



Sektion für Redende und
Musizierende Künste

Rundbrief

Eurythmie
Sprachgestaltung
Musik | Figurenspiel

„Wer der Sprache Seele hört...“ – Vom Wesen der Laute

Nr. 74

Ostern 2021

RB Nr. 74 INHALT

„Wer der Sprache Seele hört...“					
– Vom Wesen der Laute					
A – Vera Koppehel	4	S – Ursula Browning	31	Andreas Delor	66
AU – Harald Kallinger	5	T – Renate Castro	33	AKTUELL	
AU – Wieger Veerman	6	U – Barbara E. Hellermann	35	Online-Angebote ausarbeiten/entwickeln: Ein Erfahrungsbericht aus der Vitaleurythmie	68
B – Dóra Mihálcz	7	V – Ingrid Hermansen	36	<i>Christiane Hagemann</i>	
D – Annette Zett	8	W – Heinz Schimmel	37	<i>Michael Werner</i>	
D – Jan Baker-Finch	9	Axel Rodrigué: Die fünf Vokale	38	BUCHBESPRECHUNG	
F – Ute Basfeld	10	IAO – Katharina Gerlach	39	Tanja Masukowitz: <i>Verwandlungskräfte der Eurythmie – Die Evolutionsreihe im Alltag von Tanja Baumgartner</i>	72
G – Afra Cnoops	11	IAO und M – Sea-Anna Vasilas	40	BÜCHER	73
H – Yvonne Karsten	13	TAO – Nina Wallace-Ockenden	41	MITTEILUNGEN DER SEKTION	75
I – Sivan Karnieli	14	MOE – Christiane Hagemann	42	TERMINI	77
I – Irmeli Salomaa	15	Michael Werner	43	IMPRESSUM	83
K – Talia Finn-Geller	16	VBS – Lasha Malashkhia	44		
K – Monika Gasser	17	LAOUM – Margarita Denisova, Julia Krasovskaya, Irina Lebedeva, Olga Rosanova	45		
Klick-Konsonant – Michelle Kaplan	18	Elke E. von Laue	46		
L – Marianne Fors	19	Neue Laute und Lautreihen in der Eurythmie	47		
L – Severin Fraser	20	Rozanne Hartmann	48		
L – Christiane Hagemann, Michael Werner	21	Hallelujah – Daliya Paz	49		
L – Juliana Klinko	22	Hallelujah – Jonathan Reid	50		
L – Pirjo Partanen-Dill	24	Hallelujah – Angelika Storch	53		
M – Mario Čuletić	25	LESERBRIEFE			
Maia Karanadze: Über die Zukunftsträchtigkeit der Eurythmie	26	Marc Büche	54		
M – Silke Kollewijn	27	Brigida Baldszun	54		
M – Bart Jeroen Kool	28	Julian Clarke	55		
NG – Christa Slezak-Schindler	29	NACHRÜFE			
R – Tamara Chubarovsky	30	Margith Wagner	56		
		Paul Heilmann	59		
		Eva Maria Neuffer	61		
		Edeltraut Zwiauer	64		

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

diese Ausgabe des „Rundbrief“ greift das Thema der Tagung unserer Sektion im April dieses Jahres auf.

Wir haben eine Reihe von Kolleginnen und Kollegen, die in der Eurythmie und Sprachgestaltung in verschiedenen Ländern und in unterschiedlichen Zusammenhängen tätig sind, das Folgende gefragt:

- Zu welchem Laut (oder zu welcher Lautreihe) hast Du eine besonders intensive Beziehung?
- Auf welche Weise fühlst Du Dich von der Kraft dieses Lautes / dieser Lautreihe inspiriert?
- Welche Formulierung Rudolf Steiners ist Dir dazu besonders wichtig? Warum? Welche Grundlage gibt sie Dir?
- Wie gehst Du mit diesem Laut / dieser Lautreihe um?
- Was erfährst Du durch diesen Laut?

Die folgenden Beiträge bilden die individuellen Forschungsergebnisse und Erfahrungen der Autorinnen und Autoren ab.

Wie unsere Künste auf die Nöte der besonderen Zeit, in der wir stehen, antworten können, zeigt ein Beitrag von Christiane Hagemann und Michael Werner direkt unter der Rubrik «Aktuelles».

Ich wünsche eine anregende Lektüre!

Mit ganz herzlichem Gruß,



Stefan Hasler

mit Hana Adamcová, Hanna Koskinen, Ulrike Wendt, Michael Werner und Agnes Zehnter für die Vorbereitungsgruppe der Tagung

Stefan Hasler



Laut & Sprache – Zauber der Bewegung – Dimensionen der Wirksamkeit

Internationale Fachkonferenz
für Eurythmisten, Sprachgestalter, Heileurythmisten und Interessierte

5. – 9. April 2021

Aktuelle Informationen zur Tagung finden Sie auf:

www.eurythmie-sprache-2021.net

„Wer der Sprache Seele hört...“ – Vom Wesen der Laute

A – Am Anfang was war?

Vera Koppehel



Diplomierte Eurythmistin mit zwei Masters of Arts der Alanus Hochschule Alfter in Bühnenkunst und Eurythmietherapie. Mitglied des Leitungsteams des I.I.M – Institute for Inspired Movement und Dozentin an der Eurythmieausbildung Flow&U in Kopenhagen. Lebt in der Schweiz und bietet Heileurythmie in Basel an. Die im Artikel skizzierten Gedanken sind Bestandteil ihrer Masterarbeit: Die Heilkraft der Eurythmie – Am Beispiel des Lautes „A“ (2012)

[1] Ute Hallaschka: Im Äther. Artikel in: Die Drei Ausgabe Juni 2009

[2] Patrick Roth: Magdalena am Grab. Insel Bücherei 1234, Berlin 2003

[3] Rudolf Steiner: Sprachgestaltung und Dramatische Kunst. GA 282, S.71.

[4] Rudolf Steiner: Heileurythmie. GA 315, S. 78.

[5] „Es beginnt das okkulte Hören, sobald wir bewusst hineingestürzt sind in unseren eigenen Ätherleib.“

R. Steiner GA 156. S. 28

[6] Rudolf Steiner: Das Hereinwirken geistiger Wesenheiten in den Menschen, GA 102, S. 145ff.

[7] Peter Handke: Himmel über Berlin. Film von Wim Wenders. Die Engel Damiel und Cassiel unterhalten sich über den Anfang der Welt.

„Bewege dich in dem, was sich sprachlich, akustisch als ‘A’ aussprechen will, ehe es ‘A’ geworden ist. Bewege dich und halte dich im Ursprung von ‘A’ – in der Bildekraft, die ‘A’ ist und sein will. Das bewusste Mitgehen führt nicht ins Ungefährte, sondern in die geistige Fassung der Form.“^[1]

Das ‘A’ erzählt uns vom Anfang und niemals vom Ende. Es ist der Impulsator, der allem Beginnen einen Schubs gibt, damit es endlich anfangen kann. Sozusagen der Anfang im Anfang, der Startschuss vor dem Beginn. Ein Paradox?

Das ALeF ist der Laut des Anfangs. Es gibt Anfänge der Zeit, des Raumes und die der Seele. ALeF-Sein beinhaltet auch die Fähigkeit zum Neuanfang. Im ‘A’ liegt die Möglichkeit, dem Neuen, welches ich nicht kenne, vorbehaltlos entgegenzugehen. In der „Magdalensekunde“^[2], in welcher Maria Magdalena sich umwendet und im „Gärtner“ den Christus erkennt, wird sie zur ersten „Sehenden“. Sie, die ein fünffaches ‘A’ im Namen trägt, begreift noch vor den Jüngern Jesu, was sich ereignet hat. Eine weitere ausdrucksstarke ‘A’-Gebärde, welche die Gegenwart zwischen Gestern und Morgen ausbalanciert, bildet die Statue der Artemisia von Ephesos. Sie veranschaulicht mir die Meditationssilbe AIO, nicht nur als Zusammenklingen von Alpha und Omega, sondern auch als bewusstes Ausdehnenkönnen des gegenwärtigen Moments, als ein Sichhaltenkönnen zwischen Einschlafen und Aufwachen. „Dem höheren Schüler sagt man: Gehe über, bilde den Übergang selbst: ‘A’ = Einschlafen“^[3].

Im Heileurythmiekurs beschreibt Rudolf Steiner, in wieweit man das Zuhören als ein partielles Einschlafen verstehen kann und wie dieser besondere Zustand dem des Imaginierens ähnlich ist.^[4] Das Pentalpha, das fünffache ‘A’, welches als Fünfsterne das bewegliche Gerüst unseres Ätherleibes bildet, kann sich zum Tauchbecken für „Geistiges Hören“ umbilden, wo das Hörenkönnen der kosmischen Vokale beginnt.^[5] Was könnte uns das ‘A’ aus galaktischer Perspektive erzählen? Vielleicht vom Ursprung der Welt, wo die Archai, die Engel des Urbeginns, am höchsten geistigen Wesensglied, dem Geistesmenschen, weben und bilden. Als Geister der Persönlichkeit und Umlaufzeiten regeln sie alle rhythmisch geordneten Naturvorgänge der Erde, und im Sinne der Mysterien ist die Venussphäre ihr kosmisches Herrschaftsgebiet,^[6] aus der wir Wärme-, Kupfer- und Nierenprozesse ableiten und mit eurythmischen ‘A’-Gebärden in Resonanz treten können. Das ‘A’ wirkt ausgleichend da, wo unsere Seele mit „Unmenschlichem“ konfrontiert wird, und bestärkt uns in unserer Würde. Es fordert uns auf, das Unerwartete für möglich zu halten, das Erstaunen der Welt und sich selbst gegenüber nicht zu verlieren.

„Weißt Du noch, als wir das erste Mal hier waren?“^[7]

Das AU – umfassend und mächtig

Mein erstes tiefgehendes Erlebnis mit dem Lautwesen „AU“ war, als ich im ersten Jahr meiner Eurythmieausbildung in der Weihnachtsaufführung, in der Hirten und Könige vorkamen, das „AUM“ als König in einem Gedicht von Albert Steffen eurythmisieren durfte: „Die Weisen sagten AUM, die Hirten AMEN ...“^[1]

Ich erlebte etwas Großes, Umfassendes und Mächtiges im „AU“ – Zentrum und Umkreis zugleich. Als ich später die Planetenkraft der Sonne mit „AU“ in Verbindung kennenlernte, war es mir noch viel klarer: Wie im Symbol der Sonne Punkt und Umkreis vorhanden sind, so vereint die Wesenheit des „AU“ auch beides. Bei keinem anderen Laut erlebe ich eine solche Ganzheit. Wird mir dieses Erlebnis zur Gebärde, so finde ich den urbildlichen Ausdruck im Berühren meines Herzens – meines leiblich verorteten ICHs – das Bewusstsein jedoch weit in den Umkreis ausstrahlend. So schöne Worte wie „Aura“ haben dies als Bild in sich. Ebenso stimmig ist es, weit ausgreifend den Umkreis mit den Armen zu beschreiben, dabei den eigenen Standpunkt im Zentrum fokussierend: „Raum“. Punkt, Umkreis und das Wesentliche im Dazwischen, im Halten der beiden Polaritäten.

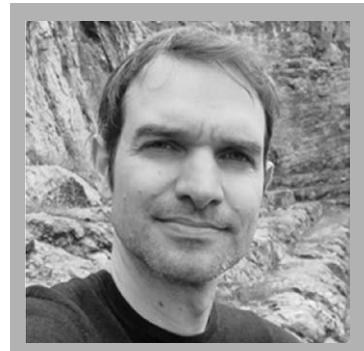


Die österreichischen Dialekte leben vom Reichtum vielfältiger Vokalverbindungen, die – wie Rudolf Steiner im 4. Vortrag des Toneurythmiekurses bemerkt – unmittelbar ins Musikalische führen. Die Bewegungsrichtung des „AU“ ist dabei eine besondere, da sie vom Sprachansatz den ganzen Bogen umspannt. Vom „A“ hinten zum „U“ an den Lippen. Das bildet den Gaumen. Das „AU“ gibt den Rahmen für die Ansatzpunkte aller Vokale und hat dabei eine Richtung von innen nach außen, transzendentierend. Wie spannend, es umgekehrt zu sprechen „UA“ – „AU“. Dadurch kann ich die Richtung deutlich erleben. Wenn mich der Schmerz im Physischen packt, löse ich ihn unwillkürlich mit dem „AU“ auf. Raus aus dem Leib. Oder der Versuch einer Verwandlung und des Aufbruchs zu etwas Neuem. Im Musikalischen vielleicht eine Modulation, in der die alte Tonika verlassen und die Dominante zur neuen Tonart wird.

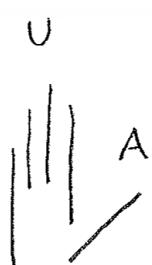
Auf der Suche, was mir dieses Lautwesen erzählen kann, staune ich immer wieder über neue Entdeckungen. So zum Beispiel, wie das „AU“ in unserer Hand lebt. Während vier Finger parallel nebeneinanderliegen („U“), brauche ich dazu den im Winkel abstehenden fünften („A“), um zu greifen: den Daumen. Ich verbinde Polares und erfahre in der Berührung Neues. Der Prozess, das Schließen der Hand und die Berührung der Fingerspitzen des Daumens mit den anderen, diese Verwandlung erlebe ich als „AU“.

Ein anderes Erlebnis im „AU“ ist mir das Nahen eines noch nicht Erkannten, aber im Gefühl Vertrauten. In den deutschen Wortpaaren „sehen – schauen“ oder „hören – lauschen“ bildet sich der feine Unterschied ab, den das „AU“ ausmacht, ebenso wie in „Traum“ oder „Glaube“. Wenn ich in dieser Stimmung eine „AU“-Gebärde ausführe, fühle ich eine vertiefte Beziehung zu diesem umfassenden und gewaltigen Lautwesen.

Harald Kallinger



Aufgewachsen in Linz, Österreich. Studium der Verfahrenstechnik in Graz und Arbeit als Ingenieur. Eurythmiestudium in Wien. Kurs- und Seminartätigkeit in der Erwachsenenbildung, Ausbildungstätigkeit, Betriebseurythmie und künstlerische Arbeit. Lebt und arbeitet in Wien und Budapest.



Anmerkung:

[1] Albert Steffen, Der Engel der dreizehn Nächte

Das Herzens-AU

Wieger Veerman



Geb. 1959, Niederlande, arbeitete seit 1978 als Krankenpfleger bei verschiedenen Arbeitgebern, u.a. im Krankenhaus und in einem Heilpädagogischen Institut. Studierte Eurythmie in Den Haag (1993–1998), Heileurythmie ebenfalls in Den Haag (2006–2008).

Arbeitet seit 1998 als Eurythmist an der Waldorfschule und als Heileurythmist in seiner freien Praxis. Ferner gibt er Eurythmie-Kurse für Menschen, die gerne Eurythmie machen, ebenso Schulungstage für erweiterte Eurythmie an Eurythmie-Kollegen und Ärzte.

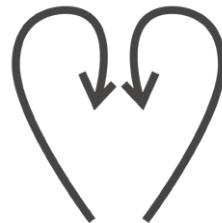
Mehr Information über diesen Eurythmie-Impuls finden Sie auf www.stichtingrozenhart.nl

Seit 2012 bin ich intensiv mit dem Impuls verbunden, die Eurythmie im Allgemeinen und die Therapie im Besonderen zu erweitern. Dieser Eurythmie-Impuls ist 2006 aus der Zusammenarbeit zwischen Naturwesen, Ärzten, Eurythmisten und Heileurythmisten entstanden. Verena Stael von Holstein vermittelt durch ihre hellseherischen Fähigkeiten den Kontakt und den Austausch zwischen den Naturwesen und diesen Fachleuten. Dieser Eurythmie-Impuls wurde unter dem Namen „Eurythmie in Bewegung“ in die Welt gesetzt.

Im Laufe der Jahre wurden in Zusammenarbeit mit den Naturwesen zahlreiche Erweiterungen der Gesten für die bereits vorhandenen Laute entwickelt. Eine Lauterweiterung, die mich sehr berührt hat und die ich in diesen harten Corona-zeiten gerne mit Ihnen teilen möchte, ist die folgende:

Das Herzens-„Au“ (klein)

- Sich öffnen für die Herzenswärme und diese in sich aufnehmen;



Mit dem „A“ öffnen (Handflächen nach oben, Gebärde schräg nach vorn/oben), das „A“ nicht zu groß werden lassen. Dann die Hände nach innen schlagen und die Finger zum Ätherherzgebiet gehen lassen, Hände und Unterarme folgen. Die Bewegung sehr fein ausführen, wie eine Knospe, in die ein Tautropfen fällt mit inniglicher Stimmung von Herzens-Offenheit (Punkt-Peripherie).

Bewegung: gelb/rötlich

Gefühl: lindengrün

Charakter: hell-lila (Hände)

Was hat mir der Laut B gegeben?

In meinen ersten Eurythmiestunden erlebte ich schon die Wirksamkeit der Laute tief. Damals war ich sehr empfindsam und bekam einen Spruch für die Eurythmie, in dem der wichtigste Laut das „B“ war.

Sehr schnell erlebte ich die umhüllende, heilende Kraft dieses Lautes. Ich erlebte stark auch die Beziehung dieses Lautes zu dem Gemälde der Sixtinischen Madonna.

„Der Mensch in seinem Haus“ und „Lernen Sie das „B“ so empfinden als etwas in der Hand haben, das wieder zurückwirkt auf den Leib.“ Diese Formulierungen von Rudolf Steiner über das „B“ wurden mir sehr wichtig. Das „B“ gibt eine Kraft, es ist wie ein Schild zwischen Innen und Außen, bildet eine Grenze. Es ist ein Stoßlaut, der nachtingiert ist, ich kann den Geist außen erleben, es bildet sich ein beschützter Innenraum. Es ist aber ein Lippenlaut, also hat es sehr viel mit der Welt der Gefühle zu tun. In dem Haus ist es warm, die Hülle ist wie eine mütterliche Umarmung. Dann wurde ich Mutter und jahrelang lebte ich sehr stark mit den Kräften des Lautes „B“. Jetzt aber war ich selber es, die die Hülle gab. Für meine kleinen Kinder waren die Versteckspiele die liebsten Spiele. „Ich bin verborgen – ich bin da“.

Seitdem ich im Kindergarten unterrichte, erlebe ich immer in meinen Eurythmiestunden, welch große Freude der Wechsel zwischen „B“ und „A“ bei den Kleinen hervorruft. Wir haben sehr viele Möglichkeiten das „B“ zu erleben. Es kann ein Nest um ein Vögelchen sein, oder eine Hülle um ein kleines Tier. Sehr beliebt ist das Spiel, in dem einige Kinder in der Mitte hocken, als kleine Schmetterlinge, und die anderen mit „B“ eine große, umhüllende Blume bilden, die die Schmetterlinge vor dem Regen schützt.

In der Schule erleben die Kinder in der 3.Klasse, wie bei der Schöpfung des Menschen Gott den Leib mit Hilfe der „B“-Kraft mit Haut umhüllt. In der ungarischen Sprache ist dies sehr schön zu hören: „Beburkolta bőrével“ (umhüllte es mit Haut). Zweimal kommt das „B“ hier vor. Später können wir den Namen dieser Geste vor den Kindern aussprechen: Das ist das „B“!

Oft erlebe ich bei den Kindern, wie sorgfältig sie das „B“ eurythmisieren. Sie können dann, ohne dass ich etwas sage, alle Farben des „B“ erleben. Wir stehen durchstrahlt, mit gelber Bewegungsfarbe in der Welt, wir können fühlen, wie das Blau vom Himmel kommt und uns wie ein Mantel umhüllt. Die rote Charakterfarbe gibt dann die Haltekraft, diese Hülle wird „ein Haus“ und wir sind darinnen.

Im „B“ treffen sich die vom Zentrum ausstrahlenden Kräfte mit den von der Peripherie kommenden. Bei der Begegnung dieser Kräfte muss eine dritte Farbe, „der Glanz des Lebendigen“ entstehen. Der rote Charakter um den Herzensraum umhüllt das innere „Haus“, wo unser Ich geschützt vor allen Gegenkräften existieren kann. Wir haben vor uns das Bild der Sixtinischen Madonna!

Während meines Heileurythmiestudiums erlebte ich noch kräftiger die Wirkung des „B“, als ich es sechs Wochen hindurch in der heileurythmischen Ausführung übte. Danach fühlte ich die schützende Hülle um mich wie eine Kugel. Ich war im Zentrum, ruhig, kräftig. Diese Wirkung konnte ich dann später auch bei den Kindern, die zu mir zu Heileurythmiestunden kamen, sehr gut beobachten. Sehr viele Kinder brauchen das „B“, denn viele haben ein hektisches Leben und können nicht in sich selber ruhen.

Ich möchte an einigen ungarischen Wörtern zeigen, wie wir das „B“ noch auf andere Weise erleben können. In unserer Sprache heißt „Mut“ „bártorság“. Wir erleben hier die Lautverbindung von „B-A“. „Vertrauen“ heißt „bizalom“. Es beginnt mit „B“ und strahlt mit dem „I“ in die Welt. „Hülle“ heißt „burok“. Auf die Umarmung durch das „B“ kommt das „U“, hierdurch kann man zu sich selbst kommen.

Dóra Mihálcz



Geb. 1970, wuchs als Ungarin in Siebenbürgen (Rumänien) auf. Sie studierte Physik in Klausenburg. Physikerin und Oberstufenlehrerin für Physik. Während ihrer Studienzeit lernte sie die Waldorfpädagogik und Anthroposophie kennen. Übersiedlung nach Budapest, Ungarn. Waldorflehrerseminar, Eurythmieausbildung, Heileurythmieausbildung in Budapest. Arbeit in Kindergartengruppen und in der Waldorfschule Sashalom in Budapest (Eurythmie, Heileurythmie und Physik-Epochen). Seit zehn Jahren ist sie Lehrerin an der Eurythmieausbildung Budapest und ist Mitglied der Artemis Eurythmiebühne Budapest. Verheiratet, zwei Söhne.

Der Laut D

Annette Zett



Geboren am 1.8.1970 in Berlin (D), aufgewachsen in Eckwälzen. 13 Jahre Steiner-Schule, mit dem Abitur abgeschlossen.

Eurythmiestudium in der Zuccoli-Schule in Dornach. Anschließend ein Jahr Bühnentätigkeit im Elisabeth Day-Ensemble.

Vier Jahre Kurstätigkeit für Kleinkind-Eurythmie. Mutter zweier Kinder. Heileurythmie-Ausbildung am Goetheanum 2007/09, anschließend 8 Jahre als Heileurythmistin an der Steiner Schule Birseck tätig. Seit 2017 freie Praxis und Dozentin an der Heileurythmie-Ausbildung Dornach. Seit 2020 Heileurythmistin mit eidgenössischem Diplom HFP der OdA KT.

Als Rudolf Steiner 1912 eine Konsonanten-Reihe vorstellte, begann er mit einer wunderschönen, friedlichen Landschaftsbeschreibung in einer Abendstimmung. Wir kennen diese alle (nachzulesen im „Querband“ GA 277a). Es ist dies ein Berührungsverhältnis des Lautes mit der Welt, mit der Umgebung. Mit der Lautgebärde „D“ reagieren wir auf einen äußeren, ruhenden Einfluss, den wir vorher mit allen Sinnen, vor allem aber mit dem Auge, dem Sehsinn, wahrgenommen haben. Wahrnehmen – Erkennen – Benennen. Dies ist der „Dada“, der orientalische Erzieher, der hindeutet und die Dinge benennt. Dies ist die deutende Gebärde, der eine Aspekt des Lautes „D“.

Dann gibt es den mehr kosmischen Aspekt des Lautes. Geboren aus dem Tierkreis, aus der Region des Löwen, findet sich der Laut „D“ an 4. Stelle des Alphabets. Die erste Dreheit („A“, „B“, „C“) ist der Impuls der ätherischen Menschengeburt. Ab dem „D“ ist es der sich bildende, sich inkarnierende Sinnesmensch. Der Tierkreis findet also sein Echo in der Bildung des physischen Leibes. Nehmen wir noch die Farbe der Eurythmiefigur dazu, haben wir eine Ähnlichkeit mit dem Laut „I“.

Wenn ich heileurythmisch tätig bin, stellt sich immer die Frage, welchen Aspekt eines Lautes ich zu Hilfe nehme, was die Individualität, die vor mir steht, braucht, was sie „erkennen“ muss, um in ihrer Biographie weiter zu kommen. Bei der Arbeit mit den Kindern, vor allem im 1. Jahrsiebt, habe ich sehr gute Erfahrung mit dem Laut „D“ gemacht, als Inkarnations-Hilfe, als Vorbereitung für die Ich-bin-Kraft. Im 1. Jahrsiebt geht es darum, die Geistseele mit dem Körperleib zu verbinden; der Erzieher ist aufgerufen, die Geistseele herunter zu führen und helfend einzugliedern in den physischen Leib.

In der von oben nach unten geführten Gebärde lasse ich den Einfluss des Geistigen durch mich hindurch bis in die Füße strömen. Es ist eine durch-Ichte Ruhe-Wärme-Gebärde, die aber von außen an das Kind herankommt und hilft seinen Leib zu ergreifen, bevor es dann im 2. Jahrsiebt aus sich heraus tönen kann im Vokal „I“. Durch den Gegenstrom der Gebärde wird die Aufrechte gestärkt, was Sicherheit und Selbstbewusstsein gibt.

Ich kann den Laut „D“ schon ganz früh, in der Säuglings-Heileurythmie und im Kleinkindalter, anwenden. Beim Säugling nehme ich das Füßchen und führe es auf meine Handfläche mit einem leichten Druck. Es ist dies schon eine zarte Anregung des Ankommens; gleichzeitig wird auch durch das Tasterlebnis das „Sich im Leib fühlen“ verstärkt, welches situativ wichtig für die Ich-Inkarnation ist.

Weitere Indikationen für den Laut „D“ sind der Zehengang bei großköpfigen oder bei kosmischen Kindern, bei Kindern, wo der Nerven-Sinnes-Mensch überwiegt, die sich zu sehr in der Umwelt verlieren. Hier nehme ich das „D“ oft nur in den Schritt, verbunden mit einer einwickelnden Spirale. Wichtig ist hier, dass beide Füße immer gut den Boden berühren und die Knie elastisch nachgeben und beugen, der Oberkörper aber ganz aufrecht bleibt.

Man kann das „D“ auch erst im Sitzen üben und den Fuß mit dem „D“ auf ein Kissen oder auch auf einem Luftballon einsinken lassen; sind die Füße kalt, eignet sich auch gut eine Wärmflasche. Das gleiche kann man auch nur mit den Händen ausführen lassen.

Folgen wir nun weiter dem Heileurythmie-Kurs, so gehört der Laut „D“ zu den nachtingierten Stoß- und Zahnlaute, die verstärkt werden durch die Beinarbeit. Der Laut „D“ wirkt hier der Obstipation entgegen, hat also eine stärkende Wirkung auf die Darmtätigkeit, auf die Verarbeitung der Speisen. Dieser Laut soll bis zur Ermüdung geübt werden, um eine Wirkung zu erzielen. Hier wirkt der Laut

„D“ über den unteren Nacht-Aufbaustrom im Bereich des Lebensäthers bis in die Stoffwechseltätigkeit hinein.

Ich habe also schon mit diesem einzelnen Laut „D“ eine Fülle von Möglichkeiten, ihn zur Anwendung zu bringen und je nach Alter, Beschwerde und Disposition auszustalten. Das ist das Schöne an der Heileurythmie, dass dessen künstlerischer Ausgestaltung keine Grenzen gesetzt sind, was uns aber in der Heileurythmie-Praxis auch immer wieder herausfordert, neue individuelle und der Situation entsprechende Therapie-Ansätze zu finden.

Das D und sein Begleiter, das T

Von allen Klangwelten, in die wir in der Sprache genießend eintauchen, haben das „D“ und sein Begleiter, das „T“, für mich eine besondere Bedeutung. Diese spezielle Beziehung zu den beiden Lauten hat sich im Laufe der fast dreißig Jahre entwickelt, in denen ich nun schon in Australien lebe und arbeite. Dies zu erwähnen ist wichtig, denn ich habe meine Eurythmie-Ausbildung hinter sicher geschlossenen Türen und Fenstern absolviert, mitten in Europa, in Deutschland, in einem kontinentalen Klima mit vier Jahreszeiten. Von dort kam ich dann in das subtropische Brisbane, wo die Winter warm und trocken sind und die Sommer sehr heiß, und wo das ganze Jahr über die Sonne scheint. Dort galt es, sich an einen Ort und einen Zusammenhang anzupassen, wo die Grenzen zwischen Innen und Außen verschwimmen und wo man sich ganz anders darum bemühen muss, „innere Räume“ zu schaffen, um Eurythmie sogar draußen aufführen zu können.

Als dann Einladungen und Gelegenheiten zu Aufführungen im Innenhof einer nepalesischen Pagode eintrafen – am Fluss im Stadtpark, nahe dem Eingang zum Musikkonservatorium, umgeben von Gärten und Bäumen – da hieß es nicht nur für Eurythmie geeignete Orte in der Natur zu finden, sondern auch zu lernen, die Füße auf den unebenen, holprigen und gar unzuverlässigen Untergrund zu setzen. Als Reaktion auf diese Herausforderung entwickelte ich ein erhöhtes Bewusstsein für die Erfahrung, die ich das „D“ des Aufsetzens nenne: den Moment der Ankunft und der Begegnung mit etwas anderem. Wenn wir das ursprüngliche „D“ mit den Händen ausführen, so gleiten die Hände – einzeln oder zusammen – sanft nach unten, und während wir die Bewegung innerlich zu Ende führen, lassen wir sie ankommen, lassen sie in und auf der Luft landen. Führen wir den Laut mit den Füßen aus, so tun wir das mit einem Fuß nach dem anderen und die Gebärde endet eigentlich auf dem Boden; man könnte sagen, der Boden kommt dem „D“ entgegen. Anders als beim Ausführen mit den Händen allein, ist das Zu-Ende-Bringen der Gebärde hier nicht nur ein Willensakt. Darüber hinaus kann dieses Zusammenkommen von Fuß und Oberfläche auf unebenem Terrain Überraschungen mit sich bringen, auf die man rasch reagieren muss. Damit das „D“ landen, ankommen, „klingen“ kann, braucht es sehr viel Sensibilität im Fuß und die ganze Körpergebärde muss sich sowohl auf das Ankommen wie auf das Halten des Gleichgewichts konzentrieren.

Im Laufe der Zeit habe ich nach Wegen gesucht, das „D“-Erleben beim Aufsetzen noch herausfordernder zu gestalten. Mit Hilfe einer befreundeten Designerin entwarf ich Stoffschuhe mit hohlen Sohlen, in die je 1.5 kg Sand gefüllt werden konnten, wodurch das Heben und Senken wie auch die Begegnung mit dem „D“ sehr erschwert wurden. Mit diesen Schuhen habe ich den Grund an allen möglichen Orten berührt, zum Beispiel auf der sieben Meter hohen Betonmauer, die sich entlang der von dem Tsunami und der nuklearen Katastrophe verwüsteten Küste Fukushimas in Japan erstreckt.

