

# Eurytmiens grunnelementer

## Noe om hva eurytmistene gjør og hvorfor

av Arve Mathisen

Trykket i tidsskriftet *Steinerskolen* nr. 4, 1987

Eurytmien kom til i en tid da mye skjedde på kunstens område i Europa. Den tradisjonelle balletten, som var en videreutvikling av de gamle hoffdansene, hadde et begrenset bevegelsespråk med sine fem fotposisjoner og tilsvarende armposisjoner. Det utviklet seg en nærmest allmenn lengsel i tidens dansemiljøer etter å fornye balletten.

Da Rudolf Steiner i 1911 ble spurt om han hadde noen idéer til en alternativ dansekunst, svarte han at språket må være impulsgeber til den nye bevegelseskunsten. Språket har et mangfold av ytringsnyanser og kan gi uttrykksrikdom til bevegelsene. Dette var helt enestående, ingen andre som arbeidet med dans grep fatt i språket. Toneeurytmien kom først noen år senere.

Eurytmien uttrykker seg altså på to ulike bevegelsesområder, eurytmi til musikk - toneeurytmi, og eurytmi til språk - lydeurytmi. Toneeurytmien tar utgangspunkt i musikkens ulike elementer og forvandler dem til bevegelsesuttrykk. Toneeurytmien skal kunne oppleves av publikum som synlig sang. Tilsvarende uttrykker lydeurytmien et synlig språk. Eurytmisten forbinder seg med musikken og poesien på en detaljert og intim måte, og utforsker hvilke bevegelsesmuligheter som ligger gjemt i ulike lyder, intervaller, toner osv.

Eurytmien må aldri oppfattes som et symbolspråk eller som et direkte, uforvandet uttrykk for språk eller musikk. Eurytmien tar på samme måte som poesien og musikken utgangspunkt i enkle grunnelementer. Disse kan varieres og kombineres med den største kunstneriske frihet. Dessuten ligger den virkelige kunst ikke bare i hva som blir eurytmisert, eller hvilke bevegelser som gjøres, men først og fremst i hvordan eurytmisten beveger seg.

### Vokalene

Vokalene i språket uttrykker en følelsesmessig reaksjon på det som skjer i våre omgivelser. Vi kjenner dem i sin reneste form som interjeksjoner. Holder vi en kattunge på armen, kan vi stryke den og si "ÅÅÅ" i beundring og sympati for en så vakker liten skapelse. Blir vi overrasket, kan vi bryte ut i et "A". Det spontane "A" krever en sterk indre åpenhet, og langt oftere hører vi det ettertenksomme "EEE". De ulike vokalene kan uttrykkes med armenes bevegelser, med fingrene, med bena eller mellom flere eurytmister som en koreografisk form. Vokalen "A" dannes ved at armene åpner seg mot omverdenen i en utstrakt åpen gest. Vokalen "E" uttrykkes ved at man krysser armene i en reservert eller skeptisk bevegelse. Denne vokalen kan også gi uttrykk for ærefrykt ved at eurytmisten med korslagte armer skaper en ydmyk avstand mellom seg og det han står overfor. "I" kommer til syne eurytmisk ved at den ene arm strekkes oppover og den andre viser ned mot jorden. Mennesket selv står i midten, i oppreist balanse. "Å" uttrykker seg ved en sympatisk rund, omfavnende bevegelse, ikke ulik den man gjør når man gir noen en klem. I "O" strekkes armene parallelt, det kan være fram og opp i beundring, eller nær kroppen som uttrykk for kulde, "O, så kaldt!". De andre vokalene "Æ, Ø, Y og U" er klangmessige variasjoner av de første fem, og dette kommer også til uttrykk i de bevegelser som disse lydene har. Vokalene må studeres omsorgsfullt og inngående, og først etter lang øvelse kan eurytmisten få fram et naturlig og talende bevegelsesuttrykk. Språket inneholder en ubegrenset rikdom av opplevelsesmuligheter. Vi har "A" i dag og natt, vi har "I" i liv og intet, vi har "O" i sol og sort, og tilsvarende lydenes ulike karakter der hvor de opptrer i språket, må eurytmien, evig forvandlende, finne sine talende bevegelser.

