄRGATA?

Loomad võivad jääda magama ka pikemaks perioodiks, et säästa energiat suurte temperatuurimuutuste ajal või kui toiduvarusid napib. Talveunele mõeldes meenub inimestele esimesena alati karu. Karude talveuni pole aga üldse tüüpiline, sest nende kehatemperatuur jääb une ajal peaaegu samaks, kuigi nende ainevahetus on aeglustunud. See on oluline, kuna talveune ajal sünnitab karu pojad, kes peavad hakkama saama, kui ema magab.

Väike näriline kunel veedab talve tavaliselt magades. Tema kehatemperatuur langeb ja ainevahetus aeglustub. See aitab tal energiat säästa ja elada kogutud rasvavarude pealt kuni kevadeni. Võib aga juhtuda, et ka ärgates pole keskkonnatingimused paljunemiseks või toidu otsimiseks sobivad ning kasulikum on hoopis uuesti magama minna. Sellist luksust saavad endale lubada ainult kõige rammusamad isendid, kes võivad pikendada oma uinakut nõnda üheteistkümne kuuni.

Paljude loomade pikk päevane magamisperiood on seotud toitumisega. Ameerikas elav väike pruun nahkhiir *Myotis lucifugus* võib magada päevas kuni 20 tundi. See aitab säilitada tal võimalikult palju energiat öiseks toitumislennuks. Koaalad magavad päevas 18–22 tundi, kogu ärkveloleku aeg kulub neil seejuures söömisele. Nende toiduks olev eukalüptipuu on raskesti seeditav ja annab seetõttu väga vähe energiat, mistõttu on kasulikum magada.

Kuid kohtab ka vastupidist – nimelt loomade puhul, kes on evolutsiooniliselt olnud saakloomade rollis. Hobused, kaelkirjakud, antiloobid, elevandid jt magavad vaid paar tundi päevas väga lühikeste juppidena, olles kogu aeg valvel ümbritsevate ohtude suhtes. Loomaaias elavate isendite uneperioodid on aga pikemad ja sügavamad ning nad julgevad magada ka lamades, kuna puudub oht kiskja rünnakuks.

TALUMEHED JA KOOLINOORED EHK KLIIMAPROTESTIDE AJALUGU

Kliimastreigid on saanud 21. sajandi keskkondluse vaieldamatuks musternäiteks, kuid kas meie noored aktivistid on esimesed, kes on Eestis kliima pärast ühel või teisel viisil mässanud? Milline on kliimaprotestide ja -teadlikkuse ajalugu Eestis?

KESKKONNAAJALUGU

Ulrike Plath

Kliimastreikide eelkäijate otsimine võib tunduda imelik ja sellisena fenomeni pisendavgi. Sellises globaalses mastaabis, nagu seda praegu näeme, pole ju kliimaprobleeme varem mõistetud. Ent oma ajalugu pole ainult kliimal, nagu seda uuritakse kliimaajaloos, vaid ajaloolises kontekstis saab uurida ka inimeste reaktsioone kliimale. Nõnda võime avastada seda, mis oli varem teisiti, aga ka ühiseid muresid ja reaktsioone.

PLANETAARSE AJALOO PLAHVATUS

Kliima kerkis arvestatava avaliku jututeemana esile alles 19. sajandil, kui sugenes üha parem teadmine kliima muutumise ajaloost jääaegade kujul. Tänu ilmajaamade tekkele oli võimalik koguda järjest rohkem andmeid, mille tulemusel selgus, et lähiminevikus tajutud ekstreemsed ilmastikunähtused ja kõikumised ei muutnud keskmist kliimat kuigi märkimisväärselt. Siiski tajuti suurte muutuste hirmutavat palet ja nõnda arutati ka Baltikumi ajakirjanduses 19. sajandi lõpust saati järjest enam teemal „Kas meie kliima muutub?".

Baltikumi ajakirjanduses arutati 19. sajandi lõpust saati järjest enam teemal „Kas meie kliima muutub?"

Küsimus oli hirmutav, sest ühtäkki avanes planetaarne ajalooskaala, mida vaadeldes tekkis sügav ebamugavustunne. Veel **Karl Suur** pidas maailma alguseks aastat 5184 enne Kristust ning kreatsionistid usuvad siiamaani, et maailm loodi 23. oktoobril 4004 enne Kristust. Arvestades, et selle lühikese aja sisse pidid mahtuma suur veeuputus ja teised piibli, aga ka ajaloolised seigad, on selge, et äkiline ajaline plahvatus võis mõjuda inimestele kohutavana ja raputada ka seniseid religioosseid uskumusi.

Eesti esimese kliimaprotesti ajal sattusid omavahel konflikti ühiskonna eri kihid ning religioosne ja maagiline rituaalimaailm.

Jääaegade – või, nagu toona öeldi, „maailma talve" – ja fossiilide avastamine aitas teha selgeks, kui pikk on planeedi Maa ajalugu, ja näitas, et kliima on selle aja jooksul mitu korda põhjalikult muutunud.

ILM LIIMIST LAHTI

Kui kliima sai avalikuks arutelupunktiks alles 19. sajandil teaduse arengu tõttu, siis ilm oli olnud üheks olulisimaks jututeemaks juba palju varem. Küllap ei ole maakera pikas ajaloos eksisteerinud inimest, kes poleks selle pärast muretsenud. Eriti palju põhjust muretsemiseks pakkus pikk 17. sajand, mis on tuntud üle maailma halva ilma poolest. Põhja-Euroopat kimbutasid vihmased ja külmad suved ning pikad sügisesed öökülmad hävitasid saaki. Selline oli ilm Eestis 1641. aastal ja ka 1642. aastal kestis jahe kevad öökülmadega juuli alguseni välja. Varauusaja kliimaatilised kõikumised olid siis veel periodiseerimata ning tollased inimesed ei teadnud, et nad elavad nn väikesel jääajal.

Kuid seda, et ilm oli liimist lahti ja muutumas eksistentsiaalseks ohuks, tajusid inimesed selgelt – mida suurem oli nende sõltuvus viljasaagist, seda selgemalt. Kuna ilm oli elu alus, oli see põimunud sügavalt religiooni ja maagiliste rituaalidega, mis sattusid esimese kliimaprotesti ajal omavahel konflikti nagu ühiskonna eri kihidki.

EESTI ESIMENE KLIIMAMÄSS

Nii toimuski esimene kliimaga seotud protest praeguse Eesti pinnal 382 aastat tagasi Võrumaal, mis kuulus tollal Liivimaa alla. 1642. aasta 30. aprillil ehk jüriööl kogunes saksa kaupmehele **Hans Ohmile** kuuluva Sõmerpalu mõisa ette talupoegade salk, et hävitada vesiveski, mille omanik oli pühaks peetud Võhandusse kaks aastat tagasi ehitada lasknud. Mässavad eestlased küll taandusid mõisniku palvel, kuid halva See aga tähendanuks, et mässavad talupojad olid halvas ilmas ise süüdi.

Seevastu katoliikliku usu järgi oli ka saatanal ja temaga koos kohalikel nõidadel teatavat võimu ilma manipuleerimiseks, mille vastu sai ainult selge usu ja kiriklike rituaalidega, nagu kellalöömine, ilmapalve lugemine või ilmaküünalde põletamine. Kirikutevahelises võitluses näidati Eesti kohalikku traditsiooni kui katoliiklusest päritud ebausu halba näidet. Ilmaga seotud eksistentsiaalset muret kasutati seega maailmavaateliseks vaidluseks. Gutslaff naeruvääristab arvamust, nagu terve maailma ilm saaks sündida ühest jõest.

Foto: Sander Ilvest / Postimees / Scanpix

ilma jätkumise tõttu rüüstas 80 osaleja suurune püssidega varustatud salk 8. juuli kesköö veskit, põletas selle maha, röövis selle ümbruses elanud inimesi ning lõhkus järgmisel hommikul täielikult ka veski vundamendi. Olukorra lahendamiseks saatis Tartu asehaldur kohale sõdurid ning 20. juulil korraldati mässajate näidisprotsess.

Mässu põhjuseks oli kohalike arusaam, et pühaks peetud Võhandu jõkke ei oleks tohtinud veskit ehitada, kuna igasugusel veetakistusel olevat võime halba ilma põhjustada. Seda võimet olevat kohalikud talupojad juba Liivi sõja käigus kasutanud, et põua ajal vihma välja kutsuda. Usk Võhandu salajasse võimesse polnud levinud ainult eestlastest talupoegade hulgas, vaid ka Läti ja Vene aladel, ning selle pooldajate seas oli ka sakslasi, neist mõned isegi kirikuõpetajad.

KES VASTUTAB?

Võhandu rahutuste lugu võib käsitleda kui ilmast tingitud kohalikku mässu baltisakslaste vastu. Kliimaajaloolisest perspektiivist ei ole tähtis niivõrd mäss ise, mis siiski kiiresti maha suruti, vaid pigem kiriku reaktsioon juhtunule. Urvaste pastor **Johannes Gutslaff** kirjutas Võhandu kaasusest suisa omaette raamatu, milles ta arutleb muu hulgas üliolulise teema üle: kust tuleb ilm ja kes vastutab selle muutumise eest?

Protestantliku maailmavaate kohaselt võis ilma muutumise taga olla ainuüksi Jumal ise universumi kõige kõrgema instantsina. Alles aegade lõpus, enne viimsetpäeva on ta valmis andma voli kliima üle inglitele suures viimsepäeva võitluses. Selle tõlgenduse kohaselt oli halba ilma võimalik käsitleda ainult Jumala saadetud trahvina, et karistada usust ära langenud inimesi.

NURKA SURUTUD MÄSSAJAD

17. sajandi mässajad olid muutuva kliima ja ilmanähtuste pärast üdini mures. Hädaolukorras ei olnud neil olemas ühiskondlikku abikätt ega süsteemi, mis oleks nende häda ära kuulanud ja aidanud ühiselt tegutseda. Nurka surutuna kui teisitimõtlejad, kes õigesse ühiskonda ei kuulu ning oma tegudega ise Jumala viha provotseerivad, ei jäänud neil oma hirmu väljendamiseks üle muud kui mässata.

Võhandu mässajad ei olnud noored. Streik ja mäss on siiski erinevad asjad ning kliimast ja ilmast on möeldud kahel ajastul väga teistmoodi, kuid oma paralleelid on 17. ja 21. sajandi kliimaprotestide vahel olemas. Ka varauusajal olid mässud omal viisil globaalsed ja raputasid tihti korralikult kohalikku võimukorda. Need ei olnud globaalselt organiseeritud, aga globaalne probleem halveneva ilma kujul oli tuntav igal pool ja mässati üle kogu maailma. Mäss on lähedal, kui ekstreemsed ilmastikuolud hakkavad jõudma faasi, kust ei tundu enam pääsu olevat. Võhandu näitel oli see hirm külma ees väikese jääaja tingimustes, mitte kliima soojenemine, aga ekstreemumid on mängus mõlemas mässuloos.

Mässu taga võib aga näha ka maailmavaatelist võitlust õige ja vale maailmatõlgenduse vahel ning ühiskonna lõhenemist sisse kodeeritud murdekohtades. Ohu eiramisel on sama negatiivne jõud kui üksteise süüdistamisel – kumbki ei aita kaasa ühisele tegutsemisele, mis on kriisiolukorras vajalik.

Müürilehe ja keskkonnaajaloo keskuse KAJAK koostöös sündinud rubriik toob kokku kaks sageli eraldi eksisteerivat teemat: ajaloo ja keskkonna. Igas loos meenutavad keskkonnahumanitaarid mõnda minevikuseika, millel on tulevikule palju öelda.

Foto: Priit Mürk / ERR / Scanpix

Ulrike Plath on Tallinna Ülikooli keskkonnaajaloo professor ja keskkonnaajaloo keskuse KAJAK juht.

SOLLI KABIINIS

Autor **Johanna Reinvald**

Nähes sõber **Tristan Czar Aasmäe** Racer Worldwide'i sulejopest, nõukaaegsest läkiläkist ja kargopükstest koosnevat riietust, teadsin, et olin teinud ta enda fotoprojekti abiliseks värbamisel suure vea. Oleksin pidanud tema asemel hoopis pensionifondide müügivennad kokku kutsuma, kes oleks aidanud mul kaubanduskeskuses *casting*'ut teha ja inimesi meelitada. Kuigi Tristan pigem hirmutas inimesi eemale, toetas ta mind vähemalt mentaalselt, sest hooajaline post-aastavahetuse D-vitamiini puudus on mind täiesti antisotsiaalseks muutnud.

Tahaks öelda, et inimeste fotokabiini autoportreesid jäädvustama surumine oli inspireeritud „püha isa" **Roland Barthesi** „Autori surmast", aga kahjuks tulin selle peale alles hiljem. Tegelikult andsid selleks tõuke Instagrami konto *@veri.viljandi* ja fotograaf **Andra Rahe** pildid – mõlemad on suutnud luua pildistatavatega usaldusliku suhte, osates jäädvustada seda *punctum*'it, millega mu silmal on olnud viimase aasta jooksul meeldiv suhelda. Pärast mitut luhtunud katset sarnast tunnetust tabada pidin siiski tõdema, et tänavafotograafia ja dokumentalistika vajavad rohkem kui lihtsalt kaamera käes hoidmist ja ootamist. Seega liikusin edasi mõttega kasutada korraga ülevalgustatult puhast ja piiratud kadreeringuga automatiseeritud pildimasinat – fotokabiini, et eemaldada end selleks korraks ka autoripositsioonist (võib-olla olen ikkagi uuesti sündinud Barthes).

Esimesteks võõrasteks, kellele Solarise keskuses lähenesime, olid kolm daami kohvikus. Meid märgates arvasid nad kohe, et soovime midagi müüa. Soovisimegi – võimalust olla osa vapustavast kunstist. Vastuseks oli kategooriline „ei". Arvatavasti oli inetu inimesi sellisel privaatsel hetkel rünnata. Kuna see oli minu esimene „ei", tekkis korvisaamisest pähe ka trotslik mõte: kes läheb üldse sõbrannadega kaubanduskeskuse keldrikohvikusse torti sööma? Pärast kümnendat „eid" tekkis aga ärautlemise vastu juba immuunsus. Teel finišisse kohtusime väga värvikate inimestega, kellest mitme pildid jõudsid ka siia lehte. Paljude omad aga mitte.

Nagu võiks eeldada, ei soovinud enamik tülitatutest endast kunstiprojekti sildi all pilti teha. Läbivaks põhjenduseks toodi ajapuudust. Mõni inimene väitis ka, et ta pole fotogeeniline, mis tekitas just erilist tungi suunata ta fotokabiini ja aidata ebakindlusest jagu saada. Mainida tasub ka üht härrat, kes esimest korda meist mööödudes ütles, et tal pole kammi kaasas ja juuksed on sassis. Kui ta hiljem meie ümber oma kümnendat tiiru tegi, siis tundus, et juuksed olid kammitud ja ta oli isegi geeli pannud ning ootas nüüd uut kutset.

Pärast neljanda pildistatava „värbamist" ärkas minus ellu tõeline pensionifondide parseldaja müügigeen. Naeratasin ja rõhutasin sõnu „kunst", „noored", „aitamine". See tundus töötavat, nii et inimesed ei läinud meist enam ringiga mööda, vaid jäid juba ka seisma, et viisakalt „ei" öelda. Paljud osalejad tulidki pigem aitama „kunsti nimel". Motivatsioon seegi!

