

# KRISTUS I TAIZÉ

*Vår kallelse i Taizé har under årens lopp lett oss till en allt större öppenhet för det rent mänskliga, till att intressera oss för dem som kanske varit oss mest främmande. Utan lidelse för det gemenskapsmysterium som Kyrkan utgör, hade vi aldrig fått uppleva denna vänskapens dimension med så många människor runt om i världen.*

Citatet är hämtat från boken *Hans kärlek är en eld* av broder Roger från Taizé och handlar om att "möta dem som inte kan tro". Denna öppenhet är en av hemligheterna bakom Taizés stora dragningskraft och något som gjort klostret känt långt utanför den kristna kyrkan.

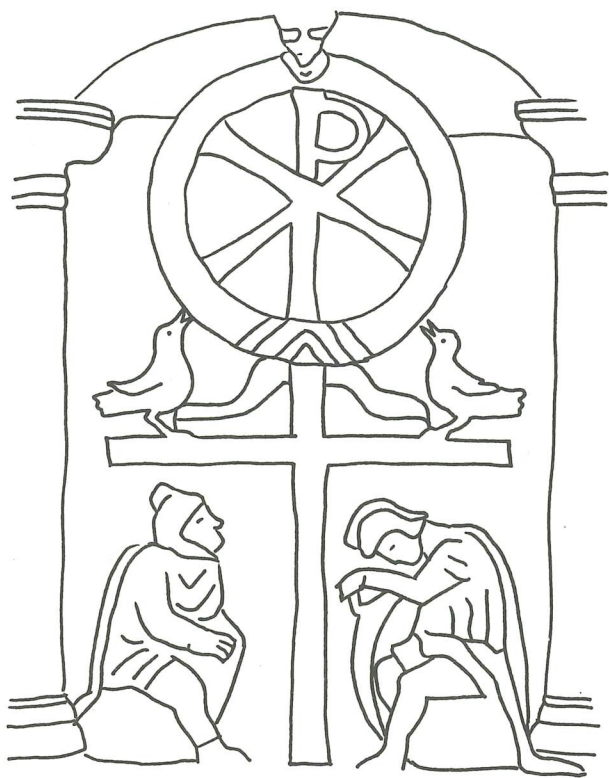
Taizé ligger i Burgund, i östra delen av Frankrike. Det är ett ekumeniskt brödraskap som har fred och försoning som mål. Orden grundades av broder Roger i slutet av 50-talet och består idag av ett hundratal bröder från olika kristna trossamfund. Gudstjänsterna i Taizé har blivit stilbildande i många kyrkor. De är centrerade kring korta böner som gudstjänstdeltagarna sjunger om och om igen. Till den gemensamma sången fogas sedan försångspartier, körer och instrumentalstämmor. Sångerna knyter an till en gammal kristen tradition och sjungs framförallt på latin, då Taizé samlar folk från hela världen.

Det finns ingen tradition att dansa i Taizé, men deras sånger har länge använts inom den nya, folkligt-religiösa dansen, då formen passar väl samman med dansernas repetitiva mönster. Genom dansens rörelser förstärks sångernas meditativa karaktär och de Kristus-motiv som är centrala i sångerna. Jag har valt danser där sångerna berör tre väsentliga aspekter av Kristus-närvaron: Kristi kärleksbudskap, Kristi död och uppståndelse samt tackbön till Kristus som Gud och människa.

Ordet "Kristus" kommer från grekiskans *Christos* och betyder Messias. "Messias" är i sin tur hebreiska och betyder den smorde. Jesus Kristus är den smorde konungen som skall befria människan. I det grekisk-romerska riket, där de första kristna församlingarna byggdes, kallades den gudomligförklarade kejsaren, liksom många av de "hedniska" gudinnorna, för *ho kyrios*, Herren. Men de kristna bekände endast Jesus Kristus som Herren, vilket ledde till att många kristna straffades med döden. För dem var Jesus Kristus den ende som kunde leda sitt folk till en bättre värld, då han besekrat själva döden.

I kristen tradition står "Herren" även för Gud. Guds heliga namn är fördolt och ogripbart, liksom Gud är fördold och ogripbar. Människan Jesus, som är av kött och blod, finns för att visa oss vägen till det fördolda. I den judiska traditionen är namnet för Gud "Jahve" (JHWH), men eftersom det är alltför heligt får det inte uttalas. Istället benämner man Gud som "Namnet", då Guds namn är ouplösligt förbundet med Gud själv. I Nya testamentet kan Namnet

även syfta på Jesus (3 Joh 7). Namnet Jesus, Jehoshua, betyder "JHWH är hjälpen", men Jesus är även Immanuel, "Gud är med oss". I Matteusevangeliets första kapitel står det i samband med att ängeln Gabriel uppenbarar sig för Josef: "Se, en Jungfru skall bli havande och föda en son, och man skall ge honom namnet Immanuel." Kristus föds för att ständigt vara närvarande, i hoppet och i Guds löfte om "nya himlar och en ny jord" (Jes 65:17).



*Kristusmonogram som åskådliggör Kristi uppståndelse.  
Detalj från fornkristen sarkofag. Lateranmuseet, Rom. 300 tal.*

## Kärlekens vara

Det kristna evangeliets yttersta mitt är kärlek. Kristus är kärlek och förkunnar kärlek. Hans väg är kärlekens väg. Aposteln Paulus menar att "kärlek som vara" räddar människan och världen, till skillnad från "kärlek som göra", som endast är goda och kärleksfulla handlingar. "Kärlek som vara" är ett tillstånd som är transcendent, obeskrivbart. Människan kan endast under korta ögonblick erfara detta "vara", som en beröring djupt inifrån. Paulus säger i första Korinthierbrevet (13:1-7):

*Om jag talar både människors och änglars språk men saknar kärlek, är jag bara ekande brons, en skrällande cymbal. Och om jag har profetisk gåva och känner alla hemligheterna och har hela kunskapen, och om jag har all tro så att jag kan flytta berg, men saknar kärlek, är jag ingenting. Och om jag delar ut allt jag äger och om jag låter bränna mig på bål, men saknar kärlek, har jag ingenting vunnit.*

Även för evangelisten Johannes är kärlek något som är. Han säger att kärlekens vara finns mellan Fadern och Sonen "redan före världens skapelse" (Joh 17:24). Samma kärlek finns mellan Kristus och lärjungarna, och mellan Kristus och människan.

