

ΑΡΧΑΙΕΣ ΡΙΖΕΣ ΤΗΣ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΙΝΔΙΑ

Λήδα Shantala

Χοροθεραπέτρια, χορογράφος, καθηγήτρια γιόγκα και ινδικού χορού

Τόσο οι αρχαίοι Έλληνες όσο και οι Ινδοί τιμούσαν και απολάμβαναν το χορό με παραπλήσιους τρόπους. Πίστευαν ότι ο χορός ήταν θεϊκής προσέλευσης, δώρο των θεών στους θνητούς και συγχρόνως τρόπος επικοινωνίας μεταξύ τους. Χορός, μουσική και θεάτρο αποτελούσαν στην αρχαία Ινδία τις τρεις πτυχές της ίδιας τέχνης, *Νάτυρα*. Ο *Μπάρατα Νάτυρα* είναι ένας πανέμορφος θεατρικός χορός που άνθησε στη νότια Ινδία και που θα μπορούσε να μεταφραστεί στα ελληνικά ως η τέχνη των ανθρώπων. Επί δύο χιλιετρίδες χρονούσαν μέσα στους ναούς από ίερεις (ντεβαντάσι) και μόνο εδώ και 50 χρόνια η τέχνη αυτή παρουσιάζεται στη σκηνή μπροστά στο κοινό. Παντρεύει το ρυθμό και τη χορευτική δυναμική με τη μελωδία και την ποιητική έκφραση των χειρονομιών, σε συνδυασμό με την έκφραση του προσώπου.

Ο χορός και γενικότερα η τέχνη στην Ινδία, είναι άμεσα συνδεδέμενα με την πνευματική ανάπτυξη του ανθρώπου και ο στόχος της τέχνης είναι η αρύντωση της συνείδησης, τόσο του καλύτερού όσο και του θεατή. Σύμφωνα με τον Πλάτωνα, «η τάξη και ο ρυθμός, αμφότερα αντίκρου στους θεών τα οποία αποτελεί έναν εξαιρέτο τρόπο για να τους τιμούν και να τους δοξάσουν οι ανθρώποι». Χορός λοιπόν θεωρούνταν η μορφοποίηση θεάς έμπνευσης;

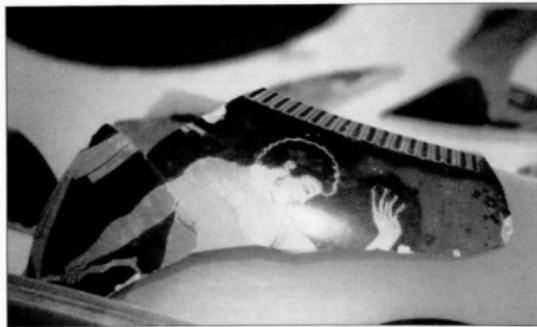
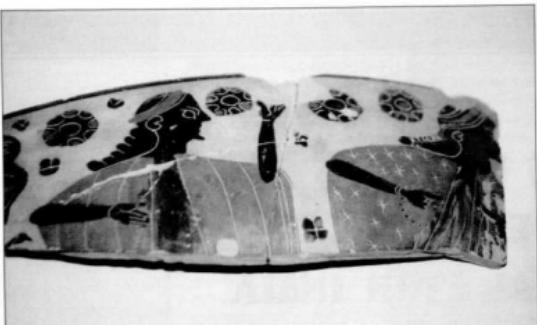
Στην τέχνη και στη λογοτεχνία, όλες οι ελληνικές θεότητες και τα υπερφυσικά άντα το πολύ αυχνά παριστάνονται κα χορεύουν. Τα ίδια ισχύει και για τις ινδωσιτικές θεότητες. Και οι δύο πολιτισμοί θεωρούσαν τους θεούς ως τους πρώτους διδάσκαλους.

Στην Ελλάδα, η θεϊκή μητέρα, η Τιτάνια Ρέα, σύζυγος του Κρόνου, μετέδωσε την τέχνη του χορού στους Κουριτές και στους Κορυβαντες, ενώ η θεά Αθηνά διδάξει στους ανθρώπους το πυρρίχιο χορό.

