

Nicolai

KULTUR • AKTIVITET • FOLKEOPLYSNING
Fordi netværk handler om mennesker

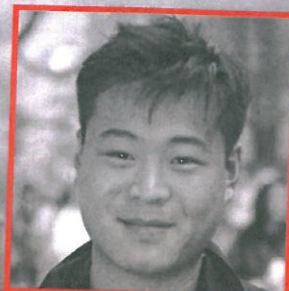
12. årgang nr. 3 august 2004

TEMA: FOLKEOPLYSNING I FESTUGEN



ÅRHUS – KÆRLIGHEDENS BY

Festugen 2004: Fra Aros med Eros



NÆRVÆR ER VIGTIGT

Interview med Martin Lumbye



OPLYSNINGSFORBUND I ØM FORENING

Leder/debat med Torben Dreier



FRIT OPLYSNINGSFORBUND



Udgives af

Frit Oplysningsforbunds
medlemsforening
Guldsmedgade 25,
Postbox 159
8100 Århus C.
Tlf.: 86 12 60 00
E-mail:
nicolai@fo-aarhus.dk

Ansvarshavende redaktør
Torben Dreier

Redaktion

Henriette C. Andersen
Lone Jørgensen
Henrik Gram
Inge Madsen
Torben Dreier

Oplag

5000

Layout & tryk

Opsætning & layout:
To ombord tlf: 8676 1653.
Tryk: CT Grafisk A/S
Trykt på miljøpapir

Nicolai

udkommer 4 gange om
året. Bladet postbesørges til
FO's kursusdeltagere samt
lægges frem på biblioteker
og offentlige kontorer.

AftenskoleKlubben

AftenskoleKlubbens formål
er at udbrede folkeoplysning
indenfor almene, økonomiske,
politiske, sociale og kulturelle
emner; samt at arbejde for de
idealer som De Forenede Nationer
står for, samt at sikre medlemmernes
indflydelse på FO's virke. Ved
tilmelding til et af FO's kurser
bliver man automatisk medlem af
FO's medlemsforening for 10 kr.,
som overføres fra tilmeldingsgebyret.

Oplysningsforbund I ØM FORENING

Århus Festuge nærmer sig med stormskridt og det bliver i år både forrygende og ømt, hvis man skal dømme efter temaet og den forudgående omtale i medierne.

Som noget nyt har folkeoplysningsforbundene i Århus fået en fantastisk mulighed for i fællesskab at vise deres mangfoldighed og kreativitet i selve

festugen. Vi har sammen planlagt et fuldt program, som skal fylde Musikhuset inkl. foyeren. Dette samarbejde er faktisk unikt. Det er uhyre sjældent at se folkeoplysningsforbund gå sammen som kollegaer og løfte en større opgave. Men i Århus er det lykkedes og vi kan hilse og sige at det er anbefalelsesværdigt!

Vi er selvfølgelig stadig konkurrenter, men har via festugen 2004 formået at vise, at vi i fællesskab kan løfte denne image-

opgave i folkeoplysningens tjeneste, som mange politikere ofte kun har skuldertræk til overs for. Og vi er meget taknemmelige over at festugens ansvarlige har givet os en så central placering, som Musikhuset til at udfolde vores idéer og arrangementer, som er omtalt nærmere i dette nummer af Nicolai.

KONKURRENCEN

- Deltag i konkurrencen og vind en gave fra Fair Trade i Guldsmedgade

Klip ud & send

Hvis du svarer rigtigt på spørgsmålene, deltager du i konkurrencen om en gave fra Fair Trade.



1. Hvad betyder Aros?

2. Hvor gammel er festugens chef, Martin Lumbye?

3. I hvilket „hus“ foregår de fleste af Frit Oplysningsforbunds festuge-aktiviteter?

Svarkupon sendes/afleveres til
FO-Århus, Guldsmedgade 25, 8100 Århus C.
Du kan også sende dit svar på e-mail:
nicolai@fo-aarhus.dk eller deltage via
vores hjemmeside www.fo-aarhus.dk.
Send din besvarelse inden 1. oktober.
Husk at sende navn og adresse med
besvarelsen.

