

Музикални аспекти в Паневритмията

д-р Даниела Найденова

Институт за изследване и прилагане на Паневритмията

„Между музиката и седемте цвята на светлината съществува тясна връзка. Всеки цвят има своя специфичен тон и специфично влияние върху човека”

„Паневритмията, която ви показвам, е съчетания между тон, форма, движение, цвят, число и идея”

Учителят Петър Дънов (1864-1944)

Създадената през 30-те години на ХХ век от Петър Дънов Паневритмия или “всеобщ космичен ритъм” вече няколко десетилетия е обект на изследвания и възможните погледи към този български феномен са многопланови и многопластови, тъй като по своята същност тази система е общодостъпен синкретичен комплекс с оздравително, естетическо, педагогическо, философско, социално, психологично и катарзисно-терапевтично въздействие, уникален психотерапевтичен метод и оригинална музикална концепция. Настоящото изследване прави опит да се надникне в някои аспекти на композиторския замисъл по отношение на връзката тон – цвят – човек, като се има предвид общия тонален план на цялата паневритмична система и формираната по този начин концепция за психо-емоционално въздействие и възпитание.

Според автора *„в седемте краски на светлината човек може да разпознае седем велики добродетели, необходими за духовното му повдигане. В този случай отделният цвят е само пасивен израз на дадена добродетел. За да стане тя активна, трябва да мине през центровете на ума.*

Следователно, всеки цвят има стойност тогава, когато е минал през човешкия ум и се е съсредоточил в известен негов център” (2, с. 47).

Макроконструкцията на тоналния план в Паневритмията показва следната схема, в която като основен цвят на съответното упражнение е прието да бъде свързаният с тониката (основния тон, тоналния център):

1. Пробуждане - ла минор, тъмно син / индиго
2. Примирение – ла минор, тъмно син / индиго
3. Даване – ла минор, тъмно син / индиго
4. Възлизане – Ла мажор, тъмно син / индиго
5. Вдигане – Ла мажор, тъмно син / индиго
6. Отваряне – Ре мажор, оранжев
7. Освобождение – Ре мажор, оранжев
8. Пляскане – Ре мажор, оранжев
9. Чистене – ла минор, тъмно син / индиго
10. Летене – ла минор, тъмно син / индиго
11. Евера – Фа мажор, зелен
12. Скачане – До мажор, червен
13. Тъкане – ре минор, оранжев
14. Мисли – Ре мажор, оранжев
15. Аум - До мажор, червен
16. Изгрява слънцето – Сол мажор, светло син
17. Квадрат – ми минор, жълт
18. Красота / 19. Подвижност – ре минор, оранжев
20. Побеждаване – Сол мажор, светло син
21. Радостта на Земята – Сол мажор, светло син
22. Запознаване – Фа мажор, зелен
23. Хубав ден – До мажор, червен
24. Колко сме доволни – Сол мажор, зелен

25. Стъпка по стъпка – До мажор/ ла минор/ Фа мажор/ ре минор, червен/ тъмно син/ зелен/ оранжев