Στην ινδική παράδοση ο *Μπράμα*, ο θεός που αντιπροσωπεύει την κοσμική αρχή της δημιουργίας καθώς και την υψηστή έκφραση της ομορφιάς, και ζητάει τη βοηθεία του. Ο *Μπράμα* αποφάσισε να δημιουργήσει μια καινούργια βέδα, την *5η βέδα*, το *natya shashtra*. Από τη *5η βέδα* πήρε τη γνωση, από τη *sama* τη μουσική, την έκφραση από τη *gajur* και το *rasa* ή την αισθητική απόλαυση από την *atharva*. Στην πρώτη θεατρική παράσταση έλαβε μέρος και ο *Σίβα*, ο κοσμικός χορευτής, μαζί με τη σύντροφό του την *Πάρβατη*. Παρουσιάσαν μπροστά στους σοφούς και τους ημίθεους τα μυστήρια του χορού. Ήθελαν να δώσουν στους θνητούς μια οπτική

φιάς, προσέφερε την τέχνη του χορού και του θέατρου αρχικά στους θεούς και κατόπιν στους ανθρώπους. Για το λόγο αυτό, ο χορός περιλαμβάνοντας κίνηση, μουσική και χειρονομία θεωρήθηκε ως η κωρωνίδα της ύψιστης γνώσης και ονομάστηκε *Νάτυα Βέδα*.

Η ινδική μυθολογία μας λέει ότι κάποτε οι ανθρώποι έφθασαν σε κοινωνικό και πνευματικό αδιέξοδο και οι βέδες, τα ιερά τους κείμενα, δεν επαρκούσαν για τη διατήρηση της τάξης και της αρμονίας μεταξύ τους. Επέρειν λοιπόν στη *θεό Μπράμα*, που αντιπροσωπεύει την κοσμική αρχή της δημιουργίας καθώς και την υψηστή έκφραση της ομορφιάς, και ζητάει τη βοηθεία του. Ο *Μπράμα* αποφάσισε να δημιουργήσει μια καινούργια βέδα, την *5η βέδα*, το *natya shashtra*. Από τη *5η βέδα* πήρε τη γνωση, από τη *sama* τη μουσική, την έκφραση από τη *gajur* και το *rasa* ή την αισθητική απόλαυση από την *atharva*. Στην πρώτη θεατρική παράσταση έλαβε μέρος και ο *Σίβα*, ο κοσμικός χορευτής, μαζί με τη σύντροφό του την *Πάρβατη*. Παρουσιάσαν μπροστά στους σοφούς και τους ημίθεους τα μυστήρια του χορού. Ήθελαν να δώσουν στους θνητούς μια οπτική



1α, β, γ Θραύσματα αγγείων με απεικονίσεις αρχαιοελληνικών χέρινοντων (Mudras). Από το Μουσείο Ελευσίνος.



γ

διδασκαλία, αφυπνίζοντας τις πνευματικές τους ανησυχίες, γάληνευόντας τις καρδιές τους και ικανοποιώντας τις αισθήσεις τους. Έτοι μοιόν, ο χορός είναι δώρο των αθανάτων και μέσον επικοινωνίας με αυτούς. Ο στόχος μιας χορευτικής παράστασης είναι να μορφώσει τους αμαθεῖς, να φωτίσει τους καλλιεργημένους και να ψυχαγωγήσει τους σοφούς. Είναι μια τελετή προσφοράς, για την ευημερία όλων. Είναι τέχνη ιερή, γιατί ο στόχος της είναι η συνειδητοποίηση της πνευματικής ταυτότητας.

Το τελετουργικό της αρχαιοελληνικής θρησκείας, με μορφή καλλιτεχνικής τελετουργίας, ακολουθούσε τότε συγκεκριμένους αισθητικούς κανόνες και αποτελούσε κατά ένα μεγάλο μέρος τμήμα του αρχαίου ινδικού και ελληνικού θεάτρου. Το θέατρο αντιπροσωπεύει μια μορφή θυσίας, οπτικής –όπως την ονόμασε ο Καλινάσα, ο διάστημος ινδός ποιητής και δραματουργός–, με σκοπό να ευχαριστήσει και να κατευνάσει τους θεούς. Έτοι με τέχνη αποτελώντας μορφή θυσίας, λιγκνία, ήταν πολύ σημαντική για τον κοινωνικό ιστό.

