Nederlandse Vereniging van Euritmisten

Nieuwsbrief

Voorjaar 2022

Beste collega's,

Hier ligt de voorjaarsnieuwsbrief voor jullie, ditmaal met een persoonlijk plaatje van António Chaves, middels een interview dat is afgenomen door José Vlaar. Verder een bericht uit het werkgebied van António, een ervaring van studente Yutin, een terugblik op de BA pedagogische euritmie door Helga, een degustazione van de vertaling van de tooncursus door Gia, een inhoudelijk stuk van Prokofieff. Er wordt duidelijk hard gewerkt, op alle fronten, en dit soort inkijkjes bij elkaar zijn toch wel bijzonder.

Hebben jullie nog ideeën over wie een volgende keer geïnterviewd zou kunnen worden, of voel je er zelf voor om iemand te interviewen, meld het ons.

Tevens de vraag of jullie leuk foto- of videomateriaal hebben om op de website te plaatsen. Er is daar een speciaal hoofdje voor beeldmateriaal, maar daar staan al jarenlang dezelfde gedateerde foto's onder. We snakken naar verversing. Houd wel rekening met de privacyregels.

Rest ons om jullie allemaal een kleurrijk voorjaar te wensen, met veel bewegingsvrijheid en opvoeringsmogelijkheden!

Hartelijke groet van Renée, Petra, Cori, Carin en Antonio

Siehe, auch ich - lebe

Christian Morgenstern

Uit: Der Feder

Siehe, auch ich - lebe

Also ihr lebt noch, alle, alle, ihr,

am Bach ihr Weiden und am Hang ihr Birken,

und fangt von neuem an, euch auszuwirken,

und wart so lang nur Schlummernde, gleich - mir.

Siehe, du Blume hier, du Vogel dort,

sieh, wie auch ich von neuem mich erhebe…

Voll innern Jubels treib ich Wort auf Wort…

Siehe, auch ich, ich schien nur tot. Ich lebe!

José op bezoek bij António

Beste mensen,

Op onze vorige NVvE bijeenkomst ontstond bij mij het idee, dat het onderlinge contact van de leden meer aandacht nodig heeft. Het is belangrijk dat we elkaar kennen. En dat we een gemeenschappelijk draagvlak vormen met elkaar.

Dat is natuurlijk niet nieuw, namelijk, het is een van de speerpunten van “onze NVvE”.

Toch wilde ik iets extra’s en besloot om een collega, die ik nog niet goed ken, op te zoeken en hem te interviewen.

Misschien heb je daar ook zin in?
En kunnen we steeds in een nieuwsbrief zo’n interview opnemen?
Meld je dan graag voor de volgende nieuwsbrief bij Petra Willigers.

Wie is António Chaves?
Hij is 44 jaar.
Werkt sinds 6 jaar als euritmie leraar op de bovenbouw van het Marecollege in Leiden.
Is bestuurslid van onze NVvE.

Op een zonnige zaterdag middag ging ik bij António thuis op bezoek in Leiden. Een heerlijk rustig, zonnig huis aan het water van de Houtkade. António, met zijn zwarte krullen en stralende ogen verwelkomde mij hartelijk en In de voortuin werd ik uiterst lief begroet door de Franse poedel “Sir Marley” (waarover straks nog iets meer). In hun woonkamer gekomen ontmoette ik Antonio’s vrouw Susanne, zij zat heerlijk rustig op de bank, en voedde hun pasgeboren práchtige dochtertje “Chloé “! (nu al 4 maanden oud).

António is geboren en getogen in Portugal, in de een na grootste stad, Porto (foto), aan de noord/west kust. Hij komt uit een gezin van 4 kinderen, en heeft nog twee broers en een zus. Oma van moeders kant kwam uit Brazilië, waar hij later ook zelf heeft gewoond en gewerkt, en zich thuis voelde. Zijn jeugd jaren beschrijft Antonio als ‘goed maar wel streng’. De 50 jaar dictatuur heeft het Portugese volk gevormd, zo zegt hij, maar het positieve ervan is dat hij daar een enorme stevige basis en heldere discipline aan heeft ontwikkeld. Het voelt dat dit hem zijn onafhankelijkheid heeft gegeven. Omdat de Portugees het leven neemt zoals het zich voordoet, leerde António al heel vroeg de kunst van Improviseren. En deze twee elementen, structuur en improvisatie, bleven de bouwstenen voor wat hij verder in het leven allemaal ondernam en doet.

António was als jong kind al een groot liefhebber van muziek. Dit leidde ertoe dat hij tijdens zijn middelbareschooltijd, naast zijn gewone school ook percussie en Jazz aan het conservatorium studeerde en muziekleraar werd. Op zijn 16e jaar was hij daarmee klaar.

António, ondernemend en nieuwsgierig als hij is, viert het leven. Hij reisde, studeerde en werkte in Brazilië, Rome, Argentinië (Buenos Aires) en Luxemburg, maar wel altijd tussendoor weer terug naar Portugal. Een tijd lang dacht António met alle kennis in informatie die hij opdeed een eigen initiatief

te beginnen met vrienden in Portugal. Een aanzet daartoe werd gemaakt maar na enkele jaren bleek dat toch moeilijk en moest hij het loslaten. Het was ook in deze tijd 1995, dat António in contact komt met de spiritualiteit van “Susila Budhi Dharma”.

In Rome deed António de opleiding voor muziektherapie. Hij werkte er als sociaal werker en werkte er ook met gehandicapte kinderen.

In ’99 in Buenos Aires ontmoette hij voor het eerst de Antroposofie. In deze stad is een grote Antroposofische beweging en er zijn enkele Vrijescholen. Vrienden namen hem mee naar een euritmie voorstelling. Hij dacht niet gelijk; dit ga ik studeren, maar was wel bijzonder geraakt door de vloeiende, zachte bewegingen die hij daar zag.

Door de onrusten in het land moest António weg; het was er te gevaarlijk. Hij ging terug naar Brazilië. Hij leerde daar als muziekleraar de “Capoeira vechtdans-spel-acrobatiek” kennen en ging er les in geven. De basis van deze dans- en muziek-oefeningen kan hij ook nu nog steeds in zijn lessen gebruiken en inzetten.