Jan Baker-Finch



Die Neuseeländerin Jan Baker-Finch schloss ihren Master auf Französisch und Deutsch ab. Eurythmiestudium in Stuttgart; vier Jahre im Else-Klink-Ensemble. Lebt seit 1991 in Brisbane, unterrichtend und aufführend. Während 12 Jahren Dozentin für Bewegung am Konservatorium. Zahlreiche gemeinsame Projekte mit Musikern und Künstlern. Die Gruppe The Bloom Collective, tätig in Brisbane, führte auf am Ephemeral Art Festival in Sokołowsko, Polen, 2018. Aufführungen in 2019 mit der Poetin/Storyteller Ryoichi Wago, Fukushima, Japan. 2011–2020 Generalsekretärin der Anthroposophischen Gesellschaft in Australien.

Aus dem Englischen übersetzt von
Margot M. Saar

Bei meiner Beschäftigung mit dem „T“ war es ähnlich, nur hatte sie einen anderen Ursprung. Als junges Mädchen hatte ich Ballett-Unterricht, d.h. ich tanzte über mehrere Jahre hinweg drei bis vier Mal pro Woche in Spitzenschuhen, die die Zehen arg einengen, um nicht zu sagen einklemmen: eigentlich eine Karikatur des „T“. Der Berührung mit dem Boden fehlte jegliche Sensibilität – sie war sozusagen irrelevant. Später ging ich dann der Frage nach, wie man es dem Fuß trotz harter Schuhe ermöglichen könnte, das „T“ zu sprechen, bzw. den Boden mit den Zehenspitzen genau in dem Moment zu berühren, in dem man das „T“ in die Fingerspitzen ergießt, um die Gebärde mit den Armen zu vollenden. So kam es zur Erfindung der ‚Luftschuhe‘, für die ich Leinenschuhe an ein Paar Luftpumpen anschloss. Es fordert enorme Anstrengung, die Unbeweglichkeit und Steifheit dieser Schuhe zu überwinden, um die Zehen und das Auftreten lebendig werden zu lassen.

Dieses Erforschen von Lauten bei erschwerter Bewegung war nicht als eine Art Statement gedacht, sondern sollte zeigen, dass Eurythmie auch bei allen möglichen Behinderungen und Einschränkungen ausgeführt werden kann, sogar von Menschen, die im Sterben liegen und sich nicht mehr bewegen können. Dank der Umstände und Gelegenheiten, die sich mir boten, konnte ich diese Forschung verfolgen und weiter in die wunderbare Welt der menschlichen Sprachlaute vordringen.

Der Blaselaut F

Ute Basfeld



1955 geboren, 1974 Abitur, 1974-1981 Studium: Germanistik, Geschichte und Philosophie
- ab 1981 Sprachgestaltung mit Diplom in Alfter, verheiratet, vier Kinder.
- ab 1998 in FWS Böblingen, ab 1999 an der FWS Karlsruhe: Deutsch, Poetik, Klassenspiel-Regie, Sprachgestaltung; Erwachsenenkurse: Sprachgestaltung, kreatives Schreiben; Rezitationen
- seit 2002 Vorstandstätigkeit im Fercher Verein
- seit 2004 Mitarbeit in der RuM Künste- und Päd. Sektion
- seit 2008 Dozentin an der Akademie Logoi

Das Vorwärtsdrängende des F-Lautes, verbunden mit der befeuernden Kraft der Freiheit, des Friedens, der Zuflucht:

*Mich hält kein Band, mich fesselt keine Schranke,
frei schwing ich mich durch alle Räume fort.
Mein unermesslich Reich ist der Gedanke
und mein geflügelt Werkzeug ist das Wort.*

Wie fein fasst Schiller diesen Charakter der F-Kraft, die in die Freiheit löst, auf der Laut-, Wort-, Gedankenebene!

Was für eine Lautcharaktergebärde hat das F?

Als Blaselaut-Feuer: „Hingabe“^[1], „fühlend aussprechen“^[2] – wird er gebildet mithilfe des erst kühlen, dann dynamisch erwärmten Ausatmungsstroms zwischen oberer Zahnreihe und Unterlippe nach unten abfließend. Die Luftlautform/Zinke zeigt diesen schmal-strahlig-dynamischen Bogen.

Die Eurythmiefigur fällt wie aus der Mitte gezielt in den Vorderraum – „mit dem Körper, in den Laut hineinschwingen“^[3], farblich zart, fast transparent – als Bewegung weiß (sonst nur noch bei der Stimmung der Erkenntnis). Beim Eff steht der Vokal vorm Konsonant, auf den alles zielt: „Wisse, dass ich weiß“^[4]. Wenn das Erlebnis einer Sinneswahrnehmung zu dem Überraschungsausruf führt: Sieh, das blüht schon auf!, weist dieser alltägliche Satz die von der richtigen Empfindung getragene Aussprache der im auslautenden F gipfelnden Dynamik auf.

Goethe verwendet die F-Qualität meisterhaft im Gedicht „An den Mond“: Füllst wieder Busch und Tal ... Fließe, fließe lieber Fluss... nimmer werd' ich froh. Welche Verstärkung der nach vorne drängenden Bewegung, hier noch intensiviert durch das dreimalige fl, das in das Gefühl mündet: nimmer werd' ich froh. F ist der einzige Blaselaut, der diese beiden Folge-Konsonanten haben kann: „L“ und „R“. (Nur die Stoßlaute „B“/„P“ haben noch diese „L“- und „R“-Verbindung). Intensiviert wird die dynamische Kraft noch durch besondere F-Häufung wie bei **fluffig; flink von vorne fort; etwas aus dem Effeff** können (man beherrscht es sehr fein).

Interessant ist die Befragung der Tierkreisstrophe des „Krebs“ für den Laut F. Zwar kommt es auf die Gesamtbewegung der je sieben Zeilen an, schaut man

aber mal nach dem Vorkommen von **F**, so findet man es ausgerechnet in der mittleren, also der Marszeile: Zu kräftigem sich Bewähren – was einmalig in allen 12 Marszeilen ist!

Sich mit einem einzelnen Laut wie dem **F** zu beschäftigen, schafft ein feines Empfinden für die Lautcharaktergebärde und weist sofort auf einen nächsten Forschungsaspekt hin: das sich dynamisch ausbreitende **F** im Spannungsverhältnis zu dem bindenden, ballenden **B**, wie im Celan-Gedicht: *Fadensonnen über... baumhoher Gedanke... greift...* Aber auch **B**and im Schiller-Gedicht oder **Busch** bei „An den Mond“: Gerade im Kontrast zur Umhüllung der Aufrechten im **B** wird das daraus feurig-zukünftige Herausschwingen des **F** besonders stark erlebt.

Eine Beschäftigung mit der Tierkreistrophe der „Jungfrau“ wäre hier sehr lohnend. Auch die Lautverschiebung von „B →P→ PF/F →B“ als Entwicklungskreis^[5] einzubeziehen – z.B. lat. **pede** zu dt. **Fuß** oder lat. **frater** zu engl. **brother** – würde zu weiterem Einfühlen in Sprachgeistigkeit führen.

Anmerkungen:

[1] Sichtbare Sprache, Hg. M. M. Sam, S. Hasler, S. Eberleh, Vom polaren und ausgleichenden Charakter..., S. 100

[2] Sprachgestaltung und Dramatische Kunst, GA 282, 6.9.1924

[3] Eurythmie als sichtbare Sprache, GA 279, 2.7.1924

[4] ebd., GA 279, 25.6.1924

[5] Geisteswissenschaftliche Sprachbetrachtungen, GA 299, 29.12.1919

Das sanfte Abwehren schafft Kraft für Neues: das G

Durch seinen Platz in der Evolutionsreihe als siebter Schritt, beim Anfang der zweiten Hälfte innerhalb der Zwölfheit, hat das „G“ für mich immer eine besondere Wirkung und Aussage. Das „G“ bildet hier einen Moment von Besinnung, von Anhalten, ein Stehen auf einer Schwelle zum Neuen. Es ist ein wacher und stiller Moment nach allem, was sich zuvor ereignet hat, wie ein Stehen im Jetzt, und Ein-sich-Öffnen für das, was kommen will. Das Besondere dabei ergibt sich für mich darin, dass die Kraft nicht im kräftigen Wegschieben alles Äußeren liegt - das passiert mit dem „G“ nämlich auf eine sanfte Art -, sondern die Kraft des Lautes manifestiert sich in dem, wie das Innere aufleuchtet und sich befestigen kann in dem neu zu schaffenden Raum. Alles Äußere wird sanft, aber dezidiert abgewehrt, um Inneres gelten zu lassen: ein Aufleuchten im Ich, ein Bewußtseinsmoment an der Schwelle zu einer neuen Ebene.

Mit dem „G“ an dieser Stelle in der Evolutionsreihe stürze ich mich nicht einfach weiter in eine neue Welt, die sich ankündigt, sondern es erzeugt hier ein ruhiges Anhalten, in dem ich mich wahrnehmend und innerlich kraftvoll bewußt öffne für Neues.

Die innere Kraft, äußere Einflüsse abwehren zu können, bildet einen Schritt auf dem Weg zum Geistigen. So schafft das „G“ die Möglichkeit, sich zu erheben aus dem Strudel des Lebens, indem man äußerlich zur Ruhe kommt, um innerlich aktiv zu werden.

Auch farbig ist „G“ eher zart als kräftig, obwohl das Gelb der Bewegung schon eine starke Aussage hervorbringt. Das Silbergrau im Schleier lässt als Farbe offen, ist unbestimmt und birgt im Gefühl alle Möglichkeiten in sich. Auch der Farbzusammenklang zeigt, dass hier nichts Aggressives beim Abwehren der Welt hineinspielt, und mit dem blauen Charakter öffnet sich die Gebärde erwartungsvoll dem Zukünftigen.

Sodann möchte ich auf Folgendes hinweisen, das dem „G“ eine noch tiefere Ebene verleiht: Gleich zu Beginn des 15. Vortrags, am letzten Tag der Lautkurse, bespricht Rudolf Steiner zwei Laute, die in den vorhergehenden Tagen nicht erläutert wurden.

Afra Cnoops



Geboren und aufgewachsen in den Niederlanden. Eurythmiestudium bei Werner Barfod/Den Haag. Künstlerische Fortbildung in Dornach. Ausgebildete Biografieberaterin. War tätig in Waldorfschulen, in der Heilpädagogik und in der Erwachsenenbildung. Mehrjährige Bühnentätigkeit im In- und Ausland. Freiberuflich tätig als Coach in verschiedenen Zusammenhängen. Von 1995 bis 2020 Dozentin an der Academie voor Euritmie in Den Haag, später an der Hogeschool Leiden.

Das ist zuerst das “G” und gleich anschließend das geheimnisvolle “W”. Bis dahin war “G” der Laut, mit dem sich “alles Äußere abwehren” lässt. (Dionysischer Kurs 1912) Erst im 15. Vortrag 1924 erhält das “G” seine vollständige Bedeutung, seinen vollen Inhalt. Neben der oben erwähnten Charakteristik (das Äußere abwehren) sagt Rudolf Steiner hier, dass “die “G”-Gebärde daraufhin veranlagt ist, innerliche Befestigung zu geben”. Damit wird jetzt im “G” nicht nur Äußeres, sondern auch Inneres angesprochen.

Auffallend ist, dass Steiner zuerst beschreibt, warum das “G” “mehr oder weniger aus der Betrachtung herausgefallen ist”, nämlich deswegen, weil “das “G” in unserer heutigen Sprache....nicht zu derselben Geltung kommt, wie es einstmals in früheren Zeiten der Fall war”. Beim “W” sagt er: “Der “W”-Laut, er ist derjenigen Laut, den wir in älteren Sprachen, namentlich in den Sprachen des Orients, weniger finden.” Vergangenes und Zukünftiges stehen einander hier gegenüber.

Auch in ihren Wesen sind “G” und “W” polar: “alles Äußere abwehren, das Innerliche zusammenhalten, gibt die “G”-Gebärde”. Das “W” wird hier als “die bewegliche Hülle”, als “alles dasjenige, was hinwandelt, dessen Wesen in der Bewegung liegt”, also als das im Lebendigen Fortschreitende beschrieben.

Licht und Leben und ihre gegenseitige Wechselwirkung als Urgebärde des geheimnisvollen Zusammenhangs von Mensch und Welt werden hier erlebbar, wie ein Hinaustreten aus dem Leben ins Licht, um dann wieder unterzutauchen in das sich immer erneuernde Element des Lebens.

Das ergibt eine schöne Übung:

Sich hinstellen ins “G”, das innere Licht leuchten lassen, dann mit dem “W” untertauchen in einen warmen Lebensstrom, begleitet von einer wellenden Raumesform und dann anhalten in dem Bewegungsstrom, um im “G” wieder zu sich zu kommen.

Das kann als Übung sehr erholend sein, weil in den Übergänge von einem Laut zum anderen, gerade durch ihre Polarität, die Seele stark mitatmen kann. Das verstärkt sich noch, wenn man das “W” im Gehen und das “G” im Stehen macht. Es ist wie ein Einschlafen in etwas, um wieder, wie erkennend, daraus aufzuwachen, oder wie das Annehmen einer Form, indem man das Innere, das Eigene gelten lässt, um es dann wieder in Bewegung zu lösen, zu befreien.

“G” schafft als Konsonant Raum für Reflektion, für Selbsterkenntnis, für das Ich: “Es ist also der Laut, der sozusagen das menschliche Wesen, aber dasjenige, das von der Natur sich gewissermaßen erfüllen lässt, der dieses menschliche Wesen in sich zusammenhält.” (15.Vortrag) So enthüllt sich etwas von der geistigen Realität des “G”, gerade durch die Weise, wie Rudolf Steiner hier vorgeht.

Zuviel oder zu wenig

Ich war 21, als ich der Sprachgestaltung zum ersten Mal begegnete. Es war bei einer herbstlichen Eröffnungsfeier am Emerson College. Die Sprecherin stand hinter dem Publikum und rezitierte ein Gedicht. Ich war nicht auf die tanzenden, farbigen Formen vorbereitet, die um mich herum erschienen, während ich auf die tiefe Stimme lauschte, die etwas ganz Neues tat und die Luft zu formen schien. Nach dem Vortrag ging ich zu der Künstlerin, Dawn Langman, und fragte sie danach. Sie sah mich überrascht an. „Oh, hat es Ihnen gefallen? Die meisten Menschen mögen es nicht.“ Diese Antwort kann als Resümee meiner lebenslangen Arbeit mit der Sprachgestaltung stehen. Dreißig Jahre lang habe ich Sprachgestaltung unterrichtet und bei den Studierenden immer diese beiden Prozesse beobachtet: Staunen und Schmerz. Das staunende Erleben der Sprachlaute, das Schaffen von Farben und Formen im Atemstrom und das Gefühl, dass man die Welt neu zu sehen beginnt. Den Schmerz, wenn man auf die eigenen Grenzen trifft: der teilweise schlafende Leib, die vom Alltag geschwächten Lebenskräfte, die voreingenommene, in ihren Ängsten und Wünschen gefangene Seele; das Ich, das auf das Chaos von Kräften schaut, tief seufzend und wünschend, es könnte sich vor der Aufgabe, das Haus in Ordnung bringen zu müssen, drücken. Die Aufgabe des Menschseins.

Als ich nach diesem Ohren öffnenden Augenblick am Emerson College mein Studium an der London School of Speech Formation aufnahm, hörte ich die Dozenten oft sagen: „Lasst euch von den Lauten leiten.“ Was braucht man, um die dynamischen Konsonantenformen zum Modellieren des eigenen Atems einzuladen? Oder um die Stimme in einen Vokal gehüllt nach außen fließen zu lassen?

Zunächst braucht man eine Intention, einen Willensimpuls. Dieser Impuls vereinigt sich mit einem inneren Sehen und Hören dessen, was man sprechen will, der Stimmung, die man vermitteln will, und das atmet man alles ein. Dann springt man auf den Atemstrom auf, um das innere Bild in Laute und Rhythmen zu verwandeln. Allerdings entspricht das Ergebnis nicht immer dem Bild, das man sich vorgestellt hat. Es kann sein, dass die Stimme, die man hört, nicht frei auf der Luft reitet, sondern von dem überwachten Bewusstsein des Sprechenden festgehalten und behindert wird. Wenn der Wille des Sprechenden zu stark anwesend ist, können die Laute nicht wirklich in den Atemstrom eintreten.

Das andere Extrem ist, wenn man unvorbereitet in den schöpferischen Strom hineinspringt und ihn mit einem Extra an emotionaler Wucht mitzureißen versucht. Aber wenn der Atem mit Emotion gefüllt ist, dann können sich die Laute nicht entfalten.

Die Sprachlaute können sich nicht inkarnieren, wenn der Atemimpuls nicht aus dem unsichtbaren Bereich heraus gewonnen wird. Wenn man die Sprachlaute wirklich zur Erscheinung bringen will, muss man zwischen den Zeilen immer schnell in den Kosmos hinaus, um sie einzuladen. Gleichzeitig muss man geistig und körperlich im Moment präsent sein. Nur so kann man die schöpferischen Kräfte zur Erscheinung bringen, die mit dem Atem in den physischen Raum strömen.

Die einfachste Übung dafür ist das „hum ham hem him“. Es führt den Atem über die Stimme in die Form. Das „H“, das wir so in den Atemstrom einladen, hilft uns, die Atembewegung zu finden, ohne sie durch unseren Willen zu beeinflussen. Das „H“ nimmt den Vokal mit sich in die Luft und entlässt ihn sanft wieder in den weichen, geschmeidigen Erd-Laut „M“. Wir beginnen mit dem kühnsten Vokal, dem „U“, das vorne auf den Lippen sitzt, bereit, nach draußen zu springen. Dann folgen die hinteren Vokale, die eher dazu neigen, im Sprechenden nachzuklingen, statt in den Raum hinaus zu strömen.

Yvonne Karsten



ist eine finnisch-schwedische Sprachgestalterin und Lehrerin. Ausbildung an der Schule für Sprachgestaltung in London. Seitdem arbeitet sie vor allem als Sprachgestaltungs- und Schauspiel-Lehrerin an der Snellman-Hochschule in Helsinki. 1995 wurde sie Co-Leiterin der Ausbildung für Sprachgestaltung und Schauspiel an der Hochschule. Außerdem Arbeit mit mehreren Eurythmie-Ensembles auf Finnisch, Schwedisch und Englisch. 2015 publizierte sie ein Buch über Storytelling und den Weg zur Selbsterkenntnis. Sie hat einen Universitätsabschluss in der englischen und den nordischen Sprachen sowie deren Literatur.

Aus dem Englischen übersetzt von Margot M. Saar

Mit dieser Übung halten wir ein ständiges Gleichgewicht zwischen einem Zuviel und einem Zuwenig; zwischen dem Sog nach draußen in die Glückseligkeit des Kreativseins und den erdrückenden Beschränkungen und der Angst vor dem Fliegen.

Zum Glück sind die Sprachlaute Wesenheiten, die uns zu Hilfe kommen. Wenn wir sie einladen, sich mit unserem eigenen Willensimpuls zu vereinen, dann halten uns ihre bewegten, farbigen Formen sanft in der Mitte, im Bereich des Menschseins.

I als Tor zum Leben

Sivan Karnieli



Geboren 1977 in Zürich; Eurythmiestudium in Dornach, Abschluss 2005. Zunächst in der Pädagogik, in der Erwachsenenbildung und in der Bühnenkunst tätig. Heute Dozentin für Eurythmie am Waldorfinstitut Witten/Annen, sowie Autorin mehrerer Bücher über und zur Eurythmie. Ihr jüngstes Buch heißt: «Herzkräfte stärken durch Eurythmie. Ein Übungsbuch».

Zu dem Laut «I» habe ich eine sehr tiefe Beziehung. Er war nicht nur der erste Laut, den Rudolf Steiner Lory Smits gab, er ist auch der Laut, der für mein Empfinden das Tor zu allen anderen Lauten bildet. Für mich gibt es aber zunächst zwei Ebenen dieses Lautes. Die eine Ebene ist diejenige, auf der ich den Laut in seiner Kraft wahrnehme, die andere ist diejenige, auf der ich diese Kraft sichtbar mache.

Die erste Ebene erlebe ich so, dass, wenn ich mich in die Kraft des «I» stelle, ich die Schwelle der «Feststellungs-Welt» überschreite und in die Welt des Lebendigen komme. Der Umkreis ist offen und es ist, wie wenn die Welt nun in mir Wort werden kann. In diesem Umkreis «tanzen» alle Laute fortwährend und können von mir ergriffen und sichtbar gemacht werden. Aber es ist noch wie ein «Hörraum», ein Anwesenheitsraum, es ist noch nicht sichtbare Sprache.

Gerade in der heutigen Zeit von Corona-Spaltungsversuchen in allen Schichten – auch in uns selbst –, erlebe ich diesen «I»-Raum auch als Überwindung der Spaltung, als eine neue Welt, in der ein anderes Bewusstsein entsteht. Wenn ich mich in die Kraft des «I» stelle, fühle ich tiefe Heilung und Frieden. Ich kann mich mit dem Göttlichen in mir verbinden durch das «I».

Wenn ich dann den Laut «I» sichtbar mache, so mache ich diese göttliche Kraft sichtbar, die Logos-Schöpferkraft im Menschen, die dann eben alle Laute «sprechen» kann, die die Vater-Schöpfer-Welt durch die Sohneskraft im Menschen sichtbar werden lassen kann. Es ist, wie wenn nun vom Zentrum des Umkreises, aus dem Herzen, der Sinnstrom hinaus geht und die Laute zu Worten und Sätzen, zu einem Sinn-getragenem Ganzen verbindet und Zusammenhänge schafft – ein Merkmal alles Lebendigen!

Rudolf Steiner sprach vom «I» oft von «Selbstbehauptung». Das klingt in unseren Ohren zunächst wie «selbstherrlich» oder «ich behaupte mich gegen etwas anderes». Wenn ich aber in dieser Kraft des «I» spreche, erlebe ich es durchaus kraftvoll und das Selbst behauptend, aber als eine objektive Kraft in der Welt: «I» ist der Ausdruck des Selbst – auch ganz im Sinne des Umkreises, von dem ich oben sprach.

Gerade diese Tatsache hat mich zu einer noch tieferen Ebene geführt, denn für mich erlebe ich das «I» in dieser objektiven Kraft als Quelle des Göttlichen, indem ich zugleich Zeuge dieser höchsten Kraft werde, weil ich mich selbstlos als Tor für den Logosstrom zur Verfügung stelle und Instrument werde für das durch mich sichtbar werden wollende Wort. (Siehe hierzu den Beitrag zu den ICH-BIN-Worten Rundbrief Ostern 2018) Das ist gerade kein Widerspruch zur Selbstbehauptung des «I»-Lautes selbst!

Das «I» ist immer Gleichgewicht. Als es ahrimanisiert wurde (in der Zeit, in der Rudolf Steiner von dem Anfang der Wiederkunft des Christus im Ätherischen sprach!), entstand der Hitlergruß (sogar mit dem «Heil» davor!). Wenn ich die Sphäre der objektiven Kraft der Selbst-Behauptung verlasse und mich selbst mitreißen lasse, statt Tor zu bleiben, wird es luziferisch zum Größenwahn. In dieser

Spanne stehen wir immer. Das «l» ist für mich auch die Möglichkeit, mich darin aus- und aufzurichten. Seine Kraft ist der Anfang einer neuen Welt – einer Welt des Lebendigen und des Heilenden, in der wir uns selbst wieder erinnern, dass wir göttliche Wesen sind.

Erlebnisse mit dem Laut I

Als ich am Goetheanum einmal an einem Kurs mit Peter Selg teilnahm, sprach er über die Zusammenarbeit zwischen Rudolf Steiner und Edith Maryon. Wir hatten dabei die Möglichkeit, einige Originale der Eurythmiefiguren von Rudolf Steiner anzuschauen.

Ein Detail ist mir besonders aufgefallen: Die Ferse des linken Fußes der "I"-Figur war mit einem schwarzen Strich ganz scharf konturiert. War dieser Strich beim Aussagen stehen geblieben oder doch etwa mit Absicht so stark betont?

Beim Einfühlen in die Geste bemerkte ich: Wenn ich stark in der Ferse blieb, wurde die Gebärde mehr als sonst mit innerer Ruhe erfüllt und der rechte Arm stieg wie von selbst nach oben. Direkt anschließend hat Peter Selg uns zur Holzplastik des Menschheitsrepräsentanten geführt und ließ uns einfach nur schauen. Ich stand ziemlich weit oben der Skulptur gegenüber, mit der mittleren Figur des Menschheitsrepräsentanten auf einer Höhe. Dabei empfand ich sowohl die Ähnlichkeit wie auch die Unterschiede mit der gerade vorher betrachtete Figur des Lautes "I".

Sind die Arme und Hände nicht genau in der umgekehrten Position! Die Füße sind ähnlicher, der rechte Fuß ist wie in Schrittstellung. Plötzlich wurde mir klar, die Gestalt kommt uns entgegen, sie ist uns mit einer offenen Geste zugewandt. Dann habe ich innerlich im "I" auch einen Schritt mit dem rechten Fuß gemacht und dies passte gut mit der Gestalt der Skulptur zusammen. Auf diese Weise konnte ich ihm ganz nah kommen, und seine Arme haben einen Raum eröffnet, in welchem ich mein "I" frei entfalten konnte.

Sein rechter Arm hat Raum geschaffen für meine linke Seite und sein linker Arm für meine rechte Seite. Die Statue ist so groß, dass man in diese Gebärde wie hinein gehen kann.

Dies war die Antwort auf meine langjährige Frage nach dem Verhältnis zwischen der "I"-Gebärde und der Statue. Ich weiß immer noch nicht: Ist der Strich auf der Holzfigur absichtlich entstanden oder nicht? Aber er hat mich dazu gebracht, die Entwürfe und die danach gestalteten "I"-Figuren genauer anzuschauen. Einen ähnlichen Bogen um die Ferse habe ich nicht gefunden, wohl aber die Charakter-Schaffierung auf einer oder beiden Fersen in ganz verschiedenen Variationen.

Irmeli Salomaa



Geboren 1955 in Helsinki.
Waldorfschülerin.
Eurythmiestudium 1978–80 in Helsinki und 1981–83 in Den Haag.
In Helsinki Mitarbeit beim Aufbau einer Bühnengruppe.
1984–86 Tätigkeit an Waldorfschulen und an der Eurythmieschule.
1987–97 Eurythmielehrerin an der Schule für Sprache und Dramatische Kunst der Snellman-Hochschule.
Mitarbeiterin eines Intensivkurses für Eurythmie.
1998 Mitbegründerin einer Ausbildung für Gesang und Eurythmie, woraus sich eine neue Eurythmieschule entwickelte, in der sie bis jetzt tätig ist.

Der Laut K

Talia Finn-Geller



Geboren in Tel Aviv, Israel. Lebt in Jerusalem. Eurythmiestudium in England bei Margarete Lundgren, Abschluss 1983. Arbeitete mehrere Jahre in Kfar Refael mit seelenpflegebedürftigen Erwachsenen, mit den Hauseltern und im Seminar. Unterrichtete viele Jahre in diversen Seminaren. Gründete die Orpheus Eurythmieausbildung im 2003 in Jerusalem.

Anmerkungen:

[1] R. Steiner: Eurythmie als sichtbare Sprache. Der Laut-Eurythmie-Kurs, GA 279

[2] R. Steiner: Die Tempellegende, GA 93

Aus dem Englischen übersetzt von
Margot M. Saar

Im Laut-Eurythmie-Kurs spricht Rudolf Steiner im Zusammenhang mit dem Laut „K“ vom „Beherrschung der Materie vom Geiste aus“.^[1] Wie ist das zu verstehen und praktisch umzusetzen?

In der Begegnung mit Materie erleben wir Widerstand, Gegensätzliches, ein ‚Gegen‘ oder einen Konflikt. Wir reagieren entweder mit Rückzug oder fühlen uns ermutigt, kraftvoll oder zornig dagegen anzugehen. Vielleicht wollen wir auch Kontrolle über die Materie gewinnen oder sie zu unserem eigenen Vorteil überwinden. Das Materielle hilft uns dabei, uns unserer Selbst und der Außenwelt bewusst zu werden und dient unserer Entwicklung.

Wenn wir allerdings nicht weiter gehen, kann es geschehen, dass wir feststecken und im Materiellen, d.h. im physischen Körper, wie gefangen bleiben.

Meines Erachtens führt uns der Laut „K“ direkt zu der Frage: Wie kann ich dem Materiellen begegnen, zunächst in mir selbst und dadurch im Allgemeinen?

Ich kann meinen physischen Leib als Hindernis erleben, als wäre ich in Ketten gelegt, und versuchen, ihn als Objekt der Außenwelt zu überwinden, als Materie, die nicht mit mir identisch ist. Oder ich kann ihn als einen verhärteten Teil meiner Selbst erleben, der meiner Entwicklung dient, aber darauf wartet, erlöst zu werden.

Mit dem Laut „K“ kann ich zuschlagen, eine Kerbe hauen, wie beim Karate. Ich will von außen Änderung herbeiführen. Aber der neue Schritt bestünde für mich darin, in die Härte einzutauchen, mich so gut ich kann der Mitte der Materie, dem Kern, zuzuwenden, sie durch die Vereinigung mit ihr zu durchbrechen und den in ihr eingeschlossenen Geist in eine freiere Bewegungsform, in eine neue Kreation, zu entlassen.

Ich werde zum Meister, nicht von außen, aber von innen. Ich mache von meiner inneren Kraft Gebrauch, um Materie mit lichterfüllter Aktivität zu durchdringen. Ich lasse meine Starrheit los und trage sie in das Licht, in kristallklares Licht.

Kain ist ein gutes Beispiel für den Laut „K“. Einerseits ist er der Erste, der einen anderen Menschen tötet, aber gleichzeitig ist es seine Aufgabe, die Erde zu kultivieren, zum Erdmittelpunkt vorzudringen und zu einer neuen Schöpfung durchzubrechen.^[2]

Schließlich gibt mir der Laut „K“ die Möglichkeit, mich kontinuierlich zu prüfen: Schlage ich zu und kämpfe oder kehre ich mich nach innen und gehe in die Materie, in die Verhärtung, und trage so Licht in das Dunkel und sich auflösende Materie zurück zu ihrem geistigen Ursprung, wo sie neu geschaffen werden kann?

Welche Kraft verleiht K dem Wort Schicksal?

Der Laut **K** gehört nicht zu den lieblich klingenden Lauten. Er ist stark, kräftig, kurz. Er bewirkt etwas, erdet und macht bewusst. In der Natur haben **K**-Geräusche etwas Weckendes: ein brechender Ast, der knackt, lässt uns aufhorchen; Krähen drängen sich durch ihr Gekräuze in unser Bewusstsein; ein in der Nähe einschlagender Blitz, der mit seinem lauten Krachen auch die stärksten Seelen zusammenzucken lässt, verdeutlicht, wie ein **K** einschlägt, weckt, bewusst macht.