Gud och Kristus är två, men samtidigt är de ett. Kristus är i sin tur också två: "sann Gud" och "sann människa". Jesu gudomlighet uttrycks i Johannes-evangeliet med olika "Jag är", som "Jag är livets bröd" (6:35) och "Jag är vägen, sanningen och livet" (14:16). Dessa knyter an till den uppenbarelse Mose får av JHWH, som presenterar sig genom att säga "Jag är den jag är" (2 Mos 3:14), eller tydligare: "Jag är den som är".

Att förbli i Kristus, att förbli i Gud, är detsamma som att förbli i kärlek, att vara kärlek. Där finns ingen tid, endast ett evigt vara.

Nuet som närvaro finns i den inre vilan och tystnaden. Den ordlösa bönen, meditationen, är som all annan bön en hjälp att gå kärlekens väg. I boken *Being in love* talar den irländska jesuitbrodern William Johnston om två typer av meditation: den essentiella och den existentiella. Den essentiella handlar om Guds väsen och om att lära känna Kristus och sig själv. Den existentiella är ett "bara vara" och är relaterad till några få ord eller inga ord alls. Den betonar att "jag är", att Gud också är i mig.

Påven Gregorius den store kallade den tysta bönen "att vila i Gud". I dansen vilar kroppen i det egna varat och hjälper människan att nå djupet i sitt inre, att nå Gud. Genom dansen och genom tystnaden kan dansaren nå den kunskap som ligger fördold i hennes omedvetna. Jesus säger i Lukas-evangeliet (11:9-10): "Be, så ska ni få. Sök, så ska ni finna. Bulta, så ska dörren öppnas. Ty den som ber, han får, och den som söker, han finner, och för den som bultar så skall dörren öppnas."



# VENI SANCTE SPIRITUS

## Veni sancte Spiritus

**Musik:** "Veni sancte Spiritus" på CD-skivan "Laudate".

**Dansformation:** Cirkel.

**Dansriktning:** På stället.

**Handfattning:** Bönegest med handflator mot varandra (se fig). Armrörelser.

**Grundsteg:** Fötter på stället.

**Takt:** 6/8.

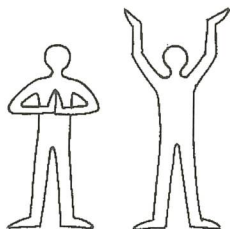
**Startposition:** Parallella fötter (en bit ifrån varandra). Cirkel och bönegest (se handfattning).

**Inledning:** Se startposition. Dansen börjar efter tre fyra omgångar sång.

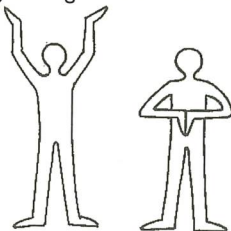
**Avslutning:** Bugning med bönegest. Sedan cirkel med V-fattning. Stillhet i en eller flera minuter.

### DANS SOM RÖRELSE

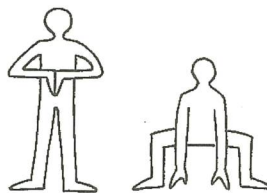
1. "Veni sancte Spiritus": Från "bönegest" sträcker sig händerna upp till en skål för att ta emot anden/kraften som finns i himlen och hos Skaparen.



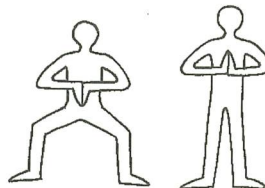
2. "Veni sancte Spiritus": Från "skålen" sänker sig händerna ner till "bönegest". Dansaren tar kraften till sig. Bönegesten vänds så att fingrarna pekar nedåt.



3. "Veni sancte Spiritus": Från "bönegest" med fingrarna nedåt sänker sig händerna ned till marken samtidigt som knäna böjs. Anden finns också i jorden, i skapelsen.



4. "Veni sancte Spiritus": Från marken höjer sig händerna (fingrarna nedåt) upp samtidigt som dansaren reser sig upp. Dansaren tar jordens kraft till sig. Fingrarna vänds så de åter pekar uppåt.



Punkterna 1 – 4 upprepas tills musiken tar slut.

# O, Lord MY PR

O, Lord hear my  
O, Lord hear my

**Musik:** "O, Lord

**Dansformatio**

**Dansriktning:**

**Handfattning:**

Dansarna står br

**Grundsteg:** G

**Takt:** 4/4

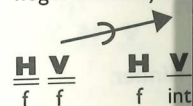
**Startposition:**

**Inledning:** Still

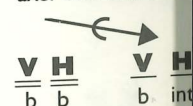
**Avslutning:** C

### DANSEN

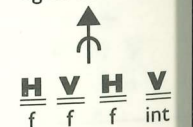
1. "(O) Lord, he  
vänstersteg snett f  
höger fotombytest



2. "(O) Lord, he  
högersteg snett ba  
bytesteg bakåt. Vän  
axel och den sänke



3. "when I call"  
(högerfot börjar).  
ögon ser mot har





# O, LORD HEAR MY PRAY'R

O, Lord hear my pray'r, O, Lord hear my pray'r, when I call answer me.  
O, Lord hear my pray'r, O, Lord hear my pray'r, Come and listen to me.

**Musik:** "O, Lord hear my pray'r" på CD-skivan "Laudate".

**Dansformation:** Öppen cirkel.

**Dansriktning:** Motsols.

**Handfattning:** Vänster hand på grannens högeraxel och höger hand på hjärta.

Dansarna står bredvid varandra.

