

ИСТОРИЯ НА ПАНЕВРИТМИЯТА

(Следващият текст представлява откъс от книгата „Паневритмия, здраве и благополучие. Един български модел за двигателна активност“, предоставен за публикуване на Официалния сайт за паневритмия на Общество Бяло братство <http://panevritmia.info/> от авторката Л. Червенкова)

Възникване на паневритмията¹

Музиката, движенията и някои от текстовете на песните на паневритмията са резултат от дългогодишна работа на П. Дънов. От 1922 г. той създава някои от песните, които по-късно стават част от упражненията от първия дял на паневритмията. Все пак в по-голямата си част упражненията на първия дял започват да се оформят като съчетание от музика и движения и да се практикуват общо не по-късно от 1932 г. (Савова, 2002, с.34).



Паневритмия на Рила планина в присъствието на П. Дънов
(Снимка – архив на Общество Бяло Братство).

Повечето текстове за песните на първия и втория дял на паневритмията са написани по поръка на П. Дънов от две поетеси. Олга Славчева е написала стиховете към песните на повечето упражнения от първия дял, а Весела Несторова – повечето стихове към втория дял на паневритмията. Първата книга за втория дял на паневритмията е публикувана през 1942 г. (Дуно, 1942).

В началното създаване на първите 28 упражнения от паневритмията те са били наричани „упражнения“ (Дънов, 1999, с. 21, 41) или „музикални гимнастически упражнения“. От 1933 г. е първият съхранен неофициален документ, който е озаглавен:

¹ Не намерихме нито една научна публикация, която да прави пълно обобщение относно историята на паневритмията и затова сметнахме за нужно да направим сравнително кратко описание в тази насока.

„Най-новите гимнастически музикални упражнения“² и описва упражненията на паневритмията в един по-ранен етап, когато все още тя не е завършена (сп. „Житно зърно“, бр.26, 2012). По-късно, след недълъг период на промени, усъвършенстване и допълване на първия дял, се добавя и упражнението „Пентаграм“³ (третия дял на паневритмията) и така наличните два дяла от паневритмията са публикувани (Дуно, 1938).

Вторият подред дял на паневритмията, наречен „Слънчеви лъчи“, хронологически е създаден последен – през 1941 г. Този дял е по-сложен в хореографско отношение и като цяло музиката му е в типичния за българската народна музика неравноделен размер 7/16 (Дуно, 1942). С това приключва създаването на Паневритмията като цялостна система от упражнения.

Печатни издания за паневритмията

След един начален период на оформяне, комплексът от наличните паневритмични упражнения все пак е придобил сравнително постоянен вид⁴, защото през 1938 г. е публикувана първата книга „Паневритмия“ с описание на нейните първи и трети дял. Книгата съдържа обширен предговор и за принципите на паневритмията, приложение с нотния текст на музиката и описание на движенията на упражненията. Музиката от това първо издание на паневритмията е преиздадена през 1941 г. и е допълнена с текста на песните, както и с преработен текст за принципите на паневритмията, във втора подред книга „Паневритмия“ (Дуно, 1941).

Описанието на движенията в книгата от 1938 г., направено от Милка Периклиева, има съществени недостатъци поради липса на професионална подготовка в описанието на движения и в областта на музиката на авторката. И действително, не е възможно да се възпроизведе правилно и точно изпълнението на описаните движения по описанието от 1938 г., ако човек не ги знае предварително, за да компенсира пропуските в текста. Затова по-късно авторски колектив от двама музиканти с професионална подготовка (Мария Тодорова и Катя Грива), опитен педагог и стенограф (Елена Андреева) и балерина с професионална хореографска подготовка (Ярмила Ментцлова) описва отново, но много по-качествено, първия дял на паневритмията. Важно е също, че трима

² От публикувани през 2002 г. дневници на Т. Савова се вижда, че още през 1932 г. думата „паневритмия“ е била позната (Савова, 2002, с.34). През 1935 г. в статия, озаглавена „Паневритмия“ с автор Боян Боев (сп. „Житно зърно“) за първи път се публикува названието „паневритмия“.

³ През 1922 г. в така наречения „клас на добродетелите“ П. Дънов говори за фигурата „пентаграм“ и съответствието ѝ с човека и за добродетелите, които тя символизира (Дуно, 1998).