K zählt zu den Stoßlauten (Explosivlauten). Diese sind bildhaft, man stelle sich eine konkrete Luftgestalt vor. Bei allen Stoßlauten fühlen wir, wie wir eigentlich eine geschlossene Figur bilden wollen.^[1] Anders die Blaselaute (Frikative), welche Bewegungen und Geräusche nachbilden und aus dem Hörraum gesprochen werden. Die Luftgestalt von **K** ist laut Rudolf Steiner eine Pyramide. Indem wir **K** sprechen, stellen wir uns eine turmförmige Kristallgestalt vor. Dieses starke Vorstellen, das unterstützt uns im **K**-Sprechen.^[2] Allen Stoßlauten sind solche Luftformen eigen, dadurch entsprechen sie dem Element Erde. Denn die Stoßlaute sind dasjenige, was, trotzdem wir in der Luft formen, fortwährend hinstrebt zum Erdenelement.^[3]

Stoßlaute werden gebildet, indem der Mundraum sich schließt, der Luftstrom gestaut wird, was zu einer Dehnung des Brustkorbes führt, um dann beim Sprechen die Luft gestoßen (explosiv) nach außen entweichen zu lassen. Bei **K** drückt der Zungenrücken gegen das Gaumensegel, daher ist **K** ein Gaumenlaut (Gutturallaut) und wird der Willensregion zugeordnet. Es braucht einen bewusst ergriffenen Willen, um **K** zu bilden und ein gut gebildetes **K** wirkt wiederum stärkend auf den Willen zurück. Diese Willensqualität brauchen wir, um eine Rede ordentlich zu gliedern. Rudolf Steiner gibt an, durch die Übung „Komm kurzer kräftiger Kerl“^[3] lerne man, den Sprachstrom zu gliedern, so dass die Rede nicht ohne Punkt und Komma dahinplätschert. Wenn man diese **K**-Übung macht, hat man den Mut, einen Strichpunkt richtig einzugliedern.^[3]

Spricht man ein **K**, so braucht es einen guten Stand auf der Ferse, man richtet sich kerzengerade auf und spürt sein Rückgrat, man ist da und packt an, ist ein Fels in der Brandung und hat das Ziel im Auge, ergreift sein Schicksal. Dieses wiederum hängt mit unseren tiefen, unbewussten Lebensaufgaben zusammen, die im Verborgenen lenken und leiten. Ein Schicksalsschlag kann eine grundlegende Veränderung bringen und uns zu einer Neuorientierung zwingen. Doch haben wir diese nicht „selbst“ vorbereitet? Hat unser höheres Ich dies nicht schon länger für uns geplant? Diesen Vorgang erlebe ich in dem Lautbild von Schicksal: **Sch** – es rauscht eine Bewegung heran, es braut sich etwas zusammen, **i** – vom Ich ergriffen kommt etwas gerade von oben herab, **ck** – es schlägt ein, ist da, **s** – es wird mir bewusst und ich reflektiere es, **a** – ich verbinde es mit dem ganzen Menschen, **I** – es fließt in mein Leben ein und wird integriert. Manchmal dauert dieser Vorgang Jahre, manchmal geht es ganz schnell, aber die **K**-Qualität ist der Moment, in dem das Schicksal im Irdischen seine Erfüllung fordert.

Im **K** haben wir drinnen ein Die-Materie-Beherrschen vom Geiste aus.^[4] Die Materie zu beherrschen ist eine Prometheus-Kraft und erfordert das innere geistige Feuer; für seine Überzeugung einzustehen, sich nicht unterkriegen zu lassen, auch wenn man, wie Prometheus, dafür an den Kaukasus gekettet wird. Sein Schicksal in die Hand zu nehmen braucht Mut, alte Gewohnheiten aufzugeben und sich einer ungewissen Zukunft zu stellen. **K** lehrt uns, die eigene Prometheuskraft zu ergreifen, um vom Geiste aus die Materie zu beherrschen.

Monika Gasser



Geboren 1969 in Nunningen, Schweiz, Ausbildung als Hochbauzeichnerin, Sprachgestalterin und Kunsttherapeutin ED, Fachbereich Drama und Sprache. Weiterbildungen in Psychologie, Berufsbegleitendes Schauspielseminar am Michael Tschechow Studio Berlin, Coach für Lama-gestützte Intervention, Erwachsenenbildnerin SVEB und Oda Artecura zertifizierte Supervisorin für Kunsttherapie. Tätig als Sprachgestalterin und Sprachtherapeutin mit eigener Praxis in Reinach und an Primarschulen.

Anmerkungen:

[1] Rudolf Steiner, Dramatischer Kurs, GA 282, 17. Vortrag vom 21.09.1924, S. 342ff

[2] Rudolf Steiner, Dramatischer Kurs, GA 282, 17. Vortrag vom 21.09.1924, S. 344

[3] Rudolf Steiner, Methodik und Wesen der Sprachgestaltung, GA 280, S.51

[4] Rudolf Steiner, Eurythmie als sichtbare Sprache, GA 279, 4. Vortrag vom 27. Juni 1924, S. 95

Ein afrikanischer Klick-Konsonant

Michelle Kaplan



Geboren in Kapstadt, Südafrika. Waldorfschule; Interessengebiete: Krankenpflege, Musik, Sprachgestaltung und Schauspiel. Anthroposophisches Studium am Novalis College und Eurythmieausbildung in Kapstadt. Bühneneurythmie; Dornach inkl. Tournee nach Russland. 1995–1999 Mitglied des Goetheanum-Eurythmie-Ensembles (sowie Workshops und Aufführungen im Ausland) und Gastdozentin in Peredur, England. Eurythmieunterricht an Waldorfschulen in Kapstadt und seit 2000 am Centre for Creative Education, Kapstadt, in der Kairos Eurythmie-Ausbildung (BA, B.Ed, ECD) – Unterricht für Studierende aus multikulturellen Zusammenhängen. Abschluss in Sprachgestaltung 2018 beim „amWort“, Dornach. Unterrichtet, führt auf und forscht anhand des Wunders des Logos

Anmerkungen:

[1] Rudolf Steiner, Geisteswissenschaftliche Sprachbetrachtungen, GA 299, Rudolf Steiner Verlag Dornach 1981, S. 9.

[2] Rudolf Steiner, Eurythmie als sichtbare Sprache, GA 279, Vortrag vom 25. Juni 1924, Rudolf Steiner Verlag Dornach 1990, S. 60.

[3] Rudolf Steiner, Die Entstehung und Entwicklung der Eurythmie, GA 277a, erster Kurs, neunter Tag, 24. September 1912, Rudolf Steiner Verlag Dornach 1998, S. 44.

[4] Annemarie Dubach-Donath, Die Grundelemente der Eurythmie, Philosophisch-Anthroposophischer Verlag Dornach 1988, S. 87.

[5] Rudolf Steiner, Welt, Erde

„Je weiter wir zurückgehen in der Entwicklungsgeschichte eines Volkes, desto lebendiger finden wir in gewisser Beziehung alles das, was an Kräften der menschlichen Seele und auch an Biegsamkeitskräften des menschlichen Leibes mit der Sprache zusammenhängt.“ (Rudolf Steiner)^[1]

Die vom Aussterben bedrohte Khoisan-Bevölkerung Südafrikas, deren Mitglieder sich als ‚first people‘ (erste Menschen) bezeichnen und die als die älteste heute existierende Menschengruppe gilt, haben uns nicht nur eindrucksvolle Felsenmalereien hinterlassen, sondern auch die Klicklaute, die zu den ältesten je gesprochenen Konsonantenlauten zählen.

Diese einzigartigen Laute haben mich inspiriert, sie zu erforschen und die ihnen innewohnenden Qualitäten zu entdecken. Die Klicklaute, die Bestandteil vieler indigener Sprachen Südafrikas sind, rufen deutliche Bilder der Naturwelt hervor. Die schnalzenden, klickenden Plosivlaute, bei denen man den Eindruck hat, dass sie von Quecksilber-Geistern inspiriert sind, erscheinen beim Sprechen interjektionsartig in aufeinanderfolgenden Stößen, wobei vor allem Elemente von Feuer und Erde entstehen.

„In der Ursprache waren alle Worte Interjektionen, Empfindungsworte.“ (R. Steiner)^[2]

Einer dieser Klicklaute ist auf geheimnisvolle Weise dem „Q“ und seiner Eurythmie-Gebärde verwandt. In der Sprache der Khoisan wird er als „!“ dargestellt, in den Nguni-Sprachen als „Q“ („Ekuqalekeni“ ist isiXhosa für „im Anfang“).

Der Laut kommt dadurch zustande, dass man die Zunge nahe an der Zahnleiste gegen den Gaumen presst und dann schnell und unter Druck loslässt, so dass ein deutlicher Plosivlaut entsteht. Beim Übergang in die Gebärde zwingt uns der Laut in die Substanz hinein und dann, als sehnte sich die Geisteskraft nach Befreiung, schnellt die Bewegung nach außen und veranlasst den Fuß zu einer ähnlichen Reaktion.

Die Nuancen und Qualitäten unterschiedlicher Sprachlaute, insbesondere plosiver Konsonanten, färben und beeinflussen den eurythmischen Ausdruck dieses Klicklautes. Man fühlt sich an Steiners Hinweise zur Bewegung zu rhythmischen Klängen, die den Fuß miteinbeziehen, erinnert^[3]. Allerdings hat man den Eindruck, dass seine Hinweise und Bemerkungen zum „Q“, das er zu der „anregenden Konsonantenreihe“ zählt, eine besondere Bedeutung haben. In ihrem Buch „Die Grundelemente der Eurythmie“ schreibt Annemarie Dubach-Donath: „Dr. Steiner ließ die Bewegung auch an dem Worte „Qual“ üben und dabei die an die Brust gepressten Hände wie im Übermaß des Schmerzes wieder wegstoßen.“^[4]

Die Geschichte Südafrikas und seiner Völker ist von Spannungen und Schmerz geprägt und viele Menschen, die den ländlichen Kulturen noch tief verbunden sind, fühlen sich wie entwurzelt. Steiner sagte: „Entwurzeln Sie eine Pflanze, so tut es der Erde weh, schneiden Sie eine Pflanze ab, so tut es der Erde wohl.“^[5] Diese Worte finden große Resonanz im Herzen derer, die diesen afrikanischen Klicklaut, der aus dem Boden, der Seele und dem Geist dieses Landes geboren ist, eurythmisch erleben. Eine kraftvoll-aufweckende Gebärde entsteht, wenn die Qualitäten des „Q“ und anderer Lautmerkmale durch diese Bewegung „sprechen“!

Die Klicklaute, die noch immer aus unserer fernen Vergangenheit ertönen, bringen das menschliche Welterleben zum Ausdruck. Wie von einem perkussiven konsonantischen Orchester begleitet, tanzen sie die Rhythmen des Lebens in die Sprache hinein und erinnern uns an eine Zeit, als bildhafte, rhythmische

Elemente die Sprache noch belebten und die plastischen Kräfte des Logos die Schöpfung gestalteten.

„Die menschliche Ursprache [...] war eigentlich etwas Wunderbares“
(Rudolf Steiner)^[6]

und Mensch, deren Wesen und Entwicklung, GA 105, 3. Vortrag (6. August 1908), Rudolf Steiner Verlag Dornach 1983, S. 51.

[6] Rudolf Steiner, Sprachgestaltung und dramatische Kunst, GA 282, erster Vortrag, Rudolf Steiner Verlag Dornach 1981, S. 64.

Aus dem Englischen übersetzt
von Margot M. Saar

Der Laut L

Ein Erwachen.

Das Gefühl bewusster Existenz ist wie ein Blitzschlag.
Zeit und Raum sind Eins und ich bin im Atem zwischen Zentrum und Peripherie.
Ich bin in allem, alles ist in mir.

Wie beginnt Leben – wie beginnt etwas zu wachsen?

Ein Tönen vibriert, Membrane erfassen die Bewegungen.
Von innen nach außen wächst Atem und bildet Kanäle,
differenziert Richtungen und verzweigt sich.

Ahnend entsteht die Wahrnehmung eines Körpers, ein Sich-Abgrenzendes.
Ein prickelndes Gefühl des Ausgefüllt-Werdens wird zu Händen und Füßen.
Die Finger der Hand greifen nach außen und vereinen sich mit dem Raum,
dieser schickt die Bewegung zurück zu meinem Zentrum.

Ein Puls, ein Strom, der sich verwandelt und weitergeht, ausfüllt, erweicht und formt.

Die Arme wie freie Flügel in der Luft, ergreifen den Strom, folgen ihm, wie Formationen im Fließen des Blutes, Skulpturen der Organe, Rhythmus des Herzens.

Fühlen, wie die Beine nach der Erde suchen, was ist oben – was unten?
Die plötzliche Wirkung der Schwerkraft ist überwältigend – wie auf den Wellen des Ozeans zu reiten – man wird hin und her geworfen, vorwärts, rückwärts.

Ich muss mein Zentrum wieder erobern, meinen Atem finden,
ergreifen und loslassen, ergreifen – loslassen...

Jetzt!

In der Begegnung von Fußsohle und Erde erwacht der Impuls zu laufen.

Das Gleichgewicht ist erobert!

Marianne Fors



In Oslo geboren. Eurythmiediplom Järna 1982. Mitglied im Järna Eurythmiensemble und der Igeomon Performance. Zwischen 2000 und 2010 wirksam in verschiedenen Eurythmieprojekten in England, Deutschland und Österreich. 2009 diplomierte Feldenkrais-Pädagogin. Seit 1983 Arbeit als Eurythmiepädagogin an der Waldorfschule. Seit 2010 wirksam als Dozentin in der Eurythmieausbildung Järna und als freischaffende Künstlerin und Bewegungscoach.

Mein Name ist L

Severin Fraser



1986 in Edinburgh geboren, zog Severin Frasers Familie 1989 nach Stuttgart. Zwischen 2007 und 2012 absolvierte er die Eurythmie- und Bühnenausbildung am Eurythmeum Stuttgart. Ab 2012 lebte er vier Jahre in Berlin, arbeitete in verschiedenen Theater- und Tanzproduktionen und unterrichtete Eurythmie an der Kreuzberger Waldorfschule. 2016 wurde er ständiges Mitglied des Else-Klink-Ensembles und doziert seither in der Ausbildung des Eurythmeum. 2018 übergab ihm Benedikt Zweifel die künstlerische Leitung des Else-Klink-Ensembles.

Einen wunderschönen guten Morgen!

Mein Name ist L und ich möchte ein bisschen von mir erzählen, wer ich bin, wer ich gerne sein möchte und wie es mir geht. Ein bisschen klagen möchte ich auch und – ja – auch erwähnen, wie manchmal mit mir umgegangen wird.

Falls wir einander noch nicht vorgestellt wurden, bedeutet dies nicht, dass wir uns nicht schon des Öfteren begegnet sind. Ich erinnere mich beispielsweise an Sie als Neugeborenes, als Sie das erste Mal in warmes Wasser gelegt worden sind – da war ich dabei! Und als Sie sich das erste Mal aufrichteten und ihr Antlitz voll Freude strahlte, da war ich auch dabei. Als Sie das erste Mal ihre Hände tief in den Sand hineinsteckten, da war ich dabei. Und als Sie sich im Wasser von den Wellen treiben ließen – da auch! Als Sie das erste Mal einen hohen Berg bestiegen und voller Stolz oben auf dem Gipfel standen, war ich dabei. Als Sie nachts staunend unter der Himmelwölbung standen ..., als Sie einmal alles hinter sich lassen mussten ..., als Sie nach einem langen Spaziergang an den Fluss kamen und mit den Händen sich einen erfrischenden Trunk schöpften, da war ich immer dabei. In diesen besonderen Momenten war ich ganz erfüllt von Ihrem Wesen und tief berührt davon, wie unser beider Sein miteinander fließen kann. Vielleicht erinnern Sie sich jetzt? Und Sie stören sich nicht mehr daran, dass ich fortan „Du“ sagen werde?

Da Du die Eurythmie kennengelernt hast und somit unsere Freundschaft eine Art Hochzeit feiert, möchte ich Dich auf einiges aufmerksam machen, da wir ja durch die Eurythmie die Möglichkeit haben, ganz neu miteinander umzugehen und voneinander zu lernen.

Bei der Gelegenheit muss ich gleich mal etwas los werden: Weißt Du, häufig werde ich von Dir einfach durch die Luft geschleudert, dass mir ganz schwindelig wird. Das gefällt mir gar nicht und so kann ich mich auch nicht richtig entfalten. Dann muss ich so oft immer wieder dasselbe tun, das mag ich auch nicht so gerne. Bitte, kleine Variationen sind schon nötig, damit ich mich noch lebendig und wohl fühlen kann. Meine Laut-Geschwister, wenn ich mich mit einigen von ihnen in einem Wort zusammenfinde, empören sich und sagen mir, ich sei zu kompliziert und würde Ihnen keinen Raum lassen, sogar, ich würde mich über alles drüber stülpen. Ihnen bliebe dann selber kein Platz mehr, sich zeigen zu können. Wenn Du mit Deiner Gestalt „Licht“ sprichst, werde ich schnell mal durch die Luft geschmissen und höchstens mein Freund I kann mir folgen.

Vor nicht so langer Zeit hat Rudolf Steiner, der große Freund meiner Geschwister und Verwandten, durch stimmige Naturbilder mein Wesen den Menschen nahegebracht. Ich bin tief berührt davon, von ihm so erkannt und verstanden worden zu sein. Die Kräfte der Wurzel, des emporstrebenden Stieles und die Entfaltung der Blüte sind Bilder, die er mit meinem Wesen verbunden sah. Und er sprach über meine Verwandtschaft zum Wässrigen, dieses Element, das ich so sehr liebe und dem ich mich so verbunden fühle. Schließlich ward enträtselt, dass hinter mir meine gewaltige Heimat, das Sternenbild des Steinbocks steht. Die „Auseinandersetzung des Gedankens mit der Welt“ wurde mein Leitsatz, dem ich mich fortan verbunden fühle und mit dem ich ganz neue Kräfte aus mir hervorbringen kann.

Viele Anregungen hat Rudolf Steiner gegeben und uns den Weg bereitet, ich habe ja nur wenige genannt. Aber jetzt, da sich immer mehr Menschen für uns interessieren, möchte ich Dir sagen: Bitte achte darauf, dass meine Wurzeln Wurzeln bleiben und meine Blüte Blüte. Nicht selten muss ich feststellen, dass da, wo ich Blüte werden will, Wurzeln geschlagen werden. Das fühlt sich vermut-

lich so ähnlich an, als würde Dir an der Stirn ein Fuß wachsen. Häufig verliere ich alle Kraft im Stiel. Im Stiel versuche ich die Kräfte zu verwandeln, zu verwandeln und zu verbinden, die Erdenstoffe mit den Kräften des Kosmos. Oft gelingt es, aber dann vergisst Du mich loszulassen! Wie vielleicht der Blütenstaub und die Samen, als die neuen Keime, den Kreislauf abschließend, in den Umkreis atmen und niederfallen. Du siehst ja an meinem wundervollen violetten Schleier, dass diese Kräfte sich wieder neu verbinden wollen mit den Kräften der Erde.

Ich war überrascht über die scheinbar schwierige Suche und Bildung meines Charakters. So erlebt man mich wohl oft sehr viel kräftiger, ins Rötliche gehend. Glücklich bin ich dagegen mit dem wundervollen Orange, mit welchem man meinen Charakter heute beschreibt. Mit diesem kann ich heilend wirksam werden und zu Orten gelangen, die mich wohl nicht eingelassen hätten, wäre ich rot geblieben.

Scheue Dich nicht, mich zu variieren, bitte, denn so wie Du, fühle auch ich mich in manchen Zusammenhängen stark und kraftvoll und in anderen zurückhaltend und scheu. Es gibt da so ein ganz wundervolles Wort, das Du häufiger gestaltest, in dem ich mich ganz beheimatet fühle. Da darf ich sieben Male erblühen und später noch in drei weiteren Malen mich steigern. Aber bitte, gestalte mich wirklich jedes Mal anders, denn mit jedem Mal möchte ich eine andere Welt ergreifen – denn in anderen Welten muss auch ich ein anderer werden dürfen.

Ich freue mich auf unser weiteres gemeinsames Schaffen und Wirken und hoffe, dass gegenseitiges Vertrauen und Verständnis noch wachsen werden. Ich bin mir sicher, wenn Du Dich weiter mit meinen Geschwistern und Verwandten umgibst, wir uns gegenseitig immer neu entdecken, werden wir gemeinsam eine wunderschöne Zukunft haben.

Herzlich,
Dein L

Das Dynamische Kraftfeld L Beispiel aus der Vitaleurythmie

Das Zentrum der Vitaleurythmie bildet die systematisch-vertiefende Arbeit an den eurythmischen Lauten. Wir entwickeln daraus konkrete Übungen zu bestimmten Themen. Bei der Arbeit an den Lauten, die wir „Dynamische Kraftfelder“ nennen, gehen wir methodisch in zwei Schritten vor: Am Anfang steht eine „aufschließende Übung“, dann rückt der Laut, das „Dynamische Kraftfeld“ selbst, ins Zentrum.

An zwei Beispielen soll hier veranschaulicht werden, wie wir in diesem Feld inhaltlich-eurythmisch und methodisch arbeiten. Die genannten Übungen sind auf unserem YouTube-Kanal zu finden. Dort kann man sehen, wie die Bewegungen gemeint sind und wie sie eingesetzt werden, um das Thema zu bearbeiten. Das erste Video behandelt das Thema „Vitalisieren“ mit dem Laut „L“, das zweite „Seine Grenzen finden“ mit der Lautreihe „M“ – „O“ – „E“ (siehe den Text weiter unten in diesem Heft). Die erste Übung wird von Christiane Hagemann geleitet, die zweite von Michael Werner.

Im Video „Vitalisieren“ (<https://www.youtube.com/watch?v=1d9-iYzifRA>) fokussiert die aufschließende Übung auf einen bestimmten Aspekt des „Dynamischen Kraftfeldes“. Sie wird mit einem niederschwelligen und konkreten Bewegungsauftrag – hier: den Arm ruhig und mit wenig Muskelkraft kreisen lassen – zugänglich gemacht und einige Minuten geübt. Im Folgenden richtet sich die Aufmerksamkeit auf bestimmte Details, z. B. die Hand und ihre jeweilige Position im Raum während des Kreisens. In unseren Kursen unterstützen wir das mit Fragen wie z. B.: Können Sie die Hand im hinteren Raum genauso gut wahrnehmen wie im vorderen, im Sichtfeld? Gibt es einen Unterschied? Für uns ist es immer wieder spannend zu hören, was für Erfahrungen die Klient*innen damit machen

Christiane
Hagemann



ist freiberufliche Eurythmistin und Heileurythmistin in eigener Praxis, unterrichtet seit über 30 Jahren in der Erwachsenenbildung, sie ist u.a. regelmäßige Dozentin an der Alanus Hochschule in Alfter und langjährige Dozentin am Priesterseminar der Christengemeinschaft in Hamburg. Sie ist Mit-Autorin der Broschüre zur Vitaleurythmie (2007) und des Buches „Vitaleurythmie, das Anti-Stress-Programm für den Alltag“ (2016).

Michael Werner



ist Unternehmer für Vitaleurythmie und Dozent an der Alanus Hochschule in Alfter. Zudem berät er Unternehmen, soziale Organisationen und Bildungseinrichtungen zu den Themen Organisationsentwicklung, Führung und Betriebsübergabe. Er unterrichtete 23 Jahre als Eurythmielehrer in Hamburg-Bergstedt und in der Erwachsenenbildung, publizierte Beiträge im Rahmen des Forschungsprojektes „Den eigenen Eurythmieunterricht erforschen“ (2014 und 2016) und im „Richter-Lehrplan“ zum Eurythmieunterricht (2016), und ist Mit-Autor von „Vitaleurythmie, das Anti-Stress-Programm für den Alltag“ (2016).

www.vital-eurythmie.de

konnten. Damit wird diese Bewegung mental und emotional intensiviert und die Bewegung nochmals durchgeführt.

Anschließend wird „nachgespürt“: Dabei geht es darum, wach und aufmerksam der Bewegung nachzulauschen, die Wirkung der Bewegung und ebenso die Reaktion darauf in sich zu spüren. Dabei ist es hilfreich, das Wahrgenommene auszusprechen.

Danach wird die Bewegung konkret mit dem „Dynamischen Kraftfeld L“ verbunden und spezifisch damit gearbeitet. Speziell der Laut „L“ mit seiner komplexen und symmetrischen Bewegung beider Arme, dem Beugen von Rumpf und Knien, der Orientierung im Vorne und Hinten, ist nach unserer Erfahrung für viele Menschen motorisch und innerlich eine echte Herausforderung. Diesem Umstand muss ausreichend Zeit eingeräumt werden, damit die Klient*innen in ihren Erfahrungsraum wirklich eintauchen und sich eigenständig darin bewegen können.

Thematisch bietet das „Dynamische Kraftfeld L“ mehrere Möglichkeiten, an die Erlebniswelt der Teilnehmer*innen anzuknüpfen: Zum Beispiel mit dem Gedanken von Kreisläufen oder der Kreislaufwirtschaft, dem bildhaften Anknüpfen an einen Wasserkreislauf (Regen, Gewässer, Verdunstung, Luft, Wolken, Regen...), dem Wasserstrom in Pflanzen oder dem Seelenkreislauf im Tag-Nacht-Rhythmus... Es ist auch hier wieder sinnvoll, die Übenden kurz dazu anzuregen, ihre Erfahrungen zu reflektieren – es ist immer wieder erstaunlich, wie verschieden Menschen diese Dynamik des Kraftfeldes „L“ erleben. Diese kurzen Gespräche bilden eine methodische Brücke von der eurythmischen Erfahrung in die Erlebniswelt der Klient*innen, wodurch sich nebenbei das Interesse und die Lernbereitschaft erhöhen. Das Kraftfeld auf diese Weise dynamisch zu erkunden, ist für die meisten spannend und anregend und vitalisiert schon nach einigen Minuten spürbar. Zudem sind alle Übungen so angelegt, dass sie auch auf kleinem Raum möglich sind, was insbesondere bei Homeoffice ein wichtiger Aspekt ist.

Das L

Juliana Klinko



Geboren 1979 in São Paulo. Bachelor-Abschluss in Biowissenschaften an der Universidade de São Paulo (2001), danach Eurythmieausbildung in Brasilien (2009) und Heileurythmie Ausbildung auch in Brasilien (2019). Seit 2011 als Eurythmieleherin an Waldorfschulen in

Ich erinnere mich noch mit Lebhaftigkeit an die Zeit meines Universitätsabschlusses in Biowissenschaften, noch vor meinem Eurythmiestudium, speziell an eine Botanikstunde, in der vor uns verschiedene Theorien des Aufstiegs von Rohsaft in den Pflanzen entwickelt wurden, und wie keine dieser Theorien imstande war zu erklären, wie diese gegen die Schwerkraft arbeitende Bewegung, in bis zu 80, ja 100 Meter hohen Bäumen, möglich ist.

Diese Stunde, und sogar der Gesichtsausdruck des Professors in diesem Augenblick, haben mich tief beeindruckt und sind noch heute gegenwärtig. Die Erinnerung an diesen Augenblick tauchte mit großer Lebendigkeit in mir auf, als ich das „L“ in der Eurythmie kennenerlernte. Es war eine Offenbarung, die Aufwärtsbewegung des „L“ zu erleben und dadurch verstehen zu können, wie es möglich ist, dass Wasser und Flüssigkeiten den Stiel emporfließen. Als ob in gewisser Hinsicht das Rätsel gelöst worden wäre.

Das Aufheben der Schwere und das Sich-Einfügen in die Leichtigkeit und die Aufrichte ist Aufgabe des „C“, aber in diesem Fall haben wir es mit anorganischen Substanzen und deren Eingliederung in Lebensprozesse zu tun. In diesem Fall ist dieses Aufheben der Schwere vielmehr eine Umwandlung, als ob das Mineralische, befreit von Schwere und rein physischen Gesetzen, zu einer neuen Form erhoben wird. Hier sind mir die Aussagen Rudolf Steiners besonders wichtig:

„In den alten Mysterien hat man gesagt: Das „L“ ist das in allen Dingen und Wesen Schöpferische, Gestaltende, die die Materie überwindende Formkraft. (...) Und nun nehmen wir an, wir sollten das lauten, wir sollten die Materie in Form umgestalten. Wir werden sagen: „L“.“^[1] Nach meiner Erfahrung fühle ich in der Ausführung dieser Geste den dichtesten und schwersten Augenblick in dem Moment, in dem ich mich nach vorne beuge und die Hände unten zusammenbringe, während die Aufwärtsbewegung der Arme diese dichtere Substanz in etwas Leichteres umwandelt und sie in die Höhe und in den hinteren Raum führt. Manchmal fühlen sich die Arme wie von selbst nach oben fließend an, von einer aufsteigenden Kraft getragen.

Da ich von der Phänomenologie zur Anthroposophie gekommen bin, fühle ich mich besonders zu folgendem Zitat aus den Anmerkungen T. Kisseleffs hingezogen: „Er hob dabei die Arme und Hände mit nahe zusammengehaltenen Fingern hinauf – ungefähr bis zu den Augen – und öffnete dann plötzlich, wie mit einem Ruck, die Hände, die Finger spreizend; gleich darauf ließ er Arme und Hände langsam fallen und sagte, die Natur mache Sprünge. Und einen Sprung im Wachstumsprozeß vom Blatt zur Blüte – das wollte er im eurythmischen „L“ ausgeführt sehen.“^[2]

Die Natur macht nicht nur von Blatt zur Blüte, sondern auch in jedem Knoten, in jedem Schritt ihrer Entwicklung Sprünge, durch die die Pflanze sich immerfort verjüngt. Wir können den gewöhnlichen Zeitverlauf und seinen kontinuierlichen Charakter an der embryonalen Entwicklung eines Blattes beobachten; parallel dazu wird ein zweiter Zeitverlauf an der Beobachtung der Entwicklung der ganzen Pflanze sichtbar, der in entgegengesetzter Richtung, sprunghaft die Pflanze verjüngend, verläuft.

Das „L“ verleiht immer Leben, es nimmt das Mineralische, prozessschaffend, in die Form auf. In gewisser Weise liegt das „L“ allem eurythmischen Tun zugrunde. Man könnte sagen, dass die Eurythmie ein Beleben der physischen Geste, des Wortes ist, dass sie sogar eine Übung ist, um die Erkenntnis des pflanzlichen Lebenselementes in unser Bewusstsein zu bringen.

Es ist gerade die große Aufgabe unserer Zeit, die rein mineralische Intelligenz zu überwinden, anfänglich den Weg von den abstrakten und toten^[3] zu den lebendigen und konkreten Begriffen zu gehen, das heißt, reale lebendige Kräfte in unser Denken aufzunehmen, uns von der mineralischen Materie zu den lebendigen Formprozessen zu erheben, was in wunderbarer Art vom „L“ als Wesen zusammengefasst wird.