Vinder af sidste nummers konkurrence
Mia Berle, Højbjerg
Svarene på konkurrencen i
Nicolai nr. 2, 2004
1) Sune Liltorp
2) Guldsmedgade
3) Filmbyen 23

Århus



Gipsafstøbningen viser Eros på ryggen af en kentaur. Originalen er fra 1.-2. århundrede e.Kr. og kan ses på Louvre i Paris.

af Lone Jørgensen

– SMILETS OG KÆRLIGHEDENS BY

**”Kærlighed ’04: Fra Aros med Eros”
Sådan lyder overskriften for den kommende festuge 2004 i Århus.**

Overskriften lyder godt og smager af harmoni og sødme, men hvad ligger der egentlig i ordene? Dette har Nicolai forsøgt at kigge nærmere på, så alle er velrustede til at tage hul på festugen 2004.

Eros – en kærlighedsgud

Når man hører navnet eros, vil mange hurtigt kunne placere det som noget med kærlighed og længsel eller mere præcist som den græske dregnegud, der i kådhed sendte sine pile af kærlighed mod mennesker, og lod dem forelske sig. Eros er

også kendt som Amor eller Cupido og sætter hos de fleste tanker i gang om noget smukt, om romantik, om bankende hjerter og varme følelser hos og mellem mennesker.

Nicolai ringede til et par af de foredragsholdere, som medvirker i festugen, og forhørte dem om betydningen af Eros og Aros. Det kom der mange interessante bud ud af, som kan læses her på siden. Eros forvoldte, som forventet, ikke de adspurgte de store problemer. At festugen i år er en kærlighedens festuge, er der ingen tvivl om. Men hvad så med Aros-ordet?

Aros – en jazzgud?

Automatisk vil de fleste århusianere nok med det samme sen-

de tanker til byens nye kunstmuseum af samme navn, hvilket er oplagt. Men mennesker udenbys får tydeligvis andre tanker, når de hører ordet Aros. Det vidner forslagene fra de af Nicolai adspurgte foredragsholdere om. Og de er lovligt undskyldte. Hvad de færreste nemlig ved, er, at Aros er vikingernes gamle kaldenavn for Århus by, som blev grundlagt i vikingetiden. Aros henviser til byens placering, nemlig ved „åmundingen“, som på oldnordisk bærer navnet Aros. Så skulle festugens tema være på plads:

„Fra Århus med kærlighed“

Fra den 27. august til den 5. september 2004 vil de nære og varme relationer mellem men-

nesker være i fokus. Igennem festugen vil forskellige kunstnere fortolke og forsøge at udtrykke dette tema på hver deres vis. Således er festugens mål, at sætte fokus på nogle grundlæggende værdier som livet, menneskelige relationer og kærligheden. Med titlen „Fra Aros med Eros“ tages der samtidig udgangspunkt i byens lokale miljø, hvor kærligheden i denne uge vil blomstre i al sin flor og med alle sine facetter og vinkler. Århus vil således i denne uge forvandles til en by, der ikke bare er smilets, men også kærlighedens. Glæd jer til en dejlig uge.



Journalisten Lone Kühlmann om Eros og Aros: „Når jeg hører ordet Eros, tænker jeg på solens spil i blåt vand, og lysets stråler gennem bøgeløv. Når jeg hører ordet Aros, så tænker jeg på en stor

kæmpe, som bærer Århus på sine skuldre. Men det er nok fordi jeg forveksler Aros med gudesønnen Atlas, der ifølge den græske mytologi bærer himmelhvælvingen på sine skuldre. Jeg ser bare en kæmpedreng ved Århus Å. Nå, ja, og så tænker jeg igen på solens spil i blåt vand, og lysets stråler gennem bøgeløv. For det tænker jeg på ved enhver given lejlighed“.



Tv-lægen Peter Geisling om Eros og Aros: „Eros – er det ikke en erotisk gud? Jo, det er. Læger er ofte blevet forbundet med erotik og sexologi, men ellers er læger jo ikke de mest sexede. Men jeg mener, at erotik er en vigtig brik i livet – noget som gerne skal være tilstedet i alt, men som hverken skal fylde for meget eller for lidt. Aros? Er det ikke noget med jazz-musik? Der var da engang et orkester ved det navn?“ (red. Arosia).