⁴ Известно е, че П. Дънов е правил подобрения в паневритмията и през следващите години. Например в упражнение „Пробуждане“ лично той е променил описаната в книгата от 1938 г. крайна позиция на горните крайници, когато са хоризонтално встрани (разгънати в лакетна става) с длани нагоре, в нов, по-късен вариант с длани надолу. Според споделеното в интервю от Мария Славова (музикант и поредно поколение от семейство последователи на П. Дънов), известно е било от спомените на хора, присъствали на създаването на паневритмията, че упражнението пентаграм (третият дял на паневритмията) в началото се е изпълнявало като са се движели напред за първото изпълнение (от общо петте изигравания на фигурата), а после, след кръгом в обратна посока, са изпълнявали втория пентаграм на същото пространство, но движейки се в обратна посока (общо погледнато за пентаграма) и т.н.; но П. Дънов е направил усъвършенстване и са започнали да изпълняват третия дял, придвижвайки се в кръг. Има данни и за други такива неголеми усъвършенствания в движенията на паневритмията, които е правил авторът след издаването на книгата „Паневритмия“ през 1938 г., освен че е създал през 1941 г. цял нов дял и го е поставил по ред на изпълнение между съществуващите вече два дяла. Затова (както и поради твърде недоброто качество на описанието на движенията в първото издание от 1938г. и възможността то да има технически и печатни грешки) може да се каже, че стремежът на някои отделни лица за сяло придържане само към описанието на движенията в изданието „Паневритмия“ от 1938г. (под претекст, че само то показвало паневритмията така, както е създадена от автора ѝ) според нас е плод на некомпетентност.

от четиримата (без Я. Ментцлова) автори на това много добро от гледна точка на описанието на движенията пособие, са дългогодишни ученици в школата на П. Дънов и са присъствали при създаването и последващото практикуване на паневритмията заедно с автора. Тяхното описание е направено в годините на тоталитаризма в България, когато не е било възможно издаването му, затова само е съхранено и се публикува за първи път в книгата „Паневритмия“ от 2004 г. (Дуно, 2004). След 1989 г. у нас са достъпни още няколко книги с описания на паневритмията от отделни ученици на П. Дънов. Книгата „Паневритмия“ (Дънов, 1993) е написана от Крум Вържаров и М. Митовска и съдържа най-доброто описание на третия дял – „Пентаграм“. Друг ученик в школата на П. Дънов – Илия Узунов е съставил ценно, но все още неиздадено описание на първия дял на паневритмията.



Паневритмия на Рила планина (Снимка – архив на общество Бяло Братство).
На преден план са Елена Андреева (вдясно) и Мария Тодорова (вляво)

Тъй като паневритмията съдържа едновременни непрости движения на горните и долните крайници, изпълнявани и извън основните равнини на движение и съгласувани с движения на цялото тяло, прецизното ѝ текстово описание е трудно. То още повече се усложнява от необходимостта да се опишат тези движения по тактовете (и времената) на музиката, за да е ясно точното съчетание на движенията и музиката. Тази значителна сложност в създаването на ново описание на паневритмията и огромният труд и време, които се изискват за написване, проверка на написаното и коректно издаване (т.е. да са изключени каквито и да било грешки в набирането и печата, за което смятаме, че при първите издания е било почти невъзможно), ни показват значителните трудности, които са стояли и стоят пред авторите, описващи движенията на паневритмията. Би могло да се разчита с по-голяма сигурност, че подобна книга за паневритмията няма да има грешки, ако е била преиздадена от авторите след нейното достатъчно и задълбочено ползване от други компетентни професионалисти (които са във връзка с авторите и биха ги уведомили за своите забележки), за да може да се установят вероятно допуснати грешки в първото издание и те да бъдат коригирани във второто издание. Такова преиздаване от авторите на най-значимите първи книги (или текстове) за

паневритмията⁵ не се е случило с описанието на движенията ѝ. Само *музиката* на паневритмията и текста за принципите ѝ са преиздадени между 1938 г. и 1944 г. в книгата „Паневритмия“ от 1941 г.

Смятаме за необходимо да се оценява *степенна на надеждност на различните описания* на паневритмията по множество критерии. Най-важните от тях са: произход, качество и давност на авторските познания (практически и теоретични) за паневритмията; наличност на подходяща, достатъчна и многостранна квалификация на автора/авторите; брой автори – сработените екипи са предимство поради възможност за по-тясна и по-силна специална компетентност и повечето гледни точки при проверката на текста; предишен опит на автора в създаването на подобни описания; детайлна запознатост с историята на създаването и философията на паневритмията; достатъчно време за подготовка на описанието; възможност за контрол от автора поне до момента на издаването; други специфични обстоятелства около създаването и печата на текста; налично ли е второ издание след достатъчно ползване от компетентни лица и др. Поради самата сложност на създаването на текстово описание на паневритмичните упражнения (особено на първо по характер описание) и високите изисквания, които това поставя към авторите му, можем да разберем защо между някои от наличните и приети за значими (по гореспоменатите критерии) описания има известни неголеми разлики в описанието на отделни упражнения. Още повече, че за някои от тези разлики със сигурност се знае, а за други се предполага, че се дължат на това, че П. Дънов до 1944 г. е усъвършенствал определени детайли в движенията на първия и втория дял на паневритмията и след първото ѝ издание от 1938 г.