Ο χορός, κύριος εκφραστής της καλλιτεχνικής λατρείας, θεωρήθηκε ιερός. Η ορχηστική ήταν απαραίτητη στους εορτασμούς των ελληνικών μυστηρίων και δεν μπορούσε να υπάρξει μόνη χωρίς την ύπαρξη χορού. Συνειδητά οι πρόγο-

νοί μας χρησιμοποιούσαν το σώμα ως μέσον ολοκλήρωσης, σταθεροποίησης και επεξεργασίας κάθε διδασκαλίας ή εισερχόμενης πληροφορίας, θεώρωντας τη χορευτική τελετή ως διαδικασία αποκάλυψης, εμβάθυνσης και συνέδεσης του ανθρώπου με τον πυρήνα της ύπαρξης.

Η διαδικασία της χορευτικής τελετής διευκολύνει και ενεργοποιεί την ενοιοπίσηση με τη βαθύτερη ουσία μας, επιτρέποντας να συμβεί μια μετατόπιση του νου και της ψυχής. Ετοι με τα καλλιτεχνική τελετή δημιουργεί το μονοπάτι, ανοιγεί τον εσωτερικό χώρο, μετουσιώνεται η ίδια σε πέρασμα, αποκαλύπτοντας την εσωτερική διάσταση της πνευματικής ύπαρξης.

Στην αρχαία Ελλάδα όλες οι θυσίες τελούνται με τη συνοδεία μουσικής και χορού, ενώ κάθε θεόπιτα είχε δικό της τελετουργικό και συγκεκριμένες χορευτικές φιγούρες. Οι διοινυσαίοι χοροί, που ξεκίνησαν από τον μανιώδη μυστικό χώρο των Μαινάδων για να καταλήξουν σε τελετουργική εθμιστοπία, χορεύοντας προς τιμή του Διονύσου. Τα βήματα του κεράτου τιμούσαν το ναό της Αφροδίτης, οι παρθενίες την Ήρα, οι καρύες την Άρτεμη και οι γαλλές τον Άδωνην.

Για να μπορέσει όμως ο χορός να διδηγήσει στην άλλη όχθη, θα πρέπει να επιτελείται με το πνεύμα που διαπνέεται τη λατρευτική τελετή θυσίας προς τους θεούς. Η έννοια της θυσίας ανα-

φέρεται στο ψυχικό δόσιμο και στην αφοσίωση του χορευτή στη διαδικασία του χορού. Μόνο τότε θα μπορέσει να συνειδητοποιήσει παλαιά πρότυπα σκέψης και συμπεριφοράς που αποδειχθήκαν ανεπαρκή ή βλαβερά και να τα «θυσιάσει»-«προσφέρει» στους θεούς προς χάριν νέων. Τα υπό διαμόρφωση μέσω του χορού νέα πρότυπα θα ανταποκρίνονται στις νέες πνευματικές και κινητικές αλλαγές, οι οποίες πήγαιναν μορφή και υπόσταση κατά τη δάρκεια της χορευτικής διαδικασίας, βοηθώντας επίσης το χορευτή να ενεργοποιήσει εσωτερικές πνευματικές και ιαματικές δυνάμεις. Ο ωραπειτικός στόχος της τελετής, και η διαιμόρφωση των διαφορετικών φάσεών της, καθορίζονται και αναπαρίστανται από την προέδρευση σε χορού όθηστα, την οποία η στάση περιέχει και συμπικάνει μέσω στην ακινησία της δόλη την ενέργεια και το έξοδηλωμα της χορευτικής τελετής.