### Konsonantene

Konsonantene krever et helt annet bevegelsesutgangspunkt. Konsonantene er ikke direkte uttrykk for følelser slik som vokalene. De er språkformer beslektet med naturens bevegelser. I det en liten

fugl farer gjennom luften, kan vi høre er svakt "frrr", når en dråpe faller "plopp" og når vinden suser i skogen "ssss". Det er allikevel ikke naturens evne til selv å danne spåklignende lyder som er utgangspunktet for konsonant-bevegelsene i eurytmien. Enhver lyd som oppstår i naturen er forårsaket av en bevegelse, vannets bevegelser, luftens bevegelser, flammenes eller lynets bevegelser, et fallende blad. I naturen kan vi også oppleve bevegelser stivnet i faste former, for eksempel som en bergugle eller et oppreist grantre. Bevegelsesprosesser skaper former i naturen over tid. Eurytmien gir uttrykk for de bevegelser som ligger til grunn for naturens former. "S"-en i vindens sus høres i skogen når luften blåser forbi fjell eller trær. Men, hva er det som beveger vinden? Det er solens varme. og derved får eurytmibevegelsen til "S" en gjennomtrengende karakter, den er født av ild. Dråpen som sier "plopp" finner sin konsonantbevegelse ikke ut fra plaskets form når den treffer vannet, men ut fra hele prosessen, den spenning som dråpen har før den faller i "P", en forløsende "l" vokallyden "Å" og igjen en kort dobbelt "pp", en ny spenning i det dråpen treffer vannflaten. De eurytmiske konsonantene forsøker å uttrykke de krefter hvormed naturen er skapt og hele tiden skapes. Konsonantenes bevegelser er mer dynamiske enn vokalenes, og engasjerer eurytmistens formsskapende evner meget sterkt.

### **Appolinske former**

Grammatikken kan uttrykkes eurytmisk, ved at eurytmisten beveger seg i bestemte former og romretninger. Verbene, bevegelsesordene utføres ved en rettlinjert bevegelse. Et passivt verb leder eurytmisten til å drives fremover i rommet, et aktivt verb utføres ved å gå rett bakover. Enkelte verb er i sin karakter hverken aktive eller passive, for eksempel å vente, å drøye, å hvile. Disse verb uttrykkes ved en bevegelse sidelengs. Slik kan et hvert verb avstemmes etter hvilken grad av aktivitet det har, og eurytmisten kan ved å velge den riktige retning i rommet gi uttrykk for dette. Adjektiver og adverb utføres stående. Disse er beskrivende og har ingen egen bevegelse. Substantiver uttrykkes ved en dobbelt bevegelse. Dette viser hvordan eurytmiens bevegelsesintensjoner her henspiller på den aktivitet som foregår i menneskets indre. Når vi blir oss bevisst en gjenstand, grammatikalsk sett et substantiv, skjer dette ved en dobbelt aktivitet i menneskesinnet. Først iakttar vi fenomenet, så danner vi begrepet. Kun ved å sammenfatte begrep og iakttagelse kan vi forestille oss en gjenstand. Denne dobbeltvirksomhet uttrykkes eurytmisk overfor en konkret gjenstand ved at man først beveger seg aktivt bakover (den våkne iakttagelse) og så i vinkel framover (begrepet dannes). En rekke substantiver lar seg ikke iaktta på samme måte som en gjenstand. Det kan være ord som trygghet, mørke, nærhet, osv. Her kommer begrepsdannelsen først, og ordbevegelsen blir en vinkel fremover. Enkelte substantiver er konkrete, men på et annet plan, de oppleves med en annen dynamikk i forholdet begrep-iakttagelse. Åndelige vesen som Gud eller Erkeengelen Mikael uttrykkes bevegelsesmessig ved å gå en bue bakover i rommet. Abstraksjoner uttrykkes ved en bue framover i rommet. Eksempler på abstrakte substantiv er det skjønne, det gode, det onde osv. Disse uttrykk for grammatikken kalte Steiner for de appolinske former.

### **Dionysiske former**

Pronomenene er en ordklasse med en helt annet karakter. De beskriver menneskets forhold til seg selv og andre, hele tiden med det subjektive "jeg" som utgangspunkt. "Jeg" uttrykkes ved at den samme linje går fram og tilbake. "Du" uttrykkes ved å gå en sløyfe i rommet. Man går fram i en bue og møter den andre og så går man videre på denne buelinjen bakover, til man krysser sitt utgangspunkt. En "du-opplevelse" har alltid i seg et glimt av en "jeg-opplevelse". "Han", "hun", eller "det" uttrykkes ved at eurytmisten går en bue bakover i rommet. Denne form blir som en henvendelse ut i verden uten at man får direkte kontakt. Et "han" eller "hun" blir til "du" så snart det opprettes kontakt mellom "jeget" og den andre. Disse formene sammen med formprinsippene for tanke - den rette linje, for vilje - den krumme linje og for følelse - den dobbeltbøyde linje, ble av Steiner betegnet som de dionysiske former.

Appolinske og dionysiske former uttrykker forskjellige kvaliteter i språket, og det er opp til den enkelte eurytmist å velge det ene eller det andre utgangspunkt for den form eller koreografi som et dikt skal få. Steiners egne former til ulike dikt er skapt fra et helt fritt forhold til disse koreografiske

prinsippene, og hans former bærer også preg av den rytme og musikk som kan oppleves i det aktuelle diktet.