Обучението по паневритмия в нашето изследване е съобразено с книгата „Паневритмия“ от 2004 г. (Дуно, 2004), чиито описания на движенията и за трите дяла получиха от нас най-висока оценка по описаните по-горе критерии.

През годините след 1939 г. са издадени книги за паневритмията и извън България, на чужди езици, но ние няма да се спираме на тях тук.

Първата студия, в която съвременен автор не описва паневритмията, а се насочва към разсъждения относно философията ѝ, е написана от Г. Стойчев и вече е претърпяла две издания (Стойчев, 2007).

Гимнастически комплекси, предхождащи паневритмията

Още в първите години на своите публични лекции П. Дънов започва да говори за важността на хигиената на тялото и на психичния живот (Дуно, 2000, с. 220; Дънов по Стратев, 1994, с. 236). Едно от средствата, които препоръчва за това, е излизането на екскурзии сред природата и редовното занимание с физически активности, включително умерен физически труд и гимнастически упражнения. Преди създаването на паневритмията, П. Дънов е създал и приложил няколко комплекса гимнастически упражнения, които са свързани с определен тип дишане и концентрация на мисълта при изпълнението им, и е имал наблюдения относно техните практически резултати (Дънов, 2000; Дънов, 2010а, с. 288). През 2011 г. е издаден учебен филм (DVD), съдържащ пет комплекса с упражнения, създадени от Петър Дънов в периода 1910-1942г.⁶

⁵ Книгите „Паневритмия“ от 1938, 1941, 1942, 1993, първи дял в книгата от 2004, неиздаденото описание на И. Узунов.

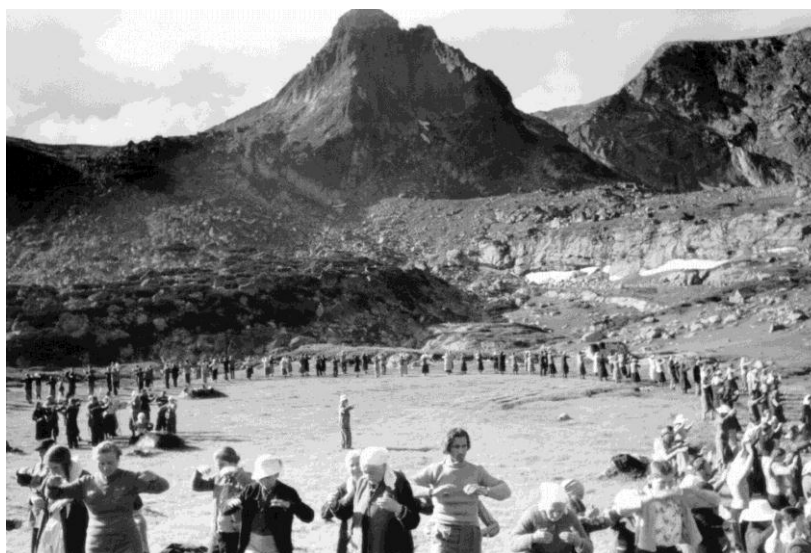
⁶ Сайт ПАНЕВРИТМИЯ. Новини. <http://www.panevritmia.info/news/?news_item_id=82>



Изпълнение на гимнастически упражнения на Рила планина
(архив на общество Бяло Братство)

Паневритмия на планина

П. Дънов отбелязва, че „планината има дълбоко влияние върху нервната система“, влияе благоприятно на мислите и настроението на човека, помага му да се почувства по-енергичен и да се освободи от нервното напрежение (Дуно, 2000, с. 177; Дънов, 1939а, с.196) и „Изкачването по високите места усилва кръвообращението, усилва дейността на мозъчните центрове“ (Дънов, 1997, с.271). Затова той препоръчва периодични екскурзии в планините, като обръща внимание и на социалния аспект на груповите екскурзии, препоръчвайки на участниците в тях да се опознават, като си правят взаимни услуги (Дуно, 2000, с. 177). На възраст 80 г. П. Дънов прави екскурзии всеки ден от София до Витоша планина, за да бъде, както казва той “полезен на себе си и на другите“ (Дънов, 1948, по Стратев, 1994, с. 247).