Sexologen Joan Ørting om Eros og Aros: „Eros giver mig tanker om lidenskab og åbenhed og det at brænde for noget, hvad enten det handler om en cykeltur, et barns leg eller et andet menneske. Så Eros betyder for mig lidenskab og lidenskabelighed bredt set. Eros står for et åbent hjerte, en invitation til åbenhed og imødekommenhed. Aros? Der må jeg melde blank“.

NÆRVÆR ER VIGTIGT

Gennem kunsten kan de store følelser formidles. Århus festuge sætter fokus på kærligheden.

Nicolais redaktion er taget ud for at finde chefen for Århus Festuge, Martin Lumbye. For hvem er han egentlig, denne unge mand, og hvorfor har han valgt, at festugens tema for 2004 skulle hedde „Fra Aros med Eros”? Nicolais redaktion har taget en snak med Martin Lumbye om baggrunden for festugens tema, om det samfund, vi lever i, om vigtigheden af nære relationer og om det at stoppe op og tænke sig om.

En ung ildsjæl

Festugeseekretariatets kontor-gang i den gamle Officersbygning summer af travlhed, og forskellige mennesker går ud og ind af alle de mange kontordøre med papirer, mapper og breve. Selvom der endnu er et stykke tid til festugen, fornemmer vi hurtigt, hvor omfattende festugearrangementet er. Martin Lumbye kommer os i møde hen ad gangen og byder os smilende indenfor. Martin Lumbye er 31 år, uddannet dramaturg og bosiddende i København. Han startede sin karriere ved Gran Teater for Dans og er tidligere marketingschef på teatrene Dr. Dante og Østre Gasværk i København. Han sidder tillige i en række bestyrelser, men virker rolig og på ingen måde stresset, da han indledningsvist fortæller os, at han for tiden kun har to fuldtidsjobs - ét som chef for Århus Festuge og ét som fortsat marketingschef på Dr. Dante Teatret i København. „Jeg befinder mig godt som chef for festugen.

Selvfølgelig kan man altid lære mere om det at lede og det at være chef. Men det skal også være noget, som falder en naturligt. Og det gør det for mig. Jeg vil gerne bestemme, og jeg vil også gerne tage ansvar, og jeg vil også gerne tage røvfulden, når den kommer! Men på et tidspunkt vil det være slut med at arbejde så meget. Der er jo også andre ting, som er vigtige”, siger Martin Lumbye.

Midt i en IT-tid

Den tid og det samfund, vi lever i, kaldes tit og ofte mange forskellige navne. Tyer man til samfundsforskerne spænder til lægsordene om vort nutidige samfund fra det senmoderne eller det postmoderne til informationssamfundet eller drømmesamfundet. Martin Lumbye kalder vort samfund for et IT-samfund, hvor vores hverdag fortsat bliver mere og mere digital og computerstyret, og hvor gængse familie- og nær-værs-traditioner er på retur. Han påpeger, hvordan mange mennesker i dag oftest kommunikerer via mobiltelefon, e-mail og chat, hvordan mennesker i dag mødes romantisk på Internettet, og hvordan overarbejde er blevet en ganske naturlig del af manges hverdag. Alt sammen med det til følge, at menneskelige relationer fravælges eller formindskes. „Der er ikke noget galt med den hurtige, digitale og mere uforpligtende form for kommunikation. Den er der masser af fordele ved. Men det er en tidstendens, som vi skal være opmærksomme på. Det er ikke en kommunikationsform, som kan erstatte en-til-en mødet mellem mennesker. Nær-vær og berøring kan kun

foregå i den fysiske kontakt med andre. Det er vigtigt at skabe en balance mellem tidens IT-kommunikationsformer og ansigt-til-ansigt relationer”, siger festugechefen.

Festugens tema

Helt tilbage i Antikkens Grækenland beskæftigede man sig meget med venskab og kærlighedsrelationer. Dette har man op gennem tiden tit søgt tilbage til og kastet et blik på. I anledning af, at festugen i år har 40-års jubilæum har man også valgt at søge tilbage til noget mere oprindeligt. „Med hensyn til festugens tema startede jeg egentlig med at kigge på de tidligere års festugemaer. Der har været tradition for overvejende at have geografiske temaer, hvor man har fokuseret på andre verdensdele, og det er helt fint med mig. Der sker jo en masse ting ude i verden, og hvis man kigger på festugens målsætning, så skal Århus Festuge være Århus' vindue til verden og omvendt. Men jeg synes, at vi trængte til at spejle os i tiden og i de omgivelser, som vi her i Århus lokalt selv er en del af. Århus Festuge skal som virksomhed være nutidig og imødekommende og sætte fokus på det, der er vigtigt og oppe i tiden. Derfor skulle den i år - lige midt i en IT-tid - handle om nær-vær, menneskelige relationer og kærlighed. Det er universelle temaer, som de fleste har et tilhørsforhold til, og det er noget, vi skal værne om”, fortsætter Martin Lumbye.