26. На ранина – До мажор, червен

27. Дишане - Сол мажор, светло син

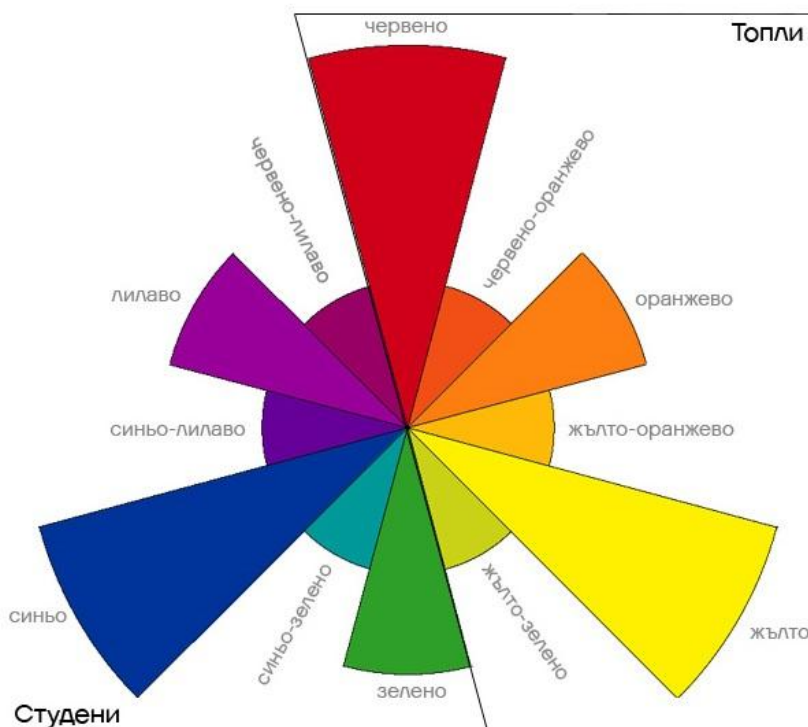
Слънчеви лъчи – ре минор и сол минор, оранжев и светло син

Пентаграм – До мажор

Теорията на цветовете (нем. *Zur Farbenlehre*) е систематизирана от немският писател, поет, драматург, учен, философ и политик **Йохан Волфганг фон Гьоте** (1749–1832) през 1810 г. и включва негови по-ранни описания на явления като цветни сенки, пречупване и хроматична аберация. Творбата му не е възприета добре в средата на физиците, но оказва влияние в сферата на изкуството в цяла Европа и днес се смята за една от най-фундаменталните научни разработки. Гьоте показва основни принципи за

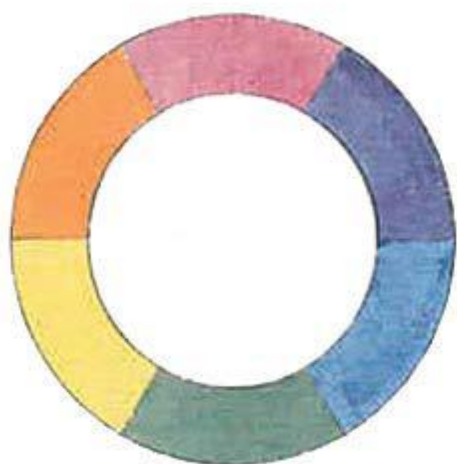
създаване на хармонични цветови комбинации, като връзката между цветовете е представена под формата на кръгла диаграма, наричана още *колело на цветовете*. Един век преди това английският физик, математик, астроном и философ Исаак Нютон (1642-1727) съставя първата диаграма чрез разпадане на бялата слънчева светлина на

Диаграма / Колело на Цветовете



съставните ѝ цветове, а сегашната форма на теорията е доразвита от шведския теоретик и преподавател Йоханес Итън.

На основата на трите първични цвята – червено, жълто и синьо, той разгръща общо 12 цвята: 3 основни, 3 второстепенни (образувани от комбинация в равни съотношения на два основни цвята) и 6 спомагателни (от равни съотношения на основен и второстепенен цвят). Тези комбинации са известни като чисти цветове и се подразделят на топли и студени. Топли са всички чисти цветове, в чийто състав участват червено и жълто. Асоциират се със слънцето и се смятат за активиращи. Студените цветове се формират



от синьото, свързват се с водата и небето и се смятат за успокояващи. Мнението на Гьоте за психологическото въздействие на цветовете е, че топлите тонове предизвикват вълнение и оживление, а студените - слабост и неразрешени емоции.

Въз основа на цветните комбинации се образуват шест вида цветни схеми или конфигурации, които имат различно въздействие.

Монохромната цветова схема използва вариациите за един и същ цвят. Тя създава успокояващ ефект и конкретно настроение. Трудно се подчертават определени елементи, липсват акценти и контрасти. Възприема се много лесно, изглежда балансирана и привлекателна, но не е толкова жива.

Тази схема в Паневритмията можем да открием в началните 10 упражнения (цикълът „Първият ден на пролетта“), където в първите пет основен цвят е тъмносиния (индиговия), тонът „ла“ с неговата вариация в мажор и минор. Като се има предвид, че това е и тонът, с който започва цялата Паневритмия, очевидно авторът търси акцент в областите, за които отговаря. Например, като емоционална проява това е вдъхновение, като

мисловен процес – съзерцание и формиране на вяра като основополагаща добротел, фокусът е към главата като функционален орган в човека.

Музиката в първите 10 упражнения се изпълнява без прекъсване - *atacca*. Размерът е един и същ и в 10-те упражнения – $\frac{3}{4}$, темпото е *Allegro moderato*, умерено бързо, което теоретично изисква бързина, близка до нормалния човешкия пулс. Пълна темпова яснота и точност дава метрономното означение, поставено в скобите до темпото и то подсказва, че един цял такт преминава за една секунда. По този начин протичането на музиката във времето въздейства на играещите успокояващо, сваля напрежението в тялото и осигурява влизане в спокоен и хармоничен ритъм. Това е необходима подготовка за бъдещите слухови и мускулно-ставни натоварвания и емоционални преживявания в следващите упражнения и части на Паневритмията.

Трите редуващи се тоналности – ла минор (1, 2 и 3), Ла мажор (4 и 5), Ре мажор (6, 7 и 8) и отново изходната ла-минорна тоналност (9 и 10) дават основание да се говори за своеобразно рамкиране на цикъла. Връщането на първоначалната тоналност е свързано и с пълно повторение на словесния и нотен текст от първите две упражнения, или с други думи тук говорим за буквална реприза. Идеята и ролята на репризата в музиката е многостранна, но най-често повтарянето служи за затвърждаване на музикално-тематичен материал и обобщение. В случая можем да кажем, че има обобщение на целия процес, започнал в първото упражнение с „Пробуждане“ и завършил с „Летене“. От друга страна се правят музикално-слухови връзки между „Пробуждане“ и „Чистене“ и между „Примирение“ и „Летене“, тъй като заглавията на упражненията не се повтарят. И не на последно място, буквалното повторение не изисква концентрация на вниманието към музиката, както това се появява по-нататък в паневритмичните движения – още в 12 упражнение е необходимо добре да се следи музикалната фраза, за да се изпълнят точно и навреме хореографските фигури. Напротив, тук има

насочване към тялото и неговото движение и към вътрешното емоционално преживяване на играещите, т.е. авторът добре балансира с различните нюанси и ефекти на слово, музика, движение и преживяване – във всеки един момент различна активност излиза на преден план, един прекрасен пример за полифонична драматургия или метафора на човешкия живот. Може би логично би било вместо връщане на музикалния материал да чуем неговото развитие в нещо по-тържествено или победно звучащо, съдейки от заглавието на последното в цикъла упражнение. Но радостта остава приземена на вътрешен план, а не в бурна мелодия, устремена към висините. А още в следващото упражнение „Евера“ идва нова сложна задача, свързана с пространственото разположение на тялото, и за нейното изпълнение авторът ни осигурява съсредоточаване навътре.

Промяната на тоналностите носи различно настроение и оттенък. В четвъртото упражнение идва първата смяна и това е с едноименната мажорна – от ла минор в Ла мажор. Това осигурява повече блясък и светлина в мелодията, без да е необходимо да се излиза от първоначалния тонов обем и тук смяната подкрепя идеята за „Възлизане“. Освен това тук за пръв път се появяват в украшенията в мелодията – тактове 3, 6, 11 и 12, което създава усещане за игривост, повече движение и красота в мелодичната линия.

Ла-мажорното звучене в следващото упражнение „Дигане“ е разнообразено с въвеждането на точкувана нотна трайност и низходяща секундова секвенция – четвъртина с точка на сричките „си-“, „мла-“ и „слън-“ и двукратно повторение на първите два такта с тон по-надолу всеки следващ път. Точкуването създава по-силен импулс за движение, а секвенционното повторение затвърждава в съзнанието съответния мелодичен модел и в същото време внушава лекота и приятно чувство от неколкочкратното прозвучаване на нещо познато. Интересен е смисълът на низходящата посока в секвенцията – подобно на водопад, който излива сила, радост, младост, обич... всъщност отгоре надолу слизат слънчевите лъчи.

Мелодичната линия се обръща рязко във възходяща посока именно след края на секвенцията, тук е и центърът, нещо като идейна кулминация с най-нисък тон – слънчевите лъчи са достигнали земята и се усеща резултата от тяхното въздействие, защото „слънцето вдъхновява и възраства в красота“.

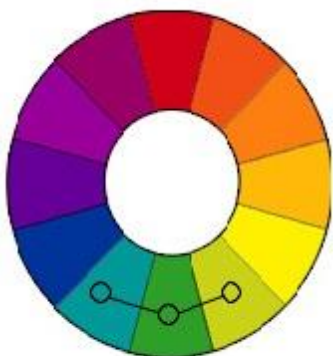
Тук добавяме и схващането на Петър Дънов за мажоро-минорните построения в музиката, като **доказателство за гениалното решение**, което откриваме още в началото на Паневритмията – в един тон (тоналност) да се съсредоточи почти цялата вселена (7 от първите 10 упражнения са с тоника „ла” и използваната съпоставка на едноименни тоналности). „Dur е възходяща гама, която излиза от центъра и отива в периферията. Движението на moll е низходящо, то отива от периферията към центъра. Dur е движение, а moll почивка. Dur приема нещата, а moll ги предава. Понежие мажорната гама внася разширение в човека, а минорната предизвика свиване, то винаги трябва да става преливане, смяна между тях.

Който губи радостта си, той не разбира гамите на Dur, т.е. мажорните. Те са електрични гами на светлината, а moll са магнетични, на топлината. Електричните гами дават височина, а магнетичните – широчина. При широчината човек не може да задържи своята радост, moll е гама на сърцето, а Dur на ума. С мажорните гами човек събира възходяща енергия, радва се. Той трябва да изпрати тази енергия в мозъка да се обработи. Dur означава още и главната мозъчна система, а moll симпатичната.

Какво представляват от гледна точка на музиката процесите излизане и връщане назад, които се извършват в човешкия организъм. Излизането е движение на артериалната кръв или гамата Dur. Връщането назад е движението на венозната кръв или гамата moll. Излизането на кръвта от сърцето или разнасянето из цялото тяло наричаме Dur движение. Като се връща обратно в сърцето, за да се пречисти кръвта става венозна. Това движение на кръвта се нарича moll. Когато кръвта мине през дробовете през Божествения център това е пак движение Dur. Човек трябва да разбира

процесите Dur и moll, за да разбере как става пречистването на кръвта и разнасянето на чиста кръв по цялото тяло. Дишането е също музикален процес, който започва с мажорна гама. Поемането на въздух е Dur, а издишването moll. Също така яденето е Dur, а смилането на храната е moll. Значи чрез мажорната гама се внася живота в хората. В бъдеще, когато човек

постави музиката за основа на живота, той ще разглежда процесите в човешкия организъм като музикални процеси” (2, с. 23-24).



Аналогична

Аналогична цветова схема – използва цветовете, които са в съседство; един цвят е доминантен, а останалите допълващи. Сходна е с монохромната, но предлага повече възможности. Също без контрасти. В Паневритмията я откриваме

на няколко пъти: 12–15, 17-19, 20-22.

Допълваща цветова схема – използва два противоположни цвята от диаграмата. Избира се доминантен цвят за основа, а неговите противоположни са акцентите. Предлага силни контрасти, с което предизвиква внимание и съсредоточаване. Понякога цветовете трудно се балансират.

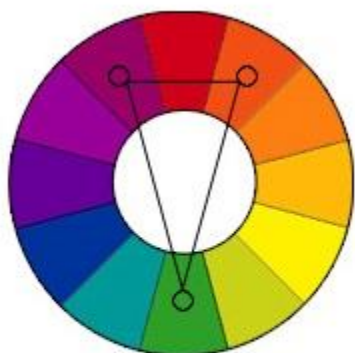


Допълваща

На пръв поглед тази схема не присъства в тоналния макроплан, но нейната проява можем да я открием в постигания вътрешен ефект у играещия Паневритмия. Това най-ярко може да се наблюдава при дългото физическо присъствие на „ла” като тъмносиня краска в цикъла „Първият ден на пролетта”. Когато дълго време наблюдаваме един цвят, неговият противоположен се изработва вътре в нас. В конкретния случай това е тонът ми бемол, жълто-оранжев, фокусиран в далака и отговарящ за изработването на сърдечност, толерантност и щедрост. До

известна степен този цвят е подсилен чрез неговия съседен - Ре мажор (6, 7 и 8), оранжев, с което се балансира тъмносиния цвят, тон „ла” като се предотвратява неговия излишък, водещ до педантизъм или недостиг, свързан с меланхолия.

В същото време тази схема се открива на няколко пъти, но с отклонение половин или цял тон. Например упр. 15-16, 22-23, 26-27 и др.

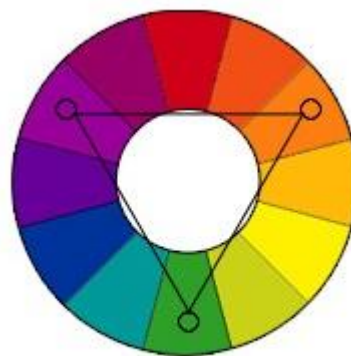


**Разделно
Допълваща**

Разделно-допълваща се цветова схема – вариация на допълващата цветова схема, но вместо противоположния цвят се избират двата съседни вляво и вдясно на противоположния цвят. Осигурява най-силните и красиви контрасти, без да създава напрежението на допълващата схема. Тази схема се

открива в чистия и пълен вид в комбинацията от 20 до 24 упражнение и в съотношението на втория и трети дял „Слънчеви лъчи” и „Пентаграм”.

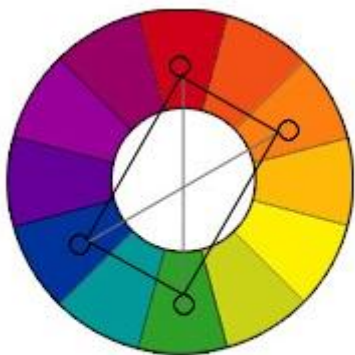
Триадична (триъгълна) цветова схема – използва три цвята от диаграмата на цветовете, които са разположени на еднакви разстояния един от друг. Образува се равностранен триъгълник между цветовете. Предлага визуални контрасти, макар и не толкова силни, както при допълващата, но в същото време е по-



Триадична

балансирана и хармонична. Не се открива в чист вид в Паневритмията в разглеждания макротонален план, но присъства в тоническото тризвучие с отклонение половин тон от правилата на схемата. Също половинтоново отклонение наблюдаваме и при 15-17 упражнения. Което поставя друг съществен въпрос за това какво представлява творчеството – прогресивно развитие, разчупване на рамки (понякога с наличието на дисонанс), обновление, промяна, създаване на нещо не по клише. За отбелязване са две

на пръв поглед взаимоизключващи се тенденции. От една страна структурата на Паневритмията е равномерно и равновесно подредена с цел да се премине през отделните тонове и цветове и в спокоен ритъм да се провокира съгласуването и синхронизирането със заобикалящия ни свят. От друга страна Паневритмията „е съобразена със стимулирането и разгръщането на творческия потенциал у личността.... Материята се подчинява на закони. Истинският живот на духа не е догмата, а свободата на избор и промяна. Правилен избор и промяна има този, който е овладял законите и принципите, за да вдъхне нов живот в себе си и в цялото” (4, с. 13). Или с други думи, целта е връзката музика – тяло – ум да се оживи и функционира в качествен вид.

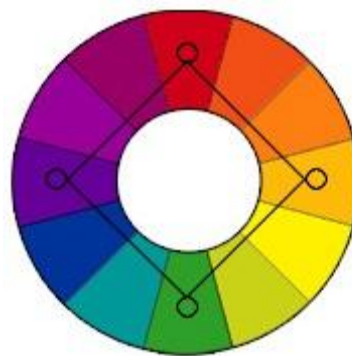


**Тетрадична
(Двойно Допълваща)**

за цветови вариации.

Нейна разновидност е квадратната схема, където четирите цвята стоят на еднакво разстояние един от друг върху диаграмата. При съединяването на върховете им се образува квадрат вместо правоъгълник. Тези форми не присъстват в Паневритмията реализирани в чист и пълен вид в макроплановата концепция, но

Тетрадична (четириъгълна или двойно допълваща) цветова схема - най-богатата от всички цветови схеми. Използва 4 цвята, подбрани в две допълващи се двойки. Избират се два основни цвята и се проследяват техните срещуположни цветове в диаграмата. Най-трудната от всички схеми за постигане на баланс и хармония, но предлага най-големите възможности



Квадрат

анализът на отделните микроструктури вероятно би открил тяхната вътрешна проява в отделни мелодични фрази, макар и с отклонения, както това е в упр. 25 „Стъпка по стъпка”.

Ако продължим с анализа на интерваловото съотношение на тониките на всичките упражнения, откриваме предимно квартово-квинтово такова, както и секундово и терцово. В последвалия цитат можем да открием някои обяснения за подобно решение, имайки предвид, че Паневритмията е създадена като разумна обмяна със силите на живата природа, т.е. редуването на напрегане и категоричност с омекотяване и лекота става по естествените закони с взаимен баланс и свободно проявление. Интервалът е разстояние (в музиката височинно), някакъв път, който се изминава по определен начин. „Интервалите в музиката могат да се разглеждат като елементи. Например, терцата е мек елемент, а секундата твърд. В секундата има дисонанс, който се разрешава в терцата. Този сблъсък, този дисонанс в секундата се явява, защото тоновете са близо един до друг. Като се разрешат в терца става едно укрепяване. В терцата има един потенциал, той е средната нота, която не звучи. Обаче той е най-важен и най-мощен.

Терцата има един връх, от който лесно се слиза в две посоки. Тя има един перпендикуляр, а квартата има два перпендикуляра. Двата върха на квартата ще се съединят или надолу или нагоре и ще се примирят. И квартата, както терцата укрепява нещата. Когато работите на човека започнат да вървят напред към цъфтене, това е кварта. Тя е мъжки принцип, а квинтата е женски... Квартата е на волята и ума, а квинтата е на сърцето” (2, с. 17).

И не на последно място, хармоничността в Паневритмията се постига и като баланс между топли и студени цветове и тоналности – студените (общо 14 упражнения) се появяват в началния цикъл като интензивни петна и натрупвания, след което имат единични появи. В последния случай те са разнообразени с малки групи от топли цветове (12 – 15; 17 - 19). И по този начин се дава един нагледен пример за модела, по който функционират

природните закони и явления в заобикалящия ни свят и следват своя естествен равновесен ритъм.

Използвана литература:

1. Дънов, П. Музика. С., 2008.
2. Павлова, А. Знаковата система на цветовете
(<http://eprints.nbu.bg/1202/1/ZnakSisCvetove-depozitar.pdf>)
3. Учителят. Сила жива. Ново разбиране за музиката. С. 1998.
4. Klassik Stiftung Weimar. Goethes Farbenlehre
https://www.klassik-stiftung.de/fileadmin/user_upload/Sammlungen/Goethes_Sammlungen/Goethes_Farbenlehre.pdf
5. Тилев, Т. Вибрации, ритъм и багри. В: Паневритмия, бр.1/2001, стр. 8-13.
6. Найденова, Д. Възможни стратегии за музикално образование в XXI век. В: Паневритмията като система за хармонично развитие на човека и обществото. Доклади от Трета научна конференция и участия в различни конференции през 2006-2007. С. 2007, стр. 152-158.
7. Найденова, Д. Паневритмията като музикотерапия. В: Паневритмията като система за хармонично развитие на човека и обществото. Доклади от Втора научна конференция С., 2003, стр. 46-51.