Паневритмия на Рила (Снимка – архив на общество Бяло Братство)

П. Дънов създава традиция в екскурзиите по българските планини и най-вече по Рила и Витоша, далеч преди това да стане нещо обичайно за българите (Дойнов, 1999, с. 55). Още през 1920 г. той организира летуване със свои ученици в Стара планина

(Гълов, 2007, с.47). А през 1922 г. извежда на екскурзия до връх Мусала около 100 човека на възраст 15-72 г. и посочва важни правила за съхраняване на здравето (предпазване от настиване и т.н.) при екскурзии на планината (Стратев, 1994, с. 247; Дойнов, 1999, с. 54-56). Всяко лято от 1922 до 1927 г., а и след това, се предприемат групови няколкодневни летни екскурзии до в. Мусала под ръководството на П. Дънов (Дойнов, 1999, с. 61, Савова, 2002, с.6). От 1929 г. в района на Седемте рилски езера П. Дънов, заедно със своите ученици, провеждат традиционно летен планински лагер (Дойнов, 1999, с. 159), който е наречен духовна „школа“ (Константинов и съавт., 2011, с.16). П. Дънов подчертава, че, от една страна, лагерът на планината им създава благоприятни условия за духовна работа, а от друга страна, се „тонизира“ здравето на присъстващите (Константинов и съавт., 2011, с.51). Те се каляват да издържат променливите и сурови условия на планината, учат се да познават, уважават и обичат природата и да я пазят чиста, да живеят заедно във взаимопомощ и сговор. Освен това стават рано и посрещат изгрева на слънцето⁷, слушат редовно лекции, играят паневритмия, устройват си концерти, екскурзии и дружно работят – приготвят общ обяд, почистват извори, строят пътеки и мостове над реките, носят вода и др. (Дойнов, 1999, с.164-175; Златева, 2012, с.28; Константинов и съавт., 2011, с.17, с.42). През 1939 г. на летния рилски лагер високо в Рила планина е имало най-много посетители до този момент, сред които и много чужденци (Дойнов, 1999, с.175). Най-много са били гостите от Франция и Латвия, които се запознават с паневритмията, като се смята, че сред тях са едни от първите чужденци, пренесли паневритмията в своите страни.



Концерт на Рила през месец август 2007 г. – Здравка Баръмова, Йоанна Стратева и Анна Каралашева (отляво надясно). Концертите са традиционен елемент от пребиваването на последователите на П. Дънов край Седемте рилски езера

⁷ П. Дънов подчертава, че ставането преди изгрев слънце, излизането на открито и посрещането на изгрева не е ритуал, а средство за конкретно положително повлияване на човешкото психофизическо състояние и здраве. В статията си „Влиянието на слънчевата енергия“ той доста подробно описва своите основания да препоръчва съзнателно ползване на слънчевата енергия през конкретни моменти и периоди на денонощието и годината (сутрин преди и около изгрев слънце, през годината от 22 март и през лятото) за лечебно и възстановително въздействие върху човека (Дънов, 2012а, с.9). А по-късно (през 1929г.) П. Дънов казва: „Какво правят някои от съвременните хора? Като наблюдават как известни лица, общества или народи правят гимнастика сутрин рано, как посрещат изгряването на слънцето и се пекаат на ранните слънчеви лъчи като най-полезни, те ги осъждат. Въпреки това, в който народ отидете днес, навсякъде ще намерите хора, които използват ранните слънчеви лъчи, чистия въздух, гимнастиките, пиене на гореща вода, за да подобрят здравето си и да усилят своя организъм. В България мнозина се противопоставят на тия неща и всеки, който излиза сутрин преди изгрев слънце на разходка, наричат го идолопоклонник. Като физическо същество човек трябва да прави упражнения. Нищо повече. Той трябва да става рано сутрин, да излиза във чист въздух, да посреща първите слънчеви лъчи, които съдържат специфична енергия, полезна за всички живи организми.“(Дуно, 2006, с.48).

През 2006 г. в областта на 7-те Рилски езера, до езерото „на чистотата“, където традиционно най-често се практикува паневритмия на Рила (Дойнов, 1999, с.165), е заснет първият филм, който показва цялата паневритмия с музика и движение, в нейното възможно най-близко до оригинала изпълнение, което е съхранено в България до днес.⁸