Uiteindelijk komt António toch in 2012 naar Nederland om Euritmie te gaan studeren. Het integreren In de Nederlandsche cultuur was best wel moeilijk. “ Wie en wat ben ik “, is een vraag die hem stevig bezighoudt. Zo ervaart hij hier in Nederland juist een zekere structuurloosheid, in tegenstelling tot waar hij opgroeide, maar hij vindt zijn plek en kan met zijn bagage juist een passende bijdrage leveren. Hij zit in de kleine groep van studenten die als laatste nog les krijgen in de Riouwstraat. Het leek wel een kleine familie met elkaar, zegt hij, en er werd vaak samen gekookt en gegeten. Het waren twee fantástische jaren. Heel veel gastdocenten, o.a. Werner Barfod, Annemarie Ehrlich en Gia en spraak van Jeffrey. Helaas moesten ze toen mee naar Leiden. António vond het gebouw daar niet geschikt voor de euritmie lessen. Euritmie vraagt om respectvolle omgeving, zo meent hij. Toch studeerde hij in Leiden af met slecht 2 leerlingen (met Sascha). Hij vond het wel fantastisch dat dit mogelijk was. Voor veel mensen bleef hun duo van “Zon en Maan” bij de afsluiting een blijvende herinnering. Op zoek naar de kneepjes van het euritmie-vak in het onderwijs, vond António bij Annemarie Ehrlich mooie praktische aanwijzingen. Hij wilde gewoon héél precies weten waarom en hoe je welke oefening je doet bij een bepaalde leeftijd. Zijn thema voor het afstudeeronderzoek was de Rubicon.

Om de kost te verdienen gaf António nog veel muzieklessen, o.a. op de zgn. Zomerschool, waar hij zijn vrouw Susanne ontmoette, die daar als begeleidster werkte. Maar ook nu nog blijft muziek natuurlijk een belangrijk element in António's leven. Zo kan hij zijn passie voor djembé spelen inzetten op het Marecollege. Hij heeft daar de beschikking over zo'n 40 djembés, en geeft workshops aan leerlingen en docenten. Een fantastisch middel voor communicatie en structuur, zegt hij stralend.

In het Marecollege is António nu heel tevreden. Hij werkt er met nog twee euritmie collega's, Stefanie en Anne. António geeft daar nu 17 lessen van 70 minuten per week. De 70 minuten-lessen vindt hij een heel geschikt voor het lesgeven. Er ontstaat veel meer rust voor de kinderen en ook voor de leerkrachten. Het geheel kan meer ademen. Er is echt tijd voor een goede les. Tijd voor aandacht en respect voor elkaar en voor het vak. In zijn lessen kan hij nu bijv. als het nodig is, beginnen met 5 minuten lekker even op de grond liggen om uit te rusten.

Zijn lessen zijn een compositie van structuur en doorgaande stroom, daardoor ontstaat er nooit gedoe. Momenteel werkt António extra met een groep van 30 kinderen, vrijwilligers uit verschillende klassen, aan een programma voor Witten, waar ze in de zomer naar toe zullen gaan. Een gezamenlijke werktijd vinden is moeilijk, dus komen ze zelfs soms op zondag even naar school om te kunnen oefenen ! Maar… Voor de toekomst maakt António zich sterk om ook voor de 9e klassers de euritmie weer terug in het basisrooster te krijgen, en wel het hele jaar door. Een bijzonder vak op een bijzonder school, dat is toch duidelijk zo zegt hij, en daar wil hij voor gaan!

António is ook mentor van een VWO klas 6. Hij merkt op hoe onze cultuur zoveel waarde hecht aan 'hoe hoger, hoe beter', en hoe de kinderen bijna automatisch in die stroom meegaan, maar ook ziet hij hoe ze hieronder lijden. Dat is echt een zorg. Als voorzitter van de Ondernemers Raad, hoopt hij een bijdrage te kunnen leveren in het keren van dit tij.

Tot slot…. Sir Marley, die lieve bruine poedel, werd in het dieptepunt van de Corona dagen door António en Susanne uit Zuid- Frankrijk opgehaald. Een race tegen de klok!!! Heeeel spannend, want je mocht niet voor 6 uur weg en moést de volgende. Dag weer voor 21.00 uur binnen zijn. Niemand op straat om even de weg te vragen…. Ja …. Dat is António…. In Nederland waren geen honden meer te vinden, en al helemaal niet zo'n bijzonder zuivere poedel. Als pup van 2 maanden mocht hij mee en zijn intrek nemen bij deze twee (inmiddels 3) bijzonder mensen!

Een hartverwarmende middag.

José

Euritmieproject - Metamorfose

António Chaves

Euritmieproject - Metamorfose

“Metamorfose” is een euritmieproject waarmee 32 leerlingen van het Marecollege in Leiden op tournee gaan.

Dit project geeft de leerlingen de gelegenheid om kennis te maken met kunstzinnige en sociale euritmie, om hun leven te verrijken met creativiteit. Dit project biedt hen een plek waar zij, in een veilige en inspirerende omgeving, hun creativiteit leren te gebruiken om met elkaar kunst te maken.

De basisprincipes van de euritmie worden onderwezen op een niveau dat aansluit bij de leeftijd en de ontwikkeling van de deelnemers.

Essentieel onderdeel van de groepsvorming is het optreden voor publiek. Dit project wordt afgesloten met presentaties, waarbij de vorm varieert van een presentatie voor middelbare scholen en Hogeschool Leiden, tot een voorstelling voor een publiek van verschillende landen die deelnemen aan het Internationale Euritmie Forum in Witten, Duistland.

Voorstellingen worden samen met de leerlingen gemaakt en behandelen thema’s die er voor hen toe doen. Artistiek startpunt is de belevingswereld van de leerlingen zelf.

Schets van de bovenbouw-leerling:

Een nieuw gevoel van onafhankelijkheid of zelfredzaamheid is multi-layered en vaak ook tegenstrijdig. Aan de ene kant wordt een vrijheid ervaren die het resultaat is van het losmaken van alle banden, en aan de andere kant kan een jongmens het gevoel hebben op zichzelf te moeten vertrouwen, niet langer ondersteund en geleid door anderen. Deze nieuwe ervaringen in de innerlijke schuilhoeken van de ziel zijn vaak schokkend en kunnen worden vergeleken met die van een pasgeborene wanneer de navelstreng wordt doorgesneden en hij zijn eerste ademteug neemt. Vaak, naast een overweldigend verlangen naar vrijheid, wordt een gevoel van isolatie duidelijk. Vaak gaan gevoelens van het ene uiterste naar het andere en wordt blijde vrijheid een pijnlijk isolement en beweegt de jonge mens heen en weer tussen enthousiasme en dwaasheid.