São Paulo tätig. Praktikantin in der Eurythmieausbildung in Brasilien. Unterrichtet Eurythmie in verschiedenen anthroposophischen Ausbildungs-Institutionen und hat bereits mehrere Eurythmie-Workshops gegeben.

Anmerkungen:

[1] Steiner, Rudolf. Eurythmie als sichtbare Sprache. Vortrag vom 25.6.1924. GA 279.

[2] Kisselef, Tatiana. Eurythmie Arbeit mit Rudolf Steiner. Verlag Die Pforte, Basel/Schweiz, 1982, S.187

[3] Steiner, Rudolf. Die Erziehungsfrage als soziale Frage. Vortrag vom 17.8.1919. GA 296.

Das L – eine persönliche Momentaufnahme

Pirjo Partanen-Dill



Geboren 1961
Eurythmieausbildung in Helsinki, FI
Abschluss bei Elena Zucoli, CH
Künstlerisches Jahr bei Else Klink, DE.
Tätigkeit in der Pädagogik.
Seit 2016 Dozentin für Eurythmie und Eurythmiepädagogik
in der Freien Hochschule Stuttgart.

„Wenn ich abends am Ufer sitze und eine ruhige Folge kleiner Wellen zu mir rollen, sehe ich das Silbergrau im schönsten Glanz sich bewegen. Die letzten Sonnenstrahlen spielen mit den Schatten der Wellen und bringen Lila begleitend hinzu. Ab und zu blitzt ein Orange der Abendsonne auf und verschwindet wieder. Die Bewegung bleibt als klare Form im Sand sichtbar, doch sie selbst ist in jedem Augenblick eine andere, nicht festzuhalten und verschwunden.“ (aus meinem Tagebuch).

Das eurythmische „L“ ist durch uns Menschen über hundert Jahre bewegt worden. Ich bedanke mich herzlich bei allen, die die Wirkung und das Wesen der Laute heute erforschen. „Man muss sich der Idee erlebend gegenüberstellen können; sonst gerät man unter ihre Knechtschaft.“^[1] Dies ist besonders in der Eurythmie möglich.

Rudolf Steiner schildert das „L“ unter anderem als „In-sich-Bewegtes“^[2]. Die sichtbare Bewegung „L“ ist eine kreisende, fließende. Sie steigt vertikal der Mitte entlang auf und verbindet unten und oben. Dann sinkt der Strom in die Schwere, die Gestalt beidseitig umhüllend, links und rechts symmetrisch nach unten, erhebt sich wieder neu in die Leichte und kann so ununterbrochen weiter bewegt werden. Die Gestalt ist dabei ein Bewegliches, rhythmisch vor- und rückwärts Wellendes so, dass ein Vorne und Hinten entsteht. Die Bewegung verbindet Zentrum und Umkreis. Ein in sich bewegter, lebendiger Tropfen.

Durch das „L“ gelingt es mir, mich jenen Kräften zu nähern, die in der Sprache als „L“ hörbar sind, die in den Pflanzen und Gewässern dieses Bewegungswesens erahnen lassen, das mir den Zugang zum Schöpferischen überhaupt ermöglicht. Das „L“ schenkt mir die Möglichkeit, die heilenden und ausgleichenden Kräfte im Berufsalltag, im Kunstschaffen und Kunstbetrachten, im Leben zu finden. Bildlich kann die Tiefe in die Helle geführt werden und neuverwandelt zur Ruhe strömen. Es hält und erhellt mich.

Die physische Bewegung des „L“ bringt die Leiblichkeit in Zusammenhang mit dem Umkreis, in ein atmendes Gleichgewicht von innen und außen, zentriert und beweglich zugleich erlebbar, unmittelbar mit dem Lebendigen verbunden. Das Ich greift über ein imaginiertes farbig-seelisches Erleben in den Leib formend und gesundend ein, der Umkreis nimmt Gestalt an und wirkt als „die Materie überwindende Formkraft“^[3], da „das Eurythmielernen wirklich ein Andersmachen des menschlichen Organismus ist“^[4]. Der Leib wird durchströmt, das Seelenleben harmonisiert. Durch das „L“ kann ich die Verbindung zwischen Seelisch-Geistigem und Physisch-Leiblichem und ihr differenziertes gegenseitiges Wirken am eindrücklichsten erleben und begreifen. Das „L“ wird mir so zum Lehrer der Menschenkunde Rudolf Steiners.

Wie verwandelt sich die imaginierte Eurythmiefigur im Bewegungsprozess? Laut Rudolf Steiner könnten die – so wesentlichen – Farben des „L“ auch andere sein, es komme dabei nur auf die stimmigen Verhältnisse der drei Farben zueinander an^[5].

Aus der Wirksamkeit des Steinbocks, der „Auseinandersetzung des Gedankens mit der Welt“, strömt die „L“-Bewegung als „Überlegung mit Hingabe“^[6] und wird aus der Zartheit der Pfirsichblüte ein Urbild des Schöpferischen. Wie das Wasser jede von außen gegebene Form annimmt, ohne das eigene Wesen zu verlieren, kann das Wasser ebenso stark in steter Bewegung formend im Umraum wirken. Im „L“ sind die Ergebenheit und das Formende durch das Ich verbunden.

Anmerkungen:

[1] R. Steiner, GA 4, 1987

[2] GA 279, 2019, S.139

[3] GA 279, 2019, S.51

[4] GA 279, 2019, S.300

[5] A. Bäschlin: Die Eurythmiefiguren, 2001, Begleitheft S.15; Überlieferung durch Lea v. d. Pals

[6] GA 279, 2019, S.140

Die M-Qualität in den Herausforderungen der Gegenwart

Seit 2006 arbeite ich künstlerisch wie auch pädagogisch intensiv mit der Lauteurythmie und hatte daher viel Gelegenheit, mich in den Klangkosmos der Vokale und Konsonanten einzuleben. Wenn ich einen Laut wählen sollte, der mich besonders inspiriert und innerlich bewegt, so ist es das „M“. Was mich am „M“ fasziniert, ist, dass es, obwohl es ein Konsonant ist, wie ein Vokal Seelenstimmungen ausdrücken kann. Oft hören wir es, wenn angenehme Gefühle spontan zum Ausdruck gebracht werden; wenn wir etwas Leckeres essen, zum Beispiel (mmm, lecker!). Auch wenn wir nachdenken, benutzen wir es (hmmmm! Aha!), oder wenn wir etwas in Frage stellen (hmmm, da bin ich mir nicht so sicher!) Im Kroatischen sagt man oft „Mhn“, wenn man Anderen zustimmt: „Mhn, das sehe ich auch so“. Rudolf Steiner spricht darüber im dritten Vortrag des Laut-Eurythmie-Kurses (GA 279). So gesehen, ist es sinnvoll, dass er den Laut „M“ mit Übereinstimmung in Zusammenhang bringt. Wir hören den Laut „M“ oft in Wörtern mit angenehmen Assoziationen wie Marmelade, Makkaroni, maestoso oder Maestro, aber auch in mehr kognitiven Begriffen wie Missgunst, Misanthrop, Misstrauen, etc.

Auch wenn es in der Evolutionsreihe erst an zweiter Stelle kommt (nach dem „B“), erlebe ich das „M“ als einen singenden Laut, einen Laut, den man summen kann, und das hängt mit seinem inneren Wesen zusammen. Es ist daher nicht verwunderlich, dass wir ihn in fast allen Sprachen für den Menschen benutzen, mit dem wir am tiefsten verbunden sind: der Mutter (madre, mother, majka etc.).

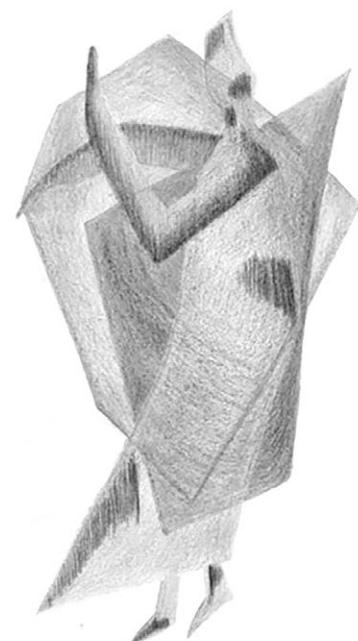
Am meisten fasziniert mich der Zusammenhang des Lautes „M“ mit dem Sternbild des Wassermannes, das der Hierarchie der Engel zugeordnet ist. Die eurythmische Wassermann-Gebärde hilft mir, mich noch intensiver mit der Qualität des „M“ zu verbinden, die Denken, Fühlen und Wollen ins Gleichgewicht bringt, in einer Imagination von strömendem, reinem, lebendigem Wasser (metamorphosierte und geläuterte ätherische Kräfte), als Bild des höheren Selbst.

Seit 2012 arbeitet das Zagreb Eurythmie Ensemble, dem ich angehöre, an Rudolf Steiners Grundsteinspruch. Bei dieser Arbeit hat mich besonders berührt, dass Rudolf Steiner für den Nachtakt (nach der dritten Strophe) die Lautfolge „I-M-A“ gab („A-M-I“ für die mittlere Position), wobei das „I“ den Willen durchdringt (Stoffwechsel-Gliedmaßen-System), das „M“ die Gefühle harmonisiert (Rhythmisches System), und das „A“ nach oben ins Denken strömt (Nerven-Sinnes-System). Die Tatsache, dass der Laut „M“ im Herz-Lungen-Bereich geformt wird – als der Laut, der Gleichgewicht und Ruhe bringt, durch die unser innerstes Wesen leuchten kann – betont die Sinnhaftigkeit und Bedeutung des „M“-Wesens für die heutige Zeit und in Zukunft.

Mario Čuletić



Geboren 1977; Eurythmiestudium 2001–2005 in Zagreb, Kroatien, unter der Mentorierung von Isolda Sagrestano, Eurythmeum Stuttgart. Mitglied des Zagreb Eurythmie Ensembles seit 2005; Eurythmielehrer an Waldorfschulen in Ljubljana und Savinja, Slowenien. Seit 2011 Leiter des Verbandes Stoimena (Entwicklung und Förderung der Eurythmie); seit 2011 stellvertretender Vorsitzender der Anthroposophischen Gesellschaft in Kroatien; seit 2013 Dozent an der Eurythmieausbildung in Zagreb. mario.culetic@gmail.com



Zeichnung Marta Stemberger

Aus dem Englischen übersetzt von Margot M. Saar

Über die Zukunftsträchtigkeit der Eurythmie

Maia Karanadze



Geboren und aufgewachsen in Batumi, Georgien

Studium mit Diplomabschluss an der Technischen Universität Georgiens

1995–2005 Eurythmie- und Heileurythmiestudium in Dornach mit anschließenden Fortbildungen und Praktika

Seit 2006 als Eurythmistin und Heileurythmistin tätig an der Waldorfschule Tbilissi, Dozentin in der Eurythmie-Ausbildungsinitiative und am Lehrerseminar in Georgien

Der moderne Mensch wurde auch der rennende Mensch genannt. Der Mensch ist ein Wesen geworden, das immer schneller rennt und rennt, um zu seinem Ziel zu kommen – wie können ein besseres Leben und vor allem immer mehr materiellerer Wohlstand erreicht werden?

Auf der ganzen Welt hat sich aber nun alles schlagartig verändert und ist zu einem gewissen Stillstand gekommen. So verwandelte sich der rennende Mensch binnen einigen Monaten zu einem sitzenden Menschen.

Aus der Waldorfpädagogik kennen wir die Angabe von R. Steiner – die Tempo-steigerung:

[...] von einem raschen Lauf plötzlich in ein straffes Stillstehen überzugehen“^[1]

Angewendet bringt dieses Vorgehen den Menschen zum Aufwachen und zu einem Bewusstwerden. Wenn das Sitzen aber zum Komfort wird, so „versitzt“ sich auch der Ätherleib, und die Folgen davon sind nicht übersehbar.

Unter dem Slogan „Stay Home“, isoliert von der realen Welt und den Menschen, wurde viel hygienisch-immunstärkend geübt. Die Übungen sollten aber mit wahrer Begeisterung vollzogen werden, um mit einem freudigen Mitströmen in einen lebendigen Bewegungsfluss zu kommen.

So begann ich, bewegt von der Erinnerung von L. Maier-Smits:

Auch eine Art von Kiebitzsprung machte Dr. Steiner uns vor, allerdings ohne ein Schlagen in die Kniekehle... Doch er nannte ihn so und machte nur – v –. Aber, wie lang waren diese Längen, wie vergnügt war er und wie elegant seine Bewegungen^[2]

– mein Wohnzimmer mit solchem „Kiebitzsprung“ abzumessen.

Die schöne anmutige Abwechslung von Knospenartigem und Blütenhaften durch meine Aktivität machte mir Freude und hielt mich wach und ebenso bewusst. So kam ich in die harmonische, innerlich bewegende Ruhe hinein.

Wie selbstverständlich begleiteten meine Arme den Rhythmus mit dem Laut „M“, einem Universallaut, den man heute in der Heileurythmie gewiss etlichen Patienten verschreiben könnte. Dieser Laut spricht den Willensmenschen an,

[...] weil tatsächlich der ganze Mensch durch den Stoffwechsel-Gliedmaßenorganismus reguliert werden kann.^[3]

Es entstand ein kleines Contra-Corona-„M“-Programm, das etwa 15 Min. dauerte. Es fing mit einem künstlerischen Ansatz an, ging in das Pädagogische hinüber, dann zum Therapeutischen und rundete sich mit dem Künstlerischen wieder ab. Die Bewegungsdynamik steigerte sich allmählich und verlangsamte sich schnell wiederum.

Kunst (Andante – Allegro)

- Rhythmus (– v –) laufen vor- und rückwärts;
- dazu der Laut „M“ mit den Armen in den Fühlens-, Denkens-, und Willenszonen mit entsprechendem Blick: zuerst einzeln, dann gemischt (Ecce-Homo-Prinzip);
- das große „M“ geführt durch alle Zonen mit dem Blick nach innen.

Pädagogik (Allegro – Presto)

- Rhythmus laufen mit „E“-Beinen, dazu „M“ in Herzhöhe bilden;
- Kiebitz-Sprünge, dazu „M“ in Herzhöhe bilden – vier Beinbewegungen mit

Anmerkungen:

[1] GA 277a

[2] GA 277a

[3] GA 315

einer Armbewegung.

Heileurythmie (Adagio)

- Schaukelbewegung in voller Ruhe, dazu „M“ in der Herzhöhe;
- Heileurythmisches „M“ langsam mit „Kiebitzsritt“ (Berühren der Kniekehle; sich innerlich abfotografieren; sich kurz ausruhen).

Kunst (Andante)

- Rhythmus (– v –) laufen, dazu große „M“-Bewegung.

Wunderbar weist dieser Laut „M“ mit seiner Grundbewegung auf die Begegnung mit dem Zukünftigen, dem Kommenden in der Gegenwart hin. Großartig drückt das georgische Wort für die Zukunft – მომავალი (MOMAWALI) – sogar mit einem doppelten „M“ inhaltlich das Entgegenkommende ebenso in der Gegenwart aus.

Der Kommende erscheint nur, wenn man auf ihn zugeht, um ihn abzuholen und zugleich auch abgeholt zu werden. Ein tiefes und geistiges Bild offenbart sich hier.



Bild aus dem alten Betania-Kloster in Georgien

Der Konsonant M

Sprachberuflich arbeite ich viel mit „M“: hier meine Erfahrungen. Jeder Mensch trägt das „M“ sichtbar in der doppelwelligen Form seiner Oberlippe, ihre Form und Bewegung verraten viel über sein In-der-Welt-Stehen. Ich staune, dass Mem, die „M“-Silbe im Uralphabet, Wasser meint. „M“-Klang als sich fortsetzende Vibration, Schwingung. „M“ als Laut des Eintauchens, des Sich-Einfühlens, der Reinigung, der Katharsis in den Mysterien.^[1] Zur Klangbildung des „M“ sind beide Lippen erforderlich, die sich berühren, mit leichtem Widerstand an- und miteinander in Schwingung kommen. Die Ausatmungsluft jedoch entweicht warm über die Nasenlöcher: Die Luftlautform „M“ führt doppelförmig in vorwärts gelegentlich drehenden Kreisbewegungen nach schräg unten.^[2] Ein weicher, etwas diffus gefühlter Klang durchklingt Nasenraum und Nebenhöhlen, lässt Wangen und Gesicht mitvibrieren und weitert sich in den umgebenden Raum. Habe ich „M“ lang ausatmend gesprochen, erfahre ich die neue Einatmung mit tieferer Frische. Der „M“-Bilddoprozess mit den Lippen ist wie eine Wiederholung oder ein Ab-Bild der primären Klangbildung an den Stimmliippen im Kehlkopf^[3]. Der „M“-Lautklang klingt aber nicht im Kehlkopf. Er braucht jedoch ein Doppeltes: den Luftresonanzboden der Umgebung und den leiblichen Lautresonanzboden. In der Luft klingt „M“ nicht ohne die Grundlage des Lautresonanzbodens im ganzen Körper. Dort ist der Flüssigkeitsorganismus das Medium für die ätherische Kraftgeste des „M“.

Bzgl. dem Meditationssatz zur Sprache^[4] scheint mir dies relevant: «Sprechen ist die Auferstehung des in der Gebärde verschwundenen Menschen». Auch geht es anhand der Sprachübung: ‘hum, ham, häm, him’ darum, dass «...mit einer gewissen Selbstständigkeit der astralische Leib des Menschen den ätherischen ergreift», dass mit dieser Übung «der astralische Leib den Ätherleib abfängt»^[5]. Christa Schneider, Sprachgestalterin (1935–2018), wies mich darauf hin, dass beim Sprechen von: ‘hum, ham, häm, him’ im Kreuzbereich ebenfalls Vibrationen erfühlbar sein sollen, weil da leiblich der Punkt sei, durch den der astrale Wille in die Leibeskonfiguration eingreife. Dieser Wille werde mit dieser Übung ergriffen

Silke Kollewijn



Studium Sprachgestaltung und Schauspiel bei Herbert Heinz Friedrich und am Goetheanum. Weiterbildung in Sprachtherapie. Tätig als Sprachgestalterin, Sprachtherapeutin, Rezitatorin, Schauspielerin. Künstlerisch tätig: Mysteriendramen-Ensemble Basel, Erzähltheater KlangNuss, Sprechchor-Initiative am Goetheanum u.a.

[1] Karl Friedrich Althoff, Material-sammlung über die Kulturepochen an Waldorfschulen, S.29, Selbstverlag 1975

[2] Johanna F. Zinke, 'Luftlautfor-men sichtbar gemacht', Abbildung S.112, Verlag Freies Geistesleben 2001

[3] Silke Kollewijn, 'Das Wesen der Vokale', 'Der primäre Kehlkopf-klang' S.35. Diplomarbeit TS 2003.

[4] Rudolf Steiner, Dramatischer Kurs, GA 282, 2.Vortrag, S.90, Rudolf Steiner Verlag Dornach 1969

[5] Rudolf Steiner, Dramatischer Kurs, GA 282, 17.Vortrag, S.340/341, Rudolf Steiner Verlag Dornach 1969

[6] siehe 4. S.83/83

[7] Rudolf Steiner, Methodik und Wesen der Sprachgestaltung, GA 280, Aus einem Notizbuch, S.99, Rudolf Steiner Verlag Dornach 1975

[8] Werner Barfod, Konsonanten und Vokale, S.34, Sentovision 2014

[9] siehe 7. S. 57

[10] siehe 8.

[11] siehe 7, S. 14

und langsam hörbar, er ist Grundlage für die Gebärden der sechs Sprachoffenbarungen.^[6] Ich erlebe eine große Affinität des „M“ mit dem tastenden Charakter der dritten und dem *Sympathie bekräftigenden* Charakter der fünften Gebärde. Zudem ist „M“: die *Hingabe*,^[7] der weichste Stoßlaut^[8] und als Lippenlaut sprach-künstlerisch mitverantwortlich für den lyrischen Stil.^[9] (Eurythmisch siehe Werner Barfod.)^[10]

Nachstehend beschreibe ich fünf meiner Arbeitsweisen:

1. Durchdringen der Leiblichkeit: „M“ sprechen, sich selbst hören und da hin-einbewegen mit Schritt/Geste, so dass das „M“ 'mich' bewegt (nicht eurythmisch!): der leibliche Resonanzboden für den „M“-Klang bildet sich. Die Höraufmerksamkeit üben: weg vom reflektierenden Sprechen, welches eher tonlich gesanglich klingt, um zu Wille enthaltendem Lautklang zu kommen. Die Kongruenz von Bewegen und Sprechen entdecken. Sich in den Gliedmaßen durchwärmter und umhüllter fühlen.
2. Stimmentfaltung: Die Stimme von Kehle/Nase nach vorne bringen: Die stimmlich bewusst intensiver erzeugten Klangvibrationen durchdringen nun die Luft viel mehr, die Resonanzboden und Klangträger wird.^[11] Seelisches Erleben, Wahrnehmungsoffenheit und Präsenz bzgl. Umkreis wachsen. Der Klang im Nasenraum 'objektiviert' sich, durchlüftet die Nebenhöhlen.
3. Den seelischen Willen im Sprechen ergreifen: das „M“ innerhalb des Ausatmungsstromes «aktiv vorwärts» sprechen. Der seelische Wille lernt, sich ziel- und formorientiert auf dem Luftresonanzboden zu bewegen.
4. Durch zuerst freie Gesten, Handgesten die Stimme b-e-w-e-g-e-n; dann den Sprechwillen mittels der sechs Sprachoffenbarungen grundsätzlich und an Texten differenzieren.
5. „M“ hilft für Lippenschluss und Anbahnung der Nasenatmung, unterstützt die Zwerchfell und Muskeln aktivierende Bauchatmung. Das „M“ glättet die Gesichtshaut und vermeidet Faltenbildung. In meiner Arbeit begeistert mich sehr, wenn Beschriebenes zu greifen beginnt.

Das Christliche Ätherwesen M spricht singend

Bart Jeroen Kool



Studierte Eurythmie in den Niederlanden. Anschließend war er als Eurythmielehrer an verschiedenen Waldorfschulen tätig und Hochschuldozent für Ton-, Laut- und pädagogische Eurythmie an der Hogeschool in Den Haag und Leiden. Dabei betreute er verschiedene

Der Zugang zum Laut „M“ ist seit meiner Studienzeit ein besonderer. Die verbindende Kraft, in andere Substanzen einzutauchen und gleichzeitig diese als Teil von mir selbst zu erleben, hat mich immer tief beeindruckt. Die Angaben von Rudolf Steiner für das „M“ sind vielfältig. Ich will mich in diesem Schreiben hauptsächlich beschäftigen mit dem Thema: der im Gleichgewicht befindliche Mensch als Äther-/Wasser-Mensch^[1] zwischen den Lauten „S“ und „H“ als ahrimanische und luziferische Kräfte, die durch „M“ abgemildert werden.^[2] Und ich möchte diese Angaben in Verbindung setzen mit meinen persönlichen Fragen und meinem Erleben bezüglich des Musikalischen und des zukünftigen Christus-Impulses in dem Laut „M“.

Rudolf Steiner beschreibt das „M“ als „Sich fühlen in Etwas“^[3] und „die fremde Form annehmen“^[4]. Dieses Sich-völlig-Verbinden-Können mit dem Anderen verstehe ich als die Möglichkeit, das Ahrimanische und Luziferische abzumildern, als ein selbstloses Eintauchen/Eins-werden, wodurch das Andere sich umformt. Keine äußere Intervention, sondern eine in ein Gleichgewicht führende Wirksamkeit.

Die Gestaltung des „M“ findet beim Sprechen im Innenraum des menschlichen Körpers statt, nicht durch die Willensbetätigung der Artikulation des Mundes,

sondern durch die Nase als Klangrohr strömt der Laut ins Hörbare, wobei Brust und Kopf einen Resonanz-/Klangkörper bilden, wie ein Musikinstrument. Wale singen auf eine sehr ähnliche Weise im Meer, tief im Wasser singen sie wie ein „M“, ganz eingetaucht in die sie umringende Substanz, das Wasser. In dem Buch *Gespräche mit Tieren 3* vermittelt Verena Staël von Holstein das Wasserwesen Etschewit, das beschreibt, wie die Quallen im Meer, mit ihrem Glockenkörper, die kosmischen Melodien im Physischen sind, und dass die Wale diese Melodien singen.

Im Vortrags- Zyklus *Das Initiaten-Bewusstsein* sagt Rudolf Steiner „Aber gerade das, was ich angedeutet habe, was für die Menschheitsentwicklung ein Höchstes ist, das Herankommen der Gestalt des Christus, ja der lebensvollen, geist-lebensvollen Gestalt des Christus, das ist etwas, was im gewissem Sinne ja wunderbar der Malerei durch die Renaissancemalerei und das was ihr vorangegangen ist, gelungen ist, was aber künftig durch das Musikalische wird gefunden werden müssen.“^[5] Und ein paar Sätze weiter: „Der Christus-Impuls kann im Musikalischen gefunden werden.“

Ich erlebe das „M“ als einen Konsonanten, der tief im Musikalischen lebt und als musikalisch-sprachliches Ätherwesen den Christus-Impuls in sich trägt, als selbstlos eintauchende Liebe in die Dissonanzkräfte der Welt.

Das christliche Ätherwesen „M“ spricht singend, die ahrimanischen und luziferischen Kräfte abmildernd.

In der Musik empfindet man

Das Menschenwesen –

In der Sprache empfindet man

Das Weltwesen

(Rudolf Steiner)^[6]

künstlerische Bühnenprojekte, die international aufgeführt wurden. Bart Jeroen Kool ist Mitbegründer verschiedener Eurythmie-Ensembles, in denen er als Eurythmist, künstlerischer Leiter, Regisseur und Choreograph tätig war und ist. In Soloprogrammen und mit Ensembles war er europaweit in zahlreichen Aufführungen zu sehen. Seit 2015 ist er Dozent im Fachgebiet Eurythmie der Alanus Hochschule und seit 2019 ist er Dekan im Fachbereich Darstellende Kunst.

Anmerkungen:

[1] Eurythmie als sichtbare Sprache, GA 279, 10. Vortrag

[2] Heileurythmiekurs, GA 315, 2. Vortrag

[3] Die Entstehung und Entwicklung der Eurythmie, GA 277a, S. 23

[4] Eurythmie als sichtbare Sprache, GA 279, 2. Vortrag

[5] Das Initiaten-Bewusstsein, GA 243, 11. Vortrag

[6] Eurythmie als sichtbarer Gesang, GA 278; Notizbucheinträgungen

Der Schwingungslaut NG im Sprechgefühl

Das gesundende, bis in das organische Leben des Menschen hineinspielende Sprechen der Sprachlaute ist seit jeher eines der zentralen Themen der heilkünstlerischen Sprachgestaltung. In seinen unerschöpflichen künstlerischen Tieffenschichten beschäftigt es mich in immer wieder neuer Weise. Wir Menschen haben ja ein sehr ausgeprägtes Feingefühl beim Essen. Lippen, Zunge, Zähne und Gaumen sind beim Aufnehmen und Verarbeiten der Speise sehr beteiligt, Kauen und Schlucken, Tasten und Schmecken fast bewusst willentliche Vorgänge. Hingegen beim Bilden, Kneten, Plastizieren der Sprachlaute mit Lippen, Zähnen, Zunge und Gaumen herrscht ein weitgehend unbewusstes Geschehen lassen, eine gewisse Fühllosigkeit vor.

[...] Wie gelangen wir zu einem heilkünstlerisch wirkenden Sprechbewegungsgefühl? Das war immer wieder meine Frage, bis mir der Gaumen-Laut „NG“, den ich als Schwingungs- und Entängstigungslaut bezeichne, einen ganz neuen, beglückenden Weg wies. Gaumenlaute, insbesondere das „NG“, geben uns eine in Sicherheit bewegliche Standfestigkeit. Im „NG“ erfuhr ich sie im Vor- und Zurückschwingen auf den Fußsohlen und auch der quer aufeinander gelegten, leicht mitschwingenden Handflächen. Ich fand zu einem bewussteren Miterleben der Mundluftbewegung beim Intonieren von „NG – NG – NG“.

[...] Nachdem ich den „NG“-Laut auf eine Ausatmung dreimal zum Ertönen gebracht habe, atme ich im Zurückschwingen des ganzen Leibes einmal tief ein

Christa
Slezak-Schindler



geboren 1926 in Kassel, arbeitete nach sprach- und erziehungskünstlerischen Studien am Goetheanum in Dornach (1958 bis 1961) als Sprachgestalterin an der Freien Waldorfschule am Kräherwald in Stuttgart (1962 bis 1985). Ab 1965

zahlreiche Rezitationen, Vorträge und Seminare, sowie Fortbildungskurse für Erzieher, Lehrer und Ärzte. Begründung der Sprachkünstlerischen Therapie. Von 1978 bis 2015 Aus- und Fortbildungskurse in Sprachgestaltung und Sprachkünstlerischer Therapie, ab 1985 in Bad Liebenzell-Unterlengenhardt. Autorin grundlegender Schriften zur künstlerischen Sprachgestaltung in anthroposophisch orientierter Pädagogik und Therapie

Institut für heilkünstlerische Sprachgestaltung

Dieser Text wurde stark gekürzt. Die vollständigen Ausführungen finden Sie in der Sprachkunstkarte Nr. 390 »Sprechgefühl«.

www.haus-der-sprache.org

und, dabei den „NG“-Laut mit herzlich-hellen Lachtonwellen, vom Lippen-Ich-gefühl etwas in Schranken gehalten, zum Erklingen bringend, wieder aus. Das wiederhole ich drei bis viermal hintereinander. „NG“ bewegt den Willen im Menschen. Ein ureigenes, kraftvoll strömendes Bewegungsgefühl stellt sich ein.

Nach dem Sprechen der drei einzelnen NG-Laute setze ich fort mit der Silbe, welche die Vokalreihe „A, E, I, O, U“ in sich aufnimmt: jang, jeng, jing, jong, jung. Als ein verstärktes „I“ trägt uns der Gaumenlaut „J“, innerhalb der Atembewegung sich entfaltend, immer Freude und gesunde Selbstbehauptung zu. Ich lege die Handinnenflächen aneinander, hebe einatmend die Arme in die Höhe und spreche mit leichtem Klatschen von oben herunter, immer bemüht, mit der lachenden Stimme ganz im Laut zu sein und den Ton wie ein Echo aus der Luft zu holen. So vermeide ich den stehenden Ton, der zwar ein langgedehntes Verweilen, jedoch keine lebendig strömende, frei fließende Stimmbewegung zulässt.