Първи опит за приложение на паневритмията в българските училища

В края на 1939 или началото на 1940 г. Борис Йоцов, секретар на Министерството на просветата, ръководено тогава от професор Богдан Филов, изразява желание да се състави предложение за приложението на паневритмията в българските училища (Дойнов, 1999, с. 196). Възложено е на учителката М. Периклиева, която е запозната с паневритмията, да направи доклад по този въпрос. Скоро докладът ѝ е готов и е приет от министерството с препоръка да се направи опитно обучение. През 1942 г. М. Периклиева провежда обучение в 18 упражнения от първия дял на паневритмията на един клас ученици от четвърто отделение в столично училище. Децата приемат с радост изучаването на упражненията в часовете по физкултура и за около месец ги усвояват отлично. Скоро след това те изпълняват „великолепно и с настроение“ наученото пред началника по физкултура към Министерството на просветата и опитът е приет за успешен (Дойнов, 1999). От Министерството на просветата е организиран държавен курс за усвояване на паневритмията от 60 учители по физкултура. Последните научават с желание паневритмията и курсът завършва успешно. Скоро след това са първите бомбардировки над София (в края на 1943 г.), които, заедно с последващата през 1944 г. промяна във властта в България, възпрепятстват планираното по-нататъшно приложение на паневритмията в българското училище (Дойнов, 1999, с. 197-202).

Паневритмията в България след 1944 г.

Тоталитарният режим в България (1944-1989 г.) забранява и започва да преследва множество интелектуални и духовни течения, които не съответстват на налаганата комунистическа идеология. През 1948 г. комунистическата власт отнема от основаното от П. Дънов „Бяло братство“ парцела, на който то се помещава. През 1957 г. тоталитарната власт забранява и учението на П. Дънов, в това число и заниманията с паневритмия. Книгите на П. Дънов, кореспонденция и архиви са конфискувани с обиски от домовете на много негови последователи, някои от които са арестувани и интернирани. Практикуването на паневритмия е напълно забранено и преследвано чак до началото на осемдесетте години на миналия век, когато се допуска практикуването ѝ от немного хора да се извършва полулегално и при ограничени условия. През този период паневритмията е добре позната на сравнително малко българи, и то главно последователи на П. Дънов от по-възрастното поколение, които съхраняват както ненамерени и неиззети от властта книги и текстове за паневритмията, така и нейната традиция в изпълнение на живо. В това време продължава разпространението и практикуването на паневритмия в чужбина – главно във Франция, САЩ и други страни от Западна Европа.

Докато в България е забранено практикуването на паневритмия, тя се разпространява свободно от емигрирали в чужбина български преподаватели

⁸ Филмът „Паневритмия – Помагало за практически упражнения“ (2007) е създаден по инициатива на Комисията по паневритмия на Общество Б. Братство и е предоставен по-късно от Издателство Б. Братство за свободно теглене на адрес

<http://www.beinsadouno.com/board/index.php?app=downloads&showfile=110>

(Ернестина Сталева, Виола Бауман, Ярмила Ментцлова), от чужденци и от трудно успели да излязат от страната ни по друг повод български преподаватели. След падането на „желязната завеса“ има условия за по-интензивна обмяна на живеещите в България преподаватели и интересуващите се от паневритмия чужденци. Някои от чужденците, които имат траен интерес към паневритмията, идват в България, за да я усвоят добре и за да започват да я преподават в своите страни и/или по света. Все повече чужди граждани идват в България да учат паневритмия или канят утвърдени български преподаватели (Ина Дойнова, Мария Митовска, Георги Петков, Светла Балтова, Николай Конакчиев и др.) да обучават в чужбина. Днес паневритмия се практикува в много страни по цялото земно кълбо.

След настъпването на демократичните промени в България през 1989 г. естествено започва да нараства интересът към паневритмията и в страната. Скоро започват да се организират курсове по паневритмия за начинаещи, водени от признати в общество „Бяло братство“ преподаватели. Подновява се и издаването на книги за паневритмията.

Обучение на преподаватели по паневритмия

Първите няколко преподаватели по паневритмия са обучени лично от П. Дънов, като най-известна от тях е музикантката и певицата Катя Грива (Дуно, 2004, с. 9). Тези първи преподаватели и други дългогодишно практикували паневритмия ученици на П. Дънов, които имат определени способности (двигателни, музикални и т.н.) и афинитет към нея, я преподават в България и в чужбина и предават своите знания и опит на следващото поколение български преподаватели. Последните не са много на брой, поради около 40-годишните ограничителни условия в България, но те успяват да съхранят знанията и практиката на паневритмията, като някои от тях я преподават и днес.

Съвременното организирано групово обучение на преподаватели по паневритмия започва през 1999-2000 г. със съдействието на ръководството на НСА „В. Левски“, и особено на проф. Д. Кайков, чрез организирането на първи курс за преподаватели по паневритмия (наречен „Курс по паневритмия“) към Центъра за СДК на НСА, съвместно със Сдружение „Паневритмия“. От тогава до сега са проведени множество такива курсове и по данни на фондация „Институт за изследване и прилагане на паневритмията“ – ИИПП (юридически наследник на Сдружение „Паневритмия“), до момента в тях са обучени близо 200 лица (сайт на ИИПП⁹).