Kõige värvikama Solli *chiller*'i tiitli saab siiski üks lehte jõudnud isik, kelle emal on sama nimi mis minul ning kes ütles pildistamispäeva kohta, et kuupäev on numeroloogiliselt hea seksimiseks, ja andis mulle taskust kolm maiustust (šokolaadimedali, krabikommi ja glükoositropsi). Samuti oli härral väidetavalt „Hiina valget", pärast mille pakkumist palus ta ka oma kasukat silitada.

Plldistasid: Jan Oskar Tinnuri. Jaana Kuldsepp, Anthea Vanderham, Enn Roosi, Martin Seil, Oskar Rahu, Mati Torop, Markus Valdmaa ja Rivo Mändmets.

UNTITLED
PEALKIRJASTAMATUSE VIIMASTEST ARENGUTEST

Modernistlikust kultuuritraditsioonist pärinev soov oma teoseid mitte pealkirjastada on levinud eelkõige elektroonilise muusika, helikunsti ja abstraktse kunsti loojate hulgas. Nüüdisajal on selle praktika kõrvale lisandunud krüptiliste sümbolite kasutamine. Mis sõnumit nimetamata jätmine ja salasümbolid tegelikult edastada püüavad?

KIWA

Pealkiri on nähtamatu värv.
Marcel Duchamp

Antiigist moodsate aegadeni olid kunstiteoste pealkirjad kujutatava sisu lihtsad kirjeldused. 18. sajandi eelses Euroopas ei olnud kunstnikel vaja oma töid pealkirjastada, ulatusliku märgistamise ja kataloogimise vajaduse tekitas alles rändnäituste ja kunstituru teke. Lääne klassikalise muusika pealkirjad olid sageli formaalsed ja žanritehnilised, vahel ka kirjeldavad. Kujutamisest loobumisega modernismi kontekstis hakati loobuma ka pealkirjadest.

Psühholoogiauuringud on näidanud, et pealkirjad võivad mõjutada publiku reaktsiooni – tarbija pöörab pealkirjata teostele vähem tähelepanu ja ka mõistab neid vähem kui selgitavate või assotsiatiivsete pealkirjadega teoseid. See omakorda võib mõjutada teoste hinda. Usutavasti ei kehti see loogika muusika puhul.

Untitled'i tähendus on mitmetine, kas pealkirja puudumine (sisuliselt tühik) või pealkirjastamatus ise kui pealkiri, „Untitled" kui positsioon või kogu täiega tähendustest loobumine. Eraldi juhtumid on veel „Unknown", „No Title", „Nameless" ja „Self-titled".

Untitled pärineb peamiselt modernistlikust kultuuritraditsioonist (eelkõige visuaalkunstist, nt **Vassili Kandinsky** ja **Mark Rothko**), mille puhul nimetamata jätmine tähendab usku universaalsusesse, teose iseendast ja võimalikust pealkirjast suuremaks olemisse, nimetatavast kujundist või autoripositsioonist ülalpool olemisse. Hiljem on teinud *Untitled*'i ikooniliseks **Donald Juddi** minimalistlik skulptuur „Untitled" (1967), postmodernismis **Richard Prince'i** fotod fotodest, nt „Untitled (cowboy)" (1980–1989), ja **Cindy Shermani** „Untitled Film Stills" (1977–1980), mis arvestavad kõik vaataja interpretatsiooniruumiga.

Nüüdisajal kohtab pealkirja „Untitled" kõige rohkem techno's, kus lood ei ole narratiivsed, vaid kindla alguse ja lõputa seisundid.

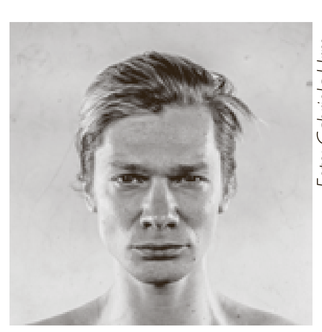


Foto: Gabriela Urm

KIWA on teinud nii näituse, raamatu kui ka plaadi pealkirjaga „enter the untitled", aga paistab, et ikka veel sisse ei saa.

NIMETU VARITSEB INTERNETI PÕHJAS

Kuna elektrooniline muusika on paljuski abstraktse kunsti ekvivalent, pole imeks panna, et nüüdisajal kohtab pealkirja „Untitled" kõige rohkem *techno*'s, kus lood ei ole narratiivsed, vaid kindla alguse ja lõputa seisundid, autorid traditsiooniliselt anonüümsed, maskides või pseudonüümi taga ja plaadid *white label* (ilma infota plaadil). Näiteks artisti **User** „Untitled" (2002) või Gomboc Recordsi „Untitled Series" (2018). Teine valdkond on *ambient*, kus nimetamata jätmine sobib samuti hästi kokku muusika pakutava universaalse kogemuse ideega, näiteks **loscili** vinüül „untitled EP" (2001) või **The Green Kingdomi** „Untitled" (2014).

Untitled kui teatav positsioon elab jõudsalt edasi *deep internet*'i (*plunderphonics*'i alažanr, kus resämplitakse obskuurset netimaterjali) muusikakultuuris. Näiteks on vene artist **glwzbll** salvestanud enda sõnutsi naljapärast *witch house*'i loo „Untitled #13" (2013), millele on „antud uus elu TikToki ajastul" selle ülekompressimise, kiirusega 96 kbit/s renderdamise ja uuesti avaldamisega (2023). Hauntoloogia vaimus on sarnaselt meemiloogikaga tehtud sellest loost ja avaldatud SoundCloudi platvormil kümneid ja kümneid ülekompressitud, aeglustatud ja kajadesse uputatud kummitusversioone, näiteks „Untitled #13 [EXTREMELY SLOWED] KEVIN LEVRONE SCHIZO LIFTING EDIT ZYZZ". Kuna nende avaldajateks on valdavalt obskuursete nimede (**zyzzbraaaaaah**, 🌑, ***loading***…) taha peituvad kasutajad, võib tegu olla kas väikse grupi või ühe maniakaalse kasutaja tehtud manöövriga, samas annavad tuhandetesse ulatuvad kuulajanumbrid aimu, et mingi laiem kandepind sellel nähtusel on.

Taoline muusika kvaliteedi sihilik halvendamine on ühelt poolt reaktsioon peavoolu lihvitud ja kuulajasõbralikule standardile, eesrindlikule *hi-fi*'le, teisalt nihestatud maailmataju tekitamine ja toetamine, hälbiv meeleseisund. Kummitatud lugude algmaterjaliks on tihtipeale peavoolu raadiopopi muusika, mida on täispikkuses või luupidena töödeldud. Näiteks on võetud RnB-artisti **Joie Grey** lugu „Untitled", mille lindivenitamist imiteerivat introt luupides või loo instrumentaalosi kasutades on tehtud kümneid aeglustatud *vaporwave*'i-versioone.

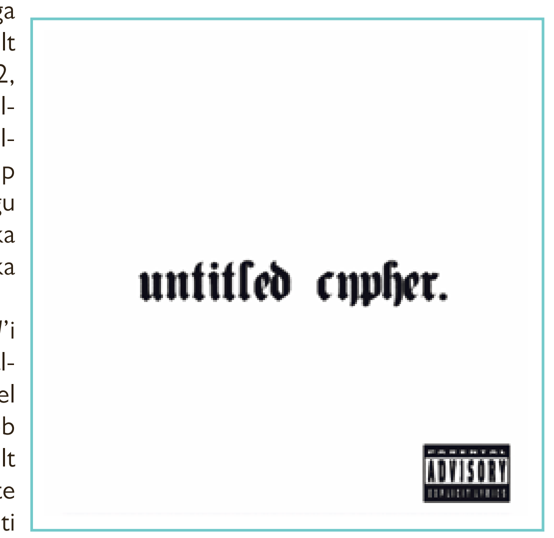
Deep internet'ile on žanriliselt lähedane *HexD*, mis kerkis esile teistkümnendate lõpu *underground*-räpiskenes. Seda iseloomustavad *bitcrush*'itud, kiirendatud ja kõrgendatud vokaalid ning tugev kompressimine ja helimoonutus. Alusmaterjalina kasutatakse üldiselt olemasolevaid *trap*'i, emo-räpi, emo-*metal*'i või hoopis mitmesuguste elektroonilise tantsumuusika stiilide lugusid. Seose hauntoloogiaga annavad unenäolised ja hämarad atmosfäärid ning nostalgia esilekutsumine läbi audiotöötlusega tekitatud tunde, justkui muusika kostaks kuskilt piraatjaamast, halvasti häälestatud lühilaineraadiost, venitavalt kassetilindilt, vaegbitikiirusega failina või muust kuhugi teise aega või paralleelreaalsusesse kuuluvast iganenud tehnoloogiast. Teisalt on lähenemine seotud *nightcore*'i ja *glitchcore*'i tantsimiseks liiga kiire tantsumuusikaga, mis meenutab nullindate videomänge või jaapani animeid ja mis on omakorda veel viimase kiiruse peale pandud. Kolmas oluline taaskasutustehnika on *plunderphonics* ehk helipiraatlus, kompositsioonitehnika, milles kasutatakse ja manipuleeritakse üht või mitut juba olemasolevat heliallikat uue kompositsiooni loomiseks.

UNTITLED MÜRAMUUSIKAS JA KASSETIKULTUURIS

Üks valdkond, millega *Untitled* paistab sobivat, on nähtused muusika ja helikunsti piirimail, *musique concrète* või *lowercase*-muusika (*ambient*-minimalismi äärmuslik vorm, milles väga vaiksed helid võimendatakse äärmuslikele tasemetele). Näiteks California helikunstnik **Derek Allard** kasutab pseudonüümi **untitled.**, mille alt avaldatud meditatiivsete helimaastike koostamiseks on ta kasutanud välisalvestisi, olmelisi objekte ja prahti. Absoluutse *musique concrète*'i ühe tuntuima esindaja **Francisco Lópeze** saja viiekümnest albumist vähemalt viiskümmend sisaldavad pealkirjas sõna „Untitled", neist viimane, „Untitled #405" (2023) koondab 24 lugu, igaüks tund aega pikk ning sülearvuti, nutitelefoni või samaväärsete väikeste kõlarite või tavaliste kõrvaklappide kaudu täiesti kuuldamatu.

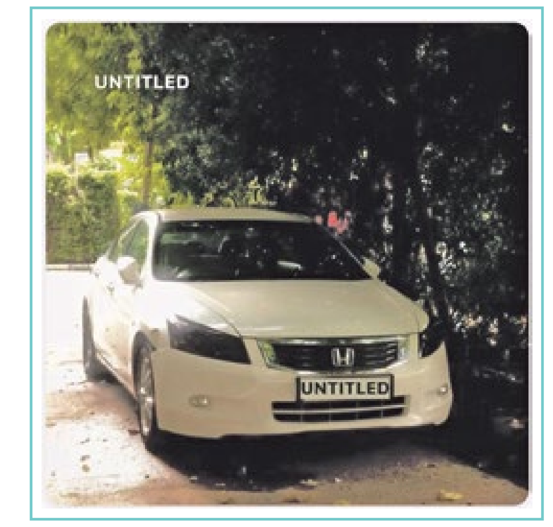
Samuti on silmatorkav *Untitled*'i-rohkus *noise*-muusikas ja kassetikultuuris. Juba 2024. aasta jaanuari keskpaiga seisuga on ilmunud selles vallas ainult *Untitled*'i-nimelisi lugusid sisaldavad kassettalbumid, nagu **Maiden Of Flowers** „Maiden Of Flowers", **One Dark Eye** „Uneasy Gratitude", **The Endless Void Surfers** „Clear Waters C", **Boy Dirt Car** „Revenge Tapes", Various „15 Years Of Mister Saturday Night", **Tahma** „Tahma", **Lord Cernunnos** „Swamp Lore", **Constantautumn** „A Late Night Dinner Of Abandonment And A Bullet Of Parting To End The Year And Finally Meet My Dear Wife Konata", **Theophany** „Theophany", **Decapitated Prostitute // Infibulation** „Roadwalkers", **Dagger** „Elle", **Skin Crime** „Skin Crime", **R. Pierre** „At Home With R. Pierre".

Muusikaandmebaasi Rate Your Music on sisestatud praeguseks paarkümmend *Untitled*'it või selle kombinatsioone kasutava esinejanimega artisti, Last.fm-i kolmkümmend, Bandcampi üheksakümmend neli, Discogsi isegi üle saja. Esineb variatsioone, nagu **The Untitled**, **UNTitled**, **Untitled Project**, **Untitled artist**, **Aaaaaaaaabbbbbbbbbccddddddddddddddd ddddeeee Untitled**. *Untitled*'i-nimelisi plaate ja lugusid koos kordusväljaannetega annab Discogsi otsing (ilmselt sõltuvalt tujust) kord 239 122, kord 239 144, paar tundi hiljem juba 239 220, nädal hiljem 239 506 jne, Bandcamp umbes 500. Valdavalt on tegu elektroonilise tantsumuusika eri žanritega, aga kohtab ka folki, poppi ning rokki.



Plaadifirmadest on *Untitled*'i valikus Londoni kontseptuaalne perkussiivse *techno* leibel unknown-untitled, mis paneb artistide ja lugude info ainult plaadiümbrisele, aga mitte plaadi enda leibelile, samuti Londoni *art-pop*'i plaadifirma untitled (recs). Jaapanis tegutseb nii *house*'i-DJ ja produtsendi **KO3-e** UNTITLED MUSIC kui ka *house*'i-DJ **Fumiya Tanaka** Untitled Records. Ateenas Untitled-1, mis avaldab limiteeritud hulgal vinüüle, kassette ja kunstitrükiseid. Austraalia suurim muusikafestivalide korraldaja (nt Beyond The Valley) kannab nime Untitled Group.

Popmuusikas on pealkirjaga „Untitled" lugusid avaldanud teiste hulgas **Swans**, **Marilyn Manson**, **R.E.M.**, **Orbital**, **The Cure**, **Eminem**, **Animal Collective**, **Sigur Rós** (kellel on ka plaat „()" ehk *the bracket album*) jne. Albumeid leiab alates **The Beatlesi** nn *white album*'ist (mis tegelikult oli *self-titled*), **The Byrdsi** albumist „(Untitled)" (1970, sündis arusaamatusest, kuna plaadid jõuti enne valmis pressida kui bänd pealkirja välja mõelda) ja **Led Zeppelini** albumist „IV" (1971, pealkirja asendasid neli käsitsi joonistatud sümbolit) kuni näiteks **Autechre'** plaadini, mis on hoopis „Untilted" (2005).