Σύμφωνα με τον Πλάτωνα, ο χορός προέρχεται από τη λέξη «χαρά» και βρίσκεται την προέλευση του στην επιθυμία των νέων ανθρώπων να εκφράσουν συναισθήματα μέσω της κίνησης των σωμάτων τους και ιδιαίτερα συναισθήματα χαράς. Ο Πλάτων θεωρεί το χορό ως εξέλιξη της ψήσης των λεξεών μέσω της χειρονομίας. Ο Σωκράτης που κι ο ίδιος χόρευε τον Μέμφη ελέγει: «Ο χορός διαιμορφώνει έναν ολόκληρωμένο πολίτη. Αυτοί που είναι ικανοί να τιμήσουν αποτελεσματικά τους θεούς μέσω του χορού είναι και οι καλύτεροι πολεμιστές. Ο ρόρος δίνει στο σώμα τις αισθήσεις του αναλογίες».

Η εκπαίδευση στην αρχαία Ελλάδα έδινε ιδιαίτερη βαρύτητα στο χορό. Ο πυρίχος ή οι πολεμικοί χοροί αποτελούσαν τη βάση της σωματικής και πολεμικής εκπαίδευσης. Οι Έλληνες όχι μόνο λάτρευαν τους θεούς μέσω του χορού, αλλά πολεμούσαν χρεούντας και τιμούσαν με το χορό όλες τις δραστηριότητες της ζωής τους από τη γεννήση έως το θάνατο. Ο χορός αποτελούσε βασικό συστατικό στις διαβατηριες τελετές εντολικής, στους γάμους, στις κηδείες, στους δημόσιους και ιδιωτικούς εορτασμούς, στα συμπόσια και σε κάθε ειδούς ακροβατικές παραστάσεις.

Η ελληνική λέξη ορχέσθαι είχε ευρύτερη σημασία από ό,τι σήμερα η λέξη χορός. Νοηματικά είχε στενότερη σχέση με τη σανακριτική λέξη *Nafya* που υποδηλώνει ρυθμικές κινήσεις κάθε έιδους, των χερών, των ποδών, των ματιών και ολόκληρου του σώματος εν γένει.

Ο χορός ήταν αδιάσπαστα συνυφασμένος με τη μουσική και το στίχο. Η ποίηση εκφραζόταν ως χορός. Οι ρυθμικές κινήσεις των χερών, των ώμων, του σώματος, του προσώπου και του κεφαλού του χορευτή, ερμήνευαν τους στίχους που απίγγιγλε ή τραγουδούσε ο ίδιος ή κάποιο άλλο άτομο.

Η μουσική, η ποίηση και ο χορός -μελική, λυρική και χορική ποίηση- ήταν όμεις της ίδιας τέχνης, της μουσικής, της τέχνης των θειών Μουσών. Η λέξη είχε πολύ ευρύτερη έννοια από τη σημερινή λέξη «μουσική» υποδηλώνοντας την πλήρη εκπαίδευση νου και σώματος, τη βαθύτερη ουσία του πολιτισμού. Η τέχνη της μουσικής είναι σχεδόν ταυτόσημη με τη σανακριτική τέχνη Νάτη.

Τόσο για τους Έλληνες, όσο και για τους Ινδούς, οι ρυθμικές κινήσεις των πλανητών στον ουρανό εκτελούν έναν κοσμικό χορό. Τα ουράνια σώματα χορεύουν. Οι θεοί είναι οι πατέρες του χορού. Εμπένουν τους ανθρώπους να πάρουν διάφορα σχήματα στους χορούς τους, όπως και οι ίδιοι παίρνουν διάφορα σχήματα και σώματα στις θειές τους δραστηριότητες. Οι Μούσες επίσης, που συνιθήζουν να χορεύουν ελαφροπατώντας στον Ελικώνα, έχουν το μεριδιό τους στη μορφοποίηση του χορού. Για τον Πλάτωνα όλο τα σύμπτα χορεύει και όλα είναι χαρά. Η Μουσα Ερατώ χορεύει με τα πόδια και το πρόσωπό της. Η Μουσα Πολύμνια εκφράζει τα πάντα με τα χέρια της και μιλάει μέσα από χειρονομίες.