През 2004-2005 г. и сдружение „Научно-практическа школа Б. Дуно“ провежда двегодишно обучение за преподаватели по паневритмия с участие на квалифициран преподавателски екип, ръководен от хабилитиран преподавател (доц. С. Михалкова). Почти всички, успешно завършили този курс на обучение и издържали финалния му изпит, понастоящем са действащи опитни преподаватели по паневритмия.

От 2010 г. и Комисията по паневритмия на Общество „Бяло Братство“, което като официален продължител и духовен приемник на школата, създадена от П. Дънов, е носител на традициите в обучението и практикуването на паневритмия, също започва да провежда програмирани курсове (с около двегодишна продължителност)¹⁰ за преподаватели по паневритмия у нас. Вероятно една от причините за това е да се гарантира по-широка перспектива за съхраняване на висококачествено обучение по паневритмия, възможно най-близко до оригинала.

⁹ Сайт ИИПП < <http://panevritmiyabg.org/teaching/index.php?lang=bg> >

¹⁰ Сайт ПАНЕВРИТМИЯ. Семинари за преподаватели
<http://panevritmia.info/news/?news_item_id=87>

Проблеми и перспективи пред обучението по паневритмия в България

Нарастващият интерес към паневритмията у нас и в чужбина създава нужда от наличие на достатъчно на брой добре квалифицирани преподаватели по паневритмия.

След 1989 г. в България се наблюдава постепенно засилващ се интерес към паневритмията, който се изразява не само в нарастване броя на начинаещите, желаещи да се обучават по паневритмия, но и в усилено търсене формата на качествено и близко до оригинала изпълнение на паневритмията и на ефективно работеща схема за обучение на преподаватели. От около 1998 г. започва подробно и детайлно разискване на съхранената традиция в изпълнението на паневритмията и различните исторически документи и факти, свързани нея, което внася повече яснота относно това какво представлява оригиналната паневритмия, т.е. паневритмията такава, каквато е създадена и предадена от П. Дънов. Същевременно се установиха няколко детайли в изпълнението на паневритмията, за които историческите документи дават противоречиви данни. По наше мнение П. Дънов умишлено е оставил някои неголеми неясноти в описанията на някои от движенията в паневритмията. Това е педагогически подход, който в случая осигурява на изучаващите и практикуващите паневритмия възможност да мислят, да търсят истината и да се развиват, което няма как да се получи, ако им се предостави цялата информация наготово.

За достоверно уточняване на оригиналния вариант на паневритмията е наложително специалистите по паневритмия, които се произнасят публично относно това, коя е оригиналната паневритмия или как е най-добре тя да се изпълнява/обучава, да са функциониращи опитни преподаватели по паневритмия, завършили успешно призната школа/курс за такива преподаватели (с удостоверение за това) и да са изключително добре и детайлно запознати, по всички посочени на стр. 96 критерии за надеждност, не само с текстовите описания на движенията на паневритмията, но и с другите източници на информация за нея (стенографирани разговори и беседи на П. Дънов; филми и снимки с паневритмията; нотни текстове; произведения и спомени на ученици, присъствали дълги години в школата на П. Дънов и т.н.). Освен това е наложително тези специалисти да имат задълбочени познания и практическа подготовка в следните области: двигателно обучение; музика; история и философия на паневритмията; коректно боравене с противоречиви факти и др. Не на последно място е нужно добро преценяване на личните възможности и трезвият разсъдък на лицата, които публикуват своите мнения за това какво представлява оригиналната паневритмия¹¹.

В най-добрия случай относно спорни въпроси, свързани с изпълнението на оригиналната паневритмия е нужно да се разчита на мнението не само на един, но на група заслужаващи доверие специалисти, които са дискутирали задълбочено даден въпрос и са постигнали консенсус по него, защото това дава по-висока обща компетентност, обективност и съответно качество (истинност) на изказаното становище. В научната общност този подход е отдавна утвърдена практика, която дава добри практически резултати. Нашите над петнадесетгодишни наблюдения на развитието на обучението по паневритмия в България показват, че до настоящия момент единствената *избираема експертна група* по паневритмия, за чиито членове може да се смята, че, от една страна, притежават необходимите личностни качества и разнообразна професионална компетентност, а от друга страна като група се придържат

¹¹ Спomenахме, че напоследък сме свидетели на няколко много активни в проявите си лица, които имат сериозни дефицити по посочените (по-горе) важни изисквания към сериозните изследователи на паневритмията и въпреки това тези лица публикуват книги за паневритмията и т.н. Това води до дезинформация на обществото и на желаещите да учат паневритмия, което извежда на преден план нуждата от изясняване и оповестяване на заслужаващите доверие авторитети в областта на паневритмията.

към разумен (вкл. демократичен) принцип на взимане на решения, е Комисията по паневритмия към Общество „Бяло Братство“. Това е обяснимо, като се има предвид, че чрез представителите на това общество фактически се пренася в съвременното школата по паневритмия на П. Дънов в България, както и че способни и опитни специалисти в която и да е научнопрактическа област не се създават за година или две.

Нужно е да се отбележи, че преподавателите, които са обучавани само от ИИПП и/или продължават да са под неговия контрол, се придържат по някои показатели към обучение, неотговарящо на традицията и на оригиналното изпълнение на паневритмията. Несъответствието между оригиналното изпълнение на паневритмията и поддържаното от ИИПП обучение по наше мнение е най-фрапиращо относно изпълнението на втория ѝ дял¹². То води до затруднения в обучението (недобре измисленият нов вариант на втория дял на паневритмията е по-труден), създава неправилни двигателни навици у преподавателите на ИИПП и обучаваните от тях в „Слънчеви лъчи“ лица, което ги затруднява при практикуването на този дял с различни групи, нарушава красотата на изпълнението и вероятно намалява неговите положителни резултати.

През последните години в публичното пространство се срещат обяви за обучение по паневритмия и публикации за паневритмията от неподготвени лица, които по обясними причини не са получили никаква регулирана подготовка (курс за преподаватели по паневритмия със сериозни входящи изходни изисквания), нито признание сред преподавателите по паневритмия. Некомпетентни лица с тенденциозно отношение, в книги и на сайтове под рекламното наименование „оригиналната паневритмия“ показват неща, които са твърде далеч от движенията на оригиналната паневритмия. Способността за систематично мислене и рационално отношение към действителността е минималното, което се изисква от човек, за да стане преподавател по каквото и да е, а за да се справи някой поне на *средно* ниво с правилното тълкуване на описанията и другите исторически документи за паневритмията се изискват много и то специфични познания.

Според официални документи¹³ наследник и носител на идеите и традициите на школата, създадена от П. Дънов в България, е Общество „Бяло братство“, което притежава авторски права за обучение по паневритмия и осъществява подобно обучение.¹⁴

¹² Некомпетентен анализ на текст (описващ движенията) и на взаимовръзката му с традиционното изпълнение на паневритмията, води до идеята за създаване на малко разместване между музиката и движенията на този дял от паневритмията (вместо традиционното стъпване на първо време, се получава стъпване на трето време при „Слънчеви лъчи“, чиято музика е в такт 7/16). Това малко разместване обаче променя доста облика и естетиката на упражнението „Слънчеви лъчи“ и създава трудни за промяна, погрешни двигателни навици в обучаваните от ИИПП. Явно тази организация (първоначално сдружение „Паневритмия“, а в последствие фондация ИИПП), която е допринесла значимо за започване на научното изучаване на паневритмията, има някои особености, създаващи условия за появата и упоритото четиринадесетгодишно (до момента) поддържане на подобна груба грешка в нейното становище относно това какво представлява оригиналната паневритмия.

¹³ Устав на „Общество Бяло Братство“ <<http://beinsadouno.org/bg/node/21>> (25.03.2013).

¹⁴ Съгласно информация, предоставена от Общество „Бяло Братство“, до момента не са предприемани законови действия към физически и юридически лица и държавни институции, предлагали некачествено или неотговарящо на оригинала обучение, без съгласуване с носителя на авторските права. При тези обстоятелства сме на мнение, че е препоръчително поне държавните институции да спазват закона и да съгласуват с ръководството на Общество „Бяло братство“ обучението по паневритмия, което провеждат, а желаещите да се обучават по паневритмия да се интересуват повече от подготовката и препоръките на своите бъдещи преподаватели. Това мнение е продиктувано от обстоятелството, че според нас паневритмията досега се е запазила най-близо до оригинала в България (в изпълнението и обучението) чрез традицията на школата, основана от П. Дънов през 1922 г.

Смятаме, че в сравнително близко бъдеще развитието на по-високото ниво на обучение по паневритмия ще бъде в постепенното усъвършенстване на двегодишните програми за обучение на преподаватели, в съставяне и издаване на учебници и други помагала за методика на обучение и в последващо създаване на бакалавърска програма с привличане на най-добрите специалисти по паневритмия. Желателно е в бъдеще обучението на преподаватели по паневритмия да успее да обедини по-добре значимия научен и кадрови потенциал на българските висши училища с онази над 70-годишна паневритмична традиция, която е най-близка до оригинала.

Научно изследване на паневритмията

Благодарение на научния си потенциал и далновидността на своето ръководство, НСА „В. Левски“ става главен фактор в по-целенасоченото научно изследване на паневритмията. През 2000 г. благодарение на научното съдействие на НСА „В. Левски“, с водеща роля на проф. Д. Кайков и участието на доц. С. Михалкова от СУ „Св. Климент Охридски“, както и на организационно и кадрово осигуряване от Сдружение „Паневритмия“, започва изследване на ефекта от началното обучение по паневритмия при деца и възрастни. С принос и на специалисти от Сдружение „Паневритмия“, които имат богат педагогически опит, е създадена програма за обучение по паневритмия на деца, която се апробира от 2000 г. Впоследствие тя е разширена с още допълнителни дейности, усъвършенствана е със съдействието на други специалисти, привлечени от ИИПП, и е наречена Програма „Здраве чрез движение сред природата“ (ЗЧДСП). Тази програма се провежда от 2003 г. с деца от различни градове в България като избираема извънучилищна форма, която освен обучение по паневритмия, съдържа множество други физически активности, творчески и други допълнителни занимания (Янкова, 2012). Публикуван е и обобщен доклад относно ефективността на програмата ЗЧДСП (Кайков, Янкова, 2007) и е съобщено за нея на други научни форуми (Найденова, 2007; Чернева, 2007а). За изследването на резултатите от тази програма ИИПП привлича специалисти от различни български университети. Така множеството научни публикации, отчитащи въздействието на началното обучение по паневритмия при деца, са направени в различни етапи от развитието на ЗЧДСП и предшестващите я програми от 2000 до 2008 г. По-късно А. Янкова (председател на ИИПП) в дисертационния си труд на тема „Специализирана психофизическа подготовка за ученици от начална училищна възраст“ (Янкова, 2012) установява положителни психофизически резултати от базиран на програмата ЗЧДСП специализиран модел за психо-физическа подготовка.

През 2012г. е защитен дисертационен труд, в който за първи път чрез комплексно изследване се установяват промените в психофизическото състояние в резултат на начално обучение по паневритмия (Червенкова, 2012).

През 2001 г. е проведена Първа научна конференция по паневритмия, организирана от НСА и Сдружение „Паневритмия“, под наслов „Паневритмията като система за хармонично развитие на човека и обществото“ (едноименен сборник, 2001). През 2003 и 2005 г. под същия наслов са проведени още две научни конференции, на които специалисти от различни области изнасят своите изследвания в областта на паневритмията (сборниците от 2003 и 2007). След началното количествено натрупване на публикации за паневритмията, постепенно започват да се увеличават по-качествените и по-задълбочени изследвания, посветени на нея. Значително се увеличава и броят на публикациите за паневритмията, направени и на други научни форуми.

От 2001 г. постепенно нараства броят на научните публикации, свързани с паневритмията, като все по-често в нейното изучаване и оценяване се ангажират

специалисти с висока квалификация от различни български университети – проф. Д. Кайков, проф. В. Матанова, проф. С. Димитрова, проф. К. Бойчев, проф. В. Бойчева, проф. А. Калоянов, проф. Н. Бояджиева, проф. В. Маргаритов, проф. М. Малчев, доц. С. Михалкова, доц. Ж. Желязкова-Койнова, доц. В. Боянова, доц. Н. Колева, доц. Й. Йонов, доц. К. Сапунджиева. Това дава възможност да се повиши качеството на научните публикации и да се осигури по-многогранна и обективна информация за въздействието на заниманията с паневритмия.

Обобщение на четвърта глава

Паневритмията е създадена като музика и движения постепенно, в периода между 1922 и 1942 г. в България, а се практикува от около 1932 г. Първите книги за нея са от 1938, 1941 и 1942 г., а по-късно има и множество други важни издания на български и други езици. От около 1939 г. тя се разпространява по света, като днес се практикува на петте континента. Българската школа в паневритмията е първа и най-добре развита, въпреки историческите перипетии. Благодарение на интереса от страна на все повече желаещи да практикуват паневритмия и на опитните преподаватели по паневритмия, обучени в средите на последователите на П. Дънов, както и на дейността на неправителствени организации, нарастващ брой университетски преподаватели и Висши училища в България, е поставено начало на съвременното групово обучение на преподаватели по паневритмия и на нейното научно изследване. През последните дванадесет години са публикувани множество научни изследвания за паневритмията. Благодарение на включването в тях на все повече квалифицирани университетски преподаватели, нараства броят на висококачествените изследвания.

Посочената в текста литература може да се намери в книгата „Паневритмия, здраве и благополучие. Един български модел за двигателна активност” на Л. Червенкова. Всички права запазени. Виж повече:

<http://www.panevritmia.info/researches/>