Beim Laut „J“ weist Rudolf Steiner darauf hin, dass man ihn mit einem „H“ ansetzen solle. Dieser Hinweis ließ mich den lockernden, seelenwärmenden und – erhellenden Lachton finden. Nun gehe ich mit abgemildertem Lachen, doch stimmlich freier und lautlich größer geworden, zum Lippenlaut „B“ über, mit den Händen hörbare Vokalbrücken in die Luft knetend – bang, beng, bing, bong, bung und zum Zungenlaut „D“, dabei die Fingerkuppen gegenseitig sich berührend – dang, deng, ding, dong, dung. Immer auf das „NG“ zugehend, auf dieses hinzielend, hinsprechend, ja über das „NG“ hinaussprechend und es schwingend loslassend, gelingt es mir, eine neue Substanz von Mut und Gelassenheit zu erzeugen. Nie sollte die Silbenschwingung mit einem „G“ enden, z.B. Schwung oder gar Schwung, was allzu oft passiert. Es lässt das lebendige Schwingen erstarren und wirkt verhärtend auf Leib und Seele. Hingegen sammeln und verstärken sich die Lebenskräfte in einem metallisch schimmernden „eng“ – Sprenge die Enge. [...]

Harmonisierung durch das R

Tamara
Chubarovsky



In Argentinien geboren. Sprachgestalterin, Theaterpädagogin, Waldorflehrerin und Förderlehrerin, seit 24 Jahren in Spanien tätig. Autorin von Büchern über Sprachgestaltung, Märchenerzählen und zahlreichen Kinderreimen.

Das „R“ ist ein Laut, der in der spanischen Sprache große Präsenz hat.

Es kann stark oder weich sein, doch es wird immer an der Zunge gerollt. Es ist ein Zitterlaut, Luftlaut, und bei uns kann diese Luft sowohl ein Sturm, wie auch ein leichter, sanfter Wind sein. Alle Nuancen sind möglich, und durch die Vielfalt der Gestaltungsmöglichkeiten können diese zu einem richtigen Seelentanz werden.

Ich habe einen besonderen Zugang zu diesem Laut, da durch meine Arbeit mit Erwachsenen und Kindern immer besondere, heilende Erfahrungen zustande gekommen sind.

Rudolf Steiner deutete an, dass das „R“ dem Astralleib hilft, sich harmonisch mit dem Körper zu verbinden. Gleichzeitig hilft es zu einer harmonischen Puls-Atem-Beziehung und zur Regulierung des Blutdruckes und der Muskulspannung. „R“, der Laut der Luft, bringt den Atem in Bewegung und auf diese Weise bewegt es Seele und Körper.

Eine meiner Lieblingsübungen ist „Rate mir“, auf spanisch „Rojo mar mírame, por entre ramas, por entre ramas mírame, rojo mar“. Diese Übung prägt Körper und Seele mit einer runden, sanften, leichten wärmenden Qualität. Nach meiner Erfahrung bewegt es besonders seelische Blockaden in der Brustregion. Nicht selten brechen beim Üben von „Rojo mar“ die Leute in Tränen aus; ein befreinendes Weinen, das die Herzen löst.

Ich arbeite an dieser Übung zuerst mit dem ganzen Körper, wie bei einem Tanz, dann nehmen wir die äußeren Bewegungen zurück und es bleibt die innere Regsamkeit erhalten.

Oft nutze ich das „R“ allein in seiner Lautqualität, ohne Sprachübung, um eine neue Gruppe zu harmonisieren. Ich lasse dann die Menschen im ganzen Raum sich bewegen, mit runden dynamischen Bewegungen und Sprüngen. Ich lasse sie das „R“ im Zittern, Vibrieren und im Tasten erleben. Diejenigen, die sich schlapp fühlen, bekommen dadurch gleich einen gesunden Muskel-Tonus und Energie zurück. Die, die verspannt sind, entspannen sich. Das „R“ wirkt ausgleichend und hilft dabei, sich gemeinsam für die anstehende Arbeit vorzubereiten.

Das „R“ hilft meiner Erfahrung nach wunderbar Menschen mit sehr feinen und hohen Stimmen (mit Kopfresonanz). Durch das „R“ konnten sie ihre Stimme auf feine Weise inkarnieren, konnten sich selber spüren und fühlen. Da half besonders unsere Sprachübung „Redlich ratsam“ („Reyes recios“). Doch es half auch „Rate mir“.

Auf der andern Seite können sich Menschen, die ganz in sich gekehrt sind, mit Hilfe des „R“ der Umwelt öffnen. Bei „Rate mir“ geschieht es sanfter, bei „Redlich ratsam“ energievoller. Die folgende Charakterisierung gibt für mich diesem Effekt des „R“ stimmig wieder: „Durch eine bewegte runde Dynamik, energievoll, wutfrei, und mit Freude, verbinde ich mein Herz mit deinem Herzen“.

Bei Kindern, die das „R“ nicht artikulieren konnten, führte die Arbeit mit diesem Laut ebenfalls zu überraschenden Ergebnissen. Ich beobachtete, dass es meistens Kinder waren, die entweder zu starr in ihrem Denken und ihrer Muskulatur waren, oder es waren eben viel zu weiche und brave Kinder. Bei beiden Gruppen führte die Arbeit am „R“ zu einer Harmonisierung. Die Flexibilität im Denken wurde in der ersten Gruppe gestärkt, in der zweiten Gruppe waren es die eigene Präsenz und Ichkraft.

Mit dem „R“ zu arbeiten bedeutet für mich, immer wieder eine Dusche voll angenehmer Freude und Dynamik geschenkt zu bekommen. Ich liebe es!

Leiterin des Intensivkurses für Pädagogische Sprachgestaltung in Spanien. Gastdozentin und Vortragende an zahlreichen Waldorflernerseminaren, Tagungen und in Universitäten in Spanien und Lateinamerika.

www.tamarachubarovsky.com

Das S in der Heileurythmie

Mein Verhältnis zu dem „S“ ist durch viele Stadien gegangen. War ich zunächst auch von der Form und Farbe der Figur wenig angetan, so kann ich jetzt sagen, dass ich die Bewegung als eine der in der Heileurythmie hilfreichsten erlebe. Ich werde mich hier darauf konzentrieren, wie ich die Farben zu der heileurythmischen Bewegung in Beziehung bringe.

Wenn wir das therapeutische „S“ bewegen, sollen wir die Beine mit einbeziehen. Man formt mit den Beinen ein „O“ und hält diese Form fest, während man einen Sprung nach vorne macht. Das ist nicht leicht! Auf diese Art ausgeführt, unterstützt das „S“ die Verdauung und reguliert vor allem die Gasbildung im Darm.^[1]

Rudolf Steiner macht die folgenden Angaben zu den Farben: Grau für Kleid-Bewegung, Braun für Schleier-Gefühl und Schwarz als die dritte Farbe für Charakter oder Muskelspannung. Das scheint auf den ersten Blick für diesen Laut eine dunkle Farbkombination zu sein. Erst als ich versuchte, mit einem grauen Graphitstift, brauner Erde und schwarzer Kohle zu malen, wurden die „S“-Farben für mich lebendig: ich konnte so ihre erdende, unterstützende und wärmende Qualität erleben. Liane Collot d'Herbois schreibt: „Finsternis ist Ausdruck kosmischer Sympathie, die ausströmt, stützt und umfängt, Trägerin von Wärme, Liebe

Ursula Browning



Arbeitete 35 Jahre als Heileurythmistin mit Kindern und Erwachsenen am St. Luke's Medizin- und Therapie-Zentrum in Stroud, UK. Mitverantwortliche der Heileurythmie-Ausbildung in England vom

2004–2018. Aktuell verantwortlich für die Heileurythmie-Ausbildung in Kapstadt; war Gastdozentin und Mentorin an Ausbildungen in diversen Ländern. Unterrichtete Eurythmie in vielen anthroposophischen und medizinischen Ausbildungen.



Anmerkungen:

[1] Rudolf Steiner, Eurythmy Therapy, Rudolf Steiner Press 2009, S. 48

[2] Liane Collot d'Herbois, Light, Darkness and Colour in Painting Therapy, IONA 1988, S. 17

[3] Dr. Margarethe Hauschka, Fundamentals of Artistic Therapy, Rudolf Steiner Press London 1985, S. 53

[4] Rudolf Steiner, Das Wesen der Farben, GA 291, Rudolf Steiner Verlag 1991, Vortrag vom 6. Mai 1921, S. 36

und Schwerkraft – jener Anziehungskraft, die Ausdruck von Sympathie ist.“^[2]

Schauen wir auf den braunen Schleier, so sehen wir spitze Formen. Sie erinnern an ein keltisches Kreuz, das wir auch das Kreuz des Lebens nennen können. Wenn ich diesen braunen, gekreuzten Schleier um mich bewege, spüre ich eine Wärme, die mich mit der Erde verbindet, die aber auch in mir ihren Mittelpunkt hat. Margarethe Hauschka wies darauf hin, dass man in der Therapie Braun für Menschen benutzen kann, die den Boden unter den Füßen verloren haben.^[3]

Die Verteilung der schwarzen Muskelspannung wechselt von rechts nach links, mit Ausnahme der Arme, die beide schwarz sind. Wenn ich diesem Weg folge, von der Oberseite des Kopfes rechts hin zum linken Fuß, kann ich erleben, wie ich mich selbst innerlich zusammenhalte und die Mittellinie überschreite, was auch eine zentrierende Wirkung hat. Das Schwarz wirkt fast so, dass ich mich nicht mehr bewegen will. In dem Vortrag „Das Farberlebnis – Die vier Bildfarben“ sagt Rudolf Steiner über das Schwarz: „Den Geist können Sie in das Schwarz hineinbringen. Aber es ist das Einzige, was in das Schwarz hineingebracht werden kann.“^[4] Ich frage mich, ob wir diesen Geist beim Ausführen des „S“ erleben können?

Mit dem Grau als Bewegungsfarbe kommen wir überall hin, wie grauer Nebel, der durch die kleinsten Ritze dringen kann. Das hilft uns beim Sprung nach vorne.

Das „S“ ist für viele PatientInnen nicht leicht zu erlernen. Damit es kräftig ausgeführt werden kann, aber dennoch atmet, gebe ich manchmal das Bild eines goldenen Adlers (braune Farbe), der über den schottischen Hügeln (graue Farbe) kreist und an seinem Ziel, auf dem Felsen, landet (auf Schwarz konzentrieren).

Ich sehe im „S“, mit diesen drei Farben und der klaren, aber gerundeten, schlängenförmigen Bewegung, ein Bild des Todes, aber auch der Auferstehung als Heilungsprozess. Die Verdauung muss in der Lage sein, durch einen Nullpunkt zu gehen, um neue Substanzen für den Aufbau des Leibes zu schaffen. Das „S“ kann bei diesem Prozess helfen, die Luft zu regulieren.

Im Bild sehe ich den Heilungsprozess in der Pause nach der Arbeit mit dem „S“ als den aus der Asche aufsteigenden Phönix (grau, braun, schwarz).



Aus dem Englischen übersetzt von
Margot M. Saar

Der Laut T: Vom Mitleid zur Freiheit von der tierischen Gebundenheit zum geistigen König durch Anteilnahme und Führung

Tao, „T“. Sie wissen vielleicht, dass man dem Tao, T, eine Ehrfurcht entgegenbringt, wenn man versteht, was darinnen lebt. Dieses Tao, T, ist eigentlich das, unter dem man sich vorzustellen hat, dass es darstellt das Gewichtige, sogar das Schöpferische, dasjenige, was auch deutend strahlt, aber im Besonderen vom Himmel auf die Erde strahlt. Es ist das wichtige Strahlen. Sagen wir also, dieses „T“ bedeutsam – von oben nach unten strahlen. (Rudolf Steiner – Eurythmie als sichtbare Sprache GA 279)

In einem Seminar für Schauspieler mit Flavia Montello wurden die Teilnehmer*innen aufgefordert, sich aus einem der von ihnen gespielten Theaterstücke einen Monolog auszusuchen, der ihnen vertraut war. Dann sollte dieser neu in der Atmosphäre eines Konsonanten bearbeitet werden.

Für den von mir ausgewählten Text, vor allem für dessen Endmonolog, habe ich als Charakteristik seines Grundcharakters den Laut „T“ gewählt.

Den Laut „T“ erlebe ich wie ein inneres Sprungbrett.

Lautsprachlich tief auf und in die Erde tretend, ihren festen und starken Widerstand fühlend, werde ich „hochgehoben“ im Nachklang des Lautes – erzeuge so eine Aufrichtekraft, welche mir die Verbindung mit dem Himmel ermöglicht – ohne dabei den Bodenkontakt in mir zu verlieren.

Ich werde durch das „T“ zum Kanal, all das aufzunehmen, was vom Himmel auf die Erde strahlt.

Aus Dalet: „T“ = Minderung der persönlichen Wünsche durch das Transzendentale. Das Tor, die Schwellen die man überschreiten muss.

Aus Nun: „T“ = Selbsterkenntnis, Bedeutung: Königtum, Erbschaft des Thrones. (Sefer Letziráh, Ione Szalay – „Libro de la formación“)

Ich wählte das Stück „Der König stirbt“ von Ionesco und daraus den Endmonolog der Margarita, eine der zwei Königinnen des Königs.

Mit Maria, der anderen Königin, vertreibt der König sich seine Zeit mit Vergnügungen, Festen, Reisen, sodass sein Königreich immer mehr dem Verfall ausgeliefert wird. Symbolisch stehen der König, Maria und Margarita für Seelenanteile in uns allen.

Margarita strebt beständig danach, den König an seine Pflichten zu gemahnen, damit sich sein Schicksal als König erfüllen kann. Doch der König will dieses Kreuz, dieses Schicksal nicht tragen und sein Reich verfällt wie sein Körper, den eine Krankheit immer mehr schwächt – bis es zum Sterben kommt.

Margarita weiß, dass der König stirbt und sie sieht es als ihre Aufgabe an, ihn auf das Überschreiten der Schwelle vorzubereiten. All ihre Empfindungen, Worte und Handlungen sind ganz und ausschließlich auf dieses Ziel ausgerichtet.

Der Weg der Verdunkelung ist ein Leidensweg und aus dem tiefsten Verstehen geht ein Mitleiden hervor. [...] Der freieste Mensch ist der, welcher die Gedanken, die Gefühle, den Willen des anderen so völlig mitdenken kann, als wären sie die eigenen, d.h. aber, von innen [...] Wird das Herz ‘mitleidig’ ohne Sentimentalität, dann entwickelt es ein Gefühlsverständnis. (Friedrich Benesch – „Die zwölf Edelsteine, kosmischer Schmuck des himmlischen Jerusalem“.)

Renate Castro



Sprachgestaltungsausbildung mit Gertrudis Löchner und Flavia Montello.

Seit 1991 Dozentin in Ausbildungen (Lehrerseminar, Heilpädagogik, Eurythmie) und Sprachgestaltungskursen in Chile, Peru, Kolumbien und Argentinien. Teilnahme und Leitung bei Sprechchören; Rezitation für die Eurythmie (Aufführungen in England, Schweiz, Brasilien, Argentinien) und Teilnahme an der Theatergruppe der Christengemeinschaft (Aufführungen in Peru und Argentinien).

2004 öffentliche Aufführung unter Leitung von Flavia Montello, daraufhin Zertifikat als Sprachgestalterin am Goetheanum.

War meine damalige Auswahl des Lautes „T“ völlig intuitiv, bin ich durch die Beschäftigung mit ihm mittlerweile davon überzeugt, dass ich den richtigen Lautcharakter für Margarita gefunden hatte.

Erst durch die Durchdringung mit dem Lautcharakter „T“ wird mir verständlich, wie und warum Margarita jeden Schritt, jedes Wort bemisst, um ihr Ziel, den Einschlag des Geistigen in der Sterbestunde zu ermöglichen.

Unter diesem Einfluss gewinnen ihre Worte die Autorität und Wahrhaftigkeit, die den König veranlassen, ihr zu vertrauen, ihr zu folgen.

Er wird bereit, sich auf sie einzulassen. Ohne Worte, Schritt für Schritt folgt der König ihr (auf der Bühne) und so befreit er sich von der Erdenschwere, von der Angst vor dem Sterben und wagt es Stück für Stück, Schritt für Schritt seinen Körper zu verlassen.

Margarita: „Ja, so ist es richtig, schreite lebhaft... Hebe einen Fuß... den anderen. Recht und aufrichtig. Bücke dich nicht ... aber hauptsächlich: Falle nicht. Rauf, rauf. Höher, noch höher.“

Im hebräischen Alphabet, der Kabbala, wird Tao, „T“ beschrieben als:

Das Vertrauen in Gott, welches uns erlaubt, die transzendentale Wirklichkeit zu verstehen.

Sein Zeichen ist ein Kreuz, Siegel, Abdruck. So wird Tao immer mit einem Kreuz verbunden sein.

Auch in unserem griechischen Alphabet schreibt sich das „T“ wie ein Kreuz.

Margaritas Mitfühlen ist für den König das „Sprungbrett“, sie stellt ihn auf seine Beine, damit er allein den Aufstieg aus dem Körper schafft – um seinen „Königsthron“ nun vollständig und gereift dafür wieder in Besitz zu nehmen. Er braucht dafür den geistigen Einschlag des „T“, für den Margarita ihn vorbereitet hat.

Im menschlichen Organismus entspricht so ein geistiger Einschlag, wie er im „T“ zum Ausdruck kommt, immer einer Handlung des menschlichen Ichs, die katabolisch ist: von oben nach unten.

(Otto Wolff und Husemann – „Das Bild des Menschen als Grundlage der Heilkunst“ Band III)

Margarita: „Na, siehst du, so ist es: Du hast keine Worte mehr, dein Herz braucht nicht mehr zu schlagen, atmen ist nicht mehr nötig. Das war doch eine unnötige Anstrengung, nicht wahr? Du kannst dich setzen.“

Das „T“ ist der Buchstabe, der uns aus dem Tierkreis den Löwen schenkt.

Der Löwe ist eben ganz Brustorgan. Er ist wirklich das Tier, welches in seiner äußereren Gestalt, in seiner Lebensweise das rhythmische System ganz zum Ausdruck bringt. So dass wir wirklich sagen müssen: Wenn wir am Menschen etwas suchen, was dem Löwen am ähnlichsten ist, so ist es die menschliche Brustgegend, da, wo die Rhythmen sich begegnen, die Rhythmen der Zirkulation und der Atmung (Rudolf Steiner – Eurythmie als sichtbare Sprache GA 279).

Die Zirkulation, die Atmung hat Margarita durch ihr tiefstes Mitempfinden für ihren König regulieren und steuern können, so dass er ohne Furcht und von Angst befreit den Abschied von seinem Erdleben nehmen kann.

Der Einschlag des Geistigen in das Physische, das „T“, ist vollendet.

Margaritas Mitfühlen weiß genau, was sie machen, wie sie den König führen muss – damit er am Ende frei seinen Thron erreichen kann – befreit von der Last des Körpers und der Erde.

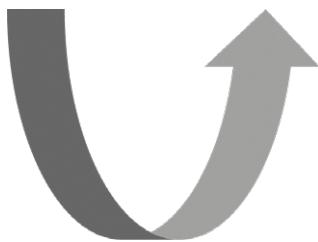
<i>„¡Sí, cada vez más vivo más profundo y más alto, más enredadas las raíces y más sueltas las alas! ¡Libertad de lo bien arraigado! ¡Seguridad del infinito vuelo!</i>	<i>Ja, immer mehr lebe ich tiefer und höher Meine Wurzeln immer mehr verwickelt und losgelöst die Flügel! Freiheit des gut Verwurzelten! Sicherheit des unendlichen Fluges!“</i>
---	--

Juan Ramón Jimenez

U – der Weg zum Ur-Grund

Der Laut «U» birgt einige Geheimnisse und Entdeckungen. In der Beschäftigung mit dem Laut, im Sprechen und Nachsinnen kann die enge Verbindung des Wesens des Lautes mit der Schreibweise in der deutschen Sprache auffallen.

Es ist ein Wende-Laut.



Aus der eurythmischen Geste könnte man ein gera des, klar definiertes, lineares Erleben, gepaart mit einer gewissen Sehnsucht (offenes Ende) erwarten.

So hatte ich viele Jahre geübt und das Ergebnis war dann recht eindeutig und unaufgeregt. Aber nach einiger Zeit, konnte ich bemerken, dass es noch eine andere Erlebensebene in diesem Laut geben kann. Diese möchte ich hier beschreiben:

Im Anfang des Hineinfühlens in den Laut hatte ich einen tendenziell fallenden, Schichten-durchdringenden, enger werdenden Raum empfunden. Es geht tief, sehr tief und empfindungsmäßig können damit Ängste und ein Unruhegefühl einhergehen. Dies war nicht immer leicht auszuhalten und oft habe ich dann die «U»-Übung abgebrochen.

Je näher ich dem Umkehrpunkt kam und in der Aktivität blieb, desto eindeutiger und klarer wurde meine Empfindung: Ich bewege mich im Laut auf ein Nadelöhr zu.

Wenn ich mich der einengenden Angst gestellt, sie durchdrungen und ausgehalten habe, kam eine Art von «Wendepunkt». Diesen könnte ich so in Worte fassen, dass der Innenraum sich im weiteren Durchströmen aufhellt, lichtet und eine ruhige Art von Erfülltsein sich bemerkbar macht – wie wenn von der anderen Seite her ein Lichtstrahl helfend entgegenkommt. Diese Ruhe im Aufsteigenden, weiter werdenden Raum ist das Gefühl, das wohl viele mit dem Laut verbinden und das auch auf den Körper zurückwirkt. Ich bemerke eine verlängernde Wirkung des Ausatemstromes durch die Visualisierung des Lichtstrahles.

Wichtig erscheint mir, meine Aufmerksamkeit darauf zu legen, im Atem zu bleiben und nicht zu früh – unter Abkürzung des Wendepunktes – in eine Ruhe zu gelangen, ohne die Tiefen mit ihren eher unangenehmen Empfindungen durchmessen zu haben.

Ich meine, wenn diese Erfahrung gemacht werden kann, ermöglicht der Laut von seinem Wesen her ein inneres Anschauen und Durchleben der tiefsten Seelenregionen und ermöglicht der menschlichen Seele zum Grunde vorzudringen.

Daher sind auch viele deutsche Worte mit der Vorsilbe «Ur-» eine Möglichkeit den Laut zu erfahren:

Urgrund
Ursprung
Ur-Natur

In diesem Sinne möchte ich alle ermutigen, den Weg zum Ur-Grund als Bereicherung des sprechenden Übens zu erleben.

Barbara E.
Hellermann



Geb. 1962, Studium der Geologie/Mineralogie, Sprachgestaltung an der Dora-Gutbrod-Schule, dipl. Kommunikations- und Präsentationstrainerin, tätig an der ETH Zürich und als freie Rezitatorin und Sprechtrainerin/Coach.

Einige Gedanken zum griechischen V

Ingrid Hermansen



Dänin, ursprünglich Heilpädagogin. Eurythmieausbildung Ringwood-Botton, GB, und Heileurythmieausbildung am Goetheanum. 1999–2011 als Therapeutin in der Arztpraxis des Camphill in Aberdeen und seitdem Heileurythmistin und Koordinatorin an der Kairos Rehabilitation Trust, einer Schmerzklinik im Südosten von London.

Ingrid.hermansen@medsektion-ikam.org

Anmerkungen:

[1] Der Heileurythmiekurs beginnt mit zwei inkarnationsunterstützenden Übungen, bei denen die Arme ein „A“ formen, während die Beine gleichzeitig ein „U“ ausführen.

[2] Rudolf Steiner, Das Initiaten-Bewusstsein. Die wahren und falschen Wege der geistigen Forschung, GA 243, dritter Vortrag.

[3] GA 317, 11. Vortrag, der Hinweis bezieht sich auf ein anderes Kind.

Aus dem Englischen übersetzt von Margot M. Saar

Das englische „V“ klingt wie der deutsche „W“-Laut. Sein Ursprung liegt im Sternbild des Widders. Es hat eine wogende, schützende, schwebende Gebärde. Das Altgriechische „VAU“ ist mit dem „F“ verwandt und geht auf das Sternbild Krebs zurück. Wir kennen es vom „EVOE“, wo seine Andachts-Qualität auf eine enge Verbindung mit der geistigen Welt hindeutet, der wir entstammen. Mein Deutsch ist nicht gut genug, um den Unterschied zwischen den deutschen Lauten „V“ und „F“ zu hören, aber vielleicht ist das auch nicht so wichtig. Sehr spannend und wichtig ist dagegen Rudolf Steiners Hinweis, dass beim therapeutischen Einsatz das „V“ wie ein „F“ auszuführen ist (GA 315, 4. Vortrag).

In dem vorhergehenden Vortrag teilt Steiner die Konsonanten nach verschiedenen Merkmalen ein. Eines dieser Merkmale ist, ob dem Konsonanten ein Vokal vorhergeht oder nachfolgt. Das, so Steiner, bringt zum Ausdruck, ob man die Außenwelt („Vau“) oder eher ihre innere Resonanz („eF“) nachahmt. Die Laute, die im Krebs wurzeln, können beides!

Das „V“ erscheint selten in therapeutischen Reihen, aber es steht am Anfang der sogenannten „Schutzreihe“, „VBPST“. Im Heilpädagogischen Kurs (GA 317, 5. Vortrag) empfiehlt Rudolf Steiner, ein Kind mit Neigung zu Zwangsvorstellungen zu behandeln, indem man die fixen Ideen ‚wegflüstert‘. Die Therapeutin S. M. Wiedemann soll diese Empfehlung so aufgefasst haben, dass auch die Laute des geraunten Satzes „Die Uhr vergiss“ therapeutisch anzuwenden seien.

Wenn man das „Vau“ so ausführt, dass man dabei auf die Zehenspitzen springt, langsam die Fersen senkt und die Gebärde erst loslässt, wenn man wieder zur Mitte zurückgekehrt ist, dann klingt das „AU“ leise in den Füßen und in der Gestalt nach. Die Gebärde bildet einen feinen, gewebeartigen Schutz über den ganzen Rücken, von dem der vordere Raum noch unberührt bleibt. Das „AU“ wird nicht explizit für die Heileurythmie gegeben^[1], aber es ist der Laut, der mit der Sonne und unserem gegenwärtigen Herzbewusstsein zusammenhängt^[2]. In der Heileurythmie versuchen wir meist, diesen Herzensanker zu stärken. Ein Patient verglich die „V“-Übung mit der embryonalen Entwicklung. Ich habe das so verstanden, dass das „V“ eine Hülle rund um das entstehende „AU“ aufbaut. Beim Anschauen des „VAU“ kommen kleine Kinder zur Ruhe, als würden sie wieder zu Hause ankommen. In der Schutzreihe wird die Hüllenbildung dann im „B“ und „P“ verstärkt, bevor Seele und Geist im „S“, „T“ wieder eine Anregung erfahren.

Für das „F“ gibt Steiner den Satz „Wisse dass ich weiß“. Erkenntnis kann ein schmerzhafter Prozess sein, wenn das Erkannte angsterregend oder erschreckend ist. Das Gewusste kann nicht mehr vergessen und verinnerlicht werden. Von dem erwähnten, zu Zwangsvorstellungen neigenden Kind heißt es, dass die überforderten oberen Wesensglieder Eindrücke aufgrund einer Stoffwechsel-schwäche nicht absorbieren konnten. Die Eindrücke verhärten sich und wirken störend auf das Bewusstsein. Posttraumatische Belastungen werden von Erlebnissen ausgelöst, denen wohl kaum ein Stoffwechsel gewachsen ist, und sie wirken daher quälend auf das Bewusstsein. Das „V“ hat sich beim Verarbeiten solcher Erlebnisse als sehr wertvoll erwiesen. Es sorgt dafür, dass das Gewusste ‚draußen‘ bleibt, bis es mit dem „R“ in einen geschmeidigeren Zustand versetzt und mit dem „G“ dahin geführt wird, wo es hingehört; und dann ist das „S“ [...] dazu da, um den Astralleib in eine starke, lebendige Tätigkeit zu versetzen, aber doch so, dass er an sich hält, und dazu ist dann das „U“.^[3] Eine Patientin, deren Mann nach langer, schwerer Krankheit starb und die kurz danach ihren Sohn durch einen Unfall verlor, war durch diese Erlebnisse wie in eine Schockstarre versetzt. Nachdem sie heileurythmisch das „V“ geübt hatte, berichtete sie, dass sie die im ganzen Haus verteilten Fotos ihres Mannes und ihres Sohnes entfernte

und nur noch je eines in ihrem Schlafzimmer behielt. Hatte sie etwas verinnerlicht?

Der Laut, der aus dem „Ereignis“ geboren wurde

Der Laut „W“ hatte für mich immer etwas Besonderes, und etwas Besonderes war er ja schon ganz am Anfang bei der Entstehung der Eurythmie. Alle Laute hatte Rudolf Steiner gegeben, jedoch das „W“ fehlte. Als Eurythmistinnen zu ihm gingen mit der Bitte, das „W“ zu bekommen, weil es doch so häufig gebraucht würde, antwortete Dr. Steiner: „Aber ich habe es noch nicht.“ Es war also nicht so, dass der Eingeweihte mal eben in die geistige Welt schaute und schon hatte er den Laut, sondern es bedurfte offensichtlich auch eines Forschungsprozesses.

Abgesehen davon, dass das „W“ der Laut ist, der aus der Tierkreiskraft geboren wird, die auch meinem Sternzeichen entspricht, empfand ich immer das Besondere dieses Lautes darin – jedenfalls in seiner klassischen Form, wie sie in Rudolf Steiners Zeichnung gegeben wird –, dass er die ganze Gestalt ätherisch durchwelt und umwelt. Bei keinem zweiten Laut zeichnete Rudolf Steiner die Schleierbewegung über den Kopf hinweg und die gesamte Gestalt durchweltend. An dieser über den Kopf gehenden Schleierbewegung empfinde ich besonders die Kraft des „Erkenne dich selbst“. Dass man mit dem Laut „W“ vielleicht mehr als bei anderen Konsonanten auch eine seelische Empfindung haben kann, mag damit zusammenhängen, dass es sich beim „W“ um einen Halbkonsonanten oder um einen Halbvokal handelt, denn dieser Laut kommt ja aus dem doppelten „UU“, dass wir noch aus dem Englischen als „double u“ kennen.

Als besonders schön und überzeugend habe ich auch immer erlebt, dass die Lautbewegung des „W“ so natürlich aus der Widder-Gebärde, der zum Kopf weisenden Geste, entsteht und aus dieser heraus sich über den Kopf zieht, um dann in die parallel zueinander stehenden Arme hineinzuwollen, die sich innerhalb einer Art „U-Gebärde“ nacheinander auf- und abbewegen, was an der Schlussstellung der Hände zu sehen ist. Zur Verdeutlichung dieser Tatsache hat Rudolf Steiner eine Art Stola, ein „U“ andeutend, vor die Gestalt gezeichnet. All diese Charakteristika können aber mehr oder weniger nur erlebt werden, wenn die „W-Gebärde“ wirklich aus der Widder-Geste entsteht und nicht – wie so oft – aus einer Art „R-Ansatz“ mit weit ausholenden Armen. Die Lautgebärde „W“ erlebe ich als die ätherische Bewegung schlechthin, als ein Durchwellen des ganzen Menschen. Als Bild kommt mir dazu das Streichen mit den Fingerspitzen über eine glatte Wasserfläche. Das Wasser kommt in zarte, wellenartige Bewegung, wie wir es sonst nur annähernd in griechischen Gewändern wiederentdecken können, die ja auch meistens keine äußerlich konkrete Kleidung darstellen. Kein Material kann in der Realität so reagieren, wie es idealisiert in Gewändern dargestellt worden ist. Auch der Eurythmieschleier kann ja nur andeuten, welche strömenden Lebenskräfte Sprache und Musik um die menschliche Gestalt herum erzeugen.