«Ο χορευτής είναι φιλόσοφος», λέει ο Λουκιανός, «γνωρίζει τα θήμα των ανθρώπων και είναι

2. Η Λήδη Shantala
ως «Θέα Αθηνώ».



διερμηνέας όλων των γλωσσών και των θεμάτων». Η τέχνη του απαιτούσε πλήθης ικανοτήτων: την απαγγελία του θησαυρού, τη φωνή του τραγουδιστή και το ρυθμό του μουσικού.

Ο στόχος της μουσικής, όπως και του Μπάρατα Νάτυαμ, είναι παιδευτικός. Στην αρχαία Ελλάδα, το θέατρο ήταν το μέσο για να μεταδοθεί το ευαγγέλιο του Διονύσου. Ο Διοδώρος τονίζει τις σχέσεις του Διονύσου με το θέατρο και θεωρεί τους επαγγελματίες του θεάτρου διονυσιακούς λερεῖς.

Ο προστάτης του χορού στην ινδική τέχνη είναι ο *shiva nataraja*, ο κοσμικός χορευτής δημιουργίας. Λέει: προστατεύει αυτούς που ακολουθούν το δρόμο που ανοίγει το πόδι μου, το δρόμο της ισορροπίας και της αρμονίας. Το σκηνικό ποδί συμβολίζει την πνευματική απελευθέρωση. Η λατρεία του παρουσιάζει πολλές ομοιότητες με τα διονυσιακά μυστήρια και σύμφωνα με πολλούς ερευνητές, οι δύο θεότητες ταυτίζονται.

Ο Σίβαςμος είναι κυρίως μια θρησκεία της φύσεως. Ο Σίβα όπως και ο Διονύσος, αντιπρο-

σωπεύει το γήινο βασάλειο μέσα στη θεϊκή ιεροχρήση και συμβολίζει τη μεταφυσική έννοια της ενότητας των πάντων. Και οι δύο θεότητες ταυτίζονται με την άγρια φύση, τα δάση, τα αμπέλια. Είναι Κερασφόροι, Ερμαφρόδιτοι, διότι σαν πρωτογενείς θεόπτεροι εμπειρίζουν τα αντίθετα, είναι φαλλοφόροι, συμβαλίζοντας το στοιχείο της δημιουργίας. Η λατρεία τους συνδέεται με τον ταύρο, το φίδι, τα βουνά. Ο Σίβα είναι ο ευοιώνας, αυτός που φέρνει ειρήνη, μεδίλιμος είναι ο Διονύσος. Οι οπαδοί του Διονύσου είναι οι Βάκχες, *bhaktas* οι ακλόνουμοι του Σίβα.

Ο Πλούταρχος υπογραμμίζει τα τρία κύρια μέρη του χορού: φορά, σήγμα και δεΐξις.

Η φορά αναφέρεται σε όλες τις κινήσεις του σώματος και του νου. Τα σήγματα είναι οι θέσεις σώματος-νου. Μαζί με συγκεκριμένες συμβολικές κινήσεις των χεριών, τις χειρονομίες (*mudras* στην ινδική παράδοση), απεικονίζουν διαφορετικές θεότητες. Η φορά, που είναι κίνηση, διέγει στο σχήμα, που είναι πάυση. Αυτή η στηγματική χορευτική ακινητία συμπλέκεται ενεργειακά και κρατητικά παραστηματική, γνωστική και σωματική κατάσταση του χορευτή, ο οποίος μέσω της ακινητίας αγγίζει με θεϊκή, μη-λεκτική τη μορφή, όπως ακριβώς συμβαίνει με τη κρήτη των *Mudras*.

