

## **HALLELUJAH**

*Provo a descrivere con le mie parole l'HALLELUJAH che si può fare in euritmia.*

Parto da una posizione raccolta in me stessa, e con la **H** vivo un gesto di grande respiro e di liberazione.

Poi intenzionalmente vado nella **A** che è un gesto di apertura, fiducia, meraviglia.

Inizio un sequenza di 7 **L**: che dalla prima, piccola, fatta solo con le mani all'altezza della vita, progressivamente si ingrandiscono - dal basso verso l'alto - fino alla settima, che abbraccia tutta l'estensione possibile delle mie braccia. Esprimo così le tappe della crescita di ogni essere vivente e mia personale: un ciclo completo che muove dal basso e cresce fino al massimo dell'altezza e poi ritorna alla terra. Può essere il paradigma dell'uomo nel suo cammino alternativamente terreno e ultraterreno, o del ciclo di vita delle piante nelle varie stagioni, o delle tappe di crescita e decrescita dell'uomo nell'arco della propria vita terrena, o dei gusci che schiudendosi permettono di evolvere.

Arrivo alla **E** che esprime la mia forma, la mia capacità di distinguermi e distanziarmi, in certi momenti, da quello che mi circonda.

Faccio tre grandi **L** che esprimono tutto il ciclo vitale che dalla terra, popolata dagli spiriti elementari, sale fino alle altezze del cielo e del cosmo.

Faccio una **U** simbolo di un percorso, di un cammino, di una direzione.

Poi faccio la **I** espressione della mia individualità, che vive fra terra e cielo.

Vado nella **A** con le braccia aperte verso l'alto, per accogliere la ricchezza del mondo spirituale.

Termino con la **H** che scendendo porta questa ricchezza nella situazione di vita intorno a me, nel nostro mondo, nella nostra epoca, a una persona cui dedico l'halleluja, o a una persona che ha varcato la soglia della morte o altro ancora.

Poi concludo incrociando le braccia sul cuore, con il gesto della devozione, per un momento di silenzio e di raccoglimento.