### **Rytme**

Språket kan, når det blir til diktning, bevege seg på rytmiske føtter. Ibsens "Bergvegg brist med drønn og brag..." er diktet på en fallende rytme. Likeså fallende er den rytmiske klangen i Bjørnsens "Undre meg på hva jeg får å se over de høye fjelle". Den første rytmen (lang/kort) kalles troké, den andre (lang-kort-lang) kalles daktylos, og begge betegnes som fallende fordi de begynner med det lange, eller tunge taktslaget. Diktning på disse rytmene har ofte en mer fortellende episk karakter, mens et dikt som "Jeg velger meg april" har Bjørnsens diktet på en jambisk rytme (kort-lang). Denne rytmen er stigende, og den beveger seg fremover med glød og entusiasme. Rytmen kan sies å være selve nerven i et dikts uttrykk, og er helt avgjørende for den eurytmiske tolkningen.

### **Stemnings-holdninger**

Et dikt er ofte holdt i en eller flere bestemte stemninger. Det kan være sorg eller alvor, glede eller forhåpning. Steiner ga anvisninger til tolv ulike stemnings-geberder. Disse kan brukes mellom lydbevegelsene for å tydeliggjøre den indre stemning som finnes i det som nettopp eurytmiseres. Lydbevegelsene kan også modifieres til å passe inn i den bevegelsesretning som en av disse sjels-gestene har. En rekke hode- og fotbevegelser har også sine eurytmiske uttrykk. "Nei" eurytmiseres med en bestemt buet bevegelse bakover med høyre fot. "Jeg forstår" uttrykkes med en langsom foroverbøyet bevegelse med hodet. "Jeg forstår ikke" uttrykkes med samme bevegelse i et raskere tempo. Det ble også utviklet bevegelser inspirert av språklydenes forhold til planeter og dyrekretstegn.

### **Fargene**

Steiner så på fargene som et umiddelbart uttrykk for menneskesjelen. Dermed måtte enhver bevegelse, når den kom som et uttrykk for menneskets indre, være besjelet med en fargekvalitet. En innadventt bevegelse har en blå stemning, en rak og oppreist bevegelse kan være gul og en kraftfull formet bevegelse kan være rød. All bevegelse er fargespill for vårt indre blikk. Steiner tegnet figurer til de ulike lydene og sjels-gestene hvor han anga en fargeklang for hver av dem, bestående av tre farger. Han beskrev lyden "b" som omhyllt i blått, med en indre kjerne av gult, og for å få lydens riktige karakter fram, også med en viss rød spenning. Fargene gjør de ulike bevegelsene mer uttrykksfulle, og de gir eurytmisten et arbeidsmateriale hvor han kan lære å differensiere sine bevegelser ytterligere.

### **Toneurytmi**

Toneurytmien finner sine bevegelser i musikkens grunnelementer på en liknende måte som vi har sett lydeurytmien gjøre med språket. Men, det er en grunnleggende forskjell på språk og musikk, og denne må komme til uttrykk i eurytmien. Språket er menneskets forhold til omverdenen. Musikk er menneskets forhold til det sjelelige og åndelige i sitt eget indre. Når man i toneurytmien gjør anskuelig det som er hørbart i musikken, er det en stor fare for at det man gjør blir umusikalsk. Alt som ikke er musikalsk må unnvikes, slik at bare den "rene musikken" overføres til bevegelsesuttrykk. På samme måte som musikken toner fra et instrument, må en tilskuer kunne oppleve at de musikalske bevegelsene toner fra eurytmisten. All toneurytmi har sin bevegelsesansats dypt i menneskets midte, helt konkret, bak brystbenet, og stråler derfra ut over kragebenet og ut i de toneurytmiske armbevegelsene. Toneurytmien vil aldri kunne oppleves som musikalsk hvis den ikke oppstår ut fra eurytmistens opplevelse av musikken, og at den med opplevelsen som utgangspunkt, klinger ut i en ytre bevegelse.

### **Toner**

Tonene i C-durskalaen uttrykkes ved strålende utstrakte armbevegelser i ulike vinkler avhengig av hvilken tone som spilles. C utføres ved parallelle armer, D med en vinkel på 36 grader mellom

vertikalplanet og hver av armene, E med 72 grader, F rett ut til siden osv. De andre toneartene uttrykkes ved at grunnvinklene fra C-dur beholdes, men at hånden eller overarmen bøyes utover eller innover for å vise at det er et kryss eller et "B" foran de ulike tonene. Slik får hver av toneartene forskjellige bevegelsesmessige uttrykk. I musikken er det alltid tonenes forhold til hverandre som er det vesentlige. Det egentlig musikalske ved tone-geberdene vil ligge i kvaliteten på den bevegelse som utføres fra tone til tone. Denne bevegelsen må utføres forskjellig om melodien stiger mot et høydepunkt, eller om den faller ned i tunge kontratoner.