Kunst er følelser

„Vi må ikke være bange for det fysiske nær-vær, for følelser og indlevelse. Netop kunsten er

Generalsekretær for Århus festuge
Martin Lumbye



af Lone Jørgensen

god til at formidle de store følelser, ja, den handler jo netop om de store følelser – om blandt andet eros, smerte og lykke. Kunst er kommunikation mellem mennesker”, siger Martin Lumbye. I forbindelse med de store følelser falder talen på den omdiskuterede teaterforestilling „XXX”, som tidligere har rejst en del debat på grund af dens kontroversielle og erotiske sceniske sprog. Martin Lumbye siger om forestillingen, der fortsat er at finde i festugens program, at den trods en del modvind er med, fordi den berører en række vigtige ting, og fordi den har internationalt format: „Sex og erotik er desuden en naturlig del af menneskers samliv. Det hører hjemme i et kærlighedsforhold. På den måde afspejler forestillingen ikke noget unaturligt og jeg kan forsikre, at det ikke er ægte sex, der forgår på scenen, når forestillingen spiller på Århus Teater i festugen”, tilføjer Martin Lumbye. Sammen med cirkusforestillingen „Orfeus”, danseforestillingen „Larger than Life”, musicalen „Moulin Rouge” og domkirkens kærlighedsprædiken er „XXX” blandt de oplevelser, som festugechefen glæder sig særligt til.

Lokalmiljøet på banen

Det er i år første gang, at oplysningsforbundene i Århus har medvirket direkte i forbindelse med planlægningen af festugens arrangementer. I samarbejde har oplysningsforbundene i Århus planlagt et fuldt festugeprogram i Musikhusets foyer. Nicolai spørger Martin Lumbye, hvorfor han i år har valgt at inddrage oplysningsforbundene. „Efter et møde

med repræsentanter for oplysningsforbundene her i byen, blev det klart for mig, hvor meget dynamik og entusiasme, og hvor mange idéer, der ligger disse steder. Jeg vil meget gerne „lege” med dem, som har energien til at gøre noget og inddrage dem. Derfor blev vi hurtigt enige om, at oplysningsforbundene skulle bidrage i festugesammenhæng. Og sikke et flot og omfattende og humoristisk program, der er kommet ud af det. Det vidner om stor selvtillid hos oplysningsforbundene. Jeg håber, at programmet i Musikhusets foyer trækker mange mennesker til. Jeg synes det er vigtigt, at mange fra lokalmiljøet er involverede. Og det er oplysningsforbundene gode til at sørge for. Selv har jeg det sådan, at de bedste fester jeg har deltaget i, altid er dem, jeg selv har været med til at arrangere. Sådan skulle det også gerne føles for mange i festugen. Jeg er glad for, at lokalmiljøet bakker op om festugen. Temaet sætter jo netop fokus på Århus by, og byen skal selv være med til at skabe en kvalitativ kulturfest med lokalt indhold”, siger Martin Lumbye mod slutningen af interviewet.

Et håb for festugen

„Mit håb for festugen er, at folk vil tænke over at have mere overskud til andre mennesker. At være mere nærværende og givende. At gøre en lille ting for andre hver dag, uden at forvente noget til gengæld. Hvis folk øver sig på at give lidt til andre hver dag, så kan det kun blive en bedre verden”, siger Martin Lumbye.

PROGRAM

for FO-Århus' tre festugedage i foyeren i Musikhuset



Foto: Lone Jørgensen

**Lørdag den 28. august
kl. 16.00-17.30 – aften
fra 21.00 og frem**

FO-Århus' dag for kvinder

Det er ofte de små ting i hverdagen, der skaber velvære og giver overskud til vores arbejds- og kærlighedslev. Derfor fokuserer vi på velvære med gode råd og vejledning om bl.a. hår, make-up, negle, farve/stil og massage - du kan både komme for at få indtryk og selv afprøve tingene på de mange workshops. Vi kan også tilbyde astrologi i kærlighedens tegn og speed-dating på 3 1/2 minut.