In dit project wordt gewerkt met een gedicht van Lucebert en muziek van Philip Glass.

De choreografie is van ondergetekende in samenwerking met de leerlingen.

Op stagebezoek bij Carin Boonstoppel

York-Ting Chen, ODDE-voltijd 3

In de eerste twee weken van januari 2022 heb ik onder leiding van Carin Boonstoppel een stoomcursus Pedagogische Euritmie Methodiek/Didactiek voor de onderbouw in de Euritmie Dans Docent opleiding in Leiden gehad. Deze twee weken waren kort en krachtig waarbij Carin ons in een snel tempo door haar pieken van 40 jaren euritmie ervaring in het lager onderwijs heeft meegenomen.

Persoonlijk heb ik erg genoten van de dynamische en vrolijke euritmie lessen van Carin, waarbij ik zelf even in de rol van een eersteklasser tot tiener mocht stappen. Wat ik erg bijzonder vond was de Hollandse eigenheid van volle beweging en nuchterheid en frisheid in haar les, net zoals de wateren, zee, wind en mooie blauwe lucht in Holland. Wat mij raakte en erg enthousiast maakte, was de onderliggende lichtheid en humor. Nu klinkt het misschien een beetje vreemd, het was niet dat Carin alsmaar leuke grapjes maakte tijdens de les. Ernst is een wezenlijk onderdeel in de euritmielessen. Maar er was een dieperliggende laag van speelse humor die ik ervaarde in het bewegen van de tekst, in haar gebaren, of in de houdingen van karakters in sommige sprookjes. Ik merkte dat ik daardoor meer ging opletten, het gaf ook ontspanning en lol in het bewegen tijdens de les. Wanneer we in verschillende rollen stapten, merkte ik ook dat Carin zelf er helemaal in zat en het stimuleerde mij ook om volledig in de rol te stappen. Zo ervaarde ik in deze weken hoe leuk, plezierig en hoe afwisselend een euritmie les kan zijn voor een kind als de docent er met hart en ziel helemaal in staat.

Op dinsdag 18 januari 2022 zat ik met twee andere studenten al heel vroeg in de trein naar Alkmaar. We waren op weg naar onze onderbouwstage ‘kijklessen’ bij Carin, die op de Rudolf Steinerschool zouden plaats vinden. In deze dagen mochten we meekijken om zoveel mogelijk te leren van de praktijk. De week ervoor had Carin de leerstof van alle klassen eerst aan ons gedoceerd en bij de kijklessen zou Carin ongeveer dezelfde stof behandelen met de kinderen. Zo konden we Carin en de stof van een ander perspectief waarnemen en kon e.e.a. aan het voorbeeld zichtbaar worden. Ik was erg enthousiast en benieuwd naar de lessen en hoe de kinderen het zouden opnemen en ervaren. Het was ongelooflijk hoe snel kinderen de leerstof oppikten. Carin deed de oefeningen niet meer dan twee keer voor, of gaf een korte uitleg of opdracht. De kinderen waren bekend met de manier van werken en stonden op scherp. Er was geen tijd om te kletsen, er werd gewerkt! Ze waren Carin natuurlijk gewend en deden toegewijd mee. Vanaf klas 4 stond het lesprogramma op het schoolbord geschreven. Zo konden de leerlingen zien wat er ging komen en ook wat nieuw was. Hiermee kregen ze een stuk 4e-klas-verantwoordelijkheid aangereikt. De kinderen hadden een vaste plek in de kring of een vaste plek in de ruimte, die ze zelf hadden gekozen aan het begin van het jaar. Dit zijn allemaal kleine details, die toch noodzakelijk zijn om een les orde en duidelijkheid te geven, zodat kinderen rustiger en zelfverzekerder in de les kunnen staan. Ik kon waarnemen dat de kinderen zin en plezier hadden in het werk. Ik had veel ‘aha’ en ‘oh’ momenten tijdens de lessen. Hieronder heb ik drie ervaringen beschreven, die ik graag wil delen:

De eerste ervaring was in de kleuter-les, die ik mocht observeren. Carin was de kleuters gaan halen en ik keek zo de ruimte in en het enige wat ik zag was een instrument. Dit vond ik al heel grappig, want in eerdere lessen die ik had gezien, stond er een hele tafel met spulletjes in het midden en dat was er dit keer gewoon niet. Er was ook geen pianist of harpist aanwezig, geen poppetjes of zijden doekjes met bloemen en andere tierelantijntjes. Er lag gewoon simpelweg een gong in het midden van de zaal. Er kwamen toen ongeveer 20 tot 25 kinderen binnen met de kleuterjuf en juf Carin zong

en liep rustig voorop. Bedachtzaam en openhartig volgden de kleuters juf Carin tot ze in een kring stonden. De kleuters deden vol plezier mee en bootsten alle bewegingen na, met de voeten en handjes, tot in de vingers. Juf Carin vertelde een mooi verhaal van de Winterkoning. Ze hadden het volgens mij al een week eerder gehoord, en iedereen deed met volle aandacht en plezier mee. Herhalen is een belangrijk ding bij kleuters en ze vinden het oneindig leuk. Nou, eindelijk was het zover dat de juf op de gong ging spelen voor de kinderen. Met gespitste oortjes en verwachtingsvolle blikken keken de kinderen naar de juf. Iedereen mocht zitten en luisteren. Juf Carin begon met de gong te zwieren en daar, in een moment, ontlokte ze de klank uit het gouden ronde instrument. Een warme klank en een zee van trillingen kwam uit het harde metaal. De juf deinde de gong zachtjes terwijl ze voortbewoog in de kring. De reden waarom zij dit waarschijnlijk deed, was dat het geluid langer door zou galmen in de ruimte en elk kindje het even goed kon horen. Hoe dan ook er volgde een stilte waarbij je een speld had kunnen horen vallen. De klank van de gong was op een gegeven moment niet meer hoorbaar, maar het was alsof het langer voortbewoog in de kinderen zelf. Ik zag het in hun ruggen en houding en het meest in de glinsterende open oogjes en vredige gezichtjes. Iedereen was stil van verwondering en zat rustig na te genieten. De gong ging weer terug naar het midden van de ruimte waarmee het verhaal ten einde was. De kinderen verlieten met de juffen in stilte de ruimte. Nadat de les was afgelopen, zat ik nog even stilletjes na te genieten van wat er nu net plaats had gevonden. De kinderen hadden in de les met juf Carin vele klanken bewogen en op verschillende manieren gelopen. Er waren momenten waarop de juf zong, sprak en zelfs stil was. Vrijwel alle beweging bewogen de kleuters in stilte mee, maar in dit laatste gedeelte was er toch iets speciaals met de stilte aan de hand. Er was een heel intiem moment van stilte waar de kinderen met alle aandacht samen waren. Voor Aziaten is de gong een spiritueel oer-instrument, maar de reactie op het gonggezang, vond ik buitengewoon om te zien. Het was alsof het vanzelfsprekend was voor de kinderen. Ze konden zich helemaal verbinden met de klank. De klank van de gong kan erg doordringend zijn en velen vinden het afschuwelijk. Maar de kinderen stonden ervoor open en ze lieten de toon helemaal binnenkomen. Wat deed de euritmie en de klank met ze? Hoe werd het aangereikt? De kinderen, bewogen zij de klanken? Of bewoog de klank de kinderen? Ik zag beiden gebeuren in de les van Carin en ik vond het erg speciaal.

