

Terra, Acqua, Aria, Fuoco:

Il laboratorio alchemico delle famiglie botaniche

29-31 luglio 2016 Bedonia (PR)

Breve sunto delle sessioni di Euritmia

Abbiamo lavorato su alcune qualità dei singoli elementi, cercando di trovare la loro risonanza non solo rispetto alla natura, ma anche rispetto a noi stessi e nella socialità¹, senza tuttavia la pretesa di aver esaurito il tema e le possibili esperienze a riguardo. Non abbiamo lavorato sull'interazione tra i 4 elementi.

Elemento Terra



Forma usata: quadrato



Poesia:

Lavoro

Un tempo

la mia vita era facile.

La terra

mi dava fiori frutta in abbondanza.

Or dissodo

un terreno secco e duro.

La vanga

urta in pietre, in sterpaglia.

Scavar devo profondo,

come chi cerca un tesoro.

(Umberto Saba)

Caratteristica principale: forma, frammentazione, solidità

¹ Precisiamo che negli esercizi proposti non si è lavorato al singolo elemento in maniera assoluta ma sempre rispetto ad una prevalenza relativa (in presenza sempre anche degli altri elementi), così come accade nella vita reale; è anche necessario sottolineare che elementi/temperamenti sono solo una parte di ciò che agisce nell'uomo intero, dai quali non può prescindere in modo assoluto.

Terra, Acqua, Aria, Fuoco:

Il laboratorio alchemico delle famiglie botaniche

29-31 luglio 2016 Bedonia (PR)

Temperamento: Melanconico

Un eccesso di elemento terra (forma) determina fissità, sgretolamento; una carenza invece assenza di concretezza, di solidità

Qualità lavorate attraverso l'esercizio sociale in Euritmia (si potrebbe ravvisare in essi le qualità per portare a concretezza, per "mettere a terra" un progetto comune):

- responsabilità individuale: necessità di essere precisi e agire una forte intenzione per rendere realmente visibile la forma; ad esempio quando ci si è mossi tutti insieme le prime volte si tendeva a seguire la circonferenza (quindi strada curva) anziché ciascuno il lato del proprio quadrato, uscendo quindi totalmente dalla qualità dell'elemento;
- ordine geometrico: necessità di riconoscere il principio molto esatto della forma, incluso la necessità di vedere la croce che si creava al centro nel punto massimo di condensazione della forma (ciò che è solido rispetta un ordine, il logos geometrico, un principio superiore che si rispecchia poi nella forma/materia); questo ha richiesto un elemento di severità/serietà nell'esecuzione;
- con-formazione: perché la forma potesse rendersi visibile era necessario mantenere una relazione con i compagni dello stesso quadrato superando la naturale tendenza alla separazione che strade dritte e spigolose producono (la sostanza per sua natura si frammenta e questo accadeva anche nell'esercizio quando si perdevano le connessioni tra le persone); questa necessità di mutuo-coordinamento si rendeva ancor più necessaria quando i differenti quadrati iscritti nel cerchio comune si muovevano tutti insieme
- bilanciamento tra movimento e fissità: ad ogni angolo vi era la naturale tendenza a fare uno stop, ad arrestare il movimento, ad entrare nella fissità, aumentando così la pesantezza della forma e la separazione tra le parti. Diverso è stato quando, ad ogni angolo, si è provato a mantenere in vita l'impulso al movimento, facendo una pausa (non un fermo); a ciò ha aiutato mantenere in se stessi l'intera immagine del quadrato, di cui un lato è solo una parte di un tutto.

Terra, Acqua, Aria, Fuoco:

Il laboratorio alchemico delle famiglie botaniche

29-31 luglio 2016 Bedonia (PR)

Elemento Acqua



Forma usata: onda



Poesia:

The see

The sea, the sea, the open sea,
The blue, the fresh, the ever free,
Without a mark, without a bound,
It runneth the wide regions round;
It plays with the clouds; it mocks the skies;
Or like a cradled creature lies.

(Barry Cornwall)

Caratteristica principale: fluidità, tendenza a unirsi, a creare superfici

Temperamento: flemmatico

Un eccesso di elemento acqua determina torpore, stagnazione (l'acqua in se non ha impulso al movimento), il crogiolarsi; una carenza mancanza di adattamento.