Lørdag aften står i det sensuelle Latinamerikas tegn. Det oses af stemning, når det musikalske og rytmiske udfoldes via salsa, palo og tango, som du får mulighed for selv at kaste dig ud i.

**Søndag den 29. august
kl. 11.30-17.30**

FO-Århus' kreative dag for hele familien

Om formiddagen byder vi på børneteater og teatersport. Du kan prøve egne kreative talenter af på workshops ved at lave Valentinsgaver med Panduro Hobby samt prøve pileflet, maleri, filtning, mosaik m.m. Du kan også møde en farvepsykolog, som kender alt til indretning med farver i hjemmet.

**Mandag den 30. august
kl. 11.30-01.00**

FO-Århus' dag for 50 +

Ligesom om lørdagen sætter vi fokus på velvære med gode råd og vejledning fra eksperterne. Også astrologi i kærlighedens tegn er med på programmet denne mandag. Aftenen står i datingens og festens tegn. Vi lægger bl.a. op til debat om speed- og netdating, som er tidens trend. Hvis du har mødt en spændende person i løbet af dagen, som du gerne vil lære nærmere at kende, er det bl.a. på aftenens datingcafé for 50+, I har mulighed for at mødes igen i en afslappet atmosfære. Aftenen sluttet af med rockbal for de modne singler.

Fælles for de tre dage:

Du kan deltage i konkurrencer bl.a. om en indretning af det mest romantiske soveværelse med møbler venligst stillet til rådighed af Ikea. Apropos møbler har vi også sat kysse-bænke op rundt omkring i foyeren – og vi deler selv kys ud. Kor og bigbands vil byde på alt fra gospel over jazz til klassisk og rytmisk sang om kærlighed både fra Højskolesangbogen og fra eget repertoire. Og måske får du lov at synge med?

En liste over foredrag finder du på side 7

Kærligheden til det levende

af Erik Stryhn Rasmussen, grøn guide Århus Nord

Mine kompostorm er døde, hvorfor? Klan-gen i stemmen hos den modne dame i den anden ende af røret indikerer, at her er ikke bare tale om et teknisk problem, der er også følelser med i spillet.

Man kunne jo fristes til at grine lidt af, at damen nærmest kan føle sorg over at miste en flok små slimede, affaldsædende og laverestående skabninger. Men det behøver man slet ikke og specielt ikke, når man er grøn guide og ansat til at levere miljøoplysning og skabe miljøengagement. For bekymringen for natur og sundhed, glæden ved det levende og begejstringen over naturens mangfoldighed og forunderlighed er vigtige ingredienser i det brændstof som gør, at vi overhovedet gider engagere os i miljøarbejde.

Følelser for naturen

Der er følelser med i spillet, når vi komposterer i baghaven, køber økologiske havregryn, arbejder for den lokale cykelsti

Sange om natur, kærlighed og kærlighed til naturen:

Jeg elsker de grønne lunde,
Johs. Helms, 1873
Det er så køhnt, det er så dejle,
Karsten Thomsen, 1945
Det er forår. Alting klippes ned,
Benny Andersen, 1981
Det er i dag et vejr,
Ludvig Holstein, 1903
Når egne knoppes,
Chr. Richardt, 1847
Danmark nu blunder den lyse nat,
Thøger Larsen, 1914
Vi elsker vort land, (Midsommervisen),
Holger Drach-

mann, 1885
Du danske sommer, jeg elsker dig,
Thøger Larsen, 1923
Det lysner over agres felt,
Ludvig Holstein, 1915
Septembers himmel er så blå,
Alex Garff, 1949
Det løvfald, som vi kom så alt for nær,
Frank Jæger, 1948
Mørk er november,
Thorkild Bjørnvig, 1959
Der er ingenting i verden så stille som sne,
Helge Rode, 1896
Liden sol,
Frank Jæger, 1953
Min pige er så lys som rav,
Helge Rode, 1920

En yndig og frydefuld sommertid,
folkemelodi fra Mariagerregnen
Se, hvilken morgenstund,
Benny Andersen, 1972
Jeg gik mig ud en sommerdag,
Grundtvig, 1847
I hjerterne begynder al visdom,
Thorkild Bjørnvig, 1984
Du skal plante et træ,
Piet Hein, 1948
Havet omkring Danmark,
L.C. Nielsen, 1908
Blæsten går frisk over Limfjordens vande,
Erik Bertelsen, 1939

eller stemmer miljø fortalere ind i europaparlamentet. Følelserne kan jo løbe af med os, få os til at træffe dumme beslutninger og gøre miljøet bjørnetjenester, men lige som hjernen skal bruges og udfordres for ikke miste sin evne, skal hjertet, følelserne og begejstringen også holdes ved lige for at vi ikke stivner i forstandig passivitet. Derfor skal vi værne om de sunde og gode følelser ved at udvise respekt for dem og tro på vores kærlighed til det levende.

Æbleopskrift

– Stegte æbler med is

4-6 store æbler
fyld: 40 g smør
1-2 spsk sukker
rosiner
evt. marcipan i tern eller hakede mandler
tilbehør: vanilleis

Æblerne skrælles, kernehuset udstikkes, fyldet blandes og fyldes i hullerne. Stilles i et smurt fad og bages i ovnen ved 200 grader til æblerne er møre. Serveres varme med is til.

Kom til kræfter

– og tilbage til arbejde

Komik, kropstræning og fokus på ressourcer

Hvert år rammes 11.000 mennesker i den erhvervsaktive alder af kræft. „Kom til kræfter“ satser på at hjælpe kræft-ramte med at vende tilbage til eller forblive på arbejdsmarkedet. Formålet med kurset er: At skabe glæde og entusiasme i arbejdslivet, at styrke fysik, fantasi og humor, at fokusere på nye og anderledes ressourcer, og at skabe netværk. Indholdet er kurset

er: Leg, krop og komik, rehabilitering, coaching/jobsparring og IT. Første kursusforløb starter mandag d. 30. august. Kurset er arrangeret af Kræftens Bekæmpelse, FO-Århus og Foreningen Gøglerkolen med støtte fra Den Europæiske Socialfond.

Læs mere på FO-Århus' hjemmeside: www.fo-aarhus.dk.

For tilmelding kontakt Foreningen Gøglerkolen på tlf. 8625 0011.

DE EUROPÆISKE FÆLLESSKABER



Den Europæiske Socialfond

SIDEN EFTERÅRETS ARRANGEMENTER

Tilmelding til og information om samtlige kurser og arrangementer fås i FO's kursusbutik, Guldsmødgade 25, 8000 Århus C. Telefon: 86 12 60 00.

Priser i rødt: Særlig pris for pensionister, efterlønnere, handicappede og arbejdsledige.

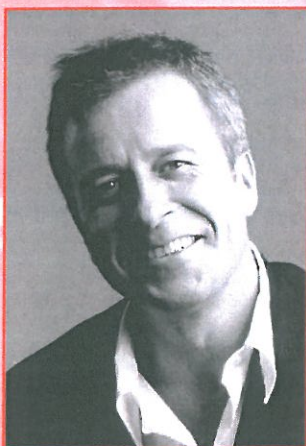
FO's

Kulturkreds

Foredrag arrangeret af FO-Århus i festugen i Musikhusets Lille sal

Lørdag den 28. august - FO-Århus' dag for kvinder

Lørdag er der to foredragsholdere og en stand-up komiker med tag på kvinder og kærlighed på programmet.



Kl. 17.00 Den eneste anden causeri med Peter Kær



Kl. 20.00 Spørgsmål og svar om kvinder, kærlighed og parforhold. Foredrag og stand-up med Joan Ørting og Dorte Rømer

Søndag den 29. august 2004 - FO-Århus' kreative dag for hele familien

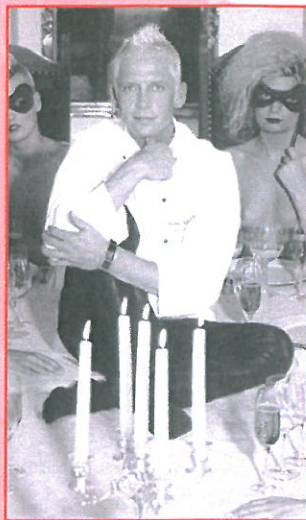
Søndag kommer der tre foredragsholdere med kærlighed til det kreative og naturen:



Kl. 13.00 At gøre hus og have til forretning – foredrag med Isabella Smith



Kl. 16.00 Fra handymand til hjælper for Per Kirkeby - foredrag med Erik Peitersen



Kl. 20.00 Forførende middage – for singler, kærestes og ægtefolk - foredrag med Morten Nielsen

Mandag den 30. august 2004 - FO-Århus' dag for 50 +

Mandag er der tre foredragsholdere med rig erfaring på kærlighed til livet i Lille sal:



Kl. 13.00 At få det bedste ud af livet - foredrag med Lone Kuhlmann



Kl. 16.00 Når der går sutsko i sexlivet og parforholdet - foredrag med Sanne Neergaard



Kl. 20.00 Lægens bord på scenen - foredrag med Peter Quorstrup Geisling

Pris for foredrag er 125 kr. + gebyr

Afsender:

Frit oplysningsforbund

Guldsmedgade 25

Postbox 159

8100 Århus C



MAGASINPOST B

FRIT OPLYSNINGSEFORBUND

Fordi netværk handler om mennesker

PALO – EN PÆL, EN HÆL OG EN TÅ

af Lone Jørgensen

Nicolai har i dette nummer kastet blikket på den afro-cubanske dansestilart palo.

Navnet palo er cubansk og refererer til den pæl eller det træstykke, som oprindeligt slås i jorden under dansen med en rytmisk eller pulserende trommelyd som følge. Dansen har sit hjemsted på Cuba og er traditionelt set blevet opfattet som en form for renselsesdans for krop og sjæl.

Fra Cuba til Århus

I Århus har Nicolai talt med Helene D.N. Ulriksen, der underviser i palo hos FO-Århus. Selv har hun besøgt Cuba flere gange for at studere dansen og har nu sørget for, at også århusianerne kan prøve kræfter med stilarten. „Palo er en fantastisk dans og samtidig rigtig god motion, idet hele kroppen bliver brugt. Alle kan danse palo, fordi det er en dans, der tager

hensyn til den enkelte krops egne begrænsninger. Dansen er god for kropsbevidstheden, humøret og velværen og ikke mindst for konditionen“. Helene fortæller videre, at man ifølge traditionen danser palo til man segner. „Sådan er det selvfølgelig ikke i Århus. Her danser vi i cirka halvanden time, men selv om ingen segner, er palo altså for folk, som ikke er bange for at røre sig og svede“.

Ingen træden over tæerne

Helene har både haft mænd og kvinder på sine hold, og desuden har faktisk alle aldersgrupper mellem 18 og 65 år været repræsenteret. Nicolai spørger, om det kræver en partner at danse palo, men får at vide, at palo er en solodans, hvor man danser alene. Nicolai har også snakket med Anette Mortensen, en af Helenes elever, for at spørge hende om det at gå til palo. „Ja, man danser alene, men jo alligevel i flok. Derfor er det



Foto: Henriette C. Andersen

på ingen måde ensomt. Det er fedt at danse i flok med andre. Palo giver desuden virkelig god rytmesans og koordinationsevne, fordi man lærer at bevæge sig på helt andre måder, end man er vant til. Palo er også en fantastisk måde at lukke sin energi ud på, hvad enten det er glad energi eller sur energi efter en lang og træls dag. I dansen kommer man af med det. Jeg kan bestemt anbefale andre at prøve det. Det er sjov motion, og det, Helene fortæller om Cuba og traditionerne

omkring palo, er utrolig spændende“.

Smagsprøve i festugen

Helenes hold holder p.t. sommerferie, så Nicolai går glip af et smugkig ind i stilartens kraftfulde trin. I stedet ser redaktionen frem til at få en smagsprøve af dansen, når den præsenteres i fuldt flor lørdag aften den 28. august i musikhusets foyer. Men hvis idéen frister så kridt danseskoene og find konditionen frem: Holdet kører igen til efteråret.



FRIT OPLYSNINGSEFORBUND

Guldsmedgade 25
8100 Århus C.
Tlf.: 8612 6000
www.fo-aarhus.dk