### **Intervaller**

En melodi består av toner i bestemte forhold til hverandre. Avstanden mellom tonene kaller vi intervaller. Det minste intervallet, primen, er en tones forhold til seg selv, forholdet mellom to etterfølgende toner kalles sekund, det neste intervallet, ters osv. helt til oktaven som omfatter hele skalaen. Intervallene utføres mellom de hørbare tonene i musikken. Primen har ingen ytre bevegelse, den finnes bare som en ansats, som en urørlig bevegelsesklang i kragebena. Sekunden uttrykkes ved en åpnende bevegelse i overarmen. Tersen får sitt svevende bevegelsesuttrykk ved en betoning av underarmsbevegelsen. Kvarten settes an i håndroten, kvinten i håndflaten, seksten i fingrene, septimen i fingertuppene og oktaven tas imot fra omkretsen med en rund og omsluttende bevegelse. Enhver intervallbevegelse har sin ansats fra menneskets midte. Steiner tegnet også koreografiske former til intervallene.

### **Melodi - rytme - takt**

Musikkens tonehøyde uttrykkes ved at lyse toner utføres høyt oppe og mørke toner langt nede. Det rytmiske i musikken kommer ikke først og fremst til syne ved eurytmistens fotbevegelser. De korte tonene fordrer engasjement og utføres i retning fram mot publikum med klare bevegelser. Lange toner utføres mer drømmende i retning bakover. Takten har betonedde og ubetonedde slag. Et betonet taktslag utføres ved at kroppens tyngde legges mot høyre, ubetonet taktslag mot venstre. Slik skapes bevegelse i alle rommets retninger av melodien opp og ned, rytmens kort og lang og taktens tung og lett.

### **Pauser og motiv**

Eurytmien gjør ikke musikkens notebilde synlig, det er menneskets opplevelse av musikken som er eurytmistens utgangspunkt. En pause oppleves ikke som tom venting, pausen har en veldig indre bevegelse. Derfor utføres pausen eurytmisk ved at hele kroppen forflytter seg videre i rommet. En lignende bevegelse gir synlig uttrykk for det vi opplever mellom to musikalske motiver. Den indre bevegelsesimpuls i musikken ligger ikke på enkelttonene, eller innenfor et motiv, bevegelsen ligger mellom tonene, og aller sterkest ligger den mellom de ulike musikalske motivene.

### **Dur og moll**

Selve akkordklangen er en vanskelig bevegelsesmessig utfordring. Akkordens toner klinger samtidig og oppleves som en klanglig helhet. Steiner mente det var nødvendig å oppløse akkorden i en melodisk tonefølge når det skulle uttrykkes i eurytmien. Vi hører en durklang hvor prim, ters og kvint toner samtidig, bevegelsesmessig kommer den til uttrykk ved at eurytmisten tar et skritt framover (prim) lar høyre hånd bevege seg framover i en tersbevegelse og avslutter med at venstre hånd fanger inn den høyre i en rund kvintbevegelse. Tilsvarende utføres en molltreklang med intervallbevegelsene i retning bakover og mot venstre. Dur stråler ut og fram, moll vender seg innover. Det som klangmessig oppleves som en draging ut eller inn (dur og moll, får i eurytmien sitt uttrykk i en tidsprosess, en bevegelsesrekkefølge. En dissonans kan oppleves som en klang der både dur og moll virker på en gang. Dissonansen er sønderrivende eller sammenpressende avhengig av dens musikalske oppbygning. Ved å bevege seg med et hopp i retning av både dur og moll på en gang kommer en dissonans til syne i eurytmien.

Musikken selv viser at dens mangfold av uttrykksmuligheter ikke har grenser. Det krever lang øvelse før man kan oppleve musikken sterkt og klart, og enda mer krevende er det å bringe denne

opplevelse til uttrykk ved bevegelser. Eurytmisten står i fare for enten å bli for subjektiv eller for uttrykksløs i forhold til musikken. Den rette balansen mellom disse ytterligheter fordrer selverkjennelse, kunstnerisk sans og oppøvet bevegelsesteknikk. Et eurytmistudium tar som regel fire til fem år. Eurytmiskoletiden oppleves av de fleste som en introduksjon til eurytmiens omfattende verden. Eurytmien er et livslangt studium, en livslang øvelsesvei. Det sier seg selv at en slik artikkel bare kan antyde en liten del av eurytmiens virkelighet. Eurytmien må oppleves og utøves av den som vil få en dypere forståelse for dens verden.