Heinz Schimmel



hat an der Schule für Eurythmische Art und Kunst in Berlin studiert, zu der Zeit, als eine der Ur-Eurythmistinnen, Helene Reisinger, die Ausbildung noch leitete. Nach siebenjähriger Tätigkeit als Lehrer an der Freien Waldorfschule Maschsee gründete er die Eurythmieschule Hannover und später das MeRz Theater als eine an die Ausbildung angeschlossene Spielstätte für Eurythmie, Kleinkunst und Schauspiel. Heinz Schimmel gehört zu den Dozenten der Ausbildungsstätte und leitet das MeRz Theater.

Buchveröffentlichungen:

„In Bewegung. Erinnerungen und Betrachtungen“, „Tanz der Seelen“, Flensburger Hefte Verlag

Drei Gedichtbände: „Der Tanz im Wandel der Zeiten und die neue Kunst der Eurythmie“, Lohengrin-Verlag

Die fünf Vokale: ein Erlebnisweg

Axel Rodrigué



Geboren in Buenos Aires, 1965. Waldorfschule. Unterricht in Vio- line seit dem 8. Lebensjahr. Eurythmiestudium ab 1992 am Perceval Art Center in Buenos Aires. Diplom durch die Akademie für Eurythmische Kunst, Baselland. Therapeut und Workshop-Dozent, insbesondere für Suchtkranke 1994–2000. Eurythmielehrer 1997–2012. Gründungsmitglied der Prometheus Eurythmiegruppe, mit Aufführungen für Kinder und Erwachsene in Buenos Aires, Cordoba (Argentinien) sowie Europa. Gründer und Dozent an der Eurythmieausbildung Buenos Aires, 2009–2016. Leiter der Eurythmieausbildung Argentinien (Quilmes) seit 2017.

Der hier dargestellte Weg zum Erleben der Vokale ist natürlich nicht der einzige mögliche. Auch glaube ich nicht, dass es möglich ist, das Wesen eines Sprachlautes vollkommen zu erfassen. Es handelt sich um einen möglichen Weg, das Wesen dieser Laute zu erleben.

Wir beginnen im Stehen und rufen uns eine Welterscheinung vor Augen, die Erstaunen oder Bewunderung in uns weckt. Es kann etwas Erschütterndes sein oder auch einfach eine Tatsache. Wir rufen in uns die Fähigkeit wach zu staunen, die Möglichkeit, uns über die Welt da draußen zu wundern, und wir tauchen in dieses Erleben ein, so dass das „A“ erscheinen kann, während wir gleichzeitig einen Schritt nach hinten machen. Wir bringen das Erleben der Seele, die sich selbstvergessend in die Welt verliert, mit der Gebärde und mit dem „A“ zusammen, bis wir das Gefühl haben, loslassen zu müssen. Dann lösen wir die Gebärde von der Mitte des Rückens ausgehend. Wir lassen die Arme los und sie werden von der Luft im Raum in einer Seelenleere, einer Seelenstille gehalten. Aus dieser Stille heraus versuchen wir, an unserer Selbstwahrnehmung festzuhalten, an dem Erleben unseres eigenen Seins. Aus dieser neuen Erfahrung heraus wird die „E“-Gebärde geboren. Wir vergessen die Welt um uns und nehmen uns selbst wahr. Wir tun das stehend, ohne irgendwelche Schritte. Diese erste Übung kann so oft wiederholt werden, bis man das Erleben der „A“- und „E“-Gebärden und des „Loslassens“ gemeistert hat. Dann lenken wir unsere Aufmerksamkeit auf die Welt, wo das Staunen ausgelöst wird, aber dieses Mal treten wir, die im „E“-Erleben errungene Selbstwahrnehmung mit uns tragend, in die Welt hinaus und aus diesem Erleben heraus kann die „I“-Gebärde erscheinen. Wir machen drei verschlossene Schritte nach vorne und tragen dabei unsere Selbstwahrnehmung in die Welt hinaus. Wir lassen dieses Erleben wachsen bis zu einem Höhepunkt, wo wir das Bedürfnis verspüren, zu unserem Wesen zurückzukehren, aber dieses Mal tun wir es so, dass wir das aus dem Staunen (dem „A“-Erleben) Gelernte mitnehmen: Daraus ersteht dann die „O“-Gebärde, bei der wir drei Schritte nach hinten machen. Im „I“ (* 1) trete ich, mich selbst wahrnehmend, in die Welt des Staunens hinaus. Im „O“ (* 2) kehre ich, das Staunen in mir tragend, in die innere Seelenwelt zurück. Diese zweite Übung kann mit der ersten zusammen wiederholt werden, bis in der Seele das Bedürfnis erwacht, die beiden Erfahrungen – die aus dem „I“ (* 1) und die aus dem „O“ (* 2) hervorgehende – zusammenzubringen. Beide Erfahrungen leben gleichzeitig in der „U“-Gebärde. Wir gehen dabei einen Schritt nach vorne und einen Schritt zurück und wiederholen dieses Vor und Zurück mehrmals. Gleichzeitig bewegen wir uns in diesen beiden Erlebnissen als Synthese der vier vorhergehenden Vokale: Ich erwache in der Welt und das Erleben der Welt erwacht in mir.



„A“ – Die in der Welt verlorene Seele vergisst sich selbst.

„E“ – Wir vergessen die Welt um uns und nehmen uns selbst wahr.

„I“ – Ich trete staunend, aber mich selbst wahrnehmend, in die Welt hinaus.

„O“ – Ich kehre in die innere Seelenwelt zurück, trage aber das Erleben des Staunens mit mir.

„U“ – Ich erwache in der Welt und das Erleben der Welt erwacht in mir.

Aus dem Englischen übersetzt von
Margot M. Saar

Das Farb-IAO in der Therapie

Eine besondere Beziehung habe ich in den letzten drei Jahren zu dem Farb-„IAO“ aufgebaut. Mich inspiriert die Verbindung aus Farb- und Lautqualitäten. Steiner komponierte dieses „IAO“ mit einer Atemübung als körperbezogene Morgenmeditation. Für mittags und abends regte er zwei reine Meditationen an^[1].

Ich sehe vor mir eine weiße Wand.

Darauf schreibe ich: „I“ an der Gestalt

Ich bin

Ich trete auf eine blaue Fläche.

Rechter Fuß: **Ich drücke den Boden** „A“ rechter Fuß nach außen

Linker Fuß: **Der Boden hält mich** linker Fuß nach außen

Ich bin von dem rotgelben Firmament umschlossen:

Das Firmament umkreist mich

und wärmt mich

„O“ in Herzhöhe mit den Armen

Ich atme ein I an der Gestalt - einatmen

Ich halte den Atem in mir A die Füße nach außen stellen – Atem anhalten

Ich atme aus O in Herzhöhe mit den Armen – ausatmen

(Kursivsetzungen: Meine Ausführungsangaben Patient*Innen gegenüber)

Rudolf Steiner sagt zu dieser Übung nichts. Sie wurde am Klinisch-Therapeutischen Institut einem Arzt für seine Tochter, die an Multipler Sklerose litt, übergeben. Über den weiteren Verlauf ist nichts bekannt^[2]. Der Aufbau der Atemübung schließt an Angaben Steiners im Rahmen der Esoterischen Stunden an^[3], wodurch sich weiterführende Hinweise ergeben. „Ich bin“ benennt Steiner für das „I“ an der Gestalt“ und beschreibt im Weiteren die Konzentration auf Einatmung, Atem anhalten und Ausatmung, sowohl auf die bewegte Luft in, im und aus dem Leib heraus, als auch auf die Tätigkeit selber als „IAO“. Steiner gab übrigens einer Vielzahl von Patienten Meditationen mit Farbbezug und unterschiedlichste Angaben zu den Farben und deren Qualitäten^[4]. „In der Farbe leben: Von der Farbe nur die Vorstellung im Organismus verbreiten. Von der vorgestellten Farbe das Gefühl. Von dem Gefühl der vorgestellten Farbe: Trieb.“ So steht es in einer Notizbuchaufzeichnung^[5] und wird so für mich Grundlage der heileurythmischen Intervention. Letztlich ist es auch schön, keine konkrete Angabe zu haben, sondern im Kontext und Bezug zu diesen und anderen Angaben die Übung im Therapeutischen zu entwickeln.

Die Reihe ist für mich ein nahezu täglicher Begleiter in der Praxis geworden. Nachdem ich sie anfangs nur bei MS-Patient*Innen einsetzte, nutze ich sie intensiv bei Menschen mit Erschöpfungssyndromen oder/und Schlafstörungen. Der einfache Zugang zur Farbqualität scheint eine Brücke zu den Bewegungsqualitäten der Laute zu sein.

Die weiße Wand erlebe ich als das unbeschriebene Blatt, die leere Leinwand, für das zu gestaltende Leben. Die blaue Fläche mit ihrer Weite strahlt Ruhe aus, Verbindlichkeit. Das Rot-Gelb, das Steiner auch synonym für Orange verwendet, steht für Wärme. In der Einheit von Farbqualität, meditativer Atmosphäre und selbstaktivierender Bewegung erlebe ich selber Verankerung und Harmonisierung.

Welche Erfahrungen macht Ihr mit dieser Übung? Ich freue mich auf den Austausch!

Katharina Gerlach



Heileurythmistin/Eurythmietherapeutin. Promotion zum Thema „Dokumentation von bewegungsorientierten Mind-Body-Therapien“ an der Universität Witten/Herdecke. Freie wissenschaftliche Mitarbeiterin am Forschungsinstitut (RIArT) und am Institut für Eurythmitherapie, Alanus Hochschule für Kunst und Gesellschaft. Team IKAM im Fachbereich Heileurythmie. Niedergelassen in eigener Praxis im Therapeutikum Krefeld. Die therapeutischen Schwerpunktthemen sind neurologische Erkrankungen, Erschöpfungs- und Depressions-Fragestellungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates.

Anmerkungen:

[1] K. Gerlach und F. Edelhäuser, „Heileurythmie und körperbezogene Meditationen bei neurologischen Erkrankungen“, *Merkurstab*, Bd. 72, Nr. 6, S. 416–427, 2019, doi: 10.14271/DMS-21161-DE.

[2] P. Selg, *Patienten-Meditationen von Rudolf Steiner*. 2019. S. 121–123

[3] R. Steiner, 2. Aufl. Dornach/Schweiz: Rudolf-Steiner-Verl, 2001. GA 267, S. 280–283

[4] Ärztekollegium, Verein Klinisch-Therapeutisches Institut, Ita Wegman Klinik, Hrsg., „Meditative Anweisungen und Texte für Patienten, von Rudolf Steiner, als Arbeitsmaterial für Ärzte“. Selbstverlag, 1997.

[5] R. Steiner, *Das Wesen der Farben*, 4. Aufl., 17.-26 Tsd. Dornach/Schweiz: Rudolf-Steiner-Verl, 1993. GA 291, S. 76

Wahrhaft Mensch werden – I A O und M

Sea-Anna Vasilas



Mitglied des Eurythmy Spring Valley Ensembles und Dozentin an der Eurythmieausbildung Spring Valley, New York, USA. Abschluss im 2011 am Eurythmy Spring Valley. Seitdem unterrichtet und führt sie auf, im In- und Ausland. Sie studierte Biographiearbeit und Soziale Kunst (Lee, Massachusetts, USA, 2012) und erhielt ihren M.A. in der Bühnenkunst an der Alanus Hochschule, 2017.

Während gegenwärtig die Sorge um die Menschheit wächst und wir viel Gelegenheit zur Selbstentwicklung haben, stellt sich mir die Frage: Wie können wir wahrhaft Mensch werden? Augenblicke, in denen ich mein eigenes Menschsein erlebe, leuchten in der Erinnerung an das Üben und Aufführen der Grundsteinmeditation in Eurythmie auf. Diese von Rudolf Steiner gegebene Meditation ist das lebendige Urbild der gegenseitigen Durchdringung von Denken, Fühlen und Wollen, und das unleugbare Geisteslicht, das das menschliche Erdenleben erleuchten kann. Die Sprachlaute „I“, „A“, „O“ und „M“, wie sie in der Eurythmie für die Vor- und Nachtakte der ersten drei Strophen der Grundsteinmeditation gegeben wurden, weisen auf die Möglichkeit der wahren Menschwerdung durch die Entwicklung der Seelenkräfte hin. Diese explizite Tätigkeit im Vortakt ist in der Meditation selbst impliziert. Ihr Erleben führt uns in das Üben wahren Menschwerdens ein.

Die folgenden Überlegungen werden in der Hoffnung geteilt, dass sie Lesende zum eigenen Erleben der Laute inspirieren, wie ich sie durch meine Lehrerin und Freundin Dorothea Mier in Gesprächen und durch die Eurythmie kennenlernte. Ich lade dazu ein, selbst vertiefend an diesen Übungen zu arbeiten – nicht im Sinne eines weitergegebenen Wissens, sondern als lebendige Forschungsmöglichkeit.

Man beginnt mit der „IAO-Übung“ aus dem Heileurythmie-Kurs (Dornach, 12. April 1921), die hier jeweils mit einem Spruch, einer Seelentätigkeit und einem räumlichen Bereich dargestellt wird:

1. Oberkörper aufrichten („I“): „Licht im Haupt“ - Denken – oberer Bereich
2. Beine im Winkel („A“): „Kraft in den Gliedern“ - Wollen – unterer Bereich
3. Die Arme umfangen den mittleren Raum („O“): „Freude in den Armen“ – Fühlen – mittlerer Bereich

Im Vortakt werden alle drei Laute durch alle drei Bereiche bewegt – die zentrale Figur tut dies mit dem „IAO“ von unten nach oben, die fünf äußeren Figuren mit dem „OAI“ von oben nach unten.

Diese Lautfolge kann vertieft werden, indem sich je zwei Personen gegenüberstehen und jede alle drei Laute sehr langsam in allen drei Bereichen ausführt:

„IAO“ vom unteren über den mittleren zum oberen Bereich
„OAI“ vom oberen über den mittleren zum unteren Bereich

Man achtet darauf, dass man sich im „A“ begegnet, besonders im mittleren Bereich, nicht mit dem „O“ – wie auch der Mensch nicht in Denken, Fühlen und Wollen eingeteilt ist. Auch der deutliche Unterschied zwischen dem Übergehen vom „A“ zum „O“ und vom „A“ zum „I“ ist zu beachten.

Sehr langsam wird ein Arm von unten nach oben geführt (das „IAO“ der zentralen Figur repräsentierend) und der andere Arm von oben nach unten (das „OAI“ der äußeren Figuren repräsentierend). Die Arme werden langsam durch alle drei Bereiche bewegt, dann wieder zurück und dann weiter.

Man achte darauf, dass man in die Tierkreisbewegung des „Wassermanns“ kommt.

Zwei Personen stehen sich gegenüber und jede führt alle drei Laute sehr langsam in allen drei Bereichen aus:

„IMA“ vom unteren über den mittleren zum oberen Bereich
„AMI“ vom oberen über den mittleren zum unteren Bereich
Darauf achten, dass man sich im „M“ begegnet.

Aus dem Englischen übersetzt von
Margot M. Saar

Die (zur menschlichen Erdeninkarnation gehörende) Verwandlung und gegenseitige Durchdringung von Denken, Fühlen und Wollen durch die „IAO“-Bewegung in allen drei Bereichen der vertikalen Dimension beim Vortakt ermöglicht eine neue Verständnismöglichkeit, indem man in der Vorne-Hinten-Dimension bei dem Laut „M“ ankommt. Beim Nachtakt werden die Laute neu geordnet und das „M“ wird durch den „O“-Laut ersetzt (äußere Figuren: „IMA“ von unten nach oben, zentrale Figur: „AMI“ von oben nach unten), zur Vorne-Hinten-Orientierung der nachfolgenden Eurythmieformen überleitend.

So werden wir auf die vierte Strophe vorbereitet: „In der Zeitenwende“ (das Ereignis von Golgatha), vom Übersinnlichen zum sinnlich Wahrnehmbaren, ein Erleben wahren menschlichen Daseins in beiden Welten.

Mit dem TAO arbeiten

Eine Lautreihe, die mich immer tief berührt hat, ist das „TAO“. Ich lernte sie als Möglichkeit kennen, den physischen Leib des Eurythmisten zu einem für die Eurythmie geeigneten Instrument zu machen – für Seelen des Kain-Stromes, so wie das „IAO“ das Instrument für Seelen des Abel-Stromes vorbereiten soll. Als Studentin war ich davon überzeugt, dass mein Vater, der damals schon die Schwelle überschritten hatte, mich wahrnehmen konnte und dass er mir helfen könnte, meinen Leib zu verwandeln, indem ich ihn mit der Wirkung des „T“, durch das Hereinholen der kosmischen Kräfte, durchdringe; und dass er mich dabei unterstützen könnte, sie tief in mich, in meine Organisation und bis in die Füße hinein aufzunehmen. Das Öffnen in die „A“-Gebärde ermöglicht es mir, mich auch seelisch mit der Liebe und der Führung derer zu durchdringen, die jenseits der Schwelle sind. Im „O“ lasse ich dann meine Dankbarkeit und Liebe zu diesen Wesen jenseits der Schwelle hinströmen. Das war für mich ein ganz besonderes Ritual. Ich stellte mir das „T“ immer als das Werkzeug vor, mit dem Hiram, der Baumeister Salomons, den Tempel der Weisheit errichtete. Ich war davon überzeugt, dass dieses Werkzeug eine ‚echte‘ Eurythmistin aus mir machen würde. Ich schätzte die meditative Intensität, die Ehrfurcht, die sie in mir erweckte, und die darauf folgende innere Ruhe, das Gefühl von Kraft und geistiger Gemeinschaft, das diese Übung hervorrief.

Ich verband alle möglichen Vorstellungen mit dieser Übung: Einige gingen auf Rudolf Steiners Vortragszyklus zur Tempellegende^[1] zurück, andere auf seinen Vortrag zu den Zeichen und Symbolen für den Weihnachtsbaum,^[2] und wieder andere auf den Vortragszyklus „Die Welträtsel und die Anthroposophie“,^[3] aber keine waren den Vorträgen entnommen, die direkt mit Eurythmie zu tun haben.

Erst später begegnete ich dem „TAO“ mit Musik und ließ mich nun von den absteigenden Intervallen der Septime, der Sexte, der Terz und der Sekunde überrieseln und formen, wie es die kosmischen Kräfte mit der Schöpfung und die aufsteigenden Seelenkräfte von innen tun. Hier ist ein Auszug aus Rudolf Steiners Einführung zum „TAO“ aus dem Zyklus „Eurythmie als sichtbarer Gesang“:^[4]

“... wenn Sie es wirklich durchführen, wenn Sie eine Septime und eine Sexte, wie ich sie dargestellt habe, zurückführen zu dem „E“ und zu dem „D“, also dann in diese Sekund hineinkommen. Sie werden sehen, wenn Sie das ausführen, dass Ihnen das eine innere Kraft gibt, die Sie auf alles Eurythmisieren übertragen können. Es ist dies ein esoterisches Mittel. Und dieses zu machen, bedeutet Meditation in Eurythmie.

Und wenn Sie dann begleiten lassen von einem anderen, sei es gesanglich, sei es auch nur aussprechend, rezitierend oder deklamierend, diese Gebärde mit Deklamieren oder Singen von „TAO“, dann werden Sie sehen, dass Ihnen das in

Nina Wallace-Ockenden



Gründungslehrerin der Eurythmieausbildung Auriel in Mexico City, wo sie derzeit lebt. Sie arbeitet mit ihren Kollegen daran, die Eurythmie in Mexico durch Studium und Kunst zu etablieren.

Als frühere Waldorfschülerin unterrichtete sie Kinder und Erwachsene in Camphill-Einrichtungen und an Waldorfschulen, als Klassenlehrerin, Mentorin und Eurythmielehrerin. Sie führte auf in Europa, Nordamerika, Südafrika, Mexico und China.

[1] Rudolf Steiner, Die Tempellegende und die Goldene Legende, GA 93

[2] Rudolf Steiner, Ursprungsimpulse der Geisteswissenschaft, GA 96, zweiter Vortrag (17. Dezember 1906): Zeichen und Symbole des Weihnachtsfestes

[3] Rudolf Steiner, Die Welträtsel und die Anthroposophie, GA 54, siebter Vortrag (16. November 1905)

[4] Rudolf Steiner, Eurythmie als sichtbarer Gesang, GA 278, fünfter Vortrag: Die Chor-Eurythmie, S. 83

Bezug auf das Gesangliche, Eurythmisierende, Rezitierende etwas ist wie eine Meditation für das allgemeine Menschenleben.

Es ist tatsächlich ein esoterisches Intermezzo, das ich da gebe, das hinweist auf eurythmische Meditation. Und man muss schon zurückgehen sehr weit, bis zum alten Chinesischen, wenn man in das eurythmisierende Meditieren hineinkommen will.“

Vielleicht ist das Vertiefen in diese Meditation beim Bewegen des „TAO“, dieses Sich auf den Weg innerer Entwicklung Begeben, tatsächlich der Weg, Eurythmist zu werden? Vielleicht ist es der Anfang zu einem vollkommen anderen Erwachen für die Verantwortung dieses Weges?

Aus dem Englischen übersetzt von
Margot M. Saar

Die Dynamischen Kraftfelder M – O – E

Beispiel aus der Vitaleurythmie

Christiane
Hagemann
Michael Werner

Zur Einführung lese man das in dem Artikel zum Kraftfeld „L“ von der Autorin und dem Autor Geschriebene, Seite 21/22.

Das Video (<https://www.youtube.com/watch?v=y1DfeuboSJw>) umfasst eine Lautreihe aus der Vitaleurythmie zum Thema „Seine Grenze finden“ – was ja immer wieder ein Thema in unserem Leben darstellt, beruflich ebenso wie privat. Damit verbunden ist das Anliegen, sich einerseits seiner Grenzen bewusst zu werden und zugleich im Alltag mit seinen Grenzen besser umgehen zu lernen.

Wir verwenden dafür die drei „Dynamischen Kraftfelder“ „M“ – „O“ – „E“. Das „M“ wird zunächst in einer großen Variante dreimal ausgeführt und dann über zwei Schritte verkleinert bis in die Dimension des eigenen Raumes vor dem Herzen. Das „O“ umfasst den Raum vor dem Herzen, den wir mit innerer Wärme auffüllen. Mit dem Kraftfeld „E“ markieren wir die Grenze als konkreten Punkt vor dem Herzen. Drei Schritte zwischen „O“ und „E“ machen den eigenen Raum (hinten) und ebenso die Umwelt (vorne) bewusst und erlebbar. Das „E“ platzierten wir genau dort, wo wir uns leicht in der Welt verlieren, wo wir dazu neigen, uns zu sehr zu verausgaben und uns deshalb abgrenzen müssen – vor dem Herzen. Indem wir dort bewusst eine Grenze ziehen, gehen wir in einen neuen, inneren Dialog mit uns selbst. Hinter uns dagegen liegt unser eigener Raum, unser Zuhause, dort müssen wir uns nicht abgrenzen.

Die drei „Dynamischen Kraftfelder“ „M“ – „O“ – „E“ sind in dieser Reihenfolge und mit dem zielgerichtet gestalteten Gehen besonders wirksam. Beim Vermitteln der drei Etappen kann man anfangs mit den einzelnen Kraftfeldern isoliert arbeiten und sie erst in einem zweiten Schritt, dann als zusammenhängende Reihe, erarbeiten.

Warum verwenden wir das Wort „Dynamisches Kraftfeld“? Wir haben früher oft die Erfahrung gemacht, dass viele Menschen beim Begriff „Laute“ erst einmal an Buchstaben oder Sprache und Sprechen denken. Das erscheint wenig hilfreich, weshalb wir in der Vitaleurythmie den Begriff der „Dynamischen Kraftfelder“ etabliert haben. Anfangs erscheint das vielleicht noch ungewohnt, erlaubt aber für die Klient*innen einen direkten und vielfältigen Zugang zur Dynamik der Laute.

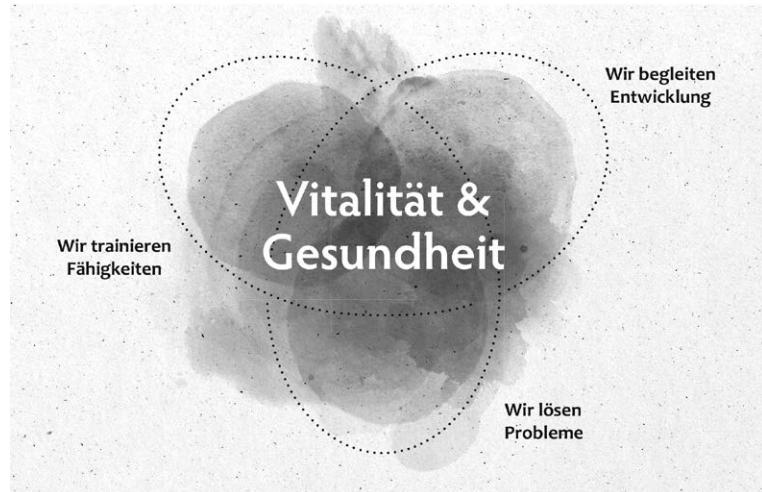
Rudolf Steiner hat den Eurythmist*innen mit seiner geisteswissenschaftlichen Entdeckung der Laute einen großen Schatz mit auf den Weg gegeben. Mittlerweile verfügen wir über hundert Jahre Erfahrung im Umgang und in der Vermittlung der Laute und stehen doch erst am Anfang, denn darin stecken noch viele unentdeckte Ressourcen, und wir können ihre spezifische Wirkung ausver-

schiedenen Perspektiven entdecken. Zudem haben Menschen heute ja eine ganz andere Konstitution als früher, weshalb wir bei der konkreten Anwendung der Laute vor neuen Herausforderungen stehen. Genau das wollen wir weiter erforschen und ausbauen.

In der Vitaleurythmie gehen wir mit unseren Klient*innen erkundend auf diese Reise und entwickeln die Übungen immer weiter. Diese sich langsam vorantastende Arbeit bildet das Zentrum der Vitaleurythmie. Wir haben sie gemeinsam mit unseren Kolleg*innen in den vergangenen Jahren immer weiterentwickelt. In unserem kollegialen Netzwerk und bei Fortbildungen tauschen wir unsere Erfahrungen aus und finden immer wieder neue Aspekte, wie man mit den „Dynamischen Kraftfeldern“ kreativ und sinnvoll auf ein Thema bezogen arbeiten kann.

Noch eine Beobachtung zum Abschluss: In den vergangenen Jahren sind unserer Erfahrung nach in der Bevölkerung neue Fähigkeiten erwachsen. Viele Menschen verfügen zunehmend über eine hohe Sensibilität für den Umgang mit den Kraftfeldern. Auch achtsam mit dem eigenen Körper umzugehen, ist heutzutage nichts Fremdes mehr, Begriffe wie Energie, Vitalität, Feinstofflichkeit, In-sich-Hineinspüren sind gängig geworden. Diese neuen Wahrnehmungsfähigkeiten für das energetisch-ätherische und das emotional-seelische Feld entwickelten sich parallel zur Verbreitung elektronischer Endgeräte wie PC, Laptop, Tablet und Smartphone. Unserer Erfahrung nach können viele Menschen die Wirkungen der Kraftfelder in ihrem Körper und um ihn herum (in ihrer Aura) sehr differenziert erspüren. Sie lassen sich gerne auf diese Erfahrung ein, wenn man sie methodisch dabei klar anleitet – Männer wie Frauen gleichermaßen. Aufgefallen ist das auch früher schon über viele Jahre im Eurythmieunterricht in allen Klassenstufen. Eurythmische Vorkenntnisse sind dafür nicht nötig, denn wir arbeiten ja vorwiegend mit Menschen, die noch nie von Eurythmie oder Anthroposophie gehört haben. Uns interessiert, ob andere Kolleg*innen diese Entwicklung ebenfalls beobachtet und eigene Erfahrungen damit gemacht haben, weshalb wir uns über Austausch dazu freuen würden.

Weitere Informationen zu Lautreihen: www.vitaleurythmie.de (deutsch und englisch) auf dem YouTube-Channel von „Vitaleurythmie“.



Die Begegnung mit der Lautreihe V – B – S

Lasha Malashkhia



Geboren in Tbilissi, Georgien
Eurythmie-Ausbildung am Eurythmum Zuccoli 2001–2005, Dornach, Schweiz
Eurythmie im Arbeitsleben 2005–2006, Den Haag, Niederlande
Master of Arts an der Alanus Hochschule 2011–2013
Eurythmiedozent seit 2008 in der Eurythmie-Ausbildung Ukraine/ Dnipro
<https://www.ewl-institute.com/lasha-malashkhia>
<http://linkedin.com/in/lasha-malashkhia-b1096854>
<https://sites.google.com/view/eurythmy-academy-dnipro/>

Hinter jedem Laut und jeder Lautreihe verbirgt sich ein bestimmter Prozess – diesen zum Erlebnis werden zu lassen, ihn sozusagen zu entzaubern, das könnte eine lohnende und sinnstiftende Tätigkeit für jeden Eurythmisten sein. Hierdurch lassen sich auch Andere für die Eurythmie und ihre Möglichkeiten begeistern.

Ich erlebe mich täglich in meiner Begegnung mit den Dingen der Außenwelt, indem ich etwas ihr Zugehöriges wahrnehme und berühre. Aus dieser Berührung wähle ich etwas aus und lasse es zurückwirken bis ins Leibliche hinein. Und dann bin ich eins mit diesem und verhalte mich entsprechend. Diese Erfahrungen kenne ich aus der Eurythmie, indem ich in ihr den einzelnen Lauten und Lautreihen begegne. So lässt sich der eben beschriebene Prozess in der Abfolge der Laute „V“, „B“ und „S“ wiederfinden. Man lese hierzu die entsprechenden Angaben von Rudolf Steiner an Lori Mayer-Smits („Entstehung und Entwicklung der Eurythmie“ 1998, Seite 20-21, Bottmingen, 16. September 1912). Da steht: Er „ergriff [...] plötzlich einen sehr großen Bleistift, hielt ihn lose in der Hand und sagte: „Das ist „V“. Lernen Sie „V“ empfinden als etwas in der Hand haben oder auch nur berühren. ... Lernen Sie „B“ empfinden als etwas in der Hand haben, das wieder zurückwirkt auf den Leib ... und da haben Sie ein „S“, wenn Sie nämlich Ihren Arm und diesen Stab als eines fühlen ... „S“ bedeutet immer das gemeinsame Bewegen und Form Geben mit einem Gegenstand. ... das heißt dem Stück Außenwelt, das Sie in der Hand haben und dessen Charakter entsprechend Sie sich mit ihm bewegen oder sich Form geben müssen.“

Während des Lesens entstand in mir die Empfindung, dass Rudolf Steiner nicht nur versucht, Lori Mayer-Smits über eine Lautreihe Aufklärung zu geben, sondern ihr unmittelbar ein Übfeld, einen Weg zeigt, wie man Stück für Stück etwas aus der Außenwelt empfangen, nachempfinden, erkennen und eins damit werden kann – und zwar nur durch das Üben dieser drei Laute mit einem Gegenstand. Wenn ich gefragt werde, welche Erfahrungen mit diesem oder jenem Laut oder einer Lautreihe angeregt werden, dann sage ich immer: Hier wird geübt, Erkenntnisfähigkeiten auszubilden. Mit „V“ – „B“ – „S“ lernen wir: Vertrauen in und Empfänglichkeit für eine Berührung zu entwickeln, den Mut, eine daraus resultierende Wirkung zuzulassen und eins zu werden mit der Außenwelt.