**Grundsteg:** Gångsteg och fotombytesteg.

**Takt:** 4/4

**Startposition:** Se handfattning.

**Inledning:** Stillhet under första omgången sång.

**Avslutning:** Cirkel. V-fattning. Stillhet under en eller flera minuter.


## DANSEN

1. "(O) Lord, hear my pray'r": Höger- och vänstersteg snett fram in mot mittpunkt. Sedan höger fotombytesteg. Höger hand sträcks fram.

$$\begin{array}{c} \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \\ \underline{\underline{f}} \ \underline{\underline{f}} \end{array} \quad \begin{array}{c} \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \ \underline{\underline{H}} \\ \underline{\underline{f}} \ \underline{\underline{int}} \ \underline{\underline{f}} \end{array} \quad \text{Höger hand till gest av mottagande}$$

2. "(O) Lord, hear my pray'r": Vänster- och högersteg snett bakåt. Sedan vänster fotombytesteg bakåt. Vänster hand släpper grannens axel och den sänkes långsamt ned.

$$\begin{array}{c} \underline{\underline{V}} \ \underline{\underline{H}} \\ \underline{\underline{b}} \ \underline{\underline{b}} \end{array} \quad \begin{array}{c} \underline{\underline{V}} \ \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \\ \underline{\underline{b}} \ \underline{\underline{int}} \ \underline{\underline{b}} \end{array} \quad \text{Vänster hand sänkes till strax nedanför midjan}$$

3. "when I call": Fyra steg mot mittpunkt (högerfot börjar). Händer lyftes upp över huvud, ögon ser mot handflatorna.

$$\begin{array}{c} \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \ \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \\ \underline{\underline{f}} \ \underline{\underline{f}} \ \underline{\underline{f}} \ \underline{\underline{int}} \end{array} \quad \text{Händer lyftes upp över huvud}$$


4. "answer me" (O): Fyra steg bakåt (vänster fot börjar). Armar ner till startposition.

$$\begin{array}{c} \underline{\underline{V}} \ \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \ \underline{\underline{H}} \\ \underline{\underline{b}} \ \underline{\underline{b}} \ \underline{\underline{b}} \ \underline{\underline{int}} \end{array} \quad \text{Händer åter till startposition}$$

5 och 6 "O Lord hear my pray'r" x 2:  
Som punkt 1 och 2.

7. "Come and listen to me (O)": Gungning höger, vänster, höger, vänster. (Benen gungar, överkropp stilla). Därefter stillhet. Armar som i startpositionens.

$$\begin{array}{c} \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \ \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \\ \underline{\underline{s}} \ \underline{\underline{s}} \ \underline{\underline{s}} \ \underline{\underline{s}} \end{array} \quad \text{Händer som i startpositionen} \quad \begin{array}{c} \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \\ \underline{\underline{H}} \ \underline{\underline{V}} \end{array}$$
  
Gung x 4

Punkterna 1 - 7 upprepas tills musiken tar slut.

# ADORAMUS TE DOMINE

"O...Adoramus te Domine"

**Musik:** "Adoramus te Domine" på CD-skivan "Laudate".

**Dansformation:** Två cirklar (cirkel A och cirkel B) med exakt lika stort antal deltagare.

**Dansriktning:** Motsols.

**Takt:** 4/4

**Handfattning:** V-fattning med falsk korgfläta (se nedan) och V-fattning.

**Grundsteg:** Gångsteg.

**Startposition:** Dansare i A-och B-cirkeln står sammanlänkade med falsk korgfläta i V-fattning. Viktigt att alla vet vilken cirkel de tillhör (se ruta nedan om att bilda två cirklar).

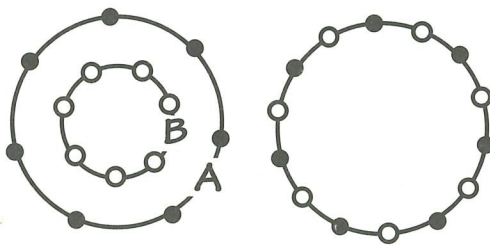
**Inledning:** Stillhet. Dansen börjar vid "O..." efter några omgångar med omkvädet.

## Att bilda två cirklar av en

Utgå från en cirkel. Låt varannan person ta ett steg bakåt så att två lika stora cirklar bildas.

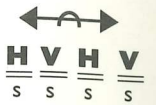
Detta markeras sedan med att deltagarna i vardera cirkeln fattar varandras händer. Den innersta cirkeln blir cirkel B och den yttersta cirkeln blir cirkel A.

**Falsk korgfläta:** Deltagarna i cirkel B håller kvar sina fattade händer. Deltagarna i cirkel A släpper sina och går fram till det mellanrum som bildas mellan varje deltagare i cirkel B. A-deltagarna för sina händer över B-deltagarnas armar och fattar händerna (som kommer att vara över B-deltagarnas magar) och därmed är de båda cirkelarna sammankopplade med s k falsk korgfläta.



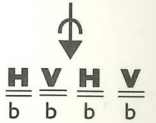
## DANSEN

1. "O...": Cirkel A till höger och vänster. (Det är botten överkroppen är stilla)

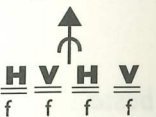


2. "Adoramus te"

**Cirkel A:** Dansarna individuellt bakåt mot sidorna.

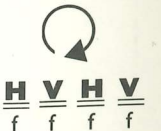


**Cirkel B:** Med fattade händer steg framåt och lyft.

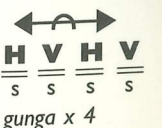


3. "O..."

**Cirkel A:** Dansarna steg (högersväng) steg till höger. Armar sträcker sig ut i vishet, kärlek, styrka.



**Cirkel B:** Deltagarna steg till vänster och återigen steg till höger.



gunga x 4

## A D O R A M U S T E D O M I N E

### DANSEN

1. "O...": Cirkel A och B. Sakta gungande i sidled till höger och vänster och sedan återigen höger vänster. (Det är böjda ben som vagnar medan överkroppen är stilla och rak.)



$\frac{H}{s} \frac{V}{s} \frac{H}{s} \frac{V}{s}$

Falsk korgfläta med V-fattning

2. "Adoramus te Domine":

**Cirkel A:** Dansarna släpper händerna och går individuellt bakåt med fyra steg. Armar utefter sidorna.



$\frac{H}{b} \frac{V}{b} \frac{H}{b} \frac{V}{b}$

Armar utefter sidorna

**Cirkel B:** Med fattade händer tar dansarna fyra steg framåt och lyfter händerna upp till V-fattning.



$\frac{H}{f} \frac{V}{f} \frac{H}{f} \frac{V}{f}$

Armar till W-fattning

3. "O..."