Een tweede ervaring dat ik wil delen, was een ervaring in klas 4. Juf Carin was bezig met een maat - en ritmeoefening en de meeste leerlingen hadden het ritme al snel goed opgepakt. Er was een meisje, dat echt moeite had met ritme en richting en ze stapte ook nog eens op andermans voeten. Juf Carin stopte voor haar en vertelde aan de klas een verhaaltje over een hond die constant struikelde over zijn eigen voeten omdat hij te snel liep. De truc was dat de hond moest afremmen en toen kon de hond goed zien en lopen en op tijd stoppen. De les liep daarna gewoon vrolijk door, maar tijdens de volgende les merkte ik wel dat het beter met het meisje ging en dat ze op tijd kon stoppen. Wat ik hiervan heb geleerd is dat het gezonder is om ‘het corrigeren van een kind’ indirect te doen of een beeldspraak te gebruiken los van het kind. Dit om een samenhang van zuiverheid en een positief zelfbeeld van het kind te behouden. Als ik terugkijk naar mijn jeugd vind ik zelf dat ik veel te vroeg wakker ben gemaakt en ben aangesproken op mijn fouten en zwakheden. Ik vond het voorbeeld van juf Carin zo’n een mooie oplossing, ik dacht dat ga ik voortaan ook zo doen.

Mijn derde ervaring die ik wil delen, was in klas 6. Toen de leerlingen de euritmiezaal binnenkwamen, was ik overweldigd door de grootte van de gestalte van elke leerling. Gelukkig was de klas in twee groepen gesplitst, anders was de ruimte echt te klein geweest. Je kon duidelijk het verschil zien tussen jongens en meisjes en er was een terughoudende houding naar elkaar toe. De openheid en de harmonie, die je in klas 5 voelde, was helemaal weg. Tijdens de euritmie les werd de klas meer een geheel en kwam het weer een beetje samen. De positieve correcties en complimenten van juf Carin hielpen de leerlingen wel om door te zetten. Er was een springoefening met maat en ritme, waarbij ik

merkte dat ze met behulp van de aanwijzingen van de juf, steeds lichter werden in het lopen en daardoor weer meer opgericht stonden in de kring. Het viel me op dat het strekken van hun lange armen niet meer zo automatisch onbezonnen ging, het leek alsof het ongemakkelijk was en dat ze het gênant vonden. Het was voor zowel de meisjes als voor de jongens een uitdaging om vrij te kunnen bewegen zonder oordeel te hebben over zichzelf of een ander, zonder zich erg bewust te zijn van zichzelf. Gelukkig werden de armgebaren naarmate de les voortschreed steeds vrijer en vloeiender, maar ook daar had juf Carin de hand in. Zij gaf de leerlingen constante motivatie en luchtige complimenten om de leerlingen te motiveren en het ging op een gegeven moment steeds meer de goede kant op. Beetje bij beetje bewogen de meisjes en jongens vrij met stromende zachtheid en zuiverheid. Het was net zo mooi om te zien als bij de kleuters, maar het kostte even wat moeite om los te komen. Juf Carin wees me er later op dat het een groot misverstand is dat jongens niet gevoelig en zacht kunnen bewegen. Ze kunnen het heel goed en hebben net als meisjes een rijke gevoelswereld, die ze meedragen. Ik denk ook dat het een kwestie is van vertrouwen en moed. Juf Carin is iemand die ze al van kleins af aan kennen en die heel speciaal voor hen is. Bij haar durven ze zichzelf te tonen. Om 'het onbezonnen-kind-zijn' nog even in hen terug op te roepen, heeft Carin een leuk plan voor de zesdeklassers. Ze gaan een sprookje opvoeren voor de kleuters. Met de kleuteropvoering als doel, durven de kinderen in een rol te stappen en zich meer te "geven" en kunnen ze nog even in hun onbezonnenheid terug kruipen. Als het gaat om een optreden voor kleuters, zijn ze niet beschaamd en kunnen ze hun schild laten zakken. Ik heb de generale repetities mogen bijwonen, het was echt een cadeau om zo de leerlingen van Carin te leren kennen en te zien bewegen.

Inmiddels is Carin met pensioen, super jammer voor de vele studenten die na mij komen. Ik zou ze absoluut een docent zoals juf Carin gunnen. Hopelijk heeft ze plannen en blijft ze workshops geven. Ik ben ontzettend dankbaar dat ik in een korte tijd zoveel van Carin heb mogen leren. De manier waarop Carin haar euritmielessen gaf en hoe ze om ging met kinderen was super professioneel en toegankelijk voor iedereen. Elke les was een kans voor een feestje en ze maakte ook van haar euritmielessen een groot feest.

Feest ter beëindiging van de BA Pedagogische Euritmie in Nederland

,,Een enkeling helpt niet, maar wie zich met vele op het juiste moment verenigt.“ Goethe

Zo begon het en zo werden de jaren van intensieve samenwerking afgerond.

Collega’s van verschillende euritmieopleidingen troffen elkaar in 2003, om hun drie initiatieven rond de pedagogische euritmie tot een gemeenschappelijke opleidingsimpuls samen te voegen. Het doel was om de aan de Nederlandse euritmieopleiding voorhanden mogelijkheid tot een internationaal erkend staatsdiploma te benutten. De studenten moesten daarbij de grootst mogelijke veelzijdigheid aan persoonlijkheden en werkstijlen beleven.

Twee jaar later, in de herfst van 2005, begon de samenwerking van de opleidingen in Witten-Annen, de „Norddeutschen“ en Den Haag, financieel ondersteund door de „Bund der Freien Waldorfschulen“. Voor Stuttgart, het vierde initiatief dat betrokken was geweest bij de gesprekken, bleek het zinvoller om zelf onafhankelijk verder te gaan.

Organisatorisch ondersteund door het Duitse bureau in Berlijn, was de ontmoetingsplek jarenlang in de Academie voor Euritmie, Riouwstraat 1 in Den Haag, en later de Hogeschool in Leiden.

Wij docenten kwamen uit vele hemelrichtingen; ieder van ons worstelend om een bewustzijnsmatige doordringing van de euritmische kunstmiddelen, met een blik op de ontwikkelings-bevorderende werking voor kinderen en jongeren. Ons werk werd erdoor gekenmerkt dat we afzagen van lange inhoudelijke planningsvergaderingen. Op wonderbaarlijke wijze lukte het telkens weer het „schoolschip“ vanuit een gemeenschappelijke geestelijke oriëntering op koers te houden. De samenwerking bezat ook altijd een zekere magie, omdat we gedurende al die jaren geen dagelijkse collegiale verantwoordelijkheid naar elkaar hadden. Dat bood iedere keer weer opnieuw de kans om de eigen schatten – zonder het scherpe randje van het alledaagse – te mogen schenken. Voor de studenten ontstond er een vrije ruimte om iets eigens te ontwikkelen, begeleid en doelgericht ondersteund door interne en externe coaching in de praktijk.

In januari 2021 werd onmiskenbaar duidelijk dat de structurele voorwaarden aan de Hogeschool in Leiden dusdanig waren veranderd, dat het voor de hand lag het opleidingsproject in deze vorm te beëindigen. Ook omdat er inmiddels andere mogelijkheden tot staatserkenning bestaan, besloten wij om, in het kader van een feestelijke samenkomst, het gemeenschappelijke initiatief weer bewust aan de geestelijke wereld terug te geven.

Bijna exact een maandknoop na het ontstaan van het initiatief, hebben we op 28 augustus 2021, de 272e geboortedag van Goethe, ons besluit met alle aanwezigen bij het feest omgezet in de daad.
In een kring van meer dan 30 mensen, die allemaal op de meest verscheidene manieren voor het tot-stand-komen en doordragen van dit project verantwoordelijk waren, is dit ons gelukt!

In drie delen, verweven door muziek, euritmie en spraak, werd het hoogtepunt het clowneske wijzen naar het stralend licht, doorgeleid in een omvorming van de “ongeschreven passage” uit de “Allgemeine Menschkunde”. We konden de engelwezens die zich met onze impuls verbonden hadden, deze hadden geïnspireerd en meegedragen, bedanken en ze vragen om hem los van de plek en deze speciale mensengemeenschap overal vrij beschikbaar te stellen, daar waar hij nodig is en nagestreefd wordt in een nieuwe vorm. Met een gemeenschappelijk “Halleluja” hebben we daartoe de weg geopend.

De afsluiting werd gevormd door de avondmaaltijd aan het strand van Scheveningen, in het licht van een indrukwekkende, dramatische zonsondergang. De weg naar het strand was, evenals de weg naar het besluit om de opleiding op te lossen, moeizaam, met veel tegenwind; de terugweg was licht, als bevrijd, met de wind in de rug – ieder op weg naar zichzelf, naar zijn huis, open voor nieuw noodzakelijkheden.

Namens het BA-Kollegium, Helga Daniel und Gabriele Ruhnau

Tooneuritmie, zichtbaar zingen- zangdans

Werkboek met vertalingen gebaseerd op
Euritmie als zichtbaar zingen, Rudolf Steiner (februari 1924)
door Gia van den Akker

Toen corona uitbrak, was ik net als vele collega's, aan het zoeken naar zinvol werk vanuit huis. Ik maakte korte instructie filmpjes voor studenten, werkte extra oefeningen op papier uit, in de vorm van een reader, en daarbij vertaalde ik regelmatig korte fragmenten uit de tooneuritmie cursus. We lazen met studenten ook online stukjes uit de tooncursus. Sinds mijn terugkeer uit Italië werd mij regelmatig gevraagd naar toegankelijke Nederlandse literatuur over euritmie. Het leek me een uitdaging de tooneuritmie cursus te vertalen.

Het gaat om de in 1924 gehouden lezingen, werkbijeenkomsten, die werden uitgegeven. Het gesproken woord is dus geschreven woord geworden en stond in een bepaalde context.

Al werkend aan de vertaling merkte ik dat letterlijk vertalen voor de studenten van vandaag niet voldoende is. Ik merkte tijdens het werk aan de vertaling dat zij een toelichting en meer handvatten nodig hebben. Want hoe kunnen we voor studenten en geïnteresseerden dit basiswerk toegankelijker maken?

Zo veranderde het voornemen van pure vertaling naar het schrijven van een werkboek. In een publicatie van de Alanus Hochschule (Raum für Unerwartetes) had ik motieven uit de cursus genomen en die vertaald naar oefeningen voor amateurs. Zo kwamen er twee stromen samen. De motivatie tot het schrijven van een werkboek ontstond deels door de lock-down en het gemis aan Nederlandse literatuur.

Een eeuw geleden daagde Rudolf Steiner zijn studenten uit iedere dag een andere definitie voor antroposofie te bedenken. Tijdens de periode creatief ondernemerschap op Hogeschool Leiden oefenen studenten binnen het onderdeel communicatie om over euritmie te spreken en andere woorden of een definitie voor euritmie te bedenken.

Ik stel als werktitel voor: tooneuritmie, zichtbaar zingen- zangdans.

Elena Zuccoli vertelde tijdens haar zomercursussen (1988/89/90) dat de woord- en tooncursus voor haar als een bijbel zijn. Ze herleest en herstudeert ze en ontdekte op haar 90ste nog weer iets nieuws. Zo vergaat het mij nu ook met de tooncursus en daarom deel ik met jullie de inleiding van dit werkboek en drie fragmenten uit hoofdstuk 1, 3 en 7 waar het om beenintervallen gaat.

Tussen 2009-2015 hebben we de cursus met een aantal collega's doorgewerkt; eerst 2 voordrachten per jaar en daarna een samenvatting in 2 delen. Wie weet heeft iemand zin om het weer op te pakken?

Inleiding:

Tooneuritmie, hier ook zangdans genoemd, werkt met het potentieel van de muziek en de muzikaliteit van de mens. Muziek leeft in iedere mens op lichamelijk, emotioneel en spiritueel niveau en brengt de gehele mens in beweging. Omgekeerd kan de mens door zangdans oefenen innerlijk ritmisch in beweging komen en zichzelf met eigen lichamelijke als zielsmatige, geestelijke impulsen verbinden en deze door zingend bewegen tot uitdrukking te brengen. De mens is zelf als het ware muziek en kan voor alle muzikale elementen zichzelf als resonantie-ruimte ontwikkelen. De muzikale ritmische adem tussen binnen- en buitenwereld, tussen licht en warmte, tussen bewegingsstroom en vorm schept de basis voor het samen bewegen, het gemeenschappelijk zingen en ademen. De tussenruimtes tussen de mensen in beweging zijn gevuld met leven, bewustzijn en klank. Er ontstaat als het ware een bewegingsorkest die tot sociale bewegingssculptuur wordt.

In euritmie als zichtbaar zingen/zangdans wordt tooneuritmie in acht hoofdstukken behandeld, in de volgorde zoals het in 1924 ontwikkeld werd. Deze acht hoofdstukken zijn een compositie op zichzelf en deze compositie is vergelijkbaar met de toonladder - de scala - in de muziek. In de toonladder is er sprake van acht intervaltrappen die ieder een geheel eigen karakter hebben. De acht hoofdstukken van het boek zijn net als de toonladder in tweeën te delen. Het eerste deel (hoofdstuk 1 t/m 4) is zo opgebouwd dat euritmie aan de hand van instructies voor de bewegingen van een enkele persoon ontwikkeld wordt. Er ontstaat een beeld van zichtbaar geworden muziek door de individuele bewegende mens. Het tweede deel (hoofdstuk 5 t/m 8) begint met het thema groeps-choreografie. De uitdrukkingsmogelijkheden worden vergroot door middel van samenspel van meerdere personen in harmonie en polyfonie. Door de groeiende complexiteit wordt de innerlijke flexibiliteit versterkt, een verruiming van het bewustzijn en intuïtief handelen ontwikkeld.

Fragment uit hoofdstuk 1, vertaling:

Taal drukt de verhouding van de mens ten opzichte van de wereld uit.

Muziek drukt de verhouding van de mens ten opzichte van zichzelf uit.

Fragment uit hoofdstuk 3, vertaling:

Wat is het wezen van de muziek? Zijn het de tonen? Zoals ons menselijk lichaam niet de ziel, niet ons Zelf is, zo zijn de tonen niet de muziek. Het wezen van de muziek is wat je niet hoort!

Hoe meer het onhoorbare tussen de hoorbare tonen ervaarbaar wordt en het hoorbare ten dienste staat om het onhoorbare te laten beleven, des te muzikaler is de muziek en des te meer komt de menselijke bezieling van de muziek door de menselijke persoonlijkheid tot uitdrukking. Het is de grote uitdaging om altijd in beweging te blijven; het bewegen van overgangen tussen de vormen is belangrijker dan het maken en blijven steken in vaste figuren en vormen.

Fragment uit hoofdstuk 7, vertaling:

De benen en voeten hebben een vergelijkbare anatomie als de arm en hand maar zonder de aanzet van het sleutelbeen. Bij diep, lage muziek kunnen alle intervallen met de benen uitgevoerd worden. Het is moeilijker uitvoerbaar en vele bewegingen blijven in de aanduiding. Misschien ziet het er niet zo mooi uit maar er worden wel heel veel verschillende uitdrukkingsmogelijkheden geschapen waarmee de euritmie zich dan onderscheidt van andere danstechnieken. In de woordeuritmie worden de benen en voeten ook gedifferentieerd ingezet.

De aanzet van de grondtoon begint in het bovenbeen met zijn aanzet in de heup. De spieren worden aangespannen. De secunde met het bovenbeen Voor de secunde moet de voet loshangen en de boven-voet sterke, strakke bewegingen maken.

De majeur terts met het scheenbeen en de mineur terts met het kuitbeen, met bewegelijke onderbenen ziet het er heel elegant uit.

De kwart met het enkelgewricht, de kwint door de voet, de sext met de boven-tenen en de septime met de onderste deel van de tenen en teentoppen. De octaaf door het draaien van de gehele voet vanuit het hele been.

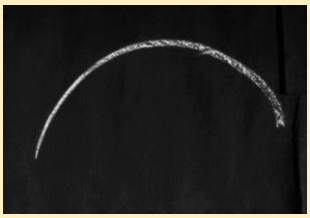
Door het zingen met de benen en voeten onderscheidt de euritmie zichzelf van bekende dansen, omdat het melodische zingen een innerlijk en geestelijker aspect van de muziek is, anders dan de maat en het ritme van waaruit meestal met benen en voeten gedanst wordt. Vergelijk een viool met een contrabas, het musiceren- zingen door middel van de handen en de benen. Hoe is dit toepasbaar?

Eén persoon drukt de diepe tonen tot de kleine c met sterke articulatie in de armen en daarbij ook met de benen uit OF een tweede persoon drukt de diepe tonen met de benen uit. Als een euritmist alle diepe tonen, contra-tonen en sub-contratonen uit wil voeren, kan dat door zo sterk als mogelijk met de benen en voeten deze bewegingen te maken en parallel daaraan op een zachte manier met de armen.

Een andere optie is met benen en voeten krachtig de melodie te euritmiseren en met de armen het geheel met een omhullende, krachtvol ingehouden gebaar te begeleiden (1).

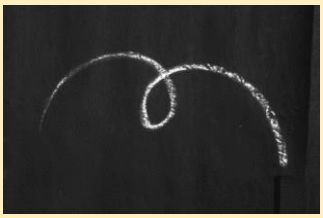
Als de muziek levendiger is kan de beweging van de armen gevarieerd worden (2).

En als het extreem levendig is zo (3).



Figuur 1

Figuur 2



Figuur 3

Zo zijn er talloze manieren om muzikale tonen zichtbaar te bewegen. Zichtbaar zingen/ zangdansen zal niemand tot pretenties (Duits pedanterie) aanmoedigen.

Als deze opties geoefend worden zal ieder de verschillende variaties en mogelijkheden vinden om de muziek gedifferentieerd uit te drukken.

Het komt er wel op aan dat het vanuit het bewustzijn van de toonaanzet gebeurt.

Als het bewustzijn in de verschillende botten van de armen en benen aanwezig is en verplaatst van het ene bot naar het andere zullen de bewegingen mooi worden, want de ziel (het gevoel) is erin aanwezig, de gebaren zijn bezield.

Sergej O. Prokofieff (vertaling Hylck Brands Buys)
"Aanvullende gedachten" uit: De kringloop van
het jaar en de zeven kunsten

Aanvullende gedachten

Wanneer we de kringloop van het jaar beschouwen, kunnen we die beleven als een levend ademproces, dat op het menselijke in – en uitademen lijkt.

Het inademen van het aarde-organisme komt overeen met de neergaande helft van het jaar, die van hartje zomer via de herfst tot de winter loopt, het uitademen daarentegen met de andere helft, van de winter via het voorjaar tot de zomer Het inademen is met het hele verleden van de mensheid verbonden, want het neergaande deel van het jaar representeert tot in de natuurlijk processen toe het binnengaan van het ziele-geestwezen in de materie. Hier wordt de geest vlees. In deze ontwikkeling leeft een grote wijsheid, die door de hiërarchieën in het verleden daarin is gelegd. Die kan evenwel de steeds sterker wordende doodskrachten in de mens en in de natuur niet overwinnen. Ook in de in deze tijd opgenomen gedachten en begrippen kunnen zich niet aan de doodskrachten onttrekken, wanneer ze niet door een architectonische, plastisch-vormende of imaginatieve ontwikkeling van het denken tot leven worden gebracht. Zo laat de herfst ons de grote schoonheid van de vergaande, stervende wereld zien. Maar met dit afsterven is ook de individualisering van de mens verbonden. Als individu probeert de mens om deze mooie en wijze oude wereldorde voor het sterven te behoeden. Dit gebeurt door de kunsten die bij deze helft van het jaar en de daarmee verbonden feesten horen: de ruimtelijke kunsten. De architectuur openbaart de wetmatigheden van het fysieke lichaam, de beeldhouwkunst die van het etherische lichaam en de schilderkunst die van het astrale lichaam.

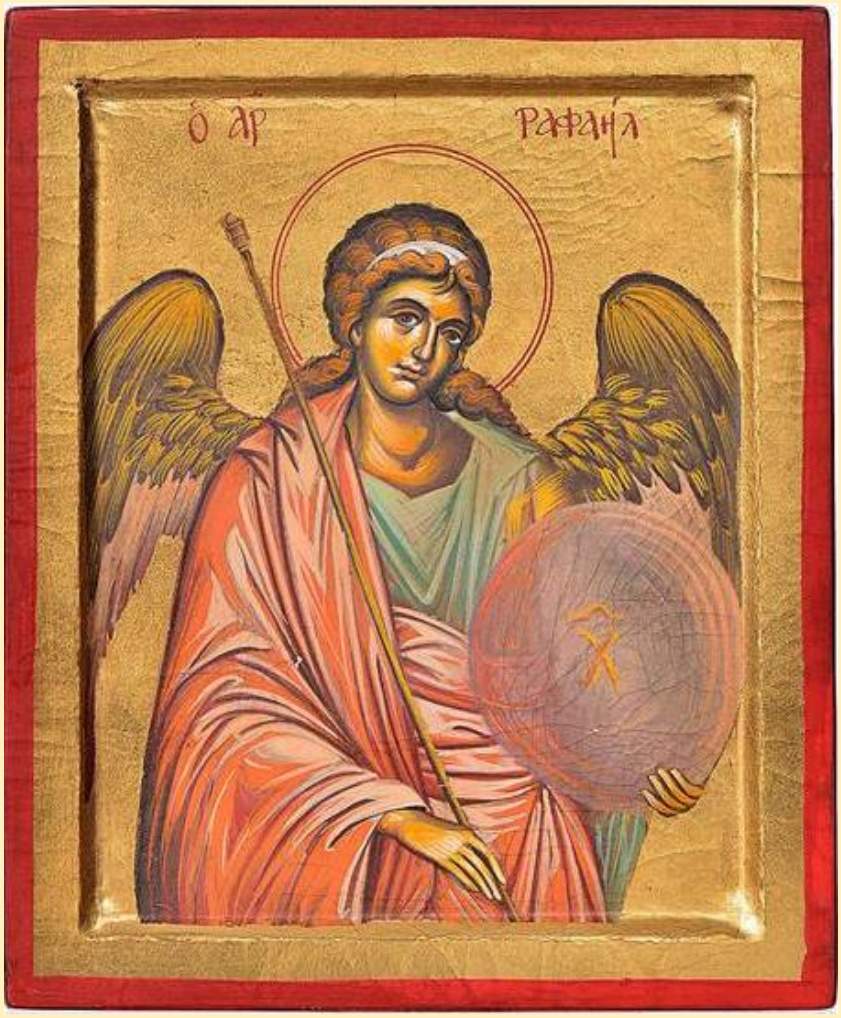
Christus heeft door de overwinning op de dood aan dit verleden evenwel de toekomst toegevoegd. Daardoor krijgen de met de tijd verbonden kunsten van de andere helft van het jaar een nieuwe, naar de toekomst leidende betekenis.

Muziek, woordkunst, euritmie en sociale kunsten brengen niet meer alleen het verleden tot leven, maar zijn op weg om medeschepper van de natuur te worden. Zoals de drie met de ruimte verbonden kunsten ons aan herinneren dat het menselijke uit het kosmische is voortgekomen, zo geven met de tijd verbonden kunsten ons een voorgevoel van het feit dat het geëvolueerde menselijke aan het einde van zijn ontwikkeling naar het kosmische terugkeert. Dit gebeuren komt overeen met de stijgende helft van het jaar. Daarin maakt het ziele-geestwezen zich op natuurlijke wijze van het fysieke los en stijgt het op in het kosmische bestaan. Dat is de weg in de toekomst: doodskrachten die in de natuur en in de mens werken worden door de geest overwonnen, het stervende vlees wordt geest. Dit proces is niet meer met de wijsheid, maar met de wil en met het daarin vervatte leven verbonden. Zo worden de in deze wil rustende toekomstkiemen door de muzikale, dichterlijke en sociale kunsten gevormd en tot verschijning gebracht. Tegenover de individualisering in de andere helft van het jaar staat de sociale impuls van deze helft, die de schoonheid van de toekomstige wereld doet vermoeden. Hier legt de mens de grondslag voor een nieuwe kosmos Rudolf Steiner zei eens dat de neergaande helft van het jaar met de krachten van het karma is verbonden. In het karma wordt het verleden bewaard. Dit komt overeen met het karakter van de ruimtelijke kunsten: als ze eenmaal geschapen zijn blijven ze in de wereld bestaan. De andere

helft van het jaar is verbonden met de vrijheid. Deze helft van het jaar openbaart zich in de tijdgebonden kunsten, die altijd met de directe activiteit van de mens verbonden zijn en zonder medewerking van de mens niet kunnen bestaan.

De muziek neemt binnen de zeven kunsten een middenpositie in: bij de dans neigt ze naar de ruimtelijke, maar bij het zingen naar de tijdgebonden kunsten; daardoor vormt zij een brug tussen deze twee.

Zo wordt zichtbaar, hoe in de ruimtelijke kunsten de laatste resten zijn waar te nemen uit de tijd toen de mens nog zonder toedoen door de hiërarchieën werd geleid. En de tijdgebonden kunsten laten ons vermoeden wat er in de toekomst, ook op sociaal gebied, uit het vrije initiatief van de mens zal ontstaan.



De kringloop van het jaar en de belangrijkste jaarfeesten hebben echter nog een diepere dimensie, die hier niet onvermeld mag blijven. Want de grote jaarfeesten van het jaar zijn ook een aardse afspiegeling van de cultische gebeurtenissen die in de wereld van de hiërarchieën hun oorsprong vinden. In de opklimmende rangorde van de goddelijk-geestelijke hiërarchieën kunnen we in de eerste plaats de engelen (Angeloi) onderkennen, die de afzonderlijke mensen leiden; vervolgens de aartsengelen (Archangeloi), die de leiders zijn van de verschillende volkeren op aarde; en verder nog

de geesten van de persoonlijkheid of tijdgeesten (Archai), die de hele mensheid van tijdperk tot tijdperk leiden. Tot de Archai behoort ook de leidende tijdgeest van onze tijd, Michael, met wiens feest we onze beschouwing van de jaarfeesten begonnen zijn. Van deze drie groepen geestelijke wezens zijn het vooral de Archai, die aan de nog hogerstaande hiërarchieën een offer brengen. Zo staan achter het Michaëlsfeest de offerdaden die de tot de hiërarchie van de Archai behorende wezens aan de direct boven hen staande hiërarchie, de geesten van de vorm, brengen. Daardoor ontstaat een kosmisch oerbeeld van de architectonische kunst. Achter de adventstijd staat in deze zin een volgend offer: dat van de geesten van de vorm (Exousiai) aan de geesten van de beweging (Dynamis). Dit proces weerspiegelt in de plastische kunst, waar een overgang uit de wereld van de vorm naar de wereld van de beweging plaatsvindt. Op dezelfde manier staan achter Kerstmis de offerdaden van de geesten van de beweging jegens de geesten van de wijsheid (Kyriotetes), wat op de zuiverste manier tot uitdrukking komt in de imaginatie van de goddelijke Sofia, de wereldwijsheid. Achter het feest van de Epifanie gaat het samenwerken van de geesten van de wijsheid en de geesten van de wil (Tronen) schuil. Bij de beschrijving van de doop in de Jordaan spreekt het Evangelie over de stem uit de hoge sferen van de Vader, Dat is de sfeer waaruit door het offer van de geesten van de wil de eerste incarnatie van onze aarde ontstond. Op dit oerbegin wijst de proloog van het Evangelie van Johannes. In ons planetensysteem zijn de geesten van de wil met de sfeer van Saturnus verbonden; de volgende hiërarchie echter, de Cherubijnen, gaan daar nog bovenuit en werken vanuit de zuivere sterrenwereld. Deze kracht van de vaste sterren komt in het opstandingslichaam van Christus tot openbaring, dat daarom ook een sterrenlichaam kan worden genoemd. Zo staat achter het gebeuren van Pasen de offervaardige samenwerking van Tronen en Cherubijnen. Daarentegen staat achter de imaginatie van Hemelvaart iets wat met geen enkele planetensfeer is verbonden. Daar offeren de zuivere sterrenwezens van de Cherubijnen zich aan de nog hogere sterrenwezens van de Serafijnen. Daarom moeten we het oerbeeld van Hemelvaart zoeken in de zuivere sterrensfeer, waartoe ook het hoogste aspect van de zon als vaste ster behoort. Met Pinksteren wenden de Serafijnen zich tot deze sfeer, die boven de hiërarchische kosmos ligt en die in de christelijke esoterie de sfeer van de Heilige Geest wordt genoemd. Van daaruit ontvangen zij de geestelijke impulsen, die dan via alle onder hen staande hiërarchieën tot in de aardse verhoudingen kunnen doorwerken. Tenslotte opent zich bij het Sint-Jansfeest de hele aarde voor deze uit boven-hiërarchische sferen afkomstige krachten. Daarom verbindt Rudolf Steiner het Sint-Jansfeest met de openbaring van de Triniteit. De Geest gaat uit van de Zoon, die volledig van de Vaderkrachten is vervuld. De afspiegeling van deze hoogste sferen vormt in het aardse bestaan de derde hiërarchie, op zo’n wijze dat de engelen aan de mensheid de impulsen van de Geest brengen, de aartsengelen de impulsen van de Zoon en de Archai de impulsen van de Vader. Daardoor vindt er van het Sint-Jans- naar het Michaëlsfeest een overgang plaats, waarbij de substantie die vanuit de hoogte in de diepte is ontvangen in een permanent zich voltrekkende cultus door het verder jaarverloop heen haar weg naar boven begint. Bij het Michaëlsfeest offeren de Archai zich aan de geesten van de vorm, in de adventstijd de geesten van de vorm aan de geesten van de beweging, enzovoort.

Zo hebben we in de kringloop van het jaar en zijn zeven feesten de afspiegeling en de openbaring van datgene, wat een grote kosmische cultus genoemd kan worden, die zich zonder ophouden in de wereld van de hiërarchieën voltrekt.

Rufton

Heidi Overhage-Baader

Es geht ein Rufton

durch die Welt

alle Sprachen

sind in ihm versammelt

alle Wesen und Völker

sind in ihm eins

unmissverständlich

kommt dat Grosse

geht durch das Kleine

und Kleinste hindurch

wer Ohren hat zu hören

der höre

ein Rufton ruft

geht durch den Aufschrei

der Weltnacht hindurch