Nimmt man andere Angaben für die Laute „V“ – „B“ – „S“ hinzu und bezieht sie auf den angedeuteten Prozess, so erhält man eine unwahrscheinliche Fülle von Szenarien, wie die Welt zu mir strömt und eins mit mir werden kann. Seit dieser Erfahrung ist für mich jede Lautreihe zu einer Unterrichtsmethodik geworden, die tiefere Vorgänge zwischen Mensch und Umwelt, ja, das Menschsein an sich und dessen bewusste Neuschöpfung offenbart. Wenn man die Laute aus diesen auf die Welt bezogenen Vorgängen gestalten kann in jeder Lautreihe, jedem Wort, dann wird für den Zuschauer sichtbar, wie die Welt im Menschen spricht, singt und sinnt und welchen Sinn „sichtbare Sprache“ beinhaltet.

Zum Schluss sei nur noch kurz erwähnt: Die Lautreihe „V“ – „B“ – „S“ ist für mich auch ein Gleichnis für den Ausbildungsweg eines Eurythmisten: Ich bekomme Eurythmie in die Hand gelegt und sie berührt mich auf irgendeine Weise. Dann bringe ich sie während der Ausbildungszeit in ein Verhältnis zu mir. Und dann schenken sich mir blitzartige Erlebnisse des Einswerdens mit ihr – von da an bleibt man Eurythmist.

Die therapeutische L-A-O-U-M Lautreihe

Um den einen oder anderen Laut dieser Lautreihe tiefer erleben zu können, also auch seine therapeutische Wirkung wahrzunehmen, können wir uns ihnen mit Hilfe anderer Künste nähern – derjenigen Künste, in denen sich dieser Laut jeweils aktiv zeigt. In unserer eurythmischen Arbeit stützten wir uns vor allem auf die Anweisungen von Rudolf Steiner („Eurythmie als sichtbare Sprache“; „Heileurythmie“; Margarete Kirchner Bockholt: „Grundelemente der Heil-Eurythmie“) und auch

- auf Impulse, die von Ilja Duwan zum Erleben der Lautwesen gegeben wurden. Ilja Duwan ist ein Meister der Sprachgestaltung, Schüler von Marie Steiner
- auf Anregungen aus der Arbeit mit Farben, die von der Ärztin Ilse Knauer für die Augenheileurythmie entwickelt wurden, fußend auf den Ausarbeitungen von Margret Thiersch.

Die „LAOUM“-Reihe enthält die Vokale „A“-„O“-„U“, die von zwei Konsonanten – „L“ (der den Atem vertiefende Laut) am Anfang und „M“ (der die Ausatmung anregende Laut) am Ende – umgeben sind.

Wir wollen einige Charakteristika aus dem Buch von Ilja Duwan „Sprachgestaltung und Schauspielkunst“ anführen.

Diese Charakteristika wurden von Marie Steiner gegeben und haben uns geholfen, unser Verständnis vom Wesen der Laute zu erweitern und diese neu zu erleben.

A

- „A“ ist das erste kosmische Prinzip
- „A“ ist Prinzip der Öffnung
- „A“ ist Überwindung von Zeit und Raum
- „A“ ist Licht

O

- Mit dem „O“ kann der Mensch in die Welt hinaustreten, aber nicht, um sich ihr zu passiv hinzugeben, sondern um sie vom Ich aus zu fassen...
- „O“ öffnet und schließt gleichzeitig...
- Es ist der schönste, der harmonischste Vokal und darum am schwersten zu gestalten...
- Es kann sich zur Selbstlosigkeit, zur Liebe und zum Opfer steigern.

U

- Wenn das „O“ ein Erfassenwollen darstellt, ist das „U“ das Erfassthaben.
- Ich und das Objekt sind im Geiste eins geworden.
- Furcht als Seelenstimmung, wenn man die Mysterien des Bösen kennt (Rudolf Steiner)
- Wenn man einer schweren Sorge nicht unterliegt, sondern die Kraft hat, sie zu tragen, ist das eine schöne „U“-Stimmung

In der heutigen schwierigen Zeit wenden sich an uns oft Menschen, die stark der Angst vor dem Sterben und des Sich-Verlierens im Alltagsleben ausgesetzt sind; junge Menschen, die ihre Lebensfreude verloren haben. Es fühlt sich an, als ob sie aufgehört hätten zu atmen.

Als wir ihnen die Möglichkeit gaben, die oben beschriebene Stimmung von Lauten zusammen mit dem dreiteiligen Schritt und mit Rhythmen zu erleben,

Margarita Denisova



Eurythmistin, Heileurythmistin, Heilpädagogin, Physiotherapeutin, Biologin. Schuleurythmistin; Heileurythmiepraxis; Unterricht IPMT; Seminare für Ärzte u.a.; Mitleiterin der Trude-Thetter-Heileurythmieausbildung.

Julia Krasovskaya



Medizinische Psychologin, Eurythmieausbildung Andrej Bely. Kindergarten-Eurythmistin; Eurythmie-Märchengenretheater; Eurythmieprojekte. Im Abschlussjahr an der Trude-Thetter-Heileurythmieausbildung St. Petersburg.

Irina Lebedeva



Studium der Schauspiel-Methode nach Michael Tschechow, Klas-

senlehrerin, Eurythmieausbildung Andrej Belyj. Eurythmieunterricht an Schulen, Seminare, Eurythmieprojekte; Mysteriendramengruppe; Eurythmie-Märchengenre. An der Trude-Thetter-Heileurythmieausbildung unter der Leitung von Margrit Hitsch-Schindler.

Olga Rosanova



Waldorfseminar, Eurythmieausbildung St. Petersburg. Heileurythmieausbildung Moskau. Heileurythmiepraxis. Unterrichtet in der Eurythmieausbildung Andrej Belyj und in der Trude-Thetter-Heileurythmieausbildung.

wurde das Atmen hierdurch erleichtert.

Die allerbeste Hilfe hat der „O“-Laut gebracht. Wie oben schon erwähnt, kann man den „O“-Laut „den schönsten, den harmonischsten Vokal“ nennen.

In der großen Vokalreihe „A E I O Ä Ö Ü U“ kann das „O“ als Mitte gelten. Im Russischen sehen wir dasselbe Phänomen in der entsprechenden Lautreihe „А Е Ё И О У Э Ю Я“ – das „O“ hält auch hier die Mitte, weil es gleichzeitig öffnet und schließt.

Die Konsonanten „L“ und „M“ – als Ein- und Ausatmungslaut – helfen den durch die Vokale gelösten seelischen Bewegungen, den Körper zu durchfließen, die Krämpfe zu lindern.

Wir haben bemerkt, dass der therapeutische Effekt durch die Arbeit mit Farben verstärkt werden kann. So schenkt die Arbeit mit farbigen Seidenstoffen Hilfe nicht nur bei Augenerkrankungen, sondern auch bei unterschiedlichsten anderen Krankheitsbildern, z.B. bei Atemstörungen und rhythmischen Störungen.

Vor dem Farbentuch stehend (mit dem Gesicht oder dem Rücken zur Farbe gerichtet) empfindet der Patient die Farbe mit dem ganzen Körper, dem ganzen Wesen. Die Farbe wird entsprechend dem Alter und den Besonderheiten des Patienten ausgewählt. Für Kinder sind Rosa und Blau sehr gut.

Die Farbe Inkarnat hilft Erwachsenen mit starken Atemspannungen sehr gut.

Wir sind dankbar für die Möglichkeit, mit Ihnen unsere Arbeitserfahrungen zu teilen!

Die Übersetzung ins Deutsche wurde durch Beate von Plato in die Endfassung übertragen.

Das geht uns alle an, weil diese Aufgabe niemand besser beleben kann als die Eurythmisten

Elke E. von Laue



Geburt, Kindheit u. Ausbildung zur Krankenschwester in Dresden. 1960 Flucht aus der DDR, zum Studium der Eurythmie und Heileurythmie nach Dornach.

Schul- und Heileurythmistin 1965-1967 in der Hibernia-Schule Herne /

Rudolf Steiner gab für den ersten Schultag in der Waldorfschule die Gerade und Krumme | (an. Das ist seit über 100 Jahren bekannt. Die Angabe für den zweiten Tag wurde fast vergessen. Sie wurde den Lehrern wahrscheinlich im Gespräch im Anschluss an den 4. Vortrag des Methodisch-Didaktischen 1922^[1] nur mündlich mitgeteilt und nicht in das Stenogramm aufgenommen. Die Lehrerin Hannah Krämer-Steiner war bei dem Kurs anwesend und hat bis zu ihrem Lebensende von diesem zweiten Schultag berichtet. In einem Brief von 1983 hat sie diese Angaben für den zweiten Schultag erwähnt:

Dr. Steiner ergänzte das aber und sagte: Am nächsten Tag wiederholen Sie die Gerade und die Krumme | (, fügen aber hinzu „I C H“. ^[2]

Die Geraden und die Krummen kommen am 2. Schultag in einen sinnvollen Zusammenhang. Die senkrechte | – und waagerechte Gerade beim „H“ werden blau gemalt. Als rote Krumme erscheinen das „C“ und die beiden Senkrechten des „H“. Das geschriebene Wort | () weckt in den Kindern ein reales ICH-Erleben. Diese Ergänzung und die Angabe der Farben wurden von Frau Hannah Krämer-Steiner mündlich an Herrn Dr. A. Worel überliefert.^[3]

Die Symbole für Gerade und Krumme am ersten Schultag finden wir in der ästhetischen Welt wirksam. Wir beobachten das harmonische Zusammenspiel von

Ahriman und Luzifer auf dieser Ebene. In der Seelenwelt kämpfen sie um das Ich des Menschen! Ohne hier auf die Bedeutung von „C“ und „H“ einzugehen, möchte ich alle Eurythmisten daran erinnern, dass diese Polarität auch in der Ordnung der Planeten- und Tierkreiswirkungen auftritt: Das „I“ hat seine Heimat im Planetenbereich im Merkur, das „CH“ wirkt aus dem Tierkreisbereich Waage. Das „I“ in seiner Aufrechten von innen nach außen wirkend, das „CH“ in seinem Durchwehen von außen nach innen erlebend. (R. Steiner zu Ilona Schubert: „CH“ – ein Hauch des Allerhöchsten durchweht mich)^[4]. Beide Laute geben uns Kunde von ihren unterschiedlichen Wesenheiten und Wirkungen, auch durch ihre Farbkompositionen in Denken, Fühlen und Wollen:

„I“ gelborange – rot – blau

„CH“ orange – grünblau – dunkelviolett

Als deutschsprachige Eurythmisten haben wir die Möglichkeit, über Inspiration und Imagination (am „I“ + „CH“) eine kleine Geschichte zu erfinden, die dem Erstklässler am 2. Schultag mit dem Wort „ICH“ ebenso einen bleibenden Eindruck verschafft, wie am 1. Schultag mit der Geraden und Krummen. Das Erleben, dass es nur ein einziges Wort gibt, das sich nur auf mich selbst beziehen kann, ist doch ein gewaltiger Eindruck, der das Herz ergreift!

Für uns Eurythmisten kann der 1. + 2. Schultag auch auf einen meditativen Weg hinweisen: In der Christusstatue, der Statue des Menschheitsrepräsentanten, sind auf der linken Seite Ahriman und Luzifer in ihrem Zusammenwirken in der ätherischen Welt dargestellt. Dies entspricht ihrem Wirken in der ätherischen Welt und klingt am 1. Schultag an. Die zentrale Darstellung: Das „ICH“ – der Menschheitsrepräsentant – überwindet Luzifer und Ahriman. Ein Leitstern für das Menschen-Ich!

Waldorfschulen gibt es jetzt in allen 5 Erdteilen, in vielen Völkern und Sprachen. Der erste Schultag dürfte für keinen Klassenlehrer ein Problem sein. Wie steht es jedoch mit dem 2. Schultag? Es wird noch eine Zeit vergehen, bis wir Eurythmisten eine geeignete Geschichte aus den entsprechenden Lauten, aus denen das Wort „ICH“ in der jeweiligen Sprache gebildet wird, für die Klassenlehrer gefunden haben werden. Für diese Zwischenzeit ist für mich die Skizze „Licht – Finsternis“ von Rudolf Steiner eine Hilfe: Hier wird die Polarität der Farben dargestellt, zwischen ihnen lebt das Grün. In diesem zarten Grün kann die Christuskraft erfahren werden. Es ist offen nach beiden Seiten: Das mittlere Grün ist offen. Die Gelb-Anteile im Grün geben dem feurigen Rot oben ebenso Grenzen wie die Blauanteile dem Blau-Violett unten. Ob das Grün in der eigenen Seele kräftig lebendig wird, ist davon abhängig, wie wir das Bild betrachten oder meditieren. Vielleicht wird das Grün dem Kind helfen, am zweiten Schultag in die rechte Seelenstimmung zu kommen. Zunächst werden am 2. Schultag eine blaue Gerade und eine rote Krumme an der Tafel wiederholt. Ein neues Bild entsteht: Der Lehrer malt oben rot und gelb, unten violett und blau, dazwischen ein großes Feld zartgrün. In dieses Feld setzt er in kräftigem Grün sorgsam und groß die sprach-eigenen Lautzeichen für das Wort „ICH“. Jedes Kind darf nun, so gut es dies kann, auch die Lautzeichen für sein „ICH“ an die Tafel malen.

Durch Ihre Mithilfe in der Verbreitung des Inhaltes des 2. Schultages könnte es möglich werden, dass nicht nur die Anweisung für den 1. Schultag eine neue Sicht erhält, sondern auch für den 2. Schultag den Kindern eine innere Sicherheit mitgegeben werden kann, die in unserer wirren Zeit dringend notwendig ist.

Bitte üben Sie den ersten und zweiten Schultag auch in Eurythmiekursen für Erwachsene und im Lehrerkollegium in allen Ländern. Eine neue „ICH“-Erfahrung wird nicht ausbleiben. Bitte geben Sie uns auch Kunde von Ihren Erfahrungen – vielleicht schicken Sie uns auch von den Kindern gemalte Bilder von dem farbigen Erleben des ersten und zweiten Schultages.

Herzlichen Dank für Ihr Interesse und Ihre Mithilfe.

Wanne-Eickel. Heirat, 4 Kinder. Mitglied des Gründungsteams der Klinik Öschelbronn, Dozentin in der Heileurythmie-Ausbildung in Dornach und England. Fortbildungsseminare für Heileurythmisten und Ärzte und Laienkurse im In- und Ausland.

Publikation zur Heileurythmie:

- H.B. v. Laue; Elke E. v. Laue, 2007 Zur Physiologie der Heileurythmie. Lautgesetze und Therapieordnungen. Verlag am Goetheanum, Dornach / Schweiz (Übersetzungen ins Englische und Russische).
- Elke E. von Laue, 2009 Heileurythmie. Kasuistik aus der Klinik Öschelbronn, Merkurstab 04/2009, pp.360-363
- Laue, Elke E. von. 2020 Mahnruf einer Lehrerin aus der Gründerzeit. Journal für Waldorfpädagogik Heft 1. Okt. 2020, S. 56-61

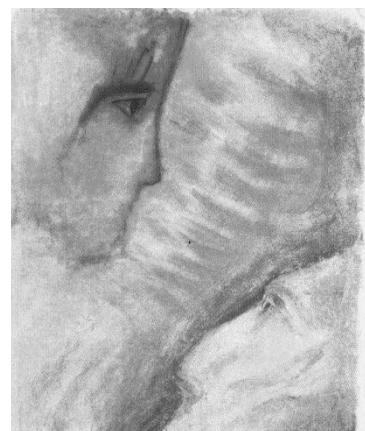
Anmerkungen:

[1] Steiner, Rudolf Erziehungskunst Methodisch-Didaktisches (II) GA 294 Vortrag vom 25.08.1919 6° 1990 R. Steiner Verlag Dornach / Schweiz Goetheanum 28.04. 1996 Beilage „Was in der Anthroposophischen Gesellschaft vorgeht“ auf S. 21

[2] Brief 18.07.1983 an Frau C. Slezak-Schindler und Goetheanum 28.04. 1996 Beilage „Was in der Anthroposophischen Gesellschaft vorgeht“ auf S. 21

[3] Laue, Elke E. von. Mahnruf einer Lehrerin aus der Gründerzeit. Journal für Waldorfpädagogik Heft 1. Okt. 2020, S. 56-61

[4] Diese mündliche Aussage von Ilona Schubert wurde von mehreren Eurythmistinnen gehört.



„Licht und Finsternis“, Rudolf Steiner

Neue Laute und Lautreihen in der Eurythmie

Rozanne Hartmann



Geboren 1956 in Kapstadt. Krankenschwester und Hebamme 1978. Namibia Diamantmine 3 Jahre. Europa und USA, 2 Jahre Reisezeit. Anthroposophie begegnet in der Park Attwood Klinik, UK 1992. Eurythmie-Ausbildung Stourbridge, Großbritannien 1997. Graf-Schule 1998, Eurythmie 5. Jahr. Eurythmie-Therapie, East Grinstead 2000. Lili Reinitzer Euchore Ensemble 6 Jahre. Kurze Rollen mit dem Goetheanum Eurythmie Ensemble. 11 Jahre Ita Wegman Klinik, Arlesheim, Krankenpflege und Eurythmie-Therapie. Craniosakrale Therapie Basel 2008. Privatpraxis in Arlesheim.

In der Osterausgabe Rundbrief Nr. 70 2019, las ich über eine neue Eurythmie mit dem Titel *Eurythmie in Bewegung*. Als ich einmal einen Text für die Eurythmie übersetzte, faszinierte mich etwas, was der Autor Wieger Veerman über «Torpunkte» für jeden Klang schrieb. Er beschrieb diese insbesondere anders, als der ursprüngliche «Ansatzpunkt» beschrieben wird, den Steiner uns gab, wenn wir die eurythmischen Laute machen.

Daraufhin besuchte ich im August seinen Kurs über hygienische Eurythmie in Holland: *Gesund bleiben bei meiner Arbeit*, gerade so, dass ich die Quarantänebestimmungen tagelang umgehen konnte. Dort erlebte ich die Laute selbst. Einige der Laute sind ‘neue’ Laute. Einige sind mehr mit dem Niederländischen verwandt. Manche eine neue Kombination bekannter Laute, die dann ein neuer Laut ist, z.B. „Dr“. Und manche eine neue Erfahrung wegen des Ansatzpunktes und was das mit dem Laut und der Person, die ihn ausführt, macht.

Ich möchte meine Erfahrung mit einer Lautfolge mitteilen: „C-I-S“ – und wie die Torpunkte eine neue Erfahrung mit den Lauten erzeugen.

„C-I-S“ ist eine wunderschöne Sequenz, um sich vor und nach jeder Arbeit zu reinigen und zu schützen. Dies kann vor dem Unterricht in Schulen, vor einer Übungsstunde oder einer Aufführung und vor einer Heileurythmie-Sitzung mit einem Klienten ausgeführt werden.

Für mich ist die besondere und neue Qualität hier die Anwendung der Torpunkte: Der Laut „C“ wird in gewohnter Weise ausgeführt. Doch kurz bevor man mit dem Laut beginnt, spürt man den Torpunkt. Bei „C“ ist es das Steißbein, an der Basis der Wirbelsäule. Dies ist eine sehr spezifische Stelle.

Man nimmt die Stelle klar und spezifisch wahr und führt den Laut aus, indem man sich im Bewusstsein locker an dieser Stelle aufhält. Sie bewegen sich direkt in das „I“ mit dem rechten Arm nach oben und spüren Ihr ätherisches Herz. Oder vielleicht sollte ich lieber sagen, in dem Moment, bevor Sie sich in das „I“ bewegen, spüren Sie Ihr ätherisches Herz und halten den Torpunkt während der Bewegung sanft offen.

Nehmen Sie zuerst den Portalpunkt wahr: den 3. Wirbel in der Halswirbelsäule (C3), den oberen Teil des Halses, und halten Sie Ihr Bewusstsein dabei locker an die Stelle, und führen Sie das S sanft von oben nach unten aus.

Meine persönliche Erfahrung mit „C-I-S“ ohne, oder mit Einbezug Torpunkte unterscheidet sich stark voneinander.

In „C“ bleibe ich mit dem Steißbeinbewusstsein mit der Erde verbunden, während der ‘Opferrauch’ von der Erde zum Himmel aufsteigt. Dadurch werde ich verwurzelt, wodurch die obere Aktivität leichter und filigraner wird. Dann ist die Äther-Herz-Erfahrung mit dem „I“ wahrscheinlich etwas, auf das sich jeder von uns beziehen kann: Vokale strahlen von der Seele in die Außenwelt aus. Das Empfinden unseres Bewusstseins in unserem ätherischen Herzen fühlt sich an wie etwas, mit dem wir bereits vertraut sind.

Beim „S“ nehme ich die oberen Halswirbel (C3) wahr – ein sehr spezifischer Hinweis. Für mich schien es etwas zu sein, das ich schon immer gefühlt, aber nie verbalisiert hatte. Wenn man sich vorstellt, man sei ein Zauberer und wolle einen Frosch in einen Prinzen verwandeln. Sie stehen aufrecht, heben Ihren Zauberstab und führen ihn dann in einer geraden Linie auf den auf dem Boden sitzenden Frosch zu – das ursprüngliche „S“. Wo ist das Bewusstsein in diesem

Weitere Informationen über
Eurythmie in Bewegung:
www.stichtingrozenhart.nl

Moment? Vielleicht spüren Sie, wie ich, die Spitze des hohen Kragens von Ihrem Zauberamtel, den Sie tragen, gerade am oberen Teil Ihres Nackens. Das scheint der Punkt der Kraft zu sein. Finden Sie diesen Punkt, bleiben Sie dabei, holen Sie Ihren Zauberstab herunter – und voilà! Der Frosch wird zum Prinzen. Und Sie leben für immer und ewig glücklich!

Ich möchte etwas von dem Üben der Kombination von „D“ und „R“ erzählen, woraus ein neuer Laut, „Dr“ entsteht.

In Eurythmie in Bewegung, werden auch neue Farben gegeben, eine sehr spannende Entwicklung. Die neuen Farben für „Dr“ sind: Bewegung – Dunkelgrün; Gefühl – Hellgrün; Charakter – Türkis (zwischen den Schulterblättern). Wenn man ein deutendes „D“ ausführt und es dann direkt in ein niedrig gehaltenes „R“ um die Hüften herum weiterführt, das in der Nierenhöhe endet, hat man ein erfrischendes Farb-Bad aus Grün- und Blautönen. Der Torpunkt ist der Punkt zwischen den Schulterblättern. Das deutende „D“ geht vom Herzen aus in die Arme und Finger, und das „R“ treibt die unteren Kräfte hoch und bringt Leben und Bewegung. Ein toller Laut für einen Drachen!

„Alles was Odem hat, lobe den Herrn, Hallelujah“, Psalm 150

Das Wort „Hallelujah“ ist aus zwei Begriffen zusammengesetzt und bedeutet so viel wie ‚Preiset Gott‘, oder nach Rudolf Steiner ‚Ich reinige mich von allem, was mich am Anblick des Höchsten hindert‘. Rudolf Steiners weit über die wörtliche Bedeutung hinausgehende Übersetzung weist auf einen läuternden, mantrischen Gebrauch des Wortes „Hallelujah“ hin, dessen tiefe Bedeutung durch die Eurythmie intensiver erlebt werden kann. In alter Zeit wurden Menschen, wenn sie den Tempel betraten, vor einem Opferzeremoniell oder vor dem Gebet zur Reinigung in Wasser getauft. Gläubige Juden tun das heute noch. Die in der Eurythmie durchgeführte Reinigung durch das „Hallelujah“ ist neu. Es handelt sich hier um eine Taufe im Feuerelement des Wortes. Im Matthäus-Evangelium (3,11) sagt Johannes: „Ich taufe euch mit Wasser zur Buße; der aber nach mir kommt, ist stärker als ich, ... und wird euch mit dem Heiligen Geist und mit Feuer taufen.“ Das Wortmantram „Hallelujah“ ist eine läuternde Feuer-Taufe im lebendigen Geist des Ich.

Es gibt zwei Schwellen, an denen die Ganzheit des „Ich bin“ erlebt werden kann. Eine liegt in dem unendlich Kleinen, das sich in unserem individuellen inneren Wesens-Pol enthüllt; die andere in dem unendlich Großen, in der unendlichen Weite, und offenbart sich als der universale, periphere Pol unseres Wesens. Zwischen diesen beiden Polen des Atems lebt und webt, wie ein Pendel, der Mensch.

Das „Hallelujah“ beginnt und endet mit dem „H“-Laut, dem Laut des Leben-erweckenden Atems. Das Anfangs-, „H“ entspricht dem ersten Atemzug, bei dem sich die Lungen öffnen und der Lebensstrom einströmt. Wer das Glück hatte, die Geburt, den ersten Atemzug eines Kindes mitzuerleben, hat erfahren, wie der lebendige Geist mit dem Atem in den bläulichen Körper strömt, wie das Feuer des Lebens aufleuchtet und dem Kind Leben und Wärme gibt – wie ein Mensch seinen irdischen Lebensweg im rhythmischen Zeitstrom des Atems antritt. Der erste Atemzug entstammt dem ewigen, unendlichen Pol des „Ich bin“.

Das „H“ am Ende des „Hallelujah“ ist wie der letzte Atemzug – wenn der Mensch zum letzten Mal ausatmet und sein Erdenleben beendet, um seinem Schöpfer den ihm anvertrauten göttlichen Atem zurückzugeben. Auch das Miterleben dieses letzten Atemzuges ist ein hohes Privileg. Wenn es einem vergönnt ist, kann man das Durchgehen durch das „Nadelöhr“ wahrnehmen, durch den unendlich kleinen inneren Mittelpunkt, der das Geborenwerden, das Befreitwer-

Daliya Paz



Eurythmiediplom 1987 an der Eurythmieausbildung London. Fünftes Jahr bei Margarete Proskauer in Nürnberg. Heileurythmie. Langjährige Eurythmielehrerin an der Shaked Waldorfschule, in Ausbildungen und in Seminaren. Seit 8 Jahren Dozentin an der Derech Hagai Eurythmieausbildung in Galiläa, Israel.

Aus dem Englischen übersetzt von Margot M. Saar

den in die Unendlichkeit ermöglicht. Zwischen den beiden „H“-Polen, zwischen Ein- und Ausatmen, kann man beim „Hallelujah“ urbildlich den Vorgang von Geburt und Tod und dazwischen das ganze Leben ausgedehnt erleben: lebendige Bewegung in der Zeit. Dieser ursprüngliche Vorgang findet in jeder Eurythmestunde und in jeder Begegnung statt.

Wenn sich das Tor des Lebens im ersten „H“ geöffnet hat und das Erdenleben entzündet ist – man kann auch sagen: wenn die Tätigkeit des Vorgangs entzündet ist – füllt sich die Seele mit dem Staunen und der Ehrfurcht des „A“. Rudolf Steiner sagte in Verbindung mit der Heileurythmie, dass diese dem „A“ innewohnende Macht der Ehrfurcht uns dabei hilft, das Tierisch-Irdische in uns zu überwinden. Vor dem abschließenden „H“ erscheint wie ein Spiegelbild ein „A“; aber es ist ein vollkommen anderes „A“, denn es trägt die zukünftige Liebe-Qualität in sich, zu der der Mensch eines Tages fähig sein wird.

Das erste „A“ hat eine öffnende, leitende Qualität; es ist erfüllt von Ehrfurcht für das sich entfaltende Leben. Diese Qualität erhebt den Menschen über das Tierische, so dass er es überwinden kann. Es hat daher eine herbstliche Michael-Qualität. Das letzte „A“ hat dagegen etwas Heilendes, Mitführendes, das nur durch die Auferstehung des Frühlings in unserem Wesen aufsteigen kann: eine Raphael-Qualität.

Nach dem ersten „A“ tauchen wir durch die lebendige und verwandelnde Aktivität des „L“-Lautes in einen siebenfachen Puls ein, in einen mit sieben sehnsgütigen Fragen über den Geist erfüllten Prozess. Sieben Mal, vom kleinsten bis zum größten „L“, sieben Schritte auf einem steigenden Pfad, der als dem inneren, persönlichen, subjektiven Seinspol entspringend beschrieben werden kann. Wenn mit dem letzten „L“ die sieben Töne der Tonleiter gespielt sind, erleben wir uns in der Septime. Sieben Bemühungen, sieben Schritte, sieben Schicksalsfragen wurden an der Schwelle niedergelegt. Nach diesem Weggeben bleibt nichts mehr übrig, was von unserer Seite getan werden könnte. Alles Weitere liegt nun in den Händen des Geistes. Wir warten an der Schwelle, auf der irdischen Seite des Daseins; unser persönliches Geschick, das stets von Krisen und Schmerz geprägt ist, haben wir zu Füßen des Ewigen abgelegt.

Dieses Erleben führt uns zu dem majestätischen „E“, das die Mitte zwischen dem Anfangs- und dem End-„H“ hält, dem Geburts- und dem Todesatem. Als Todesmoment im Leben selbst steht das „E“ zwischen ihnen, ein Widerhall des Golgatha-Momentes, den jeder Mensch in seinem Leben erfährt: ein Wendepunkt, dem still-stummen Intervall gleich, in dem das Neue heranreift, die neue Ansprache an den Geist. Beim Überschreiten der persönlichen Wende-Schwelle zögern wir und warten auf die segensreiche Erlösung durch die Oktave. Sie erscheint als Antwort in der Form des dreimaligen „L“, das keinerlei Ähnlichkeit mit den sieben vorhergehenden, drängenden und sehnsgütigen „L“ hat. Diese drei „L“ kommen von einem anderen Ort – dem der Oktave, des höheren Ich. Sie sind groß, weit und ruhig – liebevoll und urteilsfrei umhüllen sie den sündigen, leidenden, sich nach Läuterung sehndenden Teil unseres Selbst. Es ist dies eine unglaublich tiefgründige und trostreiche Antwort auf die an der Schwelle niedergelegten Fragen. Sie kommt aus dem höheren Teil unseres Wesens, der uns mit Vertrauen und Dankbarkeit für die weise und liebevolle Führung des Geistes erfüllt.