**Cirkel A:** Dansarna går runt på stället med fyra steg (högersväng) samtidigt som de med raka armar sträcker sig upp och mottar gåvor som vishet, kärlek, styrka, mod...



$\frac{H}{f} \frac{V}{f} \frac{H}{f} \frac{V}{f}$

Händer sträcker sig upp efter gåvorna

**Cirkel B:** Deltagarna gungar i sidled höger, vänster och återigen höger och vänster.



$\frac{H}{s} \frac{V}{s} \frac{H}{s} \frac{V}{s}$

W-fattning

gunga x 4

4. "Adoramus Domine":

**Cirkel A:** Dansarna går fyra steg framåt liksom bär gåvorna med uppåtriktade handflator i midjehöjd. Under de sista takterna för de över händerna över armarna på cirkel B:s dansare och lämnar liksom gåvorna till alla. (De deltagare som kommer utifrån kommer alltid tillbaka till samma mellanrum i den andra cirkeln.)



$\frac{H}{f} \frac{V}{f} \frac{H}{f} \frac{V}{f}$

Händer i gest av givande

**Cirkel B:** Dansarna går fyra steg bakåt och sänker armarna ner till V-fattning lagom till mötet med den andra cirkeln.



$\frac{H}{b} \frac{V}{b} \frac{H}{b} \frac{V}{b}$

Händer ner till V-fattning

5. "O...": De två cirkelarna är nu återigen sammankopplade och gungar som i punkt 1 och sedan fortsätter dansen som ovan med skillnad att det nu blir B-cirkeln deltagare som börjar att gå bakåt för att sedan sträcka sig efter gåvorna. Cirkelarna växlar således plats varannan dansomgång.

**Avslutning:** Denna rofyllda och meditativa dans avslutas (ungefär efter 7 minuter) med att deltagarna i de båda sammankopplade cirkelarna går fram mot mittpunkten och att cirkeln blir trängre och att axel möter axel. Dansarna gungar nu i sidled långsamt i takt efter musiken och är nu en enda kropp.



# NADA TE TURBE

*Nada te turbe, nada te espante:  
quien a Dios tiene nada de falta. Sólo Dios basta.*

**Musik:** "Nada te turbe" på CD-skiva "Alleluia":

**Dansformation:** Cirkel.

**Dansriktning:** Motsols.

**Takt:** 4/4

**Grundsteg:** Luciasteg.

**Handfattning:** V-fattning.

**Startposition:** Parallella fötter mot mittpunkt. V-fattning.

**Inledning:** Stillhet. Dansen börjar med andra omgången sång.

**Avslutning:** Cirkel. V-fattning. Stillhet i en eller ett par minuter.

## DANSEN

### 1. "Nada te turbe, nada te espante":

Fyra Luciasteg fram, höger fot börjar



<u>H V</u>	<u>V H</u>	<u>H V</u>	<u>V H</u>	V-fattning
f tå	f tå	f tå	f tå	

### 2. "quien a Dios tiene": Höger Luciasteg sida och vänster. Luciasteg sida.



<u>H V</u>	<u>H V</u>
s tå	s tå

### 3. "nada de falta" / "sólo Dios basta":

Höger Luciasteg bakåt samtidigt som händerna sträcks fram individuellt i gest av mottagande för att ta emot trygghet och nåd. Sedan vänster Luciasteg fram. Händerna fattas åter.



<u>H V</u>	Gest av mottagande
b tå	



<u>V H</u>	Gest av givande
f tå	

Punkterna 1 – 3 upprepas tills musiken tar slut.

## Mörker och ljus

*I begynnelsen skapade Gud himmel och jord. Och jorden var öde och tom, och mörker var över djupet... (Gen 1:1-2)*

Urmörkret är ett tillstånd av kaos och tomhet, men det är inget ondskefullt mörker, inget dött mörker. Liksom barnet föds ur livmoderns mörker föds hela skapelsen ur mörkret. Fröet groer i jordens mörker och all upplysning föregås av mörker. För Johannes av Korset (1542–1591 e Kr) är natten en metafor för det mörker som döljer vad ögat annars kan se. Natten är full av splittring och förbinds med känslor som ångest, apati och nedstämdhet, men är samtidigt en övergångssymbol; det är i nattens mörker det verkliga livet föds:

*Förunderligt är det (molnet) fastän mörkt, lyste upp natten. Detta visar att tron, som för själen är ett dunkelt och dystert moln och natt tillika – ty genom närvaron av tron berövas själen sitt naturliga ljus och varder förblindad – lyser med sitt mörker och skänker själen ljus.<sup>12</sup>*

I mörkret slumrar det förestående ljuset: "Vid sjätte timmen föll ett mörker över hela jorden" och Jesus ropar från korset med hög röst: "Min Gud, min Gud, varför har du övergivit mig." Mörkret vänds till ljus och Jesus går in i en ny existens.

Påskens händelser är det nav kring vilket kyrkoåret kretsar. Lidandets och dödens mörker gestaltas i långfredagens gudstjänst. Människan släpar sitt kors tillsammans med Kristus på smärtornas väg. Hon blir sviken och förrådd med honom, kanske inte bara en gång i sitt liv, utan flera, och hon gisslas och dör med honom på korset. Det är där, när hon ger upp sitt liv, som vändpunkten kommer: uppståndelsen och nyfödelsen. Under påskdagen tänds ljuset i glädje över Kristi nya liv och över människans nya liv med honom.

Redan under 100-talet blev påsken en årlig högtid. På kyrkomötet i Nicea år 325 beslöt man att påskdagen skulle förläggas efter vårdagjämningen, till första söndagen efter första fullmånen. Sedan dess har människan varje år gått ner med Kristus i dödsrikets mörker för att återuppstå i ljus. Påskens motiv är även centrum i söndagens högmässa, där spänningen mellan död/mörker och liv/ljus uttrycks i klagan, genom *Kyrie*, och i jubel, genom *Gloria*. Kristus är världens ljus och Maria ljusbäraren: hon föder livet och ljuset för att ta emot döden och mörkret. Hon föder Kristus och tar honom i sin famn när han har dött, så att han återigen kan födas.