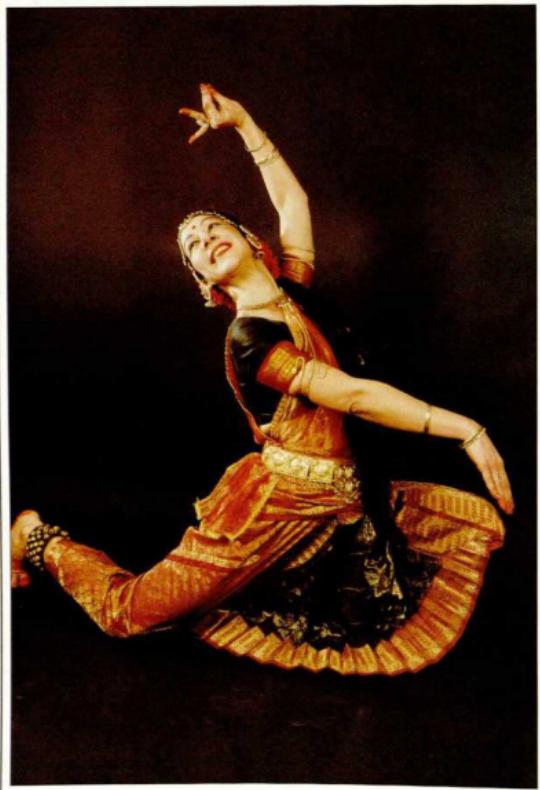
Συνεπώς, η έννοια της κίνησης περιλαμβάνει ακινητία και παύση. Η κίνηση καθεύτη είχε δομηθεί με ένα συγκεκριμένο, λεπτομερειακό τρόπο και συμπύκνωνε πολλές δυναμικές από διαφορετικά κινούμενα μέρη του σώματος. Επιτά, αποκτώντας για μια στηγμή –τη χρονική στηγμή του κρατήματος του σήγματος ή *mudra*– τη στάση ενός συγκεκριμένου θεού (αναγνωρίζομενου από δόλως, κοινό και χορευτές), οι χορευτές βίωνται μια στηγματική ανύψωση της συνειδησής και μια υπέρβαση των προσωπικών ορίων.

Κάθε χορευτική κίνηση και θέση είναι ταυτόχρονα φορά και σήγμα, κίνηση και πάυση. Αυτό το ξεδιπλώμα της ακίνητης θέσης στο χώρο αποτελεί επίσης μια ιδιαίτερη σημαντική έννοια και στη δομή του ινδικού κλασικού χορού *Bharata Natyam*, ως αντανάκλαση και μεταφορά της δυναμικής ακινητίας του κοσμικού χορευτή δημιουργού Σίβα.

Η δεΐξις στην τέχνη της μουσικής υποδηλώνει έναν λεπτομερειακό κώδικα από συμβολικές κινήσεις των χεριών, χειρονομίες, που μπορεί να μεταφραστεί και ως νόμος των χεριών. Είναι παρόμοιος με τον ινδικό συμβολικό κώδικα κινήσεων των χεριών, που ονομάζεται *hastas* ή *mudras*. Για τους αρχαίους Έλληνες, αυτός ο μη-λεκτικός κώδικας επικοινωνίας είχε μεγάλη θεραπευτική και ψυχική σημασία. Πολλοί συγγραφείς έχουν περιγράψει γλωφιτά αυτή τη σωτηρική γλώσσα των χεριών: δεχτύλα φωνήν έχοντα, πολύτροπα δάχτυλα, σκυρτήματα χειρών.

Ο λεσβώνας, φημισμένος συγγραφέας από τη Μυτιλήνη, αποκαλύπτει τους καλιτεχνες χειροσόφους, γιατί κατείχαν μια σοφία, μίλεγε, που μπορούσε να μεταδοθεί μόνο μέσω των χεριών: «Ακούων ἀνθρώποι, ἀ ποιεῖς, οὐχ ὄρα μόνον, ἀλλὰ μα δοκοὶς ταῖς χεροῖς αὔτας λαλεῖν». Η σοφία της γλώσσας των χεριών προσφέρει ένα νέο πεδίο προ-λεκτικής, κιναισθητικής επικοινωνίας που συνδυάζει με έναν νέο τρόπο εγκεφαλικές και σωματικές λεπτουργίες. Για να εκφρά-

3. Η χορευτική κίνηση «Μπάρατα Νάτυαμ».



σοιμε μέσω των χειρών ποίηση, λέξεις, φράσεις, δουλεύουμε σε νοητικό επίπεδο με λεκτικά σύμβολα. Ωστόσο, ο τρόποι εξιτερίκευσης του νοητικού περιεχομένου δεν είναι οι συνήθεις στοματικές, φωνητικές και λεκτικές διαδικασίες που εδράζονται κυρίως στο κεφάλι. Η γλώσσα των χειρών απαιτεί διαφορετικές εγκεφαλικές λειτουργίες και αντικαθιστά τα αντίστοιχα όργανα και λειτουργίες με νέα κινητικά. Τα χέρια, που συνήθως προσφέρονται ως όργανα για τα κράταμε, να δουλεύουμε, να δίνουμε και να πάρουμε, χρησημοποιούνται τώρα για διαφορετικούς σκοπούς και διαδικασίες, με νέους τρόπους, ως μέσα σε έκφρασης χροτευματικής ουσίας. Εταί, αναπτυσσόνται νέοι τρόποι επικοινωνίας που συνδιάζουν χροτευματικά κανόνες με πνευματική συγκέντρωση και συναισθήματα που πηγάζουν από το ποιητικό κείμενο.

Η γέλασα των χειρών είναι πάντοτε εκφραστική και αιωνιηλή. Οι πηγές της βρίσκονται σε ένα βαθύ, μη-διαφοροποιημένο επίπεδο καθαρής, ασχημάτιστης ενέργειας. Αυτό το ενοποιημένο πεδίο, αναλώσιο από εξωγενείς κανόνες, αδιάσπαστο από πολιτισμικούς έξαναγκασμούς, προσφέρει πολύτιμες ευκαιρίες επανασύνδεσης με τον πυρήνα του εαυτού.

Οι χειρονομίες συνιστούν σύμβολα μηνύμων. Με το να διατηρούν ζωντανές τις ανθρωπολογικές, ιστορικές, κοινωνικές και μυθικές αναμνήσεις του παρελθόντος, γίνονται ζωντανά σύμβολα πολιτιστικής και φιλοσοφικής προφορικής μετάδοσης. Σε προσωπικό επίπεδο, αυτά τα μη-λεκτικά σύμβολα οδηγούν τον ασκούμενο καλλιέργη σε πρωταρχική, κιναισθητική μνήμη, προσέρνοντάς τον επίση μια μεθόδο ψυχής και προσωπικής ανάπτυξης.

Η τέχνη της μουσικής ήταν αναπαραστατική και υπαινικτική, διότι αποκάλυπτε το αόρατο μέσω της τέχνης της έκφρασης και των συναισθήμάτων (ή αντιστοίχη ινδική τέχνη έκφραση λέγεται αμπίναγια). Επέτρεψε στο χορεύτη να σκιαγραφεί διαφορετικούς χαρακτήρες και να εκφράζει συναισθήματα διαφορετικής έντασης και χροιάς, διαδικασία παρούσια με την ινδική έννοια ράσα. Η ινδική αντιλήψη πήγαινε από το αρχαϊκό κείμενο Νάτνα Σάστρα, την αρχαία πραγματεία περὶ δραματουργίας, σύμφωνα με την οποία το θέατρο αποτελούσε ιερό επιτεύγμα. Η δραστηριότητα του δράματος, το Νάτνα, παρέιχε στους συμμετέχοντες και στο κοινό την ύψιστη γνώση σχετικά με τη φύση του σπουδαντούς.

Η έννοια ράσα θα μπορούσε να μεταφραστεί ως η πεμπτούσιτης έκφρασης και αποτελεί ένα χώρο πνευματικής και ψυχικής επικοινωνίας κοινού και καλλιέργην, ο οποίος θεωρείται για αμφότερους θεραπευτικός. Αποτελεί στόχο για όλους τους καλλιτέχνες να φτάσουν στο επίπεδο ράσα.

Οποιοδήποτε άλλο αισθητικό προσάρνο, ακόμα και ο ελεγχός των πιο δύσκολων χρεωτικών τεχνικών, θεωρείται ως μέσον και όχι ως ο σκοπός μιας παράστασης. Η απαιτούμενη εσωτερική ένταση για να φθάσει ο καλλιτέχνης σε αυτόν τον εσωτερικό χώρο επικοινωνίας αποκτάται από τη συνεχή προσπάθεια σύνδεσης του χορευτή με τα βαθιά συναισθήματά του, διαδικα-

σία η οποία αποτελεί μέρος της τέχνης της έκφρασης, αμπίναγια.

Τόσο για τους αρχαίους Έλληνες όσο και για τους Ινδούς, η τέχνη κατέχει μεγάλες θεραπευτικές ικανότητες εξαντλισμού τόσο για τον καλλιτέχνη όσο και για το κοινό. Θεωρείται πνευματικό μονοπάτι, σάντανα, αυτογνωσίας και συνειδητοποίησης που οδηγεί στο Αιώνιο, Ακίνητο, Αμφόφι και ίματς Κινουμένο Θείο.

Με την έλευση του χριστιανισμού στην Ελλάδα, ο χορός απαγορεύτηκε από τους ναούς και έτσι η τέχνη των Μουσών έχασε τον πρωταρχικό χαρακτήρα της. Το 527 μ.Χ., όταν η εταιρά και χορεύτρια θεοδωρά του Βυζαντίου, η ιστορία του ελληνικού χορού, τουλάχιστον συμβολικά, έλαβε τέλος. Ετσι στην Ελλάδα η πρωταρχική αυτή τέχνη έσβησε. Αντιθέτα στην Ινδία, οι αρχαίοι ιεροί χοροί, τόσο συγγενείς με τους αρχαίους ελληνικούς, εξακολουθούν να υπάρχουν και να διδάσκονται.

Τόσο οι Μάτρατα Νάτναμ όσο και η μουσική, η τέχνη των Μουσών, εξαπίας της ολιστικής προσέγγισης τους, προσφέρονται σήμερα ως παραδίγματα μιας τέχνης που σεβεται και τιμά την εξελικτική διαδικασία του ανθρώπου ο οποίος αναζητά μέσα από όλες τις δραστηριότητες της Ζωής να ανακαλύψει και να βιώσει τον πυρήνα της υπαρχής του. Καθώς από τη φύση τους ανήκουν στο πεδίο των τεχνών αλλά και της θεραπευτικής, μολονότι αρχαίες, αυτές οι τέχνες περιλαμβάνουν εντελώς σύγχρονες ιδέες για τη διφύη φύση της τέχνης, ως ψυχαγωγικής και θεραπευτικής μεθόδου προσωπικής ανάπτυξης.

The Ancient Roots of Dance-therapy in Greece and India

Lida Shantala

Ancient Greeks and Indians equally honored and enjoyed dance in similar ways. They believed that dance had a divine origin, it was a gift from gods to humans and at the same time a common way of communication.

In Greek and Hindu art and literature all the deities and the supernatural beings are very often represented dancing, therefore it is not strange that both civilizations have regarded gods as the first teachers of dance.

Dance was an indispensable component of the rituals of the ancient Greek mysteries and was accompanying every initiation rite.

As a result, the artistic rite creates the path, opens the inner human world and is in itself transmuted to a transition, by revealing the inner dimension of the spiritual existence.

Dance (χορός), according to Plato, derives from the word joy (χαρός) and springs from the desire of the young people to express sentiments, especially sentiments of joy, through the movement of their bodies. He also considers dance as the evolution of the mimicry of the words through gesticulation.

The ancient Greek word *orchesis* had a broader meaning than the word dance has today and it was closer in meaning to the Sanskritic word *Natya* that signifies rhythmic movements of every kind, of hands, feet, eyes and of the entire body in general.

So much for the ancient Greeks as much for the Indians art possesses great healing abilities, since it can purify both the artist and his audience. It is considered to be a spiritual path, a *shantana*, of self-knowledge and self-consciousness that leads to the Eternal, the Immovable, the Shapeless and, nevertheless, the Moving God.

The sacred art of dancing has died in Greece, but it continues to exist in India, where it is transmitted from teacher to disciple until today.