

# ПАНЕВРИТМИЯТА

## ПРЕДВЕСТНИК НА НОВИЯ КРАСИВ ЖИВОТ, КОЙТО ИДЕ

Нека първо да кажем, кога се говори за паневритмията с главна и кога с малка буква: Когато се говори за Паневритмията с главна буква се има предвид „космичния висш ритъм“, който изпълва целия всемир с живот и хармония. А когато се говори за паневритмията с малка буква се има предвид конкретен комплекс от тридесет ритмични движения с музика и текст, които се изпълняват сутрин при изгрев слънце. В тези паневритмични упражнения Учителят - Беинсá Дуно́, известен повече с рожденото си име Петър Дънов (1864-1944), е превел на езика на тялото, сърцето и ума на човека „космичния висш ритъм“ в движенията, музиката и текста на упражненията. Затова от една страна, паневритмията която изпълняваме е външна страна, външен физичен израз на нещо Велико, на една Велика Реалност. И чрез нея се влиза в досег с последната, а от друга страна, тя е един начин реален, конкретен и при това красив за физична обнова и за укрепване и облагородяване на ума, чувствата и волята на човека. И именно като реална, конкретна форма паневритмията е метод за самовъзпитание и възпитание на разумните същества.

Но паневритмията е музикален и пластичен израз на „новия красив живот, който иде“. А това е така, защото съвсем неметафорично „Идва нова епоха, която ще представлява космична пролет. Земята и цялата слънчева система сега влизат в нова космична област, която представлява благоприятни условия за събуждане на красивото, вложено в човешкото естество. Трябва да знаем, че пространството е живо, че то е проникнато със сили. И не е безразлично през какви космични пространства се движи слънчевата система. Иде една слънчева култура.“. „Именно тая велика идея за раждането на нов, красив свят на земята лежи като основна идея в тия упражнения. Музиката, движението и говора им са проникнати от нея. С други думи, красивият велик процес, който става днес в колективната душа на човечеството – процес на пробуждане, просветление и освобождение – намира своя външен израз, своя отглас в тия упражнения.“

По този начин паневритмията е в хармония с изгряващите сили в човека и в живота. Те са вложени в нея. Тя ги събужда и подтиква към дейност. А тези сили са на доброто, справедливостта, разумността, хармонията, братството, свободата, космичната любов (човешкото съзнание в своето развитие се превръща в любов), които са включени, са вградени в музиката и движенията на паневритмията. Затова в „литературата по въпроса“ се казва: „Участващите в живия кръг на паневритмията събуждат тези нови сили в себе си и освен това стават и радиопредавателен център, който праща в света тези сили, тия идеи. И последните достигат до всички души и намират отзвук в тях. Чрез тия движения живият кръг на паневритмията праща красив зов в света за обнова, подем и възход!“ Т.е. чрез

изпълнението им ще се събудят мощните сили на възхода и тяхното въвеждане в училищата и в обществото на възрастните ще донесе едно ценно благо: ще имаме здраво и умно поколение, което е готово за работа! Работа? - Работа на всички в едно направление – за добър, хубав и разумен живот на Земята!

Но да се върнем към конкретната форма „паневритмия“, която изпълняваме, като я разгледаме като израз на Движението, Ритъма и Музиката, които проникват Всемира. Разликата с всички други подобни музикално-пластични форми е, че при паневритмията движенията, музиката и текста не са произволна творческа реализация на даден автор, а „Тия упражнения са взети от светилището на посветените, свалени са от висшите области на природата.“. Затова най-правилно е да се каже, че Беинсá Дунó е дал упражненията на паневритмията, а не ги е създал. Следователно, паневритмията е дадена да се изпълнява по точно определен начин съгласно принципите и законите на една по-дълбока наука, която изучава законите на това съответствие между движение, музика и текст. Това означава, че паневритмията е във връзка с Движението, Ритъма и Музиката, които царуват в цялата природа, в която Движението е израз на Живота, в който има един Ритъм на цялото, един „пулс на живота“ на космичния организъм, и който се предава, се прелива във всички части и пълни космичното пространство с Музика, която от своя страна гради и твори във всички процеси на природата. Затова първото изискване към всеки участник в паневритмията е преди всичко да я изпълнява правилно - от това зависи дали паневритмията ще бъде това мощно средство за повдигане на отделния човек и обществото или нейната сила бавно, но сигурно ще загасне с времето! „Нали знаем, че когато радиоприемателят нагоди своята антена в хармония с радиопредавателя, възпирема мислите или музиката, които му се пращат.“ Затова, ако тази „връзка“ се прекъсне, то тогава няма да има нужда да се говори за паневритмията като за „мощно оръжие“ на Любовта. За да не се случи това Учителят се е погрижил да се съхрани правилното изпълнение на паневритмията и под негово ръководство са се публикували трите книги - учебници по паневритмия, от които са всички перифрази и цитати в тази статия:

1. *Беинсá Дунó, Паневритмия, 1938 г.*

2. *Паневритмия, Песни на хармоничните движения, Музика и движения от Учителя, 1941 г.*

3. *Слънчеви лъчи, Музика, движение и говор от Учителя, 1942 г.*

За съжаление, официалното изпълнение и разпространение на паневритмията в България и по света не се съобразява с тези оригинални и одобрени от Учителя източници, но това вече е друга тема.