Diese Antwort, die uns zum „U“ führt, lässt uns spüren, dass wir nach dem Bilde Gottes geschaffen sind. Es ist die göttlichste Menschengestalt, die auf dem alten Saturn für den Menschen geopfert und ihm als Keim mitgegeben wurde. Wenn die ursprüngliche menschliche Gestalt von der Macht des „Ich bin“ durchdrungen ist, so wird sie von dem „I“-Laut durchtönt, durch den sie einzigartig wird, eine zwischen Luzifer und Ahriman stehende Individualität, die diese beiden Gegenmächte durch ihre geistgerichtete Selbsttheit erlöst. Wenn sich diese Selbsttheit in den Dienst der Weltentwicklung stellt, erfüllt sie ihren einzigen und tiefsten Zweck: die reine Liebe zu sein, die aus dem frei gewordenen Menschen hervorgeht und durch das „A“ in die Welt strömt. Wenn diese Liebe überbracht ist, bleibt nichts, als diesen Prozess ruhig mit dem letzten „H“-Atem abzuschließen und die Taufe in dem läuternden Wort zu vollenden.

Wenn wir an die Möglichkeiten denken, die die Eurythmie mit sich bringt – sie bringt uns durch das Hinhören, das der eurythmische Raum benötigt, dem Erleben des anderen Menschen näher – so wird sogleich deutlich, dass das „Hallelujah“ die besondere Gelegenheit bietet, auf die ferne Zukunft hinzuarbeiten, in der der Mensch nicht mehr egoistisch sein wird. Wir wissen dank Ru-

dolf Steiners Hinweisen, dass wir unser höheres Ich nur im anderen Menschen finden können. Wir können unsere Herzensmitte mit dem Herzen des Anderen vereinen und ihn durch den „Hallelujah“-Prozess in uns tragen. Wir können auch unsere Herzensmitte mit dem Herzen der Erde vereinen und so die ganze Erde in diesen Heilungs- und Läuterungsprozess einbeziehen. Durch diese Handlung entsteht Ehrfurcht für die Schicksalsführung, die wir zusammen tragen können. Die Ehrfurchtsgebärde umgibt diese Läuterung im „Hallelujah“, die uns dem Höchsten näher bringt und die Hindernisse entfernt, die uns auf dem Weg zu ihm erwarten. Das „Hallelujah“ lässt uns unmittelbar an der Heilung des Menschen- und Erdenschicksals teilhaben.

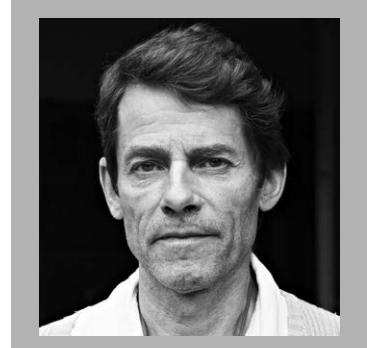
Das „Hallelujah“ auf Grundlage der Eurythmiefiguren

Ich beginne mit den „Zwillingen“ und nicht wie üblich mit dem „Ehrfurcht-E“. Dadurch entsteht das Gefühl: Ich trage in mir die Fähigkeit für das „Hallelujah“. Und aus diesem Potential heraus beginnt das Wort ...

„HA“: Die Farben des „H“ sind positiv, ausgelassen und nach außen gerichtet, aber sanft und diffus; die blaue Muskelspannung bewahrt die Gebärde davor, euphorisch zu werden. Ich springe und lasse dabei Arme und Beine das „A“ suchen. Dann beginne ich, das „A“ zu fassen, während die ausgestreckten Arme und Beine ein Nach-Innen-Strömen erleben. Das weiche Rot-Gefühl des „H“ geht in die „A“-Bewegung über und absorbiert dabei wie ein Schwamm die aufnehmende Qualität des Blau, um ein rötliches Lila zu erzeugen; das Gefühl wird kühler und ruhiger. Dagegen ist die Muskelspannung jetzt zart, von einem warmen Rot, so dass Arme und Füße einen deutlichen, klar definierten Winkel halten können. Ich forme eine Verbindung zwischen dem Dunkel unten und dem Licht oben. Durch das „A“ entsteht meine Wirbelsäule wie eine Leiter zwischen Finsternis und Licht.

„LE“: Ich lasse das „A“ in den Armen los und bringe gleichzeitig die Beine in die „L“-Stellung, wobei die Zehen nach innen gerichtet sind. Dann beginne ich eine schwingende Vor- und Rückbewegung. Sie wird eher wie eine die Gestalt aufwärts durchlaufende Welle erlebt, als wie eine Bewegung des ganzen Körpers. Die doppelte Krümmung der Wirbelsäule ist ein Form gewordenes Modell dieser Dynamik. Während meine Hände beginnen, das siebenfache „L“ aufzubauen, spüre ich, dass das Schwingen für das Aufbauen von Bewegung, Charakter und das Positionieren des Schleiers wesentlich ist. Es gibt der Bewegung etwas Schimmernd-Flüchtiges, ähnlich dem Mondlicht, das Farbe optimal reflektiert. Dem warmen Orange des Charakters verleiht sie einen aufwärts strebenden Puls. Schließlich erzeugt sie ein Schwingen zwischen dem Orange (aktiv, kreativ, aufsteigend), das innen, aber nach vorne hin erlebt wird, und dem außen, aber nach hinten erlebten Lila (passiv, annehmend, absteigend). Dieses Schwingen ruft ein Pfirsichblüt hervor, das oberhalb der Fontanelle aufleuchtet und unter den Fußwölbungen erglüht. Das letzte „L“ ruft das „E“ hervor: Die Vor- und Rückbewegung wird von Strömen zur Ruhe gebracht, die von rechts und links kommen. Die silbergraue Bewegung erwärmt sich zum sanften Grün, wie ein frostiges Feld, auf das im Morgengrauen die ersten Sonnenstrahlen fallen. Die Füße wenden sich von innen nach außen. Von dem schwingenden „L“ massiert, merken sie, dass ihnen Fersen gewachsen sind! Ich bin in einem Gleichgewichtszustand angekommen, an einer Schwelle, einem Kreuzungspunkt, einer Ferme in der Musik des „Hallelujah“. Ich finde es bemerkenswert und zutiefst bewegend, dass dieser feierliche Moment nicht einem Blau oder Violett anvertraut wird, sondern einem Grün, einem zarten Gelb und einem Hauch von tragendem

Jonathan Reid



Geboren 1957 in Westmoreland, England. Seit 1980 Camphill-Mitarbeiter.

Eurythmiestudium 1982–1984; unterrichtete Eurythmie in vielen Camphill-Gemeinschaften sowie in der Steiner-Schule und in der Eurythmie-Ausbildung in Botton Village. Bis 2014 Co-Leiter des Botton Eurythmie-Ensembles.

Gibt derzeit Eurythmiekurse an Eurythmiestudierende und junge Eurythmisten, insbesondere mit den Themen „Farben“ und Eurythmie in englischer Sprache.

**In tiefer Dankbarkeit dem
Gedenken an Sophia Habluetzel
gewidmet**

Aus dem Englischen übersetzt von
Margot M. Saar

Rot. Das „E“ vereint durch das Halten der Mitte Höhen und Tiefen, Vorne und Hinten, Links und Rechts zu einem harmonischen Ganzen.

„LU“: Wie eine sich öffnende Schwingtür lassen wir das „E“ los, überschreiten eine Schwelle und nun erklingt das dreifache „L“. Die Füße finden ihre „L“-Stellung, die „L“-Farben treten wieder in Erscheinung, aber die Gebärde ist weniger willensgeführt, mehr gefühlt, weshalb ich mich mehr auf den sanft fallenden Schleier konzentriere und seine Farbnuance und sein Timbre moduliere, indem ich die Innenseite (rötlich) oder die äußere Rundung (bläulich) meines Armes in der Fallbewegung mehr oder weniger zur Geltung kommen lasse. Mit der fallenden Bewegung des letzten „L“ wird das Lila-Gefühl des Schleiers von den Muskeln aufgenommen, um das „U“ zu formen. Dadurch, dass Füße und Beine zum ersten Mal in eine Parallelstellung kommen, wird das Erleben des „U“ als einer Leiter oder Verbindungssäule zwischen Oben und Unten verstärkt. Aus den vereinten Kräften von Links und Rechts schafft das „U“ eine neue Verbindung von Oben und Unten. Mit einem Schwung in das ausgelassene gelbe Gefühl geht es mit einer tief besinnlichen blauen Bewegung nach oben.

„JAH“: Es handelt sich hier nicht um einen Diphthong. Das „J“ ist das in Materie verdichtete „I“, aus dem das „A“ hervorspringen kann. Das „J“ ist eine kühne, betonte, aber nicht selbstbehauptende Gebärde. Der blaue Charakter erzeugt Schwere und Verdichtung im rechten Arm und erlaubt ihm so, in die Tiefe zu spüren, während sich der linke Arm wie ein goldener Komet nach oben und leicht nach hinten bewegt. Gleichzeitig geht der linke Fuß nach hinten, um ihm Halt zu geben. Die Verdichtung im rechten Arm gibt ihm nun den Schwung nach oben ins „A“ (blauer Charakter wird rot), der rechte Fuß geht auch nach hinten, um einen sicheren, deutlichen Winkel zu formen, und der Impuls im linken Arm geht vom Strecken ins Formen über. Das abschließende „H“ macht von dem Aufwärtsschwung des „A“ Gebrauch und löst sich, während ein leichter Sprung die Füße zusammenbringt.

Und dann, als senkte sich ein Vorhang über das Mysterium, das „Ehrfurcht-E“.

Gedanken zu einer Lautfolge von Rudolf Steiner: Das Hallelujah

Die Lautfolge **Hallelujah** war das erste Wort, das eurythmisch ausgeführt wurde. Deshalb ist es wohl angemessen, dazu einige Gedanken beizutragen.

„Hallelujah“ wird aus dem Hebräischen übersetzt mit: „Ich lobe den Herrn“. Rudolf Steiner übersetzt es für die Eurythmie zeitgemäß mit: „Ich reinige mich von allem, was mich am Anblick des Höchsten hindert“.

Es beginnt mit dem aus dem Bereich des Zwillingssommers kommenden Explosivlaut **H**, „Fähigkeit zur Tat“ und es eröffnet einen neuen Schaffensraum – darüber entsteht ein großes Staunen: **A**. Nun folgen sieben **L** an der menschlichen Gestalt aufsteigend: Das erste kleinste **L** umspielt die Füße, das zweite größere **L** gestaltet sich um die Knie, das dritte ordnet sich um die Hüften, das vierte, das mittlere, betont die Herzregion, das fünfte umfasst ungefähr die eigene Gestalt, das sechste geht über die eigene Gestalt hinaus (ich sage immer „zu den Füßen der Engel“, falls sie welche hätten) und mit dem siebenten **L** steht der Mensch als zehnte Hierarchie vor den neun Engelchören. Darüber wird eine tiefe Ehrfurcht empfunden: **E**. Nun kann sich der Mensch mit Hilfe der Hierarchien verwandeln – es folgen drei große **L**: Mit dem ersten **L** verwandelt sich mit Hilfe der dritten Hierarchie (Engel, Erzengel, Archai) der Seelenleib zum Geistselbst; mit dem zweiten großen **L** verwandelt sich mit Hilfe der zweiten Hierarchie (Dynamis, Kyriotetes, Exusiae) der Lebensleib zum Lebensgeist, und mit dem dritten großen **L** verwandelt sich der physische Leib mit Hilfe der ersten Hierarchie (Seraphim, Cherubim, Throne) zum Geistesmenschen. Nun kann der Mensch durchstoßen mit einem alles durchdringenden **U** und vor der Dreieinigkeit stehen: vor Vater, Sohn und Heiligem Geist. Damit endet das Wort und es folgt nur noch der verkürzte Name **Jehovas JAH**.

Es ist außerordentlich begeisternd, alleine oder mit einer Gruppe dieses Wort eurythmisch zu gestalten. Für eine Gruppe mit sieben Menschen hat Rudolf Steiner auch die wunderbare, meistens so genannte „Kronenform“ geschaffen.

Allein die Tatsache, dass es das erste Wort war, das in Eurythmie erschien, spricht ja für sich selbst.

Und dass dieses Wort plötzlich in der Eurythmie mit zehn **L**, „geschrieben“ wird, ist sehr aufschlussreich. Das **L** ist der Laut der Verwandlung: Er verwandelt das Dunkle ins Helle, den Winter in den Sommer, den Schmerz in die Freude, das Blühen in das Welken und vieles mehr. Und auch alles in umgekehrter Reihenfolge.

Es ließe sich noch Manches anfügen, aber dieses soll genügen.

Es zeigt sich ganz deutlich, dass natürlich dieser „Hallelujah“-Auftakt im Unterrichtsgeschehen jeweils großen Anklang gefunden hat, bei Jung und Alt, im In- und Ausland!

Und so bin ich dankbar, dass Rudolf Steiner zu den vielen anthroposophischen und eurythmischen Geschenken aus seiner Geistesforschung auch diese wunderbare Eurythmie-Gestaltung geschenkt hat.

Angelika Storch



Geb. 1939 in der Niederlausitz. Nach der Flucht 1945 nach Marburg a.d. Lahn Besuch der dortigen Waldorfschule. Studium der Slawistik, Promotion Juli 1968. Studium der Eurythmie bis 1971 in Wien. Von Sept. 1971 bis 1999 Eurythmieunterricht an der Rudolf-Steiner-Schule Nürnberg. 1973 Gründung der Eurythmieschule Nürnberg, geleitet von Margarete Proskauer (Dornach). Unterrichtsbeginn Sept. 1976.

1989 Gründung der Eurythmie-Bühne Nürnberg unter der Leitung von M. Proskauer. Zehn Jahre Überarbeit an der russischen Eurythmie mit Mascha Pozzo (Dornach). Intensive Mitarbeit in der Anthroposophischen Gesellschaft, Zweig Nürnberg.

Über das Schauen in der Eurythmie

Marc Büche

Bei der Bühneneurythmie ist der Zuschauer derjenige, welcher das Kunstwerk vollendet, indem er die Bewegenden anschaut und ihnen zuschaut. Das Erste Goetheanum wurde unter anderem vor allem für den Seh- und Hörsinn gebaut. Es wollte angeschaut, belauscht werden. Wenn wir uns zur „Sozialen“ Eurythmie treffen, fällt der Zuschauer weg, respektive jeder Mittuende wird meiner Ansicht nach gleichzeitig zum Zuschauenden. Damit meine ich nicht, dass man anfängt, an einem der Teilnehmer dessen Nase oder Kleid innerlich zu kritisieren. Was ich aber oft vor mir habe, sind Teilnehmer, die in ihre eigene Vorstellungswelt ent-schwinden. Jeder kennt die Augen, durch die niemand schaut. Speziell Eurythmisten sind sehr schwer ins Jetzt zu holen. Sie werden darauf trainiert, allein in ihrer Vorstellungswelt zu sein, in der Hoffnung, es werde sie einst ein Zuschauer aus dieser befreien. Ich denke, hierfür müssen wir uns nicht treffen, da kann gerade so gut jeder allein an seinem Solo arbeiten. Ich meine, es werden die Eurythmisierenden zu oft in eine Vorstellungswelt entsandt, in der keine Begeg-nung stattfinden kann. Wie schön ist es, wenn alle im Kreis im Tun und gleich-zeitigem Schauen sind. Ich bin offen dafür, angeschaut zu werden. Ist jedoch nur einer in seiner Vorstellungswelt gefangen, stört dies das Ganze. Er ist dann ein Fremdkörper für alle Anderen. Wenn natürlich alle in ihrer Vorstellungswelt isoliert bleiben, vermisst ich auch niemanden. Mit Hilfe meiner Sinne bin ich in Kontakt zu meinen Mitmenschen, muss aber deren Aufmerksamkeit erst erzeu-gen, während Kinder noch auf natürliche Weise zu ihrer Umwelt geöffnet sind. Jeder kennt dies vom Hörsinn. Ich spreche zu jemandem oder zu einer Gruppe und man hört mir nicht zu. Entweder gebe ich es auf zu reden, oder ich bitte um Aufmerksamkeit, dass heißt darum, mir zuzuhören. Ich meine, das Gleiche gilt fürs Schauen.

Es ist mir klar, dass wir in der fernen Zukunft weitere Wahrnehmungsorgane mit Hilfe der Eurythmie entwickeln werden. Aber ich bin mir auch sicher, dass dies nicht über die Vorstellung geschehen wird.

Brigida Baldszun

Liebe Wilburg Keller Roth,

vielen Dank für Ihren Artikel im Rundbrief der Sektion für Redende und Musizie-rende Künste, Michaeli 2020.

Ich möchte Ihnen gerne kurz beschreiben, was ich beim täglichen Üben durch 9 Wochen gefunden habe. In den neun Wochen, während die Schule geschlossen war, habe ich sechs kurze Videos für Laien (Lehrer und Eltern) über die genannte Reihenfolge aufgenommen.

Nach kurzer Zeit wurde ich aufmerksam auf die Verwandlung der Berührungs-punkte:

- **Fußsohle** und Boden bei «Ja» und «Nein».
- **Zehenspitze** und Boden bei «Sympathie» und «Antipathie».
- **Kreuzungspunkt** der Hände in der „E“-Geste.
- **Handrücken** und zunehmend mehr Fläche des Unterarms bei «Hoffnung-U».
- Die **selbstgeschaffene «A»-Gebärde**, durch die man durchgeht bei der «H»-Be-

wegung. (das wäre eine mögliche Art, «A-Verehrung» auszuführen) Die Berührungs punkte sind die Orte, wo unser Bewusstsein hingerufen wird.

- Es beginnt auf dem Erdboden; wird verfeinert, gehoben;
- erscheint in einem Punkt zwischen den Händen; wird vergrößert zur Fläche;
- wird vergrößert in die größte Gebärde des «A», (meistens sind wir uns nicht bewusst, wo die Arme im Raum tatsächlich sind).

Fazit: Die *Selbstwahrnehmung*, die Sphäre der Immunität wird aufgebaut, stimuliert, metamorphosiert und ausgedehnt, wenn man diese 5 Übungen macht.

Mit freundlichen Grüßen

Brigida Baldzun (in Spring Valley, NY)

„Speech Formation“

Die Überlegungen des Michaeli-Rundbriefs zur englischen Übersetzung der deutschen Bezeichnung „Sprachgestaltung“ gehen ausdrücklich von der Annahme aus, dass dieser Begriff für Steiners Kunst des gesprochenen Wortes im deutschen Sprachraum „ganz allgemeingültig ist und immer verwendet werden kann“. Schon die Tatsache, dass die deutschsprachigen Kollegen von dieser festen Annahme ausgehen können, während die englischsprachigen Kollegen die Frage englischer Äquivalente viel beweglicher empfinden, ist ein deutlicher Hinweis auf die anders geartete Veranlagung englischsprachigen Denkens. Dafür ist die Formulierung „weniger begrifflich punktuell und stärker kontextual“ durchaus sinnvoll. Das sollte allerdings keineswegs so verstanden werden, dass die englische Sprache Schwierigkeiten mit der Bildung von präzisen Fachbegriffen im wissenschaftlichen Kontext hätte. Das Gegenteil wird eindeutig durch die weltweite Dominanz von englischen Wortbildungen in den meisten wissenschaftlichen Fächern demonstriert.

Julian Clarke

Das Problem im Falle der Sprachgestaltung röhrt insbesondere daher, dass sie im englischsprachigen Raum als Fach so schwach etabliert ist. Die deutschsprachigen Kollegen können sich in ein unvergleichbar größeres anthroposophisches Umfeld eingebettet fühlen und können auch viel eher davon ausgehen, dass außerhalb dieses Umfelds ein kurzer Hinweis auf Rudolf Steiner verstanden wird. Immerhin hat sich (wie im Rundbrief angegeben) in der nördlichen Hemisphäre die Übersetzung „speech formation“ zumindest in anthroposophischen Kreisen einigermaßen als feststehender Begriff eingelebt. „Rudolf Steiner’s art of speech formation“ wäre eine brauchbare erklärende Standardergänzung, ebenso wie bei Bedarf auf Deutsch „Rudolf Steiners Kunst der Sprachgestaltung“, wobei allerdings im englischen Sprachraum viel eher danach erklärt werden müsste, wer Steiner war. Das Wort „art/Kunst“ ist hier wohl eher im Sinne Steiners als „method/Methode“ oder „technique/Technik“, entsprechend dem Ausdruck „Erziehungskunst“ an Stelle von „Steiners pädagogische Methode“. Die Hauptwörter „art“ und „formation“ sind für den Versuch einer „allgemeingültigen“ Begriffsbildung besser geeignet; die Adjektive „artistic“, „formative“ und „creative“ bieten sich zwar durchaus für erklärende Ausführungen an, es wäre jedoch gänzlich verfehlt, wenn man etwa den beschreibenden Ausdruck „creative speech“ als spezifischen Namen für Steiners Sprachgestaltung reklamieren wollte.

Man könnte sich also wünschen, dass mit der Zeit „Speech Formation“ als Fach unter diesem Namen im englischen Sprachraum so bekannt wird, dass der Ausdruck seinen Weg in das Oxford English Dictionary findet. Dieser Terminus könnte zwar gelegentlich als generelle Alternativbezeichnung für

„elocution“ (Sprecherziehung) missverstanden werden, das gleiche gilt jedoch auch auf Deutsch für „Sprachgestaltung“. In einer Hinsicht ist „speech formation“ viel klarer als der deutsche Ausdruck, der sich (ebenso wie etwa „Sprachforschung“ oder „Sprachregelung“) sowohl auf schriftliche wie auf mündliche Sprache beziehen könnte; „Sprachgestaltung“ könnte also etwa das gleiche wie „Schreibstil“ bedeuten, während mit dem englischen Ausdruck eindeutig die Bildung des gesprochenen Wortes gemeint sein muss.

NACHRÜFE

Margith Wagner

*14. Juni 1942 – † 12. Juni 2020



Am 12. Juni 2020 starb Margith-Sophia Wagner nach zwölfjährigem schweren Leiden in Bayrisch Gmain, zwei Tage vor ihrem 78. Geburtstag.

Margith Wagner war, gemeinsam mit ihrem Mann Reiner Wagner, eine die Geschicke der Eurythmie-Bewegung prägende Persönlichkeit. Sie tat dies mit einer unbedingten Treue zu den Ursprüngen der Eurythmie durch Rudolf Steiner, getragen von einer künstlerischen Offenheit, die in jedem eurythmischen Bewegungselement ein tiefes Erleben und Bewusstsein davon suchte. Die Schüler der beiden Wagners tragen inzwischen das empfangene Gut in alle Welt.

Margith-Sophia wurde am 14. Juni 1942 als drittes Kind ihrer Eltern Margarethe und Otto Teichmann in Zwickau geboren, zusammen mit einer Zwillingsschwester, die aber am 15. Juni bereits starb. Sie wuchs in Ihrer frühen Kindheit zusammen mit ihren älteren Geschwistern in Lauter bei Aue im Erzgebirge auf. Ihr Bruder Frank war damals 5 Jahre, ihre Schwester Christiane Michaela 3. Die Eltern waren beide Lehrer. Die Mutter unterrichtete in Aue. Der Vater war an der Front.

Margith war ein lebhaftes Kind mit langen, goldenen Locken. Sie konnte phantasievoll mit den Geschwistern spielen, aber auch stundenlang allein sein im Garten hinter dem Haus zwischen herumlaufenden Hühnern. Sie spielte dann mit ihren Puppen, oft ihr Taufe-Spiel, und sprach viel mit ihrem verstorbenen Schwesternlein. Vielleicht hat dieses geistige Wesen sie während des ganzen Lebens begleitet und war mit die Ursache für Margiths so elementare Spiritualität? Reiner schreibt in einem Brief: „Wenn Margith traurig war, ging sie in dieser Kindheitszeit in die neben der Wohnung liegende Dorfkirche, setzte sich neben ein großes Glasfenster und lauschte dem Harfenspiel König Davids“.

Zur Mutter fühlte sich Margith ganz besonders hingezogen. Die Mutter durfte schon als Kind die Waldorfschule in Stuttgart besuchen, wo sie auch eine Begegnung mit Rudolf Steiner hatte. Margiths Geburt war mitten im Krieg. Der Vater war damals eingezogen. Zum Kriegsende kam er mit amputiertem Bein auf Krücken nach Hause. Um einer Kriegsgefangenschaft zu entgehen, hatte er sich vom Militär abgesetzt und war weitgehend nachts von Krakau nach Hause gehumpelt. Nach dem Zusammenbruch wollte er wieder seine Lehrertätigkeit aufnehmen, was ihm aber verweigert wurde. Daraufhin setzte er sich nach dem Westen ab, fand aber auch dort nur eine Tätigkeit als Hilfsarbeiter. Innerlich war der Mann gebrochen. Bei den Zurückgebliebenen herrschte der Hunger, bis die Mutter schließlich in der neu eröffneten Waldorfschule in Dresden eine Arbeit

als Sekretärin fand. Als diese aber 1949 geschlossen wurde, floh die Familie nach Stuttgart, wo die Mutter in der Waldorfschule am Kräherwald wieder Sekretärin wurde. So durften die Kinder alle drei die Waldorfschule besuchen. Wegen der damaligen Wohnungsnot konnte die Familie lange nicht vereint sein, bis es schließlich doch gelang. Das Familienleben war ein harmonisches voller Musik und Fröhlichkeit.

Nach der Fachhochschulreife schrieb sich Margith probeweise an der Kunstakademie in Stuttgart ein, da sie Malen immer geliebt und praktiziert hatte. Die Enttäuschung dort war groß. So entschied sie sich, die Lehre zum Einzelhandelskaufmann zu durchlaufen. Nach ihrem Abschluss wechselte sie in ein elegantes Einrichtungsgeschäft nach Heidelberg, um dort zu arbeiten und Geld zu verdienen.

Da kam aber ihr Bruder Frank auf sie zu und machte sie auf das Eurythmiestudium aufmerksam. Er versprach, ihr dabei finanziell zu helfen, was er auch tat. So begann sie zu Ostern 1965 ihr Studium der Eurythmie in Dornach an der Schule von Lea van der Pals. Der Schulleiterin, Frau Proskauer, Imme Reipert und Anita Zingg, ihren Lehrerinnen war Margith immer in Dankbarkeit verbunden.

Dort lernte ich sie kennen. Ich durfte als Sprachgestalter damals dem Kurs, in dem sie studierte, die Soli sprechen. Dabei bewunderte ich Margith von Anfang an in ihrer Kraft, den Stoff des Leibes eurythmisch zu durchdringen und transparent zu machen. Ihre Art, Eurythmie zu gestalten, war eine echte spirituelle Arbeit. Und die künstlerischen Früchte waren überzeugend. Sie war damals schon mit Reiner Wagner verbunden, der uns auf der Eurythmiebühne des Goetheanum wie ein Star erschien. Im Kurs von Margith waren u.a. Birrethe Arden und Isabelle Rivierez, die beide später als Ausbilderinnen tätig waren.

Nach der Ausbildung wurden Wagners von Else Klink nach Stuttgart an die Bühne des Eurythmeum berufen, Margith auch in die Ausbildung. Damals entstand die tiefe Verbindung zur großen Meisterin der Eurythmie. Else Klink kam später immer wieder an die Alanus Hochschule, um dort zu unterrichten.

Dann trat eines Tages im Jahr 1972 Wilfried Ogilvie im Leben der beiden auf. Sie kannten ihn schon von früher. Er sprach mit Beseligung, mit Begeisterung von den Künsten, die sich füreinander interessieren müssten, die voneinander lernen müssten, die sich gegenseitig fördern könnten. Durch dieses Gespräch der Künste und der Künstler wäre eine Steigerung des anthroposophischen Kunstimpulses möglich, eine Vereinigung des platonischen Stromes mit dem aristotelischen, ein Auftrag des Erzengels Michael. Dies schlug ein, denn viele von uns sehnten sich nach der Gemeinschaft der Künste. So entstand der Entschluss, im September 1973 die Alanus-Hochschule mit aufzubauen. Mit etwa 20 Studentinnen und Studenten, verteilt auf die verschiedenen Künste, begann es dann.

Als ich im Herbst 1974 gastweise zu einem Sprachgestaltungskurs nach Alfter an die Alanus Hochschule kam, fand ich im Johanneshof, einer Gründung des Templerordens, Berge von Schutt und Sand vor. In allen Räumen knirschte es unter den Schuhsohlen. Viele Menschen arbeiteten. Man hatte kein Geld und musste alles selber machen. Margith war in Putzkleidung, reinigte die Dozentenzimmer, fegte den Sand in den Räumen zusammen, wusch schmutzige Lappen aus.... Doch eine Stimmung herrschte bei all dem, die echte Geistesglut für einen neuen Impuls war.

Für die Eurythmie entstand bald ein wunderschöner Saal, oben rechts, wenn man durch das Tor in den Hof trat, unter dem Dach. Dort knirschte der Boden nicht und man musste beim Betreten die Schuhe ausziehen. Dort konnte sich die



aufzubauende Eurythmie-Abteilung entwickeln. Und dort machten auch die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter jeden Mittwoch vor der Konferenz gemeinsam Eurythmie mit Margith, jahrelang. Die einzelnen Kurse der verschiedenen Abteilungen wuchsen sehr schnell an und über die Jahre fand der Hof immer mehr die Gestaltung, die man heute noch erkennen kann.

Die Eurythmiedozentinnen und -dozenten bildeten bald mit ihren Absolventinnen und Absolventen zusammen eine Bühnengruppe, die regelmäßig übte. Natürlich wurden wir - ich war der Sprecher des Ensembles - 1979 zur Mitwirkung an der großen öffentlichen Tagung der Anthroposophischen Gesellschaft mit dem Thema „Die Würde des Menschen“ in der riesigen Messehalle von Köln eingeladen. Und die Tagung wurde zu einem Erfolg. Jedes Jahr tournierten wir, meist im Rahmen der anthroposophischen Einrichtungen, aber auch in öffentlichen Sälen. Der Höhepunkt der Tourneen war 1982 und führte uns nach Skandinavien. Orte wie Järna, Hamar, Bergen, Aarhus lagen auf unserem Weg. - Warum erzähle ich das alles? Es war Margiths und Reiners Werk, das wir durch die Welt trugen und das überall aufgenommen wurde.

Welche Rolle spielte Margith künstlerisch bei den Aufführungen? Ihre Vorlieben für bestimmte Dichter und Komponisten waren Novalis, Goethe und Mozart. Jeglicher Ehrgeiz lag ihr fern. Dafür konnte sie sich voll hingeben dem, was möglich, sinnvoll und geistig aktuell war. Sie erschien auf der Bühne wie eine Sonne, die alles erwärmte und erhelle. Sie selbst trat nