

EURITMIA AZ ÓVODÁBAN

Kolinger Margit

*„Mit málló köre nem bízol,
mintázd meg levegőből...”
(Weöres Sándor: Örök pillanat)*

Néhány személyes vonatkozással kezdem. Húsz évvel ezelőtt e folyóirat hasábjain találkoztam először az első magyar Waldorf-iskola, a Kissvábhegyi Waldorf Iskola bemutatásával. Ugyanabban a számban jelent meg egy kép a solymári Waldorf Óvoda épületéről, ami Makovecz Imre vázlatlatterve alapján készült. Ebben az épületben gyakran megfordultam a posztgraduális Waldorf-óvónőképzés hallgatójaként.

Előadók között szerepelt Makovecz Imre is. Nagy élményt jelentett – többek között – a népi motívumokról, szimbólumokról szóló előadása.

– Mi az euritmia?

Az euritmia a látható beszéd, a látható ének művészete. Mit is jelent ez bővebben? A Magyar Euritmia – Mozgásművészeti Társaság 2001-ben megjelent kiadványából idézve: *„Látható beszéd: az emberi mozgás által láthatóvá vált beszéd”*. Görög eredetű a szó, jelentése: szép, jó, harmonikus ritmus. Lélekkel teli testi kifejezésformát öltő belső mozdulat. 1908-ban jelent meg

Rudolf Steiner kezdeményezésére a Waldorf-iskolai programban.

– Mi a beszéd?

Gondoljunk arra, hogy 30-40 hangzóval képesek vagyunk a világ összes dolgait megnevezni és feltárni.

„Menny betűi, csillagok” – mondja Weöres Sándor. Tudjuk-e a világ betűit olvasni? Hol van a beszéd eredeti ereje, amire János evangélista utal, amikor azt mondja: *„Kezdetben vala az lge és minden Ő általa lett.”?*

Felszabadítjuk-e a beszédben rejlő csodálatos erőket, vagy hagyjuk elsorvadva halott jelrendszeré válni?

A gondolat még az időtlenségben él, ha kimondjuk, az időben hangzik. A beszédben, énekben, a kiáramló levegőt a hangképző szervek mozgásaival formáljuk meg. Az euritmia az egész test mozgásával a tér és az idő világában teszi láthatóvá a hangzó beszédet. Ha az ember egész testével beszél és énekel, a szó, a zene újra tetté, teremtő erővé válik.

Az euritmia létrejöttében hallatlan szerepe volt Rudolf Steinernek, akit a XX. század elején egy újfajta mozgásművészet szükségességének gondolatával kerestek meg. Ez az érdeklődés alapozta meg az euritmia létrejöttét.

Először színpadi művészetté vált, majd a Waldorf-iskolák kialakulása során bekerült a tantárgyak közé, mint művészeti ág. Eza pedagógiai euritmia megszületésének kora.

Harmadik kiemelkedő területe a gyógyeuritmia, mely jelentős hatással bír különböző betegségek, rendellenességek kezelésére.

Negyedik területére az elmúlt években új elnevezést találtak. Ez a szociál



euritmia, mely fogalom rendkívül széleskörű tevékenységet takar. A várandós kismamáknak szóló foglalkozásoktól kezdve a munkahelyi és laikus euritmián át az időskorúakkal való foglalkozásig.

„Az euritmia mozdulatai nem kigondolt, nem megszerkesztett mozdulatok, hanem átfogó, fölénk rendelt mozgástörvényeknek kifejeződései... Sejtészerűen éljük át rajta keresztül a világmindenség és az ember kölcsönhatása-ítás megtanuljuk megismerni az embert, mint mikrokozmoszt a makrokozmoszban”. (Idézet: Ilse Horny – Euritmia – a gyógyító mozgásművészet c. írásából; Dr. Kardos Andorné fordítása.)

Óvodákról

1989-ben jött létre Solymáron az első magyar Waldorf Óvoda, amelyet azután újabbak és újabbak követtek. Ezek az óvodák „szociális anyaöklént” szeretnék támogatni a gyermekek útját a szocializáció folyamatában.

A gyermek ebben az életkorában nyitott, befogadó, minden iránt érdeklődő, mindent észreévő, érzékelő. Olyan, mint egy óriás érzékszerv. Mindent utánoz; nem tud nem utánozni. Ekkor bújjik bele édesanyja cipőjébe, vagy próbálja fel édesapja kalapját.

A Waldorf óvodában a legalapvetőbb, legfőbb elfoglaltságon a játékon kívül olyan tevékenységekhez kapcsolódhatnak, amelyek egy hagyományos otthonra jellemzőek. Főznek, varrnak... , elejétől a végéig követik a különböző munkafolyamatokat. Mindez átlátható képet ad számukra a világról, ami növeli biztonságérzetüket. Ez a biztonságérzet, a kellemes hangulat azt sugározza feléjük, hogy a világ jó. A nevelők, szülők feladata ezt közvetíteni ebben az életszakaszban.

Tevékenységeik közé illeszkedik a mindennapi körjáték, mese, étkezés és a művészeti foglalkozások: rajzolás, festés, gyurmázás, sütés, gyapjúkép készítés és az euritmia.

Az euritmia görög eredetű szó; jelentése jó ritmus. A ritmusnak kiemelkedő szerepe van óvodáskorban. A korszak

végére alakul ki a szív-és a légzés ritmus megfelelő aránya. A jól értelmezett ritmikusság ezt az élettani folyamatot támogatja. A legszélesebb körű ritmikusság, az évszakok váltakozásának ismétlődése, a jeles napokra való felkészülés, az évkör ünnepeinek, az ünneplésnek az átélése óriási hatással van a fejlődő gyermekre. Ugyanilyen szerepe van a heti ritmusnak, heti rendnek, és egy-egy nap ritmusának, melyen végig hat a ki-be légzés folyamata az együttes és a szabad tevékenységek váltakozásában.

Euritmia az óvodában

Rudolf Steiner utalt arra, nagyon fontos egy kisgyermek életében, hogy minél fiatalabban, már három éves kora előtt találkozzon az euritmiával.

Hazánkban akadnak Waldorf intézmények, ahol a gyerekek az óvodába járás előtt „baba-mama” foglalkozáson vehetnek részt, ahol a tevékenységek között euritmia is szerepel.

Az óvodák jó részében heti rendszerességgel tartanak euritmiát. Ezek időtartama a csoport sajátosságait figyelembe véve az év eleji 15 perc körüli időről év végére meghaladhatják a 20 percet is. Az iskolába készülőknek külön foglalkozásokat is tarthatnak.

Az óvodai euritmia meghatározója a mesehangulat; fő szereplői a verses mesék, versek, énekek, néha egy egyszerű hangszer pl.: metallofon.

Az év során az adott ünnepnek megfelelő, vagy az évszakhoz illő euritmia-programot viszek a gyerekeknek. El lehet játszani komplett meséket, vagy verseket és énekeket lehet egy képzeletbeli történet láncára fűzni. Az ismétlés igen fontos ebben a folyamatban, segíti az élmények elmélyülését. Az ismerőség otthonos, jó érzés kialakulását eredményezi a gyermekekben.

A reggeli körjátékhoz hasonlóan az euritmia témája is általában négy héttig ugyanaz. Mindig egy nyugalmas, ülő körből indul, majd körbejárással, énekléssel, kezdő verssel folytatódik. A gyermekcsoport laza halmazban helyezkedik el, hogy időnként újra

megjelenhessen a kör, mint egyetemes, ősi forma. A foglalkozás végén ismét felcsendül a kezdő vers, megadva az euritmia keretét. Közben a kör a ki-be légzésnek megfelelően hol szűkül, hol tágul, majd hullámvonalú lesz. Egyszer lépünk; sarkon, majd lábujjon járunk, máskor toppantunk, dobbanunk, ugrálunk, vagy fél lábon állunk, leguggolunk. Ezalatt a karok tevékenységeként megjelennek az euritmia hangzók. Nem túl sok, verssoronként egy-egy jellemző vagy hangulatában odaillő hangzómozdulat vagy kisebb ujjmozdulat. Nem tudatosítjuk bennük a különböző gesztusokat. Az iskolában majd harmadik, negyedik osztályban sajátítják el igazán az euritmia ABC megjelenítését.

Az óvodában utánzással tanulnak. Szerepet játszik a dinamika, a gyorslassú, a halk-hangos megjelenítése, a vidám és az áhítatos hangulat.

Advent idején az euritmia visszafojtottabb; a tavaszi időszak kiteljesedése során harsányabb, lendületesebb.

Már az óvodai euritmiában megjelennek a térirányok, előttem, mögöttem, fent, lent és az oldalilag.

A testséma, a testföldrajz kialakításában szerepet játszanak az „öltözködés versek”, a fej, a váll, a lábak érintésével. – mikor különböző ruhadarabokat jelenítünk meg.

Kisebb gyerekeknél egy-egy hangzó művészi eltúlzása, a tenyerek érintése hatékonyan fejleszti a tapintó érzéket, amelynek kiemelt jelentősége van ebben az életkorban.

Az óvodai euritmiában szerepe van a fokozásnak is, akár a költészetben.

Ahonnán egy történetben elindulunk, gyakran ugyanoda érünk vissza. Ez is egy fajta biztonságérzetet, otthonosság érzetet kelt a gyermekben, jól érzi magát a bőrében.

Az euritmia szereplői gyakran állatok, törpék, tündérek:

„Tündéréknek tündértánca,
Libben lenge, kecses fátyla,
Tippen apró kis topánka,
Körbejár a tündér tánca.”

(a szerző verse óvodai euritmiához)