SALASÜMBOLID JA KRÜPTIKA

Salasümbolitel on pikk ja väärikas ajalugu okultismis, esoteerikas ja maagias. Lähtudes Led Zeppelini loogikast võiks *Untitled*'i alla liigitada ka viimaste aegade trendi, kus laulu pealkiri koosneb tähtede asemel *non-ASCII character*'idest (aktsendiga tähed, mitte-ladina tähestikud, sümbolid, *emoji*'d). See on eelkõige SoundCloudi- ja Bandcampi-põhine *underground*-nähtus, kuna näiteks Spotify või Apple Musicu puhul võivad need osutuda probleemseks. Eraldi nähtus on *vaporwave*'i kirjastiil ehk esteetiline font, mis on küll ladina tähtede sarnane, aga nihestatud kujul. *Vaporwave*'i tekstis kasutatavad täislaiuses tähemärgid on pärit Aasia arvutisüsteemidest, kus Aasia kirjamärke kuvatakse „täissuuruses", kuid ladina tähemärke „poolsuuruses" plokkides, ∩äļᴛ𝔼K© ήɨ𝓲ᴍo𝕆D𝕚.

Ülikrüptilise *avant electronics*'it / *deconoise*'i / *weirdcore*'i / *shitcore*'i viljeleva USA artisti **Roxy Radclyffe'i** projekti **RINGEX PLASTER** kõrvalprojekti **RINGEX ECCHI** plaadil „18.2: Tenshi no yōna kan'nō-tekina sonzai (Spirit Redeath)" (2020) on vaid üks 47 minuti pikkune J-popi-põhine *deep internet*'i / *ADHD plunderphonics*'i / *sound collage*'i stiilis lugu, mis kannab pealkirja „(๑ↀᆺↀ๑) .. (Φ 人 Φ) .. (ⓛ ω ⓛ *)" (nn Lenny Face'i emotikon, tavaliselt viide vallatule meeleolule või varjatud tähendusele). Roxy Radclyffe ise on väidetavalt 20+ *she/it*, aga avaldanud oma lugematute varjunimede alt juba sadu albumeid, lisaks teinud filme ja digigraafikat.

Vene päritolu artisti **Octa Möbius Sheffneri** (*they/them*) projekti ♥ ☀ ☆ ☂ ☻ ♞ albumil „▓*–#1" (2017) on vaid üks lugu pealkirjaga „▓▓▓▓▓▓▓▓" (Dark Shade'i nimeline Unicode'i märk). Ühe tema projekti nimi on **¶¬Æ©§]z·è®Ê&zØb Z®«¦W±ìÐ**. **Kieran Hebdeni** (**Four Tet**) projekt ⁚⁝ ⓞლ╮ஜ๑╯╿╮◌̥◌̥ⓞლ on kasutanud albumi pealkirjadeks muu hulgas Zalgo teksti. Interneti sürreaalses meemikultuuris märgiline Zalgo on digitekst, mida on muudetud, kasutades Unicode'i kombineeritud märkide vormi, et lisada tähtedele üles ja alla hulgaliselt diakriitilisi märke, mis tekitab *glitch*'i-sarnase ebaõdusa efekti. Populaarne on ka Aasia, eriti jaapani tähemärkide või krüptiliste ladina tähtede kombinatsioonide kasutamine, näiteks esineja **Unknown Artist** plaadil „Untitled" (Anti-label, Anti-036) on sellised lood nagu „LTmKhFvWWmYjyVGZakEW". Teemaks on ka arvutisüsteemidest pärit *digiblitz*-pealkirjad, näiteks lugu „images-1-angel.vc64jqnf049-System Volume Information" **Last Logini** albumil „(つ ´ ∀ ` ) つ ( つ ´ ∀ `) つ (つ ´ ∀ ` ) つ ( つ ´ ∀ `) つ" (2023).

Untitled'i-nimelisi plaate ja lugusid koos kordusväljaannetega annab Discogsi otsing kord 239 122, kord 239 144, paar tundi hiljem juba 239 220, nädal hiljem 239 506 jne, Bandcamp umbes 500.

Untitled'i alla võiks liigitada ka viimaste aegade trendi, kus laulu pealkiri koosneb tähtede asemel non-ASCII character'idest (aktsendiga tähed, mitte-ladina tähestikud, sümbolid, emoji'd).

Veebruarikuus rahvusraamatukogus
Kalli- pallid!

L 03.02 13–18
LAUAMÄNGUPÄEV
Brain Gamesi juhendajatega
RaRa väike maja

N 08.02 18–19
KIRJANIKUD KESKPUNKTIS
Epp Petrone ja Juku-Kalle Raid
RaRa väike maja

L 10.02 13.30–16.30
RETRO VIDEOMÄNGUDE VÕISTLUS
Interaktiivses videomängude muuseumis LVLup!
RaRa väike maja

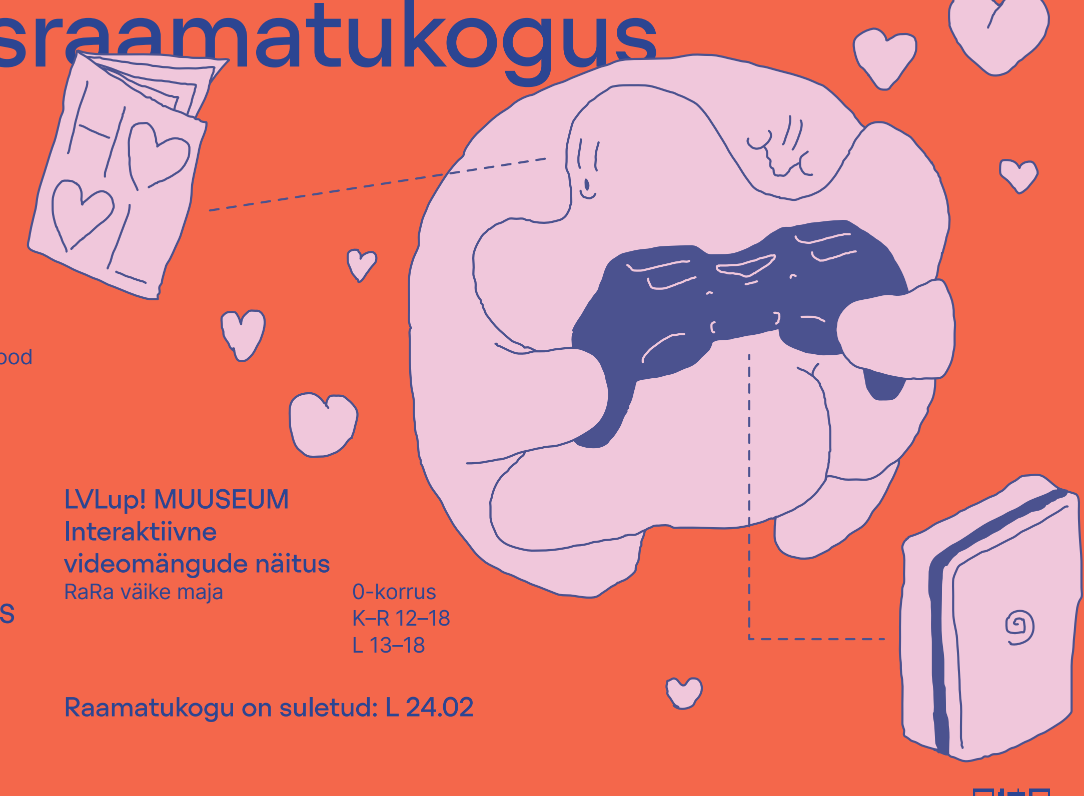
L 17.02 12–14
PEREHOMMIK
Mul on õigus!
RaRa Solarise saatkond ja Apollo raamatupood

T 20.02 16–17
STATISTILISED MUSTRID
XIV Riigikogu mõju ja jõud arvudes
RaRa väike maja

09.02–29.02
KAUNEIMATE RAAMATUTE NÄITUS
25 kauneimat Eesti raamatut ja 5 kauneimat Eesti lasteraamatut
RaRa Solarise saatkond

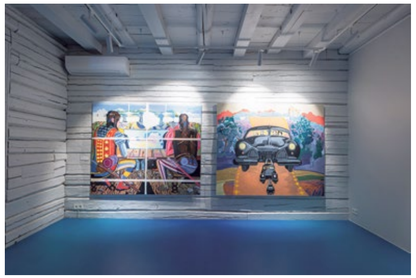
LVLup! MUUSEUM
Interaktiivne videomängude näitus
RaRa väike maja
0-korrus
K–R 12–18
L 13–18

Raamatukogu on suletud: L 24.02



RaRa EESTI RAHVUSRAAMATUKOGU
Väike maja Narva mnt 11
Solarise saatkond Estonia pst 9
Vaata lähemalt: rara.ee/sundmused

„JA HUNT TEGI AUH, AUH, AUH…”*



Fotod: Kristjan Kivistik

Külastas **Marika Agu** ■ Rüki galeriis Viljandis on väljas graafik **Lauri Koppeli** ülevaatlik isikunäitus „Unenägija veel magab”, kus ta jätkab unenägude tõlkimist kunsti vormi ning laiendab nende tähendusvälju, küsides, kas see, mida ma näen, on ikka see, mis see päriselt on. Näitusel käsitletud teemaderingiga meenuvad mulle plakatid sõnumiga „Ärge uskuge tõde”, mis siin-seal Tartus Ujula 1a stuudiotes või Vallikraavi tänava vana Tartu Kunstimuuseumi kontoriruumides seinale olid kinnitatud. Loosung mõjus ergutava üleskutsena, mis õõnestas igapäevarutiini ja haakis lahti pealtnäha ilmselgest. Mõte tõde mitte uskuda tundus punk, kuid piisavalt abstraktne, et sellega reaalselt tegeleda.

Kuid tagasi Viljandisse. Lauri Koppel on näinud kõiki näitusel eksponeeritud töid oma unenägudes. Omavahelises vestluses ta kinnitab, et on väga hästi kursis nende käsitlemise ohtudega. Tõepoolest, keda huvitab, kuidas keegi tripib? Unenäod on elukogemuse fragmentaarsed sünteesid, millest on keeruline eraldada midagi lõplikku, defineeritavat. Seega, vähim, mida kunstnik teha saab, on leida unenägudest kujundeid, mis võiksid ka kedagi teist kõnetada, millel oleks potentsiaal luua ühendusi samas kultuuriruumis toimetajatega.

Pealispindsel vaatlusel loovad kitšlik stilisatsioon ja rõõmus värvivalik ohutu vaatamiskogemuse, kuid motiividesse süvenedes paljastuvad kunstniku sünged, provotseerivad ja poliitiliselt laetud teemad.

Kui vaadata näituse kogu komplekti, kuhu kuulub kombinatsioon vanematest ja uuematest töödest, siis pikapeale tekib kahtlus, et *what you see, is n o t what you get*. Pealispindsel vaatlusel loovad kitšlik stilisatsioon ja rõõmus värvivalik ohutu vaatamiskogemuse, kuid motiividesse süvenedes paljastuvad kunstniku sünged, provotseerivad ja poliitiliselt laetud teemad. Mitme töö taustal kumab nukker fataalsus – kohaliku materjalikultuuri ning keskkondlike maamärkide hääbumine ja deformeerumine millekski, mida oskab hinnata vaid mõni matkahimuline ajaloohuviline.

Foto: Alina Proosa

Marika Agu on kuraator ja arhivaar, töötab Kaasaegse Kunsti Eesti Keskuses.

SEE ŽIGULI POLE JUHUSLIK

Kunstnik juhatab näituse sisse peene *one-liner*'iga – raami sisse asetatud roosa kardinaga, mis on tugev ja heas mõttes ärritav motiiv. Milline jultumus vaatajale mitte näidata, mis peitub kardina taga. See on töö tema eelmiselt näituselt „Demiurgi Tupperware” (2020), mis käsitles hääbuvat nõukogudeaegset suviaarhitektuuri. Volangidega kangas, mida struktureerivad kardinasiinil olevad roostes metallhaagid, mis kriibivad pelgalt vaadates kõrvu (kes teab, see teab).

2023. aasta Vaal galerii kevadoksjonil märgatud ofsetlito „Mikk ja ähvardav loodus” (2021) on Rükis samuti väljas. See võlub oskusliku ruumidimensioonide kujutamisega – kaugeleulatuva perspektiiviga maastikuvaade, kus Žiguli sõidab mööda kitsast metsavaheteed. Mis saaks olla valesti? Nõukogudeaegne auto mõjub nostalgiliselt ning seeläbi lülitab välja kriitilise mõtlemise režiimi. Isegi kui midagi on ses tuttavlikku – see Žiguli pole juhuslik –, jõuab stseeni päritolu kohale alles siis, kui vaadata järgmist ofsetlitot pealkirjaga „Lihula rekonstruktsioon” (2023). Sellel on kujutatud küll täpselt sama loodusvaadet, kuid ilma autota – asemele on lisandunud tikkudest komponeeritud võrestik. Mis oli pealtnäha leebe maastikuvaade vana autoga, kasutab tegelikult tsitaati Eesti meediaruumist, kui 2020. aastal kajastati kahe hukkunu ja viie vigastatuga lõppenud õnnetust sündmust Lihulas.

Nende kahe töö kaudu selgineb kunstniku motivatsioon – näidata meile kollektiivset visuaalmälu ning seda, kuidas eri kihistuste alt infot välja meelitada. Nagu kunstnik jahiks kõige meeldejäävamat kunstilist kujundit ja testiks meie peal eri variante, mis on siinse kultuuriruumi jaoks olulised.

Liigume näitusesaalis edasi. Sarnaselt eelmise kaheosalise seeriaga (see näitus koosnebki kaheosalistest komplektidest) leiame graafilised lehed „Obsidiaan peegel” I ja II. Need kujutavad tumedal siseveekogul seilavaid avamerepurjekaid, mille kohal pulbitsevatest pilvedest tekib soov leida peidetud kujundeid. I juhatab sisse II – see, mis algul paistis veel aimatav, manifesteerib ennast teisel lehel. Pilved võtavad painajalikke moondunud inimnägude kujusid ning teades, et mõni neist nägudest on reaalselt eksisteerinud isiku portree, mis kuulub esimese maailmasõja tagajärjel vigastatud ja kirurgiliselt rekonstrueeritud mehele, saavutab idülliline vaade õõvastava meeleolu.

Arvan, et see ei olnud kohatäide, vaid näituse kontekstis päriselt tähenduslik, kui kunstnik otsustas rääkida avamiskõnes oma esimestest mälestustest seoses Viljandiga. Arvan, et sellega soovis ta osutada mälestuste-unenägude keerdkäikudele. Ühelt poolt käsitledes seda, kuidas sündmused realiseeruvad, kuid teisalt nende järelelu, nende suhtelisust ja tinglikku eksisteerimist nii igaühe peas eraldi kui ka koos ühisteadvuses. Nagu unenäo nägemine oleks mäletamise kullaproov.

* *Tsitaat filmist „Siin me oleme!” (1978).*

LAURI KOPPELI ISIKUNÄITUS „UNENÄGIJA VEEL MAGAB”
RÜKI GALERIIS (20. JAANUAR – 2. MÄRTS).

KIIRKOHTING

KARIN LEIVATEGIJA

Küsis **Mariliis Mõttus** ■ 17. veebruaril avaneb ERMis suurnäitus „Kellele kuulub öö?”, mis uurib, kuidas on inimesed kogenud Eesti linnaööd minevikus, ja avab öö mitmekülgseid tähendusi nüüdisajas. Müürilehe lugejatele teeb tutvustava tuuri näituse peakuraator Karin Leivategija. „Kellele kuulub öö?” jääb avatuks 24. veebruarini 2025.