# DANS NOS OBSCURITÉS

*Dans nos obscurités allume le feu qui ne s'éteint jamais, qui ne s'éteint jamais,*

**Musik:** "Dans nos obscurités" på CD-skivan "Alleluia".

**Dansinformation:** Cirkel.

**Dansriktning:** Motsols.

**Handfattning:** V-,W-, och Y-fattning.

**Takt:** 4/4

**Grundsteg:** Gångsteg.

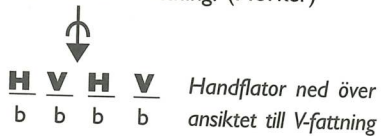
**Startposition:** Tät cirkel. Parallella fötter vända mot mittpunkt. Armar sträckta ovanför huvud. Ögonen vända upp mot handflatorna.

**Inledning:** Stillhet under sångens första omgång.

**Avslutning:** V-fattning i cirkel. Stillhet under en eller flera minuter.

## DANSEN

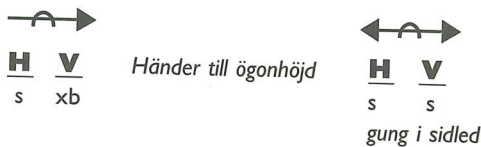
1. "(Dans) nos obscurités": Fyra steg bakåt samtidigt som händerna sänks ner framför ansiktet och ner till V-fattning. (Mörker)



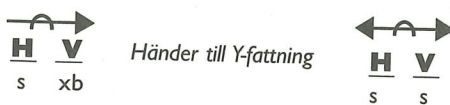
2. "allume le feu qui ne": Högersteg fram och vänstersteg fram. De sammanlänkade händerna upp till W-fattning. Sedan högersteg fram med gung i sidled och vänstersteg fram med gung i sidled. (Ljus)



3. "s'éteint jamais, qui ne": Högersteg sida och vänstersteg bakom högra foten. Sedan högersteg med gungning och till sist vänstersteg med gungning. Händer upp till ögonhöjd. (Ljus)



4. "s'éteint jamais. (Dans)": Högersteg sida och vänster steg bakom högra foten. Sedan höger steg med gungning och till sist vänster steg med gungning. Händer upp till Y-fattning och släpps på sista takten så att dansaren är förberedd att upprepa dansen från början. (Ljus)



Punkterna 1 – 4 upprepas tills musiken tar slut.

# DE IRE

*De noche ir  
fuente, sólo*

**Musik:** "De

**Dansforma**

**Dansriktning**

**Handfattning**

**Grundsteg:**

**Takt:** 4/4

**Startpositi**

i vänster hand

**Inledning:**

Sakta förenas da

grannens vänstr

3. "sólo la sec

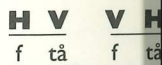
alumbra": Hän

händer med ljus

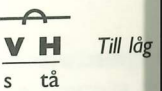
**Avslutning:**

## DANSEN

1. "(De) noch  
encontrar": T  
börjar).



2. "la fuente  
fot sida samtid  
mittpunkt och f  
sina två grannar  
Sedan Luciasteg  
samtidigt som h  
givande.





# DE NOCHE IREMOS

*De noche iremos, de noche, que para encontrar la fuente, sólo la sed nos alumbra, sólo la sed nos alumbra.*

**Musik:** "De noche iremos" på CD-skivan "Alleluia"

**Dansformation:** Cirkel.

**Dansriktning:** Motsols.

**Handfattning:** Låg W-fattning, L- och Y-fattning.

**Grundsteg:** Luciasteg.

**Takt:** 4/4

**Startposition:** Parallella fötter mot mittpunkt. Värmeljus i hållare i vänster handflata, som vilar i höger handflata (i midjehöjd).



**Inledning:** Till sångens första omgång, följande armrörelser: **1.** "De noche iremos, de noche": Sakta förenas dansarnas händer genom att den högra handen (handflatan uppåt) lägges under den högra grannens vänstra ljusförsedda hand. **2.** "que para encontrar la fuente.": Händer till Y-fattning. **3.** "sólo la sed": Händer till V-fattning. **4.** "nos alumbra": Händer till Y-fattning. **5.** "sólo la sed nos alumbra": Händerna sänkes och separeras. Dansaren vänder, 90 grader till höger och förenar sina båda händer med ljuset.

**Avslutning:** Cirkel. Låg V-fattning och stillhet i en eller flera minuter.

## DANSEN

**1.** "(De) noche iremos de noche que para encontrar": Tre Luciasteg fram, (högerfot börjar).

**H V**   **V H**   **H V**  
f tå   f tå   f tå

**2.** "la fuente sólo la sed": Luciasteg vänsterfot sida samtidigt som dansaren vänder sig mot mittpunkt och förenar händerna (i midjehöjd) med sina två grannar, (Händer se startposition.) Sedan Luciasteg med högerfot fram mot mittpunkt samtidigt som händer sträcker fram i gest av givande.

**V H**   Till låg W-fattning  
s tå

**H V**   Till axelhöjd  
s tå

**3.** "nos alumbra sólo la sed": Luciasteg bakåt med vänster fot samtidigt som händer lyftes till Y-fattning. Sedan gungar dansaren till höger sida och sedan till vänster sida. Händerna kvar ovan huvudet. Överkroppen stilla, gungningen sker med hjälp av ben och höfter.

**V H**   Händer till Y-fattning  
b tå

**H V**  
s s  
gung gung

**4.** "nos alumbras. (De)": Händerna separeras och den individuella dansaren vänder sig med ett steg höger i dansriktningen samtidigt som de egna händerna förenas med varandra (se startposition).

**H V**  
s int

Punkterna 1 - 4 upprepas tills musiken tar slut.