Нека накратко да кажем за действието на паневритмията върху човека, за което знаем че е „грамадно и всестранно“ - това ще рече благотворно за тялото, ума, сърцето, душата и духа на човека:

- „Чрез паневритмията се влива изобилен живот, животворни струи във всички органи.“

- „Преди всичко те будят у човека чувство на радост; свежест, хармония.

Това е, защото човек усеща, че придобива нещо, че се влива нещо в него при тия упражнения.“

- „След упражненията през целия ден му идват нови идеи, нови подтици. Творческите му сили се разцъфтяват.“

- „Тия упражнения имат и дълбоко психично действие!“. „Когато човек е обезнадежден, разтревожен, обезверен, опечален, тия състояния може да ги трансформира чрез паневритмията.“

- „Паневритмията спомага за развитието на човешките способности и заложби, висшите морални чувства.“

- „... чрез паневритмията... се постига духовен подем, развитие на възвишени мисли, чувства, облагородяване на характера, ...“.

- „Преди всичко се развива усет за ритъм и музикалното чувство!“

- „Чрез нея се развива между другото и естетическото чувство.“

- „... под ритъма на красивите музикални движения на паневритмията ще се измени самата форма на тялото; то ще стане по-здро, по-стройно и по-красиво.“, дори човек ще се подмлади, а някои бръчки от лицето му ще изчезнат;

- „Паневритмията тонира човека, организира и хармонизира вътрешните му сили, координира ги и ги насочва към разумен живот.“

- „Тия упражнения носят мир на земята!“

Поради всички тези причини съвременния образован и интелигентен човек не би трябвало да се смущава от привидно танцувалия характер на паневритмията, от нейната простота на движенията и дори на текста на песните, защото те са израз на „великата простота на мировите закони“, затова и паневритмичните упражнения са спокойни и чисти от външни ефекти. Но защо тези паневритмични упражнения да са за предпочитане пред всички останали упражнения, които древността ни е предала чрез верните си ученици? По този въпрос ще дадем едно по-обширно обяснение:

„В древните мистични школи паневритмията е била метод за възпитание на всички ученици. Те са били възпитавани чрез ритмични движения, свързани с определени идеи и съчетани с пеене.“; те са се прилагали, защото „В древните мистични школи са знаели, какви мощни сили се събуждат чрез съчетанието на думите, музиката и движението. Произнасянето на известни възвишени изречения (мантри) придружавали с песен и специални движения. А това е имало мощно въздействие върху самите тях.“ Затова „... в древните мистични школи паневритмията е била прилагана като метод за възпитание. Но тук трябва да имаме предвид следното: тогава човек е бил в инволюционния период на своето развитие, т.е. в периода на слизване от духовния свят към материалния. А сега той е в своя еволюционен период – в епохата на възлизане.“ А както добре знаем „Историята не е нищо друго освен проявление на човешкия дух. Проявите на човешките култури се менят според епохите, според фазата, в която се намира човечеството... Това е вярно и за паневритмията. Тя по-рано е била инволюционна. Затова ритмичните упражнения на древните мистични школи не са годни за повдигане на

днешното човечество. Днешната паневритмия е еволюционна, има съвсем друг характер и друго действие – отговаря на днешната епоха в развитието на човечеството. Тя е във връзка с новите сили, които се събуждат в човека.“ Именно „новите сили“, които вече споменахме, защото те ще изградят новия човек - човека на новото съзнание и новата култура: „Човешкото съзнание се пробужда за ново откровение, за ново прозрение в дълбините на Битието, за да долови същината на живота – прозрение за великата идея, че всичко е Любов! Тя е създала всички неща. Ние сме потопени в нея... И ние доброволно трябва да приемем Любовта отвън и отвътре. Тя е едничкият ключ, едничкото разрешение на всички въпроси: лични, семейни, обществени, народни и общочовешки.“ Само тогава ще дойде новият живот, в който обществата, народите, расите ще се обновят физически и духовно, ще се развият дарбите и заложите, ще се внесе небивал подем във физическия ни живот и ще заживеем в условията на една по-възвишена, по-благородно, по-хармонична култура. Но за да стане това „особено днес има нужда от един мощен тласък, чрез който да се влеят нови жизнени струи в културата. Това може да стори паневритмията.“.