Qualità lavorate attraverso l'esercizio sociale in Euritmia:

- azione /riflessione: l'esercizio richiedeva un ritmo tra il fare (due strade avanti) e il tornare sui propri passi (una strada indietro). La "retrospettiva" avveniva con tempi più lenti, una coscienza diversa (coscienza sulla schiena) e maggiore accortezza nel ripercorrere indietro la strada curva, senza margini per tagliare la forma o chiudere lo spazio; e poi di novo un cambio, coscienza in avanti etc...;
- presenza nel fluire: nel fluire si creavano incontri che richiedevano comunque presenza, armonia, bilanciamento, adattamento, trattenimento del movimento al momento esatto dell'incontro (la vibrazione è movimento trattenuto)
- lasciar andare: per poter accogliere il nuovo e andare avanti in modo fluido, si è reso necessario lasciare andare; altrimenti la stessa "risacca" non aveva la qualità di un ri-vedere con nuova prospettiva, ma risultava un tornare indietro perché rimasto agganciato
- senso di unità (collegamento): nel fluire vi era un processo che legava ciascun componente del gruppo sia rispetto alla propria corrente che a quella opposta, creando un senso di unità, quindi, a prescindere dalle direzioni, anche polari, dalla distanza, dalla diversità del muoversi, etc.

Terra, Acqua, Aria, Fuoco:

Il laboratorio alchemico delle famiglie botaniche

29-31 luglio 2016 Bedonia (PR)

Elemento Aria



Forma usata: spirale



Poesia:

Nel respiro due forme di vita tu scorgi
D'apprima respiri l'aria
Poi allo spazio la rivolgi
L'una ti opprime
L'altra ti libera
Mirabile miscela è la vita
Dunque ringrazia Dio quando ti opprime
E ringrazialo ancor quando ti libera infine.
(Goethe)

Caratteristica principale: mobilità, elasticità

Temperamento: sanguinico

Un eccesso di elemento aria crea il rischio di perdersi, di essere sempre "in giro"; una carenza l'immobilità.

Qualità lavorate attraverso l'esercizio sociale in Eurytmia:

- relazione con l'anima: per potersi muovere con la dinamicità richiesta, si rendeva necessario liberare la parte mediana; la dinamicità del movimento non partiva dai piedi, ma dalla capacità di essere con l'anima, di entrare nello spazio e di riempirlo
- riempire lo spazio: così come la coscienza (la cui portatrice è l'anima) l'aria riempie lo spazio, senza trascurare neanche un angolo; nell'esercizio si è sperimentato nella necessità di realmente muovere intorno al "pilastro" senza poter tralasciare e poi slancio
- continua tensione: concentrazione-espansione; forza centripeta - forza centrifuga; avvitamento - slancio; avanti-dietro; destra-sinistra
- collegamento con gli altri: l'aria è l'elemento che collega

Inizialmente la forma a spirale è stata lavorata usando dei "pilastri" intorno a cui girare; è stato messo quindi un elemento di forma (elemento terra) che aiutasse a non perdersi e a sperimentare la qualità del movimento dell'aria (elemento peraltro che si manifesta sempre tra oggetti, persone etc.)

Terra, Acqua, Aria, Fuoco:

Il laboratorio alchemico delle famiglie botaniche

29-31 luglio 2016 Bedonia (PR)

Elemento Fuoco²



Forma usata: forma libera ad S con rovesciamento

Filastrocca:

La Fiamma

Io sono la fiamma di rosso vestita
che fischia e scoppietta, che sibila ardita,
che lesta serpeggia, che alzandosi fugge:
io sono la fiamma che tutto distrugge!
Io sono la fiamma che sprizza faville,
che aspira, s'innalza, che schizza scintille;
che scalda, che cuoce, che splende, che fuma:
io sono la fiamma che tutto consuma!
(G.Nosedà)

Caratteristica principale: minima consistenza materiale, pura attività

Temperamento: collerico

Un eccesso di elemento fuoco crea il rischio di infiammazione, distruzione, dissolvimento; nella carenza prevale elemento di freddo

Il tempo per lavorare il fuoco è stato ridotto e l'esperienza che si è voluta prediligere attraverso l'esercizio sociale in Euritmia è stata quella di un elemento fuoco che non fosse "fatuo" ossia che partisse dal basso e non già in aria e che non fosse un gesto esteriore privo di forza, ma che partisse da dentro, che coinvolgesse l'intera figura e l'anima ma senza farla disperdere fuori. Tanto più voglio dare forza verso fuori e verso l'alto a questo calore, tanto più devo essere ancorato e presente. Il parallelo con gli ideali è venuto immediato.

Bibliografia principale

Marti E.: "L'Eterico" Aedel Edizioni Torino 2001

Steiner .: "Il segreto dei temperamenti umani" Editrice Antroposofica 2011

² Da "L'Eterico" di Ernst Marti: " il fuoco come elemento in natura è da tutti conosciuto, è già la congiunzione di forza e elemento. L'elemento fuoco è un'idea , una essenzialità che può manifestarsi nei modi diversi (come l'acqua in tutta la fluidità). [...] ci si deve formare una rappresentazione molto ampia dell'elemento fuoco".