„Kellele kuulub öö?” keskendub ööle kogu selle hiilguses ning on jaotatud eri teemadeks. Milliseid öö-elu tahke te täpsemalt puudutate ja mis vormis?
Näitus keskendub Eesti linnaööle, eelkõige avalikule ja poolavalikule linnaruumile. Kaasasime näituse loomisse arvukalt kaaskuraatoreid. Nende seas on ajaloolasi, etnolooge, visuaalantropolooge, heli-, valgus-, foto- ja visuaalkunstnikke ning arhitekte. Lähenesime Eesti linnaööle avara huvi ja süvitsi uuriva pilguga. Linnakultuurile ja linnalisele pärandile ei ole ERM seni mastaapseid näitusi pühendanud ning öine aeg ei ole ka uurimis- ja kogumistöö fookuses olnud. Näitusi, mis puudutavad otsesemalt või kaudsemalt öist aega, on Eestis ja maailmas tehtud mitmeid, kuid linnaöö mitmekülgseid tahke ühtsema tervikuna seni minule teadaolevalt käsitletud ei ole. Võib vist öelda, et tegemist on maailma suurima öönäitusega.

Võib vist öelda, et tegemist on maailma suurima öönäitusega.

Näitus jaguneb kaheks selgelt eraldiseisvaks osaks. ERMi galeriis keskendume Eesti linnaöö ajaloole. Lõime sinna läbi eri ajastute kulgeva n-ö tänavaruumi, narratiivi, mis algab keskajast ja lõpeb käesoleva sajandi nullindatega. Narratiivne loojutustamine on keskseks lähenemiseks ka tänava juures oleval n-ö peosaalil, kus käsitleme Eesti ööelukultuuri arengut läbi viimase 150 aasta.

Selleks et hoida ajas kulgevat narratiivi ja loojutustamise struktuuri, kujunes näituse loomise käigus eri ajastuid läbivaid teemakäsitlusi: pidu, kogukond, vähemused, töö, linnaruum, tänavavalgustuse ja muu tehnoloogia areng, ööelu kajastamine ajakirjanduses. Sealhulgas on vaatluse all, kuidas öiseid tegevusi seaduste ja reeglitega kontrollitakse. Näitusel on meil näiteks keskaja ööd puudutavad seadused, mida eksponeerime kirjalikult ja käsitleme ka sjakohaste esemete – sh linnaväravavõtmete, kodude ukselukkude, vanade relvade – ja öös toimunud ohtlikke seiku kirjeldavate lugude kaudu, et tuua välja ööaja fundamentaalsemaid omadusi inimeste jaoks – öö kui ohtlik ning tugevat kontrolli ja reguleerimist vajav aegruum.

Nägin Facebookis baari Tops postitust, et nad vahetavad oma legendaarse kleepsusid täis ukse uue vastu. Paar nädalat hiljem jõudis nende vana uks juba ERMi.

Näituse teine osa asub ERMi tagumises fuajees ja keldrikorrusel ning seal on kokku seitse praegusaegse linnaöö installatsiooni. Erinevalt ajaloo-osast ei ole need installatsioonid omavahel narratiivselt seotud, vaid need on eriilmelised uurimisprojektid valitud teemadest praegusaegses linnaöös. Selleks kutsusime oma ööuurimustest installatsioone looma antropoloogid, loovuurijad ja kunstnikud, kes tõid näitusele järgmised teemad: linnaruumi gentrifitseerumise mõju alternatiivsetele ööelukohtadele, alternatiivse tantsukultuuri tähendused ja öise loomingulise ruumi transformatiivne mõju, öised argitegevused avalikus linnaruumis, uni ja selle kaubastamine, öiste kohtumiste ja lähedushetkede kajad.

Kuidas toimus näituse jaoks materjali kogumine?
Öönäituse loomise protsess algas eelkõige ulatusliku lugemisega, süvenemisega ajaloo- ja teooriakirjandusse, et saada mitmekülgne arusaam linnaööga seotud teemadest, sellest, mida ja kuidas uurivad linnaööga seoses teised teadlased. Näituse ajalooline osa põhineb peamiselt muuseumide, arhiivide ja erainsikute materjalidel: arhiividokumendid, reisikirjeldused, ajalookirjandus, luule, ajakirjandus, kunstiteosed, muuseumide eseme-, foto- ja videokogud.

Esemeid otsisime lisaks veel oksjoniportaalist *osta.ee*, vanakraamipoodidest, tuttavatelt ja sotsiaalmeediast. Oluline roll eksponeeritavate materjalide leidmisel oli ka juhuslikkusel. Näiteks nägin Facebookis Tallinna populaarse baari Tops postitust, et nad vahetavad oma legendaarse kleepsusid täis ukse uue vastu. Reageerisin kiirelt ning paar nädalat hiljem jõudis nende vana uks juba ERMi. Põgus mõttevahetus viis koostööni HALLiga, kust saime suurel hulgal klubiöö käigus aastate vältel sinna ununenud esemeid – riided, telefonid jm, millele keegi ei ole järele tulnud. Kes näitusel endale kuulunud asja ära tunneb, saab selle muuseumi käest muidugi tagasi.

Foto: Berta Jänes

Topsi uksega seoses meenub, et Tartu Ülikooli muuseumis saab näha Zavoodi legendaarset letti. Kas teil on veel mingeid erilisi eksponaate, mida tahaksid esile tuua?
Jaa. Ka meil on kusjuures Zavoodist juttu ning sellest nüüdseks kahjuks suletud baarist nii esemeid kui ka üks helilindistus – külastaja saab nimelt kuulata, kuidas kõlas Zavood aastal 2008. Üks põnevaimaid kunstiteoseid näitusel on kindlasti **Elmar Kitse** loodud restoranis Tarvas olnud pannoo üks osa, mille meie konservaatorid näituse jaoks korda tegid. See pannoo jõudis ERMi kunstikogusse Tartu vana kaubamaja lammutamise eel ning oleme muuseumis rõõmsad, et vähemalt osaliselt on meil võimalus seda taas näidata. Otsisin pikalt taga ka nõukogudeaegseid neoonsilte, millest kahjuks suurem osa on hävinud. Õnneks saime näitusele ja ERMi esemekogusse Tartus Tähe tänaval asunud ja paar aastat tagasi lammutatud restoran Kasekese suure neoonsildi. Neoontorudest pole küll enam midagi alles, kuid need sildid ise on kunstiteosed, mis väärivad igal juhul päästmist, kui midagi veel üldse päästa on.

Sa oled ööelu omajagu uurinud. Mida uut ja huvitavat sa seda näitust kokku pannes avastasid, mida sa ehk varem ei teadnud?
Mahuka kirjaliku uurimismaterjali läbitöötamisel kerkis minu jaoks põnevalt esile (öö)ajaga seotud metafooride pidev kasutamine hea ja halva, õige ja vale kontekstis. Peegeldades Eesti ajaloo murrangulisi perioode on iga eelnev ajastu olnud inimeste jaoks seotud pimeduse ja vaimupimedusega, samas kui järgnev periood on seotud valgustuse ja progressiga. „Öö”, „pimedus”, „hämarus”, „koit”, „ärkamine”, „valgus” – metafoorseid üleminekuid pimedusest valguse poole kasutatakse, et sümboolselt ühiskondlikke muutusi väljendada. Näiteks **Carl Robert Jakobson** rääkis oma kuulsas kõnes „Eestirahwa walguse-, pimeduse ja koiduaeg” eesti rahva üleminekust pimedusest valgusse: „Pimedust, pilkast pimedust, muud sa meie maal Eestirahwa seas ei leia olewat. Aga pimedus ei kesta igaweste, jo tõusis koit hommiku poolt ja kuulutab heledat walgust: meie wene keisri herrade arm oli see koit.”

Mis eriüritusi on näitusega seoses plaanitud?
Kõrvalprogrammi juures tekitab minus kõige enam elevust koostöö klubiga HALL, mis korraldab ERMis Tartu 2024 suuriüritust unda. unda on festival, mis tähistab ööelukultuuri, tuues kokku rahvusvahelised hääled eri valdkondadest, et luua laiapinnaline diskussioon ööelu väärtuse ja väljakutsete teemadel. unda üks eesmärk on rõhutada klubide rolli kultuuriliste, sotsiaalsete ja loovate kogunemiskohtadena. Festival toimub 19.–22. septembril, sügisese pööripäeva ajal, kui ERM täitub mitmeks päevaks ja ööks ettekannete, töötubade, seminaride, plaadituru, kunstiinstallatsioonide ja muusikaga.

Nii unda festival kui ka näitus „Kellele kuulub öö?” käsitlevad ööaega kui keerulist aegruumi, mida kujundavad inimesed, võim, kultuur ja traditsioonid.

TALLINN
MUSIC WEEK
3.—7. aprill 2024
Uue muusika
ja homsete
mõtete festival
165 ARTISTI
35 RIIGIST!
Vaata kava ja osta pilet: tmw.ee
Nordic Hotel Forum
TELLISKIVI LOOMELINNAK
viru
Postimees
visit estonia
piletilevi

OLEVIKU ANKEET

UTOOPIA SAATKOND

Millal algas tänapäev?

Oliver: 1996.
Taavi: Seda peaks veel uurima.
Jan: Aina algab! Lõppu pole paista.

Mis ei saa piisavalt tähelepanu?

Oliver: Juhuslikud kohtumised argipäevas.
Jan: Fakt, et maailm ongi keeruline ja kõike ei pea kogu aeg lihtsustama.

Kui peaksid kirjeldama nüüdisaega paari lausega, siis…

Oliver: Postimehe esiuudised 25. jaanuaril kell 12.33:
1) „Kiik: Suhtlesin kõigiga peale EKRE";
2) „Hirm ja teadmatus takistavad Ukraina mobilisatsiooni";
3) „Õpetajad võivad kukutada Kallase valitsuse".
Jan: Oi, ei! Oi, jah! Oi-oi!

Mis nüüdisaja nähtus sinus enim hämmeldust tekitab?

Oliver: „Kust sa, lilleke, siia said?"
Taavi: Pudelite, mahla- ja piimapakkide korkide ebaõnnestunud ümberdisainimine.
Jan: *Influencer*'id ehk suunamudijad.

Mis sind kõige rohkem kohutab?

Oliver: „Kust sa, lilleke, siia said?"
Taavi: Võimalus ootamatult rikastuda.
Jan: Inimliku lolluse piiritus.

Mis on olnud sinu jaoks viimase aasta olulisim hetk?

Oliver: Nägin Volodõmõr Zelenskõi autot mööda tuhisemas.
Jan: Üks armumine.

Mille/kelle tagasitulekut sa pelgad ja, vastupidi, tervitad?

Oliver: Pelgan: vaesus, üksindus, andetus, sõda.
Tervitan: Mati Unt.
Taavi: Sulailmaga pelgan lume tagasitulekut, aga samas lombimärgade jalgadega tervitan kergeid miinuskraade.

Mis on sinu eelistatuim *core*?

Oliver: *Metacore*.
Taavi: Usaldan siinkohal Oliveri.
Jan: Ma ei tea, mis on *metacore*, nii et ma nõustun pigem Marek Tammega ja ütlen *hardcore*!

Mis on sinu hiljutine lemmikmeem?

Oliver: Kassimeemid on jätkuvalt teema.
Taavi: Jüri Ratase meemid.
Jan: Üks selline, mis oli kaheks jagatud ja ühel pool oli perekond, kes sõi õhtust, ja nende kohal kiri „Why are you dressed like that?" ning teisel pool Keanu Reeves Neona ja kiri „Like what?"[1]. See tekitas minus tõepoolest väga sooja tunde.

Mis on enim ülekasutatud sõna või fraas?

Oliver: „Vabandust, et ma hilinesin!"
Taavi: „Mul on siiralt kahju, et nii läks!"
Jan: „Väga lustakas!"

Pane ühe oma pleilisti laulud *shuffle*'iga mängima. Nüüd liigu järgmisele loole. Selle pealkiri on su elu moto. Mis see on?

Oliver: „Ei skoori".
Taavi: Ei kuula aktiivselt muusikat ega koosta pleiliste.
Jan: „Please Feel Free To Piss in the Garden".

Mis ismiga iseloomustaksid nüüdisaega?

Oliver: Kapitaal-ism.
Taavi: Protagonism.
Jan: *Copy-pasteism.* (Kopipeistism? *Copy*-pastism? Ma ei teagi, kuidas seda kirjutama peaks…)

Mis võib panna meid tulevikus tagasi vaadates piinlikkust tundma?

Oliver: Inimkesksus – juba praegu on häbi.

Mis on tänapäeva tüvitekst?

Oliver: „NIHILIST.FM Final cut".
Jan: Riikide võlakirjad, ja kui nende kõrvale kergemat ja humoorikamat lugemist otsite, siis soovitan ÜRO inimõiguste deklaratsiooni.

Mis oleviku nähtus ei vääri sellele pühendatud tähemärke?

Oliver: Suured geeniused.
Taavi: Iga nähtus, millele on juba pühendatud tähemärke, on seda väärt. Need, millele keegi kunagi tähemärke pühendama ei hakka ja millest me paarisaja aasta pärast lugeda ei saa, ilmselt seda ei väärinud.

Oleviku mõtestamiseks soovitan…

Oliver: Kuulata kohvikutes inimeste vestlusi. Eriti Kohvipausis – seal on nii hea hinnaga kohv ja toit on ka alati värske ja mõnus. Issand, see vist ongi Tallinna (ja Tartu) parim kohvik?!?!?
Taavi: Kuulata Oliveri!
Jan: Kui isegi Oliver siin reklaami teha üritab, siis ma soovitangi oleviku mõtestamiseks reklaame vaadata.

Milleks Eesti ühiskond pole veel valmis?

Oliver: (Kiirus)piirangutevabaks maailmaks.
Taavi: Tuumajaamadeks.
Jan: Eesti ühiskond pole veel valmis tunnistama, et Eesti ühiskond pole ainult eestlaste ühiskond.

Millal tajusid viimati kultuuri ühiskondlikku kaalu?

Oliver: Iga päev (natuke).
Taavi: Eile õhtul trammis.
Jan: Hetk tagasi.

Kas oled oma ajast ees, taga või sellega sünkroonis?

Oliver: Üritan olla sünkroonis.
Jan: Oma aja sees.

[1] *„Miks sa nii riides oled?" – „Kuidas?"*

Oliver Issak, **Jan Teevet** ja **Taavi Teevet** on Kohtumiste ja Mitte-Kohtumiste Instituudi teadurid, kes katsetavad ja uurivad kunsti võimet või võimetust sekkuda ühiskonna toimimisse. Praegusel perioodil on instituudi töö keskmes Utoopia Saatkonna kureerimine.

Illustratsioon: Andrei Kedrin; fotod: Robin Juhkental

DJ-ANKEET

SORR

Fotod: Andra Rahe

Produtsent, DJ ning üritustesarja ja IDA Raadio saate „Bubblecum" üks ellukutsujatest – saage tuttavaks, teie ees on sorr!

Debüüt: Kukemuru Ambient 2021.

Muusikas oluline: Mingi toores element või kerge nurgelisus. Midagi ootamatut, mis sunnib haput nägu tegema. Julgus.

Muusikas ebaoluline: Populaarsus. *Loudness war.* Aeg on vait jääda.

Mida mängin: Mind tõmbavad vana *Eurodance* ja sellest inspireeritud uuem kraam, *PC Music*, *bubblegum bass*, *donk*, *happy hardcore*, ühtlasi *ghettotech*, *hard techno*, *(nu-)gabber* ja eksperimentaalsed diivad. Mu setid on tihti väga žanrivoolavad ja eklektilisemad, kui tahaks, aga eks see kohati sisemaailma peegeldus ole. Lohutan end sellega, et äkki mu valik on ATH-sõbralik. Pealegi on ühe žanri DJd minu arvates veidi igavad, ning kümne küünega mingist elustiilist ja žanripuhtusest kinni hoida on nagu iseenda ehitatud vangikongis istuda. Ei, aitäh! Olles kergelt *wildcard*, saab palju hõlpsamini mängida asju, mis enese hetkeemotsioonidega kokku lähevad.

Eredaimad mängumälestused: Neid on nüüdseks mitmeid! Viimane SÜNK Tartus, kus Birjo kurtis publiku seast mikrisse oma armuvalu, Poppersi hais käis üle pea ja *ambient* klirises koos mikri *feedback*'iga kõrvades, nii et keegi mõhkugi aru ei saanud. Tõeline SÜNKi-elamus.

Kukemurul oli imekaunis suvine õhtupoolik ja sai lebotada. Sellist olustikku polegi pärast tantsumuusika-generalistiks hakkamist kogenud, aga kuna esinemiskogemust polnud sel ajal üldse, tõmbas närveldamine idüllist välja. Praegu naudiksin sajaga sellist rahulikku kruttimist ja teeks mõnuga veidrusi, samuti on tagantjärele naljakas mõelda, et sellise asja pärast närvis olin, aga eks kõik uus on ju hirmus.

Kuula meie veebiväljaandest ka sorri Müürilehele tehtud miksteipi või pane kõrv peale aadressil linktr.ee/sorrmusic.

Ühel esimestest kordadest Kauplus Aasias mängisin väga paksult täis majale suht vähese kogemusega ja see pani adrenaliini korralikult käima. Tundsin siis ühtlasi esimest korda, et saan lasta ka salajasi lemmikuid, sest publik tuleb kõigega kaasa. See oli edasiseks eksperimenteerimiseks väga vajalik katalüsaator.

Bubblecum x Inese sünnipäev demoClubis. Õhtu täis draamat, kirge ja armastust. Täpselt nagu peakski olema. Ines kõndis varahommikul nuttes kontsadeta koju, aga süda oli täis armastust. Ilma irooniata. Muidugi oli demoClub üks mu lemmikosa sellest suvest ja kõik peod, k.a lõpupidu, olid väga vinged, see oli kõige loogilisem jätk kauplusaasianismile ja suur-suur kummardus nende tiimile!

Inesega sai kunagi ka Vikerpidu niimoodi lõpetatud, et venitasime ühe hingematvalt ilusa remiksi Charli XCXi loost „party 4 u" häääästi aeglaseks, saalis oli äkki üks inimene, kes ei osanud selle peale kuidagi käituda ja läks minema. Tuled sähvisid nüüd ainult meile ja tühjale saalile. See oli kahe keika järgne lõpunoot, mis puges meile mõlemale nii hinge, et silmad läksid lihtsalt märjaks käed ristis neid nuppe näppides.

Lugu, mida mängiksin oma parima sõbra pulmas: Tokyo Ghetto Pussy „I Kiss Your Lips" 💞. See laul lihtsalt mõjub mulle nagu soe tekk ja meenutab kalleid inimesi, alternatiivina ka The Cranberriesi „Dreams".

Koht, kus tahaksin kindlasti mängida: Hmmmmmm, pea täiesti tühi. Mingit ülikõrgetasemelist helisüsteemi tahaks kunagi kogeda küll. Samas paljastaks see pooled mu failid, mis ei ole eriti *high-end*. Ehk on jumal mind sellest siis seni säästnud. Küll elu viib õigetesse kohtadesse!

***Guilty pleasure*:** Üldjuhul üritan naudingut ja süütunnet eraldatuna hoida, aga selle kindla fraasiga seostuvad minu kehal gluteen ja veipimine.

Alt üles vaatan…: Tunnen, et olen ajaga pikemaks kasvanud, aga praegu ütleks William Basinski ja Miss Bashful. Nad on minu jaoks sama mündi kaks poolt, aga seda mõtet ma ei laienda. Eestis hindan väga Metaborat. Muahh.

Viis klassikut:
M.I.A. „Bring the Noize"
Shygirl „MSRY"
Arca „Time"
Sophie „Is It Cold in the Water?"
Varg²™ „A Weak Heart To Break"

Viis hetkekummitajat:
Ethel Cain „Thoroughfare"
Namasenda „Maserati"
Kanye West „Street Lights"
horsegiirL „My Little White Pony"
10 Hours of Continuous Rain Sounds For Sleeping (iga päev *on repeat*)

Tehnilist: Need *3-in-1* DJ-puldid on mu krüptoniit. Kui saan hoo sisse, siis need väiksed nupud ning üksainus ekraan ajavad mu segadusse ja ma ei saa rahus rahmeldada. Löön valet nuppu, laul laadib täiesti valele mängijale ja keerab kõik tuksi, samas on need hetked täiega naljakad. Ühtlasi on Xone'i mikserid super, aga neil pole efekte!! Mul on vaja kaost külvata, muidu ma ei tunne, et kõik vajalik sai tehtud. Ja nüüd lüüakse mind risti, aga vinüülidest on mul näiteks täiesti savi, *sowwwy*!

Lõppsõna: Elu on üürike. Kirjuta kellelegi, keda sa armastad, ja ütle seda! Ja siis tulge koos mu setile. Ja lubage endale vahel gluteeni ja veipi.

TÕUKEJÕUD

TARMO KASEARU

„Tõukejõud" on rubriik, mis tutvustab inimesi, kes tegutsevad muusikaga seotud elualadel, kuid ise lavalaudadele ei satu. Seekord räägib 8.–10. veebruaril toimuva black metal*'i festivali Howls of Winter disainer Tarmo Kasearu, kuidas sündis festivali visuaalne identiteet.*

Foto: autoportree

Milline on su disaini- ja kunstitaust? Kuidas sattusid Howls of Winteri tiimi ning mida su töö hõlmab?
Kunstihuvi on varasest lapsepõlvest – muinasjuturaamatud, karikatuurid, „Kalevipoja" ja „Ümera jõel" illustratsioonid, piiblist nähtud lummavalt mõjunud **Doré** gravüürid. Siis avastasin muusika ning proovisin vinüülide ja kassettide kujunduste mõjul joonistada, et nähtut matkida. EKA graafilise disaini vastuvõtusõela ma ei läbinud, läksin hoopis Pedasse reklaami õppima. Tekkis huvi fototöötluse ja vektorgraafika vastu, iseseisvalt Adobet õppides jõudsin praeguse desktopperi / graafilise disaineri tööni. Pean ennast amatöörkunstnikuks, kes on leidnud endale sobivad väljundid.

Howlsiga sattusin tegelema 2014. aasta lõpus, kui peakorraldaja **Ingmar Aasoja** küsis: „Kas sa saad mulle plakati teha?" Olime *metal*-skeene kaudu tuttavad ja ta teadis mu töötausta. HoW II jaoks realiseerisin ta soovidest kujundused ja trükifailid. Koostöö jätkudes hakkasin omalt poolt üha rohkem ideid pakkuma. Haldan festivali visuaalset külge illustraatori, graafilise disaineri ja desktopperina – ideest kuni trükise ja veebimaterjalini. Lisaks teen kõike, mida väikese tiimina tegutsev UG-festival parajasti vajab.

Milline oli festivali visuaalse identiteedi alguspunkt? Milliseid elemente lõid ja millest nende loomisel lähtusid? Kuidas oled neid aja jooksul edasi arendanud?
Alguseks loen HoW III, millele tegin esimese logo. Visuaalse poole pealt tundus traditsiooniline *black metal*'i temaatika liiga raamidesse suruv. Festivali nimest sai aluseks talv, mõtted ja tunded, mida see aastaaeg tekitab. Fototöötlused ammendusid, enda proovilepanekuks katsetasin IV eel digijoonistust, et saada särkidele omanäoline pilt. Sealt tekkisid püsitegelased ja idee neid vabalt kulgevas loos kasutada. **Sinmara** LP kaanepildi mõjul proovisin *stippling*'ut ning V jaoks tegin tintekatega esimese illustratsiooni. VII illustratsiooni raami disainist arenes sümbol Chaosflake, mis on väga hästi vastu võetud. Iga aastaga on midagi lisandunud, visuaal areneb orgaaniliselt ja pidevalt. Mängin ka juba olemasolevate elementidega, loeb see, et tulemus endale ja tiimile meeldiks.

Sinu loodud plakatid on tegelikult omaette teosed, mis kuuluvad ka ühte privaatgaleriisse. Kust sa inspiratsiooni saad?
Plakatid on minu jaoks alates IV-st illustratsioonide kõrvaltulem. Inspiratsiooni pakuvad muusika, kunst, mütoloogiad, loodus, filmid, raamatud, arvutimängud. Ka argielu ja alateadvusse jäänud kogemuskillud, millest sünteesitud ideesähvatusi katsetan.

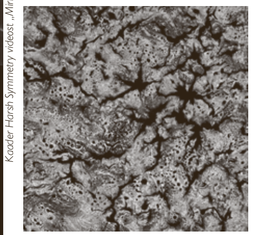
***Black metal*'il on üsna äratuntav esteetika. Kas selles nišis on oma trende? Mis on praegu populaarne?**
Trendidele ma väga tähelepanu ei pööra – keskendun muusikale, mis millegagi kõnetab. Mainin siiski, et viimastel aastatel on tugevalt teemaks *raw black metal* oma DIY *lo-fi*-esteetikaga. Abrasiivne saund, „katkise koopiamasina" visuaalid, anonüümsus, varjunimed, teatraalne *corpse paint*, ogad, keebid ja kostüümid.

Küsis **Mariliis Mõttus**

Kooder Harsh Symmetry videost „Mirror Twin"

VIHJE

11. veebruaril on pidupäev kõigi nende jaoks, kelle südant soojendavad *darkwave*, *post-punk* ja *new wave*. Just sellel päeval annab Uues Laines kontserdi Californiast pärit muusik Harsh Symmetry, kes maalib oma muusikaga tumedaid, nostalgilisi ning tantsulisi helimaastikke. Vaata lisaks: *facebook.com/uuslaine*



■■■■■
Kuulas Kristjan Karron

KANNABINÕID – MASS

(2023)

Kannabinõiad on kaineks saanud ning musta missat tantsima tulnud. Sellise jalaga-näkku-hevi mulje jätab Kannabinõia uus album „MASS", mis on heitnud kõrvale varasemat loomingut domineerinud *stoner*-sugemed ning langenud täielikult *sludge*-gruuvide rüppe. Evolutsioonipuus on arenetud samaviisi nagu High on Fire pärast Sleepi omaaegset lahkuminekut millenniumivahetuse kanti – samm mudase hevi poole on tehtud enesekindlalt, kõndides õige magusal piiril liigse žanriklišeedest teadlikkuse ning fookuse mitte käestlaskmise vahel. Tulemuseks on justkui laupkokkupõrge Helmeti ja Neurosise vahel – võimsa rütmiga hevi, mis ei astu liialt esile müraudust, rikkumata nii oma salapära.

Kui hevi tundub vahel nagu žanripere, mis piltlikult öeldes oma vanemate keldris elades parimaid aastaid maha loobib, siis „MASS" on julgelt küps plaat, mille taga on näha nägemust ja tungi. Plaadi selge tugevus on eestikeelne sõnavara – vahetu otsekohesus, mille emakeeles laulmine tagab, annab paladele siirust ning võimsama ühenduse tunnetega, mida Kannabinõid tahab esile manada. Eesti heviskeene on mõjutatud samadest lainetest kui kõik teised regionaalsed metallistide rühmitused, kuid siht jääda kodumaise keelekasutusega eri- ning omapäraseks on kiiduväärt. Pikka paid väärib ka albumi heliline lahendus, mille lämmatav teravus poeb kuulajale kontide vahele ning animeerib keha viisil, mida jääb järgmine päev pühalikult meenutama raske kaelavalu. „MASS" tõstab Kannabinõia esile kui kohalikku hevi edasiviiva lipulaeva tiitli kandidaadi.

KIROT – KESET TORMI

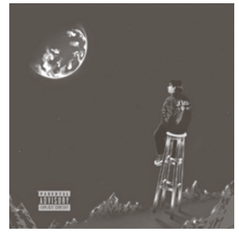
(Warner Music Baltics, 2023)

■■■■□
Kuulas Mihkel Noot

Kui räägime albumitest, on KiROTi puhul tegemist ehk ühe kõige töökama muusikuga Eestis. Kolm albumit nelja aasta jooksul ei ole päris Toomas Anni 00ndate numbrid, aga märkimisväärne produktiivsus sellegipoolest. Värskeim, eelmise aasta novembris ilmunud „Keset tormi" tähistab räppari jaoks lisaks albumile number kolm ka mõneti uut suunda.

Sarnaselt Genka ja DEW8 oopusega „Doom" käsitleb KiROTi muusika viimase paari aasta uudistsüklitest mõjutatuna pettumust, paranoiat ja nõutust – mõtteid, mida vast igaüks praeguseks juba vähemalt korra mõlgutanud on. Tumedamapoolsele sisule on kontrastiks üle keskmise viimistletud produktsioon, mis lisaks uue kooli räpi standardsetele lahendustele („Sa ei saa end peita") triivib elektroonika („Sama vana nuss") ning poppungi („Õhuke jää") vetesse. Erilise maasikana leiab siit ka Karl Killinguga koostöös valminud RnB-maigulise „Enemy", mille biit kõlab nagu midagi Ne-Yo või Chris Browni varasemast loomingust. Muusikaliselt on „Keset tormi" värskendavalt eksperimentaalne, kuid kirjutajana kipub KiROT ennast ja oma tundemaailma liialt lugude keskmesse seadma ning meeldejäävate ridadega ei ole ta võrreldes teenekamate žanrikaaslastega püssi veel nii hästi paukuma saanud.

Vahepeal levis meedias väljendi „SoundCloudi räppar" asemel uus – „uue kooli räppar". Ei saa lõpuni kindel olla, mis täpsemalt muutuma hakkab, aga kui see toob endaga kaasa rohkem selliseid kodumaiseid räpialbumeid nagu „Keset tormi", siis on tegelikult ju kõik hästi.



■■■■□
Kuulas Mari Pihl

MIRIKO – A LETTER TO US

(2023)

„A letter to us" on Lääne-Eesti kuti Mike-Richard Kochi ehk Miriko debüüt-EP, mille eesmärk on artisti enda sõnul laiendada eesti popmusa piire, ulatuda kaugemale. Samuti on see lahkuminekualbum, milles need va raskemat sorti tunded (aga ilusad ju ka) on esitatud kerges-konkreetses popmusa kuues, produtsentideks Sander Sadam ja Steven Ilves, kelle käekiri on tuttavlik, aga üsna värske.

„A letter to us" on nii libeda minekuga, et esmasel kuulamisel sõidab albumitäis lugusid minust kiirrongi kombel mööda. Alla poole tunniga on kõik öeldud ja lauldud. Ometi pole see selle pärast vähem *deep*. Formaat on formaat. Puhas popp. Samas juhtub albumil päris palju rütmide ja meeleolude vallas. Isegi kitarrisoolosid on kuulda (Carlos Ukareda abiga).

Spoiler alert: vabamat sisekaemusesse kutsuvat hingamist toob näiteks luuletus „kuidas sa ise end tunned", mille kohati nukralt tõtlik helitaust juhatab sisse järgmise loo „kas leidnud end ma". Pikad mahedad vokaalinoodid mõjuvad nagu soe hämar tuba, kui püüad magama jääda, aga sõnad ja mõtted ringlevad peas, need kõige õudsemad kas-küsimused ei lase magada.

„kord selline olengi" toob miskipärast mõttesse An-Marleni, kellega Sadam samuti koostööd on teinud. Sõnakasutus? Kõrgemad noodid? Ei saa näppu peale panna. Üldiselt on Miriko laulumaneeris pisut The Weeknd*it* ja silmavaates tibake Post Malone'i.

Võib-olla mõjub värskendavalt ka albumi kakskeelsus. Ülima loomulikkusega lülitub Miriko inglise keelelt emakeelele. Kusagil midagi piinlikku ei ole. Kõik tuleb südamest ja nooruse siirusest.

Äkki on „sober" ja „shots of beluga tears" suurimad bängerid? Aga miks mitte ka „kas leidnud end ma". Igal siinsel lool on oma iseloom ja otstarve, need on nagu sõrmed, mis on käe olulised osad. Piire nihutab ehk tibake ja märkamatult.

■■■■■
suurepärane

■■■■□
väga hea

■■■□□
hea

■■□□□
mittemidagiütlev

■□□□□
halb

RAHEL – NERVE

(Smuuv, 2023)

■■■■□
Kuulas Kaspar Viilup

Eesti naisartistide plahvatus ei näi lõppevat. Küsimus pole aga ainult kvantiteedis, sest enamik neist liigub loominguliselt ka suundades, mida poleks esmapilgul osanud oodatagi. An-Marlen astus sihikindlalt trummi ja bassi poole, Kitty Florentine'i looming ei allu üldse lihtsatele definitsioonidele ja nende üllatajate kõrvale sobib igati ka Rahel, kelle debüütalbum „Nerve" eristub julgelt tema senistest alternatiivsematest tantsupopisinglitest. Ei-ei, tantsu on siin ka, kuid vahendid on muutunud: ta astub nüüd raadiopopi mänguväljale, kuid see ei ole mitte tung olla rambivalguses, vaid omamoodi eksperiment, kuidas raputada kommertspopp lahti funktsionaalsest mudelist ning uurida seda otsekui mikroskoobi all.

Esimestel kuulamistel tekitas „Nerve" samas võõristust. Siin on hetki, mis oma maksimalismi ja ekspressiivsusega panevad südame läikima ning mul on raske näha nende lugude kudede vahele, sest kõik on pealtnäha ühtlase glasuuriga sära-vaks võõbatud. Kuid „Nerve'i" puhul ei olegi niivõrd oluline vaadata neid kümmet lugu eraldiseisvana, vaid see materjal on loodud selgelt albumina: poole tunni jooksul on tunda täpselt produtseeritud arengukõverat, kus liigutakse piltlikult öeldes Unibet Arena sähvivalt lavalt Philly Joe'si salongiõhustikku. Kõige paremini annab seda muutust edasi 40-sekundiline vinjett „A Phase", kus vaid mõni lugu tagasi nätsukommipopparina säranud Rahel kõlab kui meie oma Yaya Bey. Temas on souli ja sügavust, mida ta üritas kümmekond minutit tagasi veel kavalalt varjata.

Ütlesin seda mullu Maria Kallastu debüüt-EP kohta, aga sama mõte kehtib ka Raheli puhul: „Nerve" on tema jaoks otsekui *showreel*, pärast mida on avatud kõik loomingulised uksed. Ta ei soovi piirata end žanrite ega selgelt lahtimõtestatud artisti-minaga, pigem huvitavadki teda piirid, mida üha kaugemale nihutada.

KUIDAS HÜPATA ÜLE OMA VARJU

Luges **Marja Unt**

On üks iseäralik äng, mis võib tabada inimest ilmselt ükskõik millisel eluhetkel, kodus, tööl või bussipeatuses, tõenäolisemalt ehk aga lugedes või filmi vaadates. Sellel ängil näikse olevat suisa kaks tahku, millest ühe võiks lihtsustatult sõnastada tajumusena, et maailm on valmis saanud – struktuurilt üles ehitatud nõnda, et teiseneda saavad vaid mingisugused selle osad, mitte struktuur ise. Ängi teine tahk puudutab sellesama suletud süsteemi hoomamatust – arusaamist (ja selle arusaamise tajumuslikku läbielamist), et üksikisiku teadvus on võimetu tabama kõiki selle struktuuri osade omavahelisi seoseid, mõjusuundi ja jõujooni; järjest suurenev ligipääs kõikvõimalikule infole sealjuures pigem toidab kui kahandab hoomamatuse tunnet.

Uurimus hõlmab muu hulgas arutlusi realismi ja teadusulme ühisosa, utoopilise ja düstoopilise kujutus- ning kujutlusvõime ja seda kõike ümbritsevate ühiskondlike protsesside üle.

Jaak Tomberg on võtnud ette tänuväärse töö selle ängi selgemal määratlemisel ning sõnastanud tema esimese tahu juba oma monograafia „Kuidas täita soovi" sissejuhatuses: arendades edasi kultuurikriitik **Mark Fisheri** mõtet kapitalistliku süsteemi sellisest kõikevaldavusest, mis välistab isegi alternatiivi ettekujutamise, nimetab ta probleemina kokkuvõtvalt „oleviku struktuurset suletust" ning võtab ühtlasi (suletuse kiuste) ette teekonna utoopilise kujutluse võimaluste kaardistamisel, et näidata, millistel viisidel saab kunstiline väljamõeldis sellesse suletusse sekkuda (vt lk 17). Pika aja jooksul valminud ning hoolikalt läbikaalutud uurimus hõlmab sel teekonnal õige paljut, sealhulgas arutlusi realismi ja teadusulme ühisosa, utoopilise ja düstoopilise kujutusning kujutlusvõime ja seda kõike ümbritsevate ühiskondlike protsesside üle.

Tomberg rõhutab, et võõrituse toimimine eeldab sellel esile tulla laskva maailma usutavust ning usutava kehtestamise võttestik hõlmab kirjelduslaadi, mida üldjuhul seostame realismiga.

Tomberg liigub oma arutluses edasi nõnda, et lugejal on võimalik igatseda täpsustuste järele, ning enam-vähem siis, kui kõhklused või küsimused sõnastatud saavad, jõuab nendeni ka autor.

Foto: Illimar Ploom

Marja Unt on erialase ettevalmistusega hobiarvustaja.

TEGELIKKUS JA KUNSTILINE VORM

Esmalt võetakse vaatluse alla **William Gibsoni** „Sinise sipelga" triloogia, mille puhul kujuneb keskseks arutlusteemaks see, kuidas kõnealuste teoste poeetika võimaldab vaatamata tegelikkuse realistlikule kirjeldusele samalaadset võõritust, nagu see on omane teadusulmele. Sedalaadi võõritus tõukub nüüdiskultuuri tehnilisest küllastumusest, aga ka selle hoomamatusest tema paljususes (vt nt lk 68). Juba sissejuhatuses rõhutatud vajadust eristada teadusulmet futuroloogiast ning teadvustada, et teadusulme esmaseks funktsiooniks pole tulevikku (õigesti) ennustada, vaid pigem pakkuda võõritusmomenti, mis avab uusi vaatenurki olevikule (vt lk 28–29), ning nende vaatenurkade võimalusi valgustab sisendusjõuliselt teine peatükk, mis võtab põhjalikumalt vaatluse alla **Stanley Kubricku** filmi „2001: Kosmoseodüsseia" ja **Stanisław Lemi** romaani „Solaris" ning näitab, kuidas „võõras" saab jäädа selgelt määratlemata. Üks väga oluline nüanss, mille Tomberg teises peatükis muu hulgas esile toob, on asjaolu, et võõrituse toimimine eeldab sellel esile tulla laskva maailma usutavust ning usutava kehtestamise võttestik hõlmab kirjelduslaadi, mida üldjuhul seostame realismiga, sealjuures tähendab veenmisvajadus, et teadusulme võib olla kirjelduse suhtes eriti nõudlik. Siit aimub ka, et ühena Tombergi uurimuse allhoovustest võiks näha ulmekirjanduse vabastamist stigmadest, mis seda on pikalt saatnud, ning teadusulme paigutamist n-ö kirjanduse sisse, mitte tema äärealadele.

Kolmas peatükk pakub ülevaadet utoopia mõiste ja kirjandusliku utoopilise kujutluse ajaloost ning teisenemisest alates varauusaegsetest utoopiatest kuni 20. sajandi kriitiliste utoopiate ja düstoopiateni, sealjuures tõstab Tomberg mitme näite varal esile, et ka düstoopiline kujutlus saab kätkeda endas utoopilist potentsiaali. Neljas ja viies peatükk liiguvad kumbki omal viisil realismi võimaluste ja avaldumisviiside radadel, vaadeldes esmalt HBO telesarja „Võrgustik" („The Wire") struktuuri ning võttes seejärel viimases peatükis teemaks kliimakriisi (realistliku) kujutamise võimalused, analüüsides põhjalikumalt **Kim Stanley Robinsoni** „Pealinnateaduse" („Science in the Capital") triloogiat. Nende näidete varal jõuab Tomberg tõdemuseni, et kui ka täielikult teistsuguse maailma, utoopia kui „hea mitte-koha" kujutlemine võib praegu keerukaks osutuda, on teatav utoopiline laeng vähemasti kahes kõnealuses teoses täheldatav, ning määratleb seda „utoopilise realismina", mis väljendub ennekõike kogukondlikes katsetes muutuseni jõuda ning seda mitte institutsionaalse süsteemi toel, vaid pigem selle kiuste.

Kokkuvõttes tundub Tombergi arutluses põhjalikumalt käsitletud näidete põhjal, et pidevalt käest libiseva tegelikkuse, nagu ka (utoopilise) teistsuguse kui millegi tabamatu kunstilise tabamise puhul saab üha olulisemaks see, mis toimub mitte kirjeldatava, vaid kirjelduslaadi – poeetika ja struktuuri – vallas. Hoomamatu ei pruugi saada küll päriselt hoomatavaks või miski täiesti teistsugune selget kuju võtta, kuid – nagu Tomberg märgib realismi kui kujutuslaadi puhul – oluline on vormi või laadi võimaldavus (lk 213) ning nagu ta pisut hiljem „Võrgustiku" analüüsi ajel järeldab: „Ning viimaks kinnitab „Võrgustik" mõtet, et kunsti kui niisuguse utoopiline potentsiaal ei seisne mitte niivõrd mõne tulevase sotsiaalmajandusliku korra võimalikult täielikus visandamises, vaid olemasoleva ühiskondliku korra kivistunud ja enesestmõistetavaks peetud hegemooniate egalitaarses lahti liigendamises ja ümber korrastamises, mida saab teha üksnes kujutamistasandile sisse viidud vaatepunktinihke kaudu." (lk 230) See mõte haakub sama alapeatüki alguses ameerika kirjanduskriitiku **Caroline Levine'i** seisukohtadest tuletatuga, mille võiks kokku võtta umbes nõnda, et levinud vaatele, mille kohaselt kirjandus ise on tegelikkuse suhtes teisejärguline kihistus, vastandub arusaam kirjanduslikust vormist kui tegelikkuse ühest kujundajast (vt lk 211–214).

SÜMPAATNE VESTLUSKAASLANE

Tombergi arutluskäigud ja teoste lähivaatlused paigutuvad mitmesuguste kirjandus- ja kultuuriteoreetiliste ning poliitfilosoofiliste käsitluste taustale, mille põhjalikum kaardistamine ei ole siinkohal mõeldav ning mis oma mitmekesisuses annavad lugejale ka võimaluse üht või teist konteksti rohkem rõhutatult mõtestada. See raamat on ühtlasi äärmiselt sümpaatne vestluskaaslane – kasutan siin sõna „vestluskaaslane" otsesemas tähenduses, kui seda teksti puhul tavapäraselt võiks mõista, kuna üldjuhul liigub Tomberg oma arutluses edasi nõnda, et lugejal on võimalik kõhelda, kahelda, esitada küsimusi või igatseda täpsustuste järele, ning enam-vähem siis, kui need kõhklused või küsimused sõnastatud saavad, jõuab nendeni ka autor. Niisugust heas mõttes eteteaimatavust, ajapikku tekkivat kindlust, et kui kuskil tahaks hüüatada „aga X", siis üsna peatselt autor tolle X-i juurde ka jõuab, ei kohta teaduskirjanduses sugugi nii tihti, kui võiks.

Tekst on sealjuures tihe, paljude taustaselgituste, täpsustuste ja kõrvalepõigetega, rääkimata rohketest joonealustest lisamärkustest ning osundustest asjakohastele uurimustele, nagu ühele põhjalikule teaduslikule käsitlusele kohane. Kui millestki puudust tunda, siis ehk mingisugusest selgemast ajalis-ruumilisest koordinaatteljest, millele arutluskäigu eri osi paigutada: mõne üldistuse puhul jääb painama küsimus, kas või kuivõrd mängib järeldustes rolli asjaolu, et suur osa nii kirjanduslikest näidetest kui ka teoreetilistest käsitlustest on pärit Põhja-Ameerika kultuuriruumist, samuti tekitab mõnel pool segadust see, mida peetakse silmas sõnade „praegu" või „nüüdisajal" all. Muus plaanis on kontekst enam kui ammendav ning puhuti tundub, et lisaks tugevale nüansseeritusele, mida võimaldab taustade põhjalik ja tähelepanelik eritlus, tekib ka teatav liiasus, argumentatsiooni üleküllus ka seal, kus veenmiseks piisaks vähemastki; iseäranis torkab see silma esimeses peatükis. Samamoodi mõjuvad mõnel pool liigsena varasemate mõttekäikude kokkuvõtted ja olulisima ülekordamised. Samas teenivad kordamised tihti kompositsioonilisi eesmärke ja on sellisena sujuva jälgimise jaoks mõõdapääsmatud, mõnel pool on näha sedagi, kuidas mõttestruktuuri keerukus ise tingib vajaduse asja tuuma üha uutel taustadel üle ja ümber sõnastada, jõudes nõnda suurema selguseni.

Viimati öeldu taustal tuleb ent paraku jutuks võtta ka selle raamatu üks suurimaid nõrkusi: font, õigemini selle suurus, ja reasamm. Mõttetiheda teksti puhul võib selle visuaalne kokkusurutus hakata üpris kiiresti lugejat kurnama ning teravdatud tähelepanu, mida kaasamõtlemine nõuab, on raske hoida. Tasakaalustavalt võib muidugi nentida, et ehk olen sellest puudusest omal kombel võitnudki – asjaolu, et lugema asumine eeldas iga kord kõigepealt lisavalgustite süsteemi ülesseadmist (sh juhtmevaba LED-lambi aku laadimine), pakkus omal veidral moel täiesti teemakohast lisamõõdet, seades lugemiskogemuse tavapärasest selgemalt teksti ja tegelikkuse pingevälja. Nii mõnigi dialoog tekstiga saanuks ehk aga kujuneda põhjalikumaks, kui sellesse poleks sekkunud tegelikkus tühjeneva aku kujul.

Kui mitte silmale, siis vähemasti vaimule pakuvad mõned alapeatükid siiski ka hingetõmbeaega – andmata küll järele mõttetiheduses, kuid mõnevõrra kultuuriteoreetilises tulevärgis, pakuvad teoste lähivaatlused omamoodi värskendust. Tomberg on suurepärane (ümber)jutustaja, kombineerides käsitletavate teoste sisuliste dominantide vahendamist ja poeetilist analüüsi vilunud kirjandusuurija elegantsiga, ning ehkki raamat on stiililiselt võrdlemisi ühtlane, aimub neist teosekeskesetest tekstikohtadest justnagu mingit keelelist vabanemisenergiat.

PARATAMATU SEESPOOLSUS

Tõsi, rohkem üldistavad mõttekonstruktsioonid ning neid saatev teaduslooline pagas, eriti aga ühiskonnateoreetilised arutlused kipuvadki olema tundlikumad, seda nii väljendusviisi kui ka väljendatava seisukohalt. Nõnda on ka üsna loomulik, et küsimused, mis uurimuse nüansirikkusele vaatamata pisut painama jäävad, puudutavad ennekõike ühiskondlikke üldistusi. Üks neist haakub kõhklusega, mille sõnastab **Tõnis Kahu**, kes, arvustades kõnealust raamatut Vikerkaares, viitab neljandas peatükis kirjeldatud kollektiivsetele initsiatiividele sarjas „Võrgustik" ning nendib, et tema „umbusk lähtub mitte selliste ürituste edukusest ega edutusest, vaid küsimusest, mil moel süsteem ise taolistest initsiatiividest toitub"[1]. Samalaadne umbusk tabas mind neljanda peatüki esimeses alapeatükis, kus juttu on protestiliikumisest Occupy Wall Street kui dünaamilise utopismi näitest (vt lk 204–205). On teisigi, mis hõlmavad muu hulgas juba eespool jutuks tulnud Ameerika-kesksust ja võimalikke võrdlusmomente Ida-Euroopa totalitarismijärgse ühiskonnaga, enneköike küsimuse kontekstis, kas kapitalistliku totaalsuse kogemus on nendes ühiskondades nüüdseks ühtlustunud, ja kui mitte, siis kas sellel erinevusel võiks olla ka mingisugust mõju utoopilise unistamise viisidele jne.

On aga üsna selge, et kõike kõnealune uurimus haarata ei saagi, ning on loomulik, et nii nagu põgeneb hoomatavuse ja ka kujutlusvõimelise teisendamise eest meie praegune tegelikkus, ei suuda kõike kinni püüda ka teaduslik käsitlus, mis on sellesama tegelikkusega raamistatud. Kõigi seoste selginemine on võimalik üksnes seosevõrku väljastpoolt vaadates ning oma paratamatus seespoolsuses jääb igaühe püüd seda seespoolsust ennast täielikult hoomata katseks hüpata üle oma varju. Põhjaliku tööga nüansside tabamisel ning raamatu lõpus väljendatud usuga utoopilise unistamise võimalikkusesse veenab Tomberg aga, et need katsed on äärmiselt vajalikud, sest alternatiiv oleks jääda varjuga tõtt vaatama, kuni valgus kustub.

[1] *Kahu, T. 2023. Mõeldav ja kujutletav. – Vikerkaar, nr 11.*

JAAK TOMBERG „KUIDAS TÄITA SOOVI. REALISM, TEADUSULME JA UTOOPILINE KUJUTLUSVÕIME"
TOIMETAJA NEEME LOPP, KEELETOIMETAJA PIRET PÕLDVER
TARTU ÜLIKOOLI KIRJASTUS, 2023 / 308 LK

UUS EESTI DISAIN

RON VERLIN

Küsis **Mariliis Mõttus** Noor moedisainer Ron-Jonas Verlin ammutab loomingulist ainest usust, mütoloogilistest tegelastest, enda juurtest ja siseilmast.

Hakkasid kollektsioone looma juba 6. klassis. Milline oli su looming siis ja kuidas on see aja jooksul muutunud?

Ütleksin, et see oli algul väga sisutu. Tegin rohkem tegemise pärast. Samuti puudusid vajalikud teadmised ja oskused n-ö päris kollektsiooni loomiseks. Ajapikku hakkas rõhuasetus liikuma visuaalilt sisu ja vormi sümbioosile. Tagasi vaadates on mu looming koos minuga üles kasvanud ning muutunud aina personaalsemaks, äratuntavamaks ja detailsemaks.

Kas mäletad, mis sulle esimest korda seoses moega vau-efekti tekitas?

Esimene vau-efekt, mis mulle meenub, oli mu elu esimesel ERKI Moeshow'l, mida 13-aastane Ron üksi vaatama läks. Nägin laval paljast ihu, mis mõjus mulle nii uudse ja võimsana. Seda efekti võimendas muusika, mis on minu jaoks iga kollektsiooni üks tähtsaimaid osasid.

Meenub ka enda esimeste kollektsioonide ja moe-*show*'dega seotud ärevus. See adrenaliinipauk, mis tekib *runway*'lt maha tulles; nähes, kui õnnelikud kõik pärast on, korvab kuudepikkuse töö, mis sellele eelneb.

Adrenaliinipauk, mis tekib runway*'lt maha tulles; nähes, kui õnnelikud kõik pärast on, korvab kuudepikkuse töö, mis sellele eelneb.*

Mainisid, et muusikal on kollektsiooni esitlemisel väga tähtis roll. Kuidas sa sobiva helitausta valid?

Muusika on minu jaoks väga suur inspiratsiooniallikas. Paljud koolitükid ja ka kollektsioonid on saanud alguse palast, mis on mind kuidagimoodi mõjutanud. Tihtilugu jäävadki inspiratsiooni andnud lood kollektsiooni helitaustaks.

Muusikaga on üleüldiselt võimalik kollektsioon teisele tasandile viia. See võib avada uue akna ja juhatada pealtvaatajad maailma, kuhu nad muidu ei satuks. Heliga saab kogu visuaali ümber mõtestada.

Su viimane ERKI Moeshow' kollektsioon „SOLD MY SOUL FOR A PILE OF SCRAP" on inspireeritud 19. sajandi Eestist ning saanud läbi su enda silmade, oskuste ja fantaasia uue vormi. Mis sind just selle teema puhul huvitas?

See kollektsioon sai alguse kolmanda semestri etnograafiaprojektist, mille raames uurisime enda juuri ja eesti etnograafiat. Avastasin selle käigus, et mu vanavanaisa oli rätsep. Esialgu tahtsin luua temast inspireeritud kollektsiooni, kuid ajaaken selleks oli liiga väike. Valisin tehtavama teema, milleks oli minu juurte asupaik – Pöide. Avastasin kui minulik on selle koha rahvarõivas ja kui huvitavad on nende peakatted. Põimisin sellesse enda lemmikteema eesti mütoloogiast – kratid. Nende tegelaste olemus ja välimus sobitus perfektselt Pöide rahvarõiva värvigammaga, milleks on must. Minu kujutluspilti ja meeleolu visualiseeris täiuslikult **Rainer Sarneti** film „November", mis oli samuti suureks inspiratsiooniks.

Nagu mainisid, kasutasid selles kollektsioonis detaile eesti rahvarõivastest ja traditsioonilistest tööriistadest, näiteks saare naiste ratasülli, lahttaskut ja isegi sirpi. Mulle näib, et eesti moes on meie esivanemate traditsioonilisi rõivaid ja nende detaile juba päris palju kasutatud. Kas sulle tundus kollektsiooni luues, et meil on veel nii palju avastada, või on keeruline leida midagi, mida juba kasutatud pole? Kas sa käsitled oma loomingut ka harivana?

Avastada oli palju ning teemasid ja detaile, mida kasutada, veelgi rohkem. Minu meelest on enamik Eestist inspireeritud kollektsioone, mis moelavadele satuvad, keskendunud väga pinnapealsetele elementidele: suitsupääsukesed, sinililled, trikoloor, sõled, kirivööd, triibuseelikud jne. Isiklikult arvan, et Eesti on midagi palju rohkemat ning väga rikkalik oma uskumuste, rahvatarkuste, eri motiivide ja mütoloogia poolest, millest võiks inspiratsiooni võtta.

Kui huvituda, siis võib kindlasti leida midagi, mis kedagi harib, aga üldiselt ma ei käsitleks oma loomingut harivana. Harivaks saaks seda pidada minu vaatepunktist, kui rakendan uurimistöö käigus omandatud teadmisi oma loomingus.

Kas eesti etnograafia on miski, millega kavatsed jätkata? Mis teemad sind veel huvitavad?

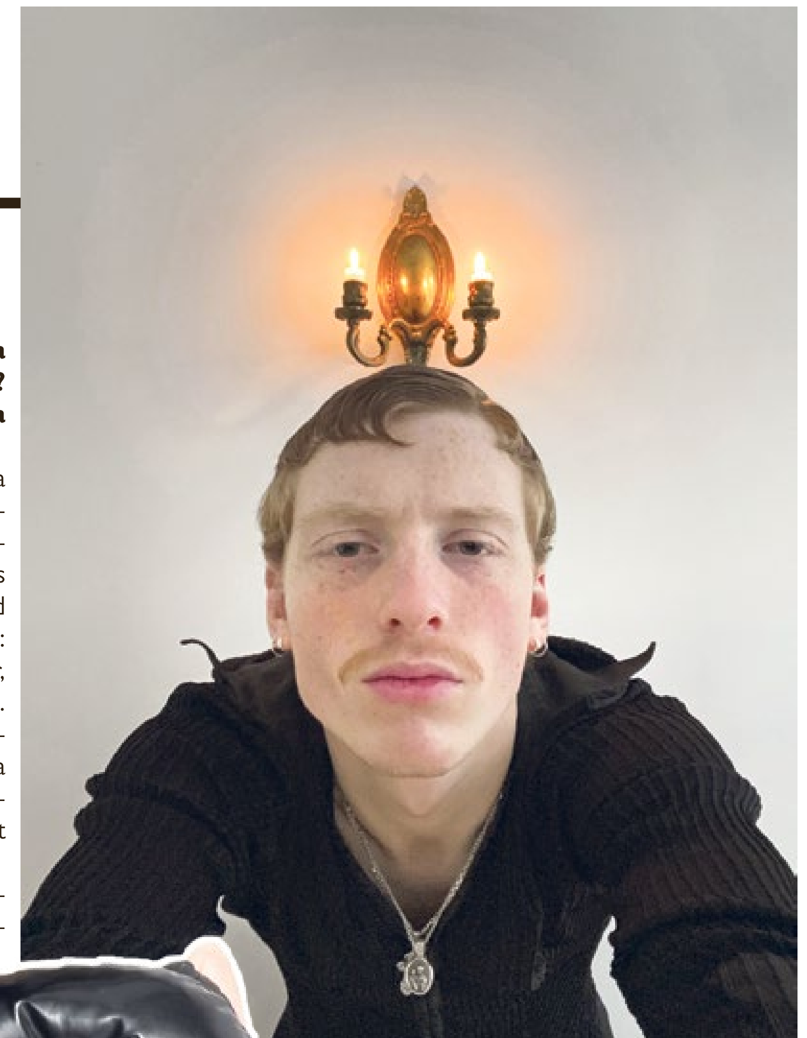
Eesti etnograafia on kindlasti teema, millega kavatsen kunagi jätkata. Sellest kollektsioonist jäi välja nii palju materjali, mis väärib omaette kollektsiooni või teost.

Teemad, mis mind veel inspireerivad ja mida olen ka enne oma loomingus kasutanud, on usk, mütoloogilised tegelased, ajavahemik 11.–19. sajand, minu juured ja mina. Mind inspireerib sisu. Mulle meeldib luua midagi, mis pakub mulle endale hingerahu. Selle hea näide on mu eelmine kollektsioon „THIS IS WHERE THE BLOODLINE ENDS", mille puhul valasin endas hoitud emotsioonid ja sündmused rõivastesse. Mulle ei meeldi luua midagi pinnapealset, et sellele pärast sisu anda. Võiks öelda, et kasutan moodi mingis mõttes teraapilisel eesmärgil.

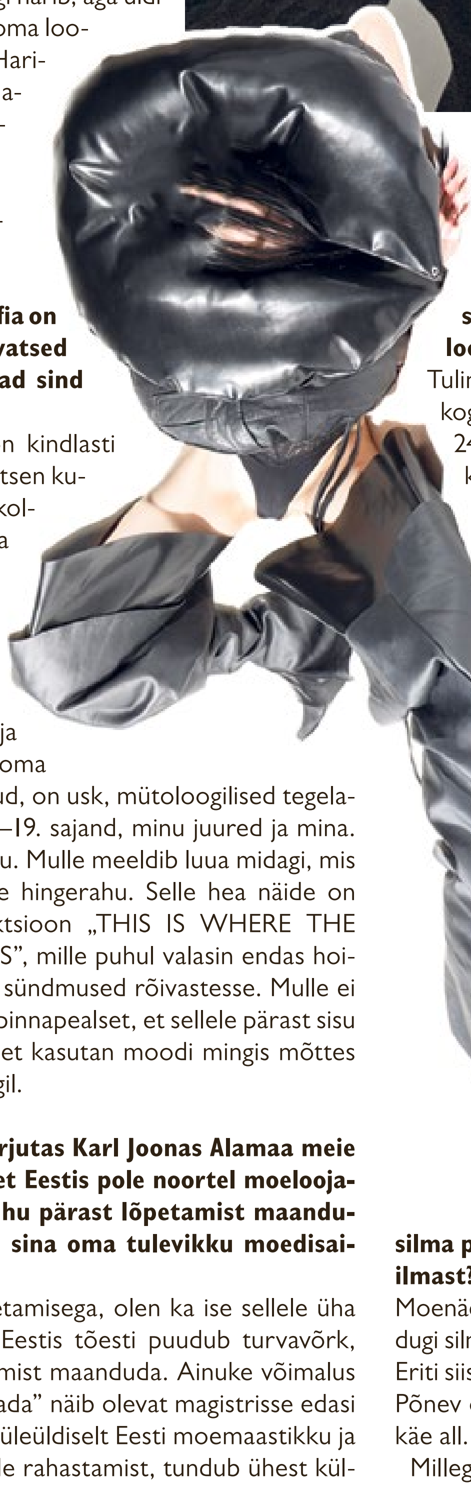
Mõni aeg tagasi kirjutas Karl Joonas Alamaa meie veergudel sellest, et Eestis pole noortel moeloojatel turvavõrku, kuhu pärast lõpetamist maanduda. Millisena näed sina oma tulevikku moedisainerina?

Seistes silmitsi lõpetamisega, olen ka ise sellele üha rohkem mõelnud. Eestis tõesti puudub turvavõrk, kuhu pärast lõpetamist maanduda. Ainuke võimalus „lapsepõlve pikendada" näib olevat magistrisse edasi minna. Kui vaadata üleüldiselt Eesti moemaastikku ja riiklikku looverialade rahastamist, tundub ühest küljest isegi võimatu midagi sellist luua. Enamik inimesi, kellel on annet ja tahet, lõpetab moemekades suurnimede juures ning huvi Eesti moemaastikule naasta on pigem vähene.

Kunagine unistus luua oma kaubamärk on vajunud aastate jooksul unustusehõlma. On valus näha ja kuulda, mille toel see maastik suuremas plaanis püsib. Olen avastanud sellel teekonnal enda jaoks kostüümi- ja moekunsti. Mood kui skulptuur või eraldiseisev teos on teema, mis mind palju rohkem huvitab. Nii et vastusena küsimusele näen ennast tulevikus töötamas pigem teatri- ja filmikunsti, kostüümi- ja moekunsti vallas. Aga eks näis, mis elu toob. Nagu mulle meeldib öelda: kõik läheb nii, nagu minema peab.



Ron-Jonas Verlin. Foto: autoportree



Praegu oled sa vahetusaastal Berliinis. Mida see kogemus sulle juba andnud on ja mida loodad õppida?

Tulin vahetusõpingutele peamiselt uue keskkonna kogemise ja mugavustsoonist lahkumise mõttega. 24/7 EKA seinte vahel olemine hakkas üle viskama ning silmapiiril terendasid motivatsioonipuudus ja läbipõlemine, kui need polnud juba kohale jõudnud. See kogemus on andnud mulle suure ampsu iseseisvust ning õpetanud iseenda ja oma tunnetega hakkama saama võhivõõras keskkonnas. Samuti on see toonud mu teele kõige toredamad ja avatumad inimesed, ilma kelleta see semester oleks väga keeruline olnud. Olen lisaks enda kohta teada saanud, et ma ei suudaks kunagi elada suurlinnas. See kogemus on pannud mind ka palju rohkem EKAt austama. Võimalus teha tööd millal ja kus iganes on väga suur privileeg. Kuna mu vahetusõpingute aeg hakkab juba otsa saama, võin kinnitada, et sain siit kõik, mida soovisin, ja mu patareid on täis laetud, et lõpetada oma teekond EKAs grandioosse pauguga.

Kui palju sa jälgid, millega tegelevad suured moemajad, ja kui palju hoiad silma peal uutel tõusvatel disaineritel mujalt maailmast? On sul erilisi lemmikuid?

Moenädalate hooajal hoian suurtel moemajadel muidugi silma peal, et näha, mida uut ja huvitavat tehakse. Eriti siis, kui on näiteks vahetunud moemaja loovjuht. Põnev on jälgida ühe brändi teekonda eri disainerite käe all.

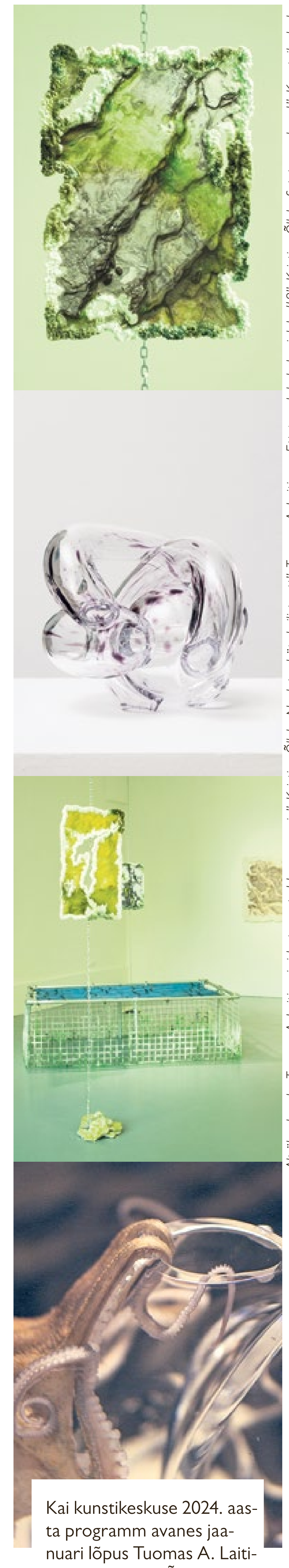
Millegipärast on uute tõusvate disainerite avastamine minu jaoks keeruline, aga kui leian kellegi huvitava, hoian ta tegemistel silma peal. Mu viimase aasta lemmikuteks on kujunenud **Phoebe Philo**, Madomorpho ja Hodakova.

Mis trende ennustad moeaastaks 2024?

Trendi, mis sai vaikselt alguse juba eelmisel aastal – *corpcore*. Formaalne tööriietus nullindate kontoriroti detailidega. See on üle aastate üks minu lemmiktrende. Klassika tagasitoomine nii värskes võtmes.

Vaata lisaks: instagram.com/ronverlin

Kollektsioon „SOLD MY SOUL FOR A PILE OF SCRAP". Fotod: Ron-Jonas Verlin



Alt üles: kaader Tuomas A. Laitineni videoteosest „Haemocyanin"; Kristina Õllek „Neelates hüpoksilist vett"; Tuomas A. Laitinen „Ettepanek kaheksajalale #8"; Kristina Õllek „Setete vood nr. 1". Kunstnike loal

Kai kunstikeskuse 2024. aasta programm avanes jaanuari lõpus Tuomas A. Laitineni ja Kristina Õlleki duonäitusega „Tsüanookeanid" (kuraatoreiks Karin Laansoo ja Anna Mustonen). Väljapanek on fookusesse võtnud mereökoloogia, kliimamuutused ja liikide kohanemise, mõtiskledes ühisest vastutusest me koduks oleva planeedi ees. Dialoogis loovad Õllek ja Laitinen veeauru ja ultraheliga sünergilise installatsiooni, mis võib sarnaneda veealuse kogemusega. Infot: *kai.center*

02.02.

ELU ALLES EES…

2. veebruaril avatakse Tartu Kunstimajas Heikki Leisi isikunäitus „Elu alles ees". Me planeet kihutab kuristiku poole, kuid selle asemel et pidurit tõmmata, pannakse hoopis gaasi juurde. Milline keskkond jääb meist järeltulevatele põlvedele? Leis käsitleb teemat fotode, joonistuste ja installatsiooni vahendusel. 10. veebruaril toimub ka vestlusõhtu „Kas maailma lõpus on kohvik", kus osalevad lisaks Leisile Peeter Laurits ja Aveliina Helm. Uuri: *kunstimaja.ee*

Foto: Heikki Leis

05.02.

SURMAKULTUUR JA ITK

5. veebruaril kell 14–16 toimub Eesti Muusika- ja Teatriakadeemias Marju Kõivupuu ja Žanna Pärtlasega avalik loeng surmakultuurist rahvapärimuses. Kõne alla tulevad matusekombed, kalmistukultuur, lahkunute mälestamine, aga ka surmateema rahvapärimuses, sealhulgas vanemas ja uuemas rahvalaulus. Eraldi võetakse fookusesse seto surnuitkude viisid ning lähtudes itku ja laulu žanri vastandamisest arutletakse seto itkude traditsiooniliste funktsioonide ja tähenduste üle. Uuri: *facebook.com/emtafolk*

09.02.

„SPY GIRLS" NARVAS JA MUJAL

Vabalava lavastus „Spioonitüdrukud / Spy girls" on tõestisündinud lugu kolmest küberrindel tegutsevast aktivistist. Nad püüavad tundma õppida vaenlase maailmavaadet, motiive, isiklikke lugusid ning, mis kõige tähtsam, nende eesmärke ja asukohta. Nad ei kasuta vägivalda. Nad hoiavad ruumi. Turvalisuse tagamiseks vajavad nad aga mitmekihilist valet. Esietendus 9. veebruaril Narva Vabalaval, 12. veebruaril aga juba Tallinnas Kumu auditooriumis. Vt: *vabalava.ee*

09.–11.02.

VILJANDI TULED

Viljandi Tuled tulevad taas, nimelt 9.–11. veebruaril, ikka koos arhitektuuri, kunsti, heli, multimeedia ja valgusega. Näiteks Viljandi Vabaduse platsil saab kohtuda prantsuse ja süüria kunstnike rühmituse UV LAB loodava hiigelmaoga „Ouroboros", lisaks näeme kunstnikeduo Arcane jäätellistest koosnevat skulptuuri „Perpetual". Hispaania kunstniku Marta Cartu teoses „Future hybridizations" tuuakse kangamaalid esile UV-lampide abiga. Jne. Jne! Heida pilk: *viljandituled.ee*

10.02.

SOLASTALGILISTEL LAINETEL

10. veebruaril esietendub Ugala Teatris keskkonnateemaline lavastus „Kahe laine vahel" (autor Ian Meadows, lavastaja Taago Tubin). Tegemist öeldakse olevat solastalgilise armastuslooga. Nimelt kerkib kliimateadlasest peategelase ellu dilemma: kas on võimalik olla õnnelik, olles samal ajal teadlik meid tulevikus ähvardavatest keskkonnakatastroofidest? Osades Vallo Kirs, Liisa Pulk (külalisena), Marika Palm, Janek Vadi. Info ja mängukava: *ugala.ee*

10.02.

FESTIVAL DREAMSCAPE

Paavli Kultuurivabrik kutsub 10. veebruaril (terveks päevaks ja ööks takkapihta!) esimest korda toimuvale elektroonilise muusika ja visuaalkunsti festivalile Dreamscape. Lavale astuvad paljude seas nt 20-aastase karjääriga UK *electro*-figuur Carl Finlow, rootsi elektroonilise muusika produtsent Velv.93, Londonis baseeruv hiina-malaisia päritolu helikunstnik Flora Yin Wong ning muusik, laulja ja viiuldaja Maarja Nuut. Kunstiprogrammis ntby, m4n1c, Lepasson jt. Kaaskuraatoriks Kersten Kõrge. Esitlused, töötoad, kontsert, klubiprogramm. Piletid jm: *kultuurivabrik.ee*

Flora Yin Wong. Foto: Sara Di Pancrazio

17.02.

INTREPID EXTRAVAGANZA II

Laupäeva, 17. veebruari asjus esmalt mõned vihjed: Genka & Dew8, Intrepid, Kitty Florentine, Forgotten Sunrise, Kalli Talonpoika & The Sunshine Band, Humanity. Mis toimub? Multimeediafestival Extravaganza II! Kus? Erinevate Tubade Klubis. Mis linnas? Tallinnas. Mis seal veel on? *Merch*'i- ja kunstiturg, filmiprogramm, videomängude muuseum LVLup ja kunstinäitus. Täiendavat infot saab? Siit: *facebook.com/erinevatetubadeklubi*

17.–18.02.

KUMU 18!

Kumu saab viimaks täiskasvanuks ja tähistab seda 17.–18. veebruarini ekskursioonide festivaliga! Pika nädalavahetuse jooksul saame osaleda kaheksateistkümnel eri formaadis üritusel – nende hulgas on muljetavaldav hulk ringkäike Kumu paljudel näitustel, aga ka töötube, vestlusringe ja muidugi ruumi iseseisvateks avastusretkedeks. Kõigile külastajatele kehtib neil päevil sünnipäeva sooduspilet 7 eurot, millega pääseb kõigile samal päeval toimuvatele üritustele. Kogu kava jne: *kumu.ekm.ee*

29.02.

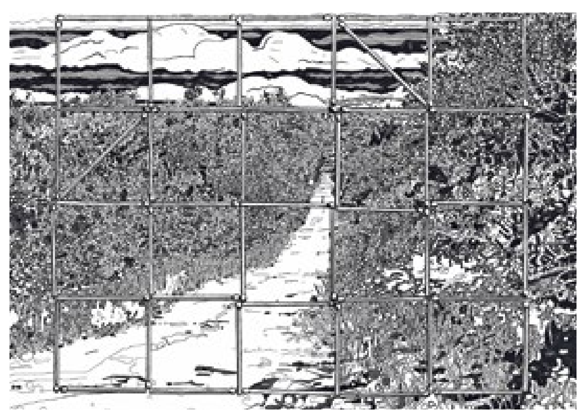
B.B. KING THING

Tähistamaks bluusikuninga B.B. Kingi elu ja määratut panust muusikasse, võtab tribuutansambel B.B. King Thing – s.o kollektiiv Kaisa Ling Thing (Rene Paul, Argo Toomel, Peep Kallas, Kaisa Ling) koos kitarristi Vilho Meieri, saksofonisti Allan Kaljaste ning trompetisti ja arranžeerija Jason Hunteriga – ette ekskursiooni B.B. Kingi hiiglaslikku kataloogi, valides sealt nii rahva lemmikuid kui ka kurioosumeid. Unikaalne kontsert toimub 29. veebruaril kell 19 Kumus. Uuri: *facebook.com/kaisalingthing*

KUNST

LAURI KOPPELI UNED

Märtsi alguseni on Viljandis Rüki galeriis avatud Lauri Koppeli isikunäitus „Unenägija veel magab", kus eksponeeritavad teosed pärinevad ei kusagilt mujalt kui Lauri Koppeli unedest! Väljapanekul asetatakse mõrvapaiga maastik kõrvuti kunstniku unenäost pärit vaatega või siis unenäost pärit struktuur (tikkudest maja) asetatakse mõrvamaastikule. Mida tahetakse meile sellise kombinatoorikaga demonstreerida? Kas meie ees on patsient oma joonistustega!? Mingem vaadakem: *rukigalerii.ee*



Lauri Koppel „Lihula rekonstruktsioon", 2023

KUNST

MÄLESTUSED ALTAI KRAIST

Jaanuari lõpus avanes Tallinna Linnagaleriis muidu maalikunstnikuna tuntud Liisa Kruusmäe isikunäitus „Mälestused Altai Kraist" (kuraator Anneliis Lepp), kus saame jälgida kunstniku esivanemate parema elu otsingul laia Siberisse ümberasumise lugu. Joonistustest ja keraamilistest objektidest koosnev näitus põhineb Kruusmäe vanaema päevikul, milles on kilde ja mälestuskatkeid Estonia külas veedetud ajast. Sealset aega on ta kirjeldanud sõnadega: „Elu oli töörohke, aga lõbus." Pilk peale: *kunstihoone.ee*

FILM

METS JA MAJANDUS

Martti Helde värskelt kinodesse jõudnud dokumentaalfilm „Vara küps" toob esmakordselt kaamera ette metsadebatis osalenud metsatööstuse, Riigimetsa Majandamise Keskuse ja loodusteadlased, et saada selgust, mis on Eesti metsaga toimunud ning kuhu see kõik lõppeks välja võiks jõuda. Enam kui 60 Eesti paigas üles võetud loodusfilm avab vaatajale Eesti metsade hetkeseisu ning näitab, kuidas poliitilised otsused on meie ühise vara kasutamist mõjutanud. Infot ja linastusi: *heafilm.ee*

PÜHA SÕPRUS

VEEBRUARIS

12.02 **BEFORE SUNRISE** (1995)

19.02 **BEFORE SUNSET** (2004)

26.02 **BEFORE MIDNIGHT** (2013)

WWW.KINOSOPRUS.EE / KINOSOPRUS

Eesti Filmi Instituut
Kaasrahastas Euroopa Liidu programm „Loov Euroopa"
Eesti Kultuurkapital
Europa Cinemas Creative Europe - Media Sub-programme
Tallinn
DHL
ellington print & production
Põhjala
MTÜ Must Käsi