## KYRIE OCH GLORIA

*Samla dig i ditt hjärta och sänd därifrån ut ditt inre rop till vår Herre Jesus. Anropa honom om hjälp och säg: Herre Jesus Kristus förbarma dig över mig.*

Så lyder Gregorius Sinaitens (1255–1346) uppmaning i *Filokalia*, en samling grekiska skrifter huvudsakligen författade av munkar mellan åren 300 och 1400. Han var en av dem som förnyade intresset för den tysta Jesus-bönen: *Kyrie eleison*, Herre förbarma dig. Han fortsätter:

*Men man bör anropa Herren stilla och utan upprördhet, så att inte rösten stör tankens uppmärksamhet och så avbryter bönen, till dess det inre är vant vid detta verk och håller ut i bön på egen hand, med kraft av Anden. Då behövs inte längre någon bön med läpparna. Den blir omöjlig, ty den som når detta stadium är fullt tillfreds med sin inre bön och har ingen önskan att sluta den.*

Jesus-bönen kallas även Hjärtats bön, då den används i en kontemplation inom den andliga inriktningen kallad *hesykasmen*. Den har stora likheter med den buddistiska za-zen och andra österländska meditationsformer. Men medan *hara* – området nedanför naveln – är centrum i zen är hjärtat centrum i hesykasmen. Munken Hesykios, som hesykasmen är uppkallad efter, skriver på 700-talet: "Piska din fiende med Jesu namn och låt, som en vis man har sagt, Jesu namn följa din andning."

Bönen *Kyrie eleison* har sin förebild i Markusevangeliet (10:46–52), där den blinde tiggaren Bartimaios bönfäller: "Jesus, Davids son, förbarma dig över mig." I högmässans inledande avdelning ber de församlande: "Herre, förbarma dig över oss. Kriste, förbarma dig över oss. Herre, förbarma dig över oss." Därefter går deras bön om hjälp över i jubel över Guds närvaro genom lovsången *Gloria*. Orden i sången baserar sig på Lukasevangeliet (2:14), där Jesu födelse lovsjungs av en härskara änglar med orden *Gloria in excelsis Deo*, "Ära i höjden åt Gud".

Danserna *Kyrie* och *Gloria* är koreograferade av Maria-Gabriele Wosien och hör ursprungligen till musiken i Ariel Ramirez' *Misa Criola*. Danserna utgör tillsammans en helhet men fungerar även bra var för sig. I *Kyrie* släpar sig dansarna fram med tunga steg, i en spiral som går mot mitten. När de stannat lyfter de händerna mot ansiktet. Ur hjälplösheten och övergivenheten kommer så vändpunkten, med dansen *Gloria*. I den visar dansarna sin tacksamhet och glädje över det återvunna livet.

*Kyrie, Kyrie, eleison*

**Musik:** "Psalm 118"

**Dansformativ:** "Kyrie"

**Dansriktning:** "Kyrie"

**Takt:** 2/4.

**Handfattning:** "Kyrie"

varandra på led)

på bröstet.

**Grundsteg:** "Kyrie"

och när den är i

**Startposition:** "Kyrie"

## DANSEN

**Dansstegen:** "Kyrie"

"Kyrie, Kyrie eleison"

**V** **H**  
f släp med klack

Stegen upprepas till

**Spiralen:** Ledaren  
stillhet med båda händerna  
fullständig och musik

**Avslutning:** När  
koncentriska cirklar  
"Gloria" börjar.

*Kyrie, Kyrie, eleison*

**Musik:** "Psalm 50 och Kyrie" på CD-skivan "Laudate".

**Dansformation:** Spiral (in).

**Dansriktning:** Medsols.

**Takt:** 2/4.

**Handfattning:** Vänster arm på framförvarande persons högra axel (dansarna står bakom varandra på led) och höger arm på bröstet eller hängande vid sidan. Ledaren har båda händerna på bröstet.

**Grundsteg:** "Släpsteg" enligt följande mönster: vänster fot sätts fram, höger klack släpas fram och när den är i bredd med vänster fot sätts hela den högra foten ned.

**Startposition:** På led i öppen cirkel med handfattning som ovan.

## DANSEN

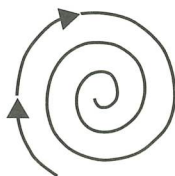
### Dansstegen

"Kyrie, Kyrie eleison". Tre lika långa "släpsteg" fram i dansriktningen (ett på varje ord).

<u>V</u>	<u>H</u>	<u>H</u>
f	släp med klack	sätt ner

Stegen upprepas till dess musiken tystnar, alltså även när psaltarpsalmen sjunges.

**Spiralen:** Ledaren leder dansarna in mot spiralens mittpunkt (se figur) och ställer sig i stillhet med båda händer framför ansiktet. En efter en följer efter tills dess att spiralen är fullständig och musiken tystnar.



**Avslutning:** När sången ebbat ut förflyttar sig alla bakåt och bildar en cirkel eller två koncentriska cirklar om deltagarantalet är stort. Dansarna står i stillhet till dess att sången "Gloria" börjar.



# GLORIA

*Gloria, Gloria, in excelsis Deo, Gloria, Gloria, alleluia!*

**Musik:** "Gloria på CD-skivan "Alleluia".

**Dansformation:** Cirkel.

**Dansriktning:** Motsols.

**Takt:** 3/4.

**Handfattning:** W-fattning och orante-B.

**Grundsteg:** "Syrstossteg".

**Startposition:** Parallella fötter mot mittpunkt. V-fattning.

**Inledning:**

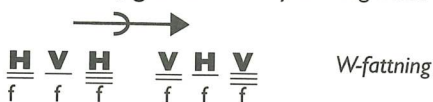
1. "Gloria, gloria in excelsis Deo": Händerna lyftes till Y-fattning.

2. "Gloria, gloria, alleluia, alleluia". Händerna sänkes samtidigt som klackar lyfts och sättes ner fyra gånger.

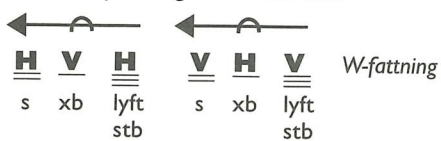
**Avslutning:** Cirkel. Armar lyftes upp till Y-fattning och ner igen. Stillhet.

## DANSEN

1. "Gloria, gloria": Två syrtossteg fram.



2. "in excelsis Deo": Ett syrtossteg till höger sida och ett syrtosteg till vänster sida.



3. "Gloria, gloria": Två syrtossteg fram som ovan.



4. "alleluia, alleluia!": Två snurr med två steg vardera och framåt i dansriktningen.



Punkterna 1 – 4 repeteras tills musiken tar slut.



Kristusgloria

## Tacksamhetens bön

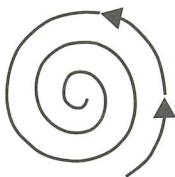
Människan har alltid prisat universums gudomliga ordning, de rytmiska vågor som en gång skapade allt. De första kristna prisade och tackade med lovsång och dans. Från början använde de egna lovsånger, av vilka några finns bevarade i Nya testamentet. Kolosserbrevet (1:15–29) inleds med följande ord: "Han är den osynlige Gudens avbild, den förstfödde i hela skapelsen, ty i honom skapades allt i himlen och på jorden, synligt och osynligt..." Hymnen, som prisar Kristi höghet, talar om världen som Guds avbild och människans dolda gudomlighet.

Efter 200-talet fick psaltarpsalmerna i Gamla testamentet företräde, och har allt sedan dess haft en central plats i gudstjänsten. Dessa psalmer är gamla hebreiska sånger, som åkallar och lovsjunger Gud. De kristna läste dem typologiskt, det vill säga i ljuset av Nya testamentets teologi. Böner till Gamla testamentets Gud, JHWH, sågs som böner till Kristus, eller Kristi röst till Fadern. Ordet "psalm" kommer från *psaltare*, ett av de stränginstrument man brukade ackompanjera psalmerna med. Den sista av Psaltarpsalmerna, psalm 150, prisar Gud med både musik och dans: "...prisa honom med tamburin och dans, prisa honom med strängospel och flöjt".

Den kristna kyrkan övertog den judiska traditionen med försångare. Dessa sjöng längre textpartier, till vilka församlingen svarade i form av korta omkväden, som hebreiska *halleluja* och *amen*, efter varje avsnitt. Denna responsoriala sång användes relativt tidigt som mönster i den kristna hymndiktningen.

Under medeltiden skrevs åtskilliga folkliga sånger med församlings svar i form av *Kyrie eleison*, Herre förbarma dig, som man ofta även dansade till. Margit Sahlin menar i sin doktorsavhandling om den medeltida carolen, *Étude sur la carole médiévale*, att ordet för dansvisa, carole, troligtvis kommer från församlings svaret *Kyrie eleison*. Vid en annan typ av sång sjöng två köror växelvis, vers för vers. Denna så kallade antifona sång kom med tiden att bli besläktad med den responsoriala, då antifonen kom att bestå av enstaka, oföränderliga verser som var lätta att komma ihåg.

Lovsång är tackbön. Det är ett sätt att tacka. I en mörk tid som vår kan det vara svårt att känna tacksamhet, men ibland bryter ljuset igenom och vi vill visa vår förundran och tacksamhet. Kanske för skapelsens skönhet, eller för "vårt dagliga bröd" som i Fader Vår, eller för skörden som på Tacksägelsedagen. Men kanske allra mest för nattvardens gåvor: Kristi kropp och blod, som ständigt förnyar och ger liv. Det ursprungliga, grekiska ordet för nattvard, *eucharisti*, betyder just tacksägelse. I urkyrkan samlades de kristna vid en vanlig måltid, för att dela brödet på samma sätt som Jesus gjorde med sina lärjungar. I instiftelseorden, som alltid läses före nattvarden, tackar Jesus för brödet och vinet. Sedan tackar vi, efter att ha fått ta del av hans gåvor.



# BLESS THE LORD

*Bless the Lord my soul and bless God's holy name.*

**Musik:** "Bless the Lord" på CD- skivan "Alleluia".

**Dansformation:** Cirkel.

**Dansriktning:** Motsols.

**Takt:** 4/4

**Grundsteg:** Gångsteg och vinranka.

**Handfattning:** W-fattning.

**Startposition:** Cirkel. Parallella fötter mot mitt. V-fattning

**Inledning:** Alt 1. Dansen börjar samtidigt med andra omgångens sång.

Alt 2. Dansen börjar med djup bugning, med händer som korsas och läggs på varsitt knä.

**Avslutning:** Cirkel och V-fattning. Stillhet i en eller flera minuter.

## DANSEN

### Alt 1.

1. "Bless the Lord my soul": Högersteg fram samtidigt som händer lyftes upp till orante-B-fattning".



H V Händer till orante-B fattning  
f int

2. "and bless God's holy name": Fötter på stället. Djup bugning med händer som korsas och läggs på var sitt knä. Bugningen finns i Benediktinerordens tradition.



H V Djup bugning

3. "Bless the Lord my soul": Vänstersteg bakåt, samtidigt som kroppen reses upp och händer förs till Orante-B fattning.



V H Händer till orante-B fattning  
b int

4. "who leads me into life": Vinranka (med först vänster fot i kors över höger) och sedan vänster fot intill höger.



V H V H V W-fattning  
xf s xb s int

### Alt 2.

1. "Bless the Lord my soul and bless God's holy name.": Långsam vinranka med början med höger sidsteg och vänstersteg i kors bakom och till sist höger sidsteg och vänster intill. V-fattning



H V H V H V H V W-fattning  
s xb s xf s xb s int

2. "Bless the Lord my soul who leads me into life": samma som 1, men med orante-B-fattning (kroppen vrids).

Punkterna upprepas tills musiken tar slut.

# Co Do

Confitemini

**Musik:** "Co

**Dansforma**

**Dansriktning**

**Handfattning**

**Takt:** 3/4

**Grundsteg**

**Startpositi**

**Inledning:**

1. "Confitemini

bonus": Händ

"Alleluia": Da

dem upp till Y-f

**Avslutning**

## DANSEN

1. "Confitemini

(först höger fot

händerna sänke

dansaren med t



H V H V  
b b b b

2. "quoniam

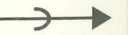
höger fot) i dan

de fattade händ

sig dansaren 90

högersteg åt sid

åter i startpositi



H V H V  
f f f f



# CONFITEMINI DOMINO

*Confitemini Domino, quoniam bonus. Confitemini Domino Alleluia!*

**Musik:** "Confitemini Domino" på CD-skivan "Laudate".

**Dansformation:** Cirkel.

**Dansriktning:** Motsols.

**Handfattning:** V- och Y-fattning.

**Takt:** ¾

**Grundsteg:** Gångsteg.

**Startposition:** Parallella fötter mot mittpunkt. Händer i kors över bröst.

**Inledning:**

**1.** "Confitemini Domino": Djup bugning med bibehållna korsade händer, ner och upp. **2.** "quoniam bonus": Händer upp till orante-B. **3.** "Confitemini Domino": Djup bugning ner och upp. **4.** "Alleluia": Dansaren vänder sig 90 grader åt vänster (ryggen i dansriktningen). Fattar händer och lyfter dem upp till Y-fattning.

**Avslutning:** Bugning.

## DANSEN

**1.** "Confitemini Domino": Fyra steg bakåt (först höger fot) i dansriktningen samtidigt som händerna sänkes till V-fattning. Sedan vänder sig dansaren med två steg i riktning mot mittpunkt.



**H V H V** Från Y- till V-fattning  
b b b b



**H V**  
s int

**2.** "quoniam bonus": Fyra steg fram (först höger fot) i dansriktningen och lyfter samtidigt de fattade händerna till Y-fattning. Sedan vänder sig dansaren 90 grader och tar samtidigt ett högersteg åt sidan och vänster fot intill (står nu åter i startposition, med ryggen i dansriktningen).



**H V H V** Från Y- till V-fattning  
f f f f



**H V**  
s int

**3.** "Confitemini Domino": Som **1.**

**4.** "Alleluia": Som **2.**

IHC  
Jesusmonogram

Punkterna **1 – 4** upprepas tills dess att musiken tar slut.

# LAUDATE DOMINUM

Laudate Dominum, laudate Dominum, omnes gentes! Alleluia.

**Musik:** "Laudate Dominum" på CD-skivan "Laudate".

**Dansformation:** Cirkel, eller på led som processionsdans.

**Dansriktning:** Motsols.

**Handfattning:** V-fattning.

**Takt:** 3/4.

**Grundsteg:** Fotombytesteg (valssteg).

**Startposition:** Parallella fötter vända mot mittpunkt. V-fattning.

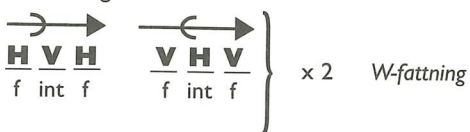
**Inledning:**

1. "Laudate Dominum" X 2: Armar lyfts till Y-fattning. 2. "omnes gentes! alleluja.": Armar sänks till V-fattning och vid sluttakterna vänder sig dansaren till höger, 90 grader, och ställer sig i dansriktningen.

**Avslutning:** som startposition ovan och sedan stillhet i en eller flera minuter.

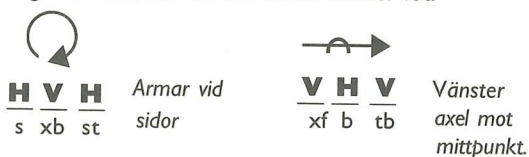
## DANSEN

1. "Laudate Dominum": Höger fotombytesteg fram och vänster fotombytesteg bakåt. W-fattning.



2. "Laudate Dominum" som 1.

3. "omnes gentes!": Ett fotombytesteg runt på stället och tillbaka till plats. Armar vid sidor. Sedan korsar vänster ben höger med mjuka knän (höger fot lyfts samtidigt). Vänster axel vrids så att den pekar mot mittpunkt. Rak rygg. Därefter sätts höger fot ned och till sist också vänster fot.



4. "Alleluia": Höger fotombytesteg fram mot mittpunkt. Armar lyfts individuellt upp till Y-fattning (handflator mot ansiktet). Sedan vänster fotombytesteg bakåt. Armarna sänkes till V-fattning.

"Alle"



$\underline{H} \underline{V} \underline{H}$  Armar upp till Y-fattning  
s xb st

"luia"



$\underline{V} \underline{H} \underline{V}$  Armar ned till V-fattning  
s xb st

Punkterna 1 - 4 upprepas tills musiken tar slut.

# LAUD OMNES

Laudate omnes

**Musik:** "Laudate omnes"

**Dansformation:** Cirkel, eller på led som processionsdans.

**Dansriktning:** Motsols.

**Handfattning:** V-fattning.

**Grundsteg:** Fotombytesteg (valssteg).

**Takt:** 3/4

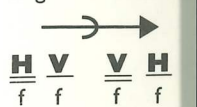
**Startposition:** Parallella fötter vända mot mittpunkt. V-fattning.

**Inledning:** Stillestånd.

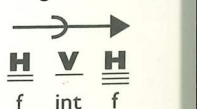
**Avslutning:** Som startposition ovan och sedan stillhet i en eller flera minuter.

## DANSEN

1. "(Lau-)date omnes": Högersteg med vänster fot intill. V-fattning.



2. "(lau) date omnes": Höger fotombytesteg fram mot mittpunkt. Armar lyfts individuellt upp till Y-fattning (handflator mot ansiktet). Sedan vänster fotombytesteg bakåt. Armarna sänkes till V-fattning.



# LAUDATE OMNES GENTES

*Laudate omnes gentes, laudate Dominum!*

**Musik:** "Laudate omnes gentes" på CD-skivan "Alleluia".

**Dansformation:** Processionsdans.

**Dansriktning:** Med- eller motsols.

**Handfattning:** V-fattning.

**Grundsteg:** Gångsteg.

**Takt:**  $\frac{3}{4}$

**Startposition:** Led, V-fattning.

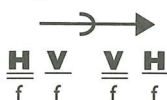
**Inledning:** Stillhet under första omgången sång.

**Avslutning:** V-fattning med bugning.

## DANSEN

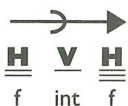
### 1. "(Lau-)date omnes gentes":

Högersteg med vänster fot intill. Vänstersteg med höger fot intill. V-fattning.



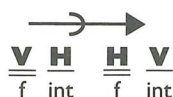
### 2. "(lau) date Dominum":

Höger fotombytesteg.



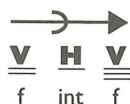
### 3. "(Lau-) date omnes gentes":

Vänstersteg med höger fot intill. Högersteg med vänster fot intill.



### 4. "(lau-)date Dominum":

Vänster fotombytesteg.



Punkterna 1 – 4 upprepas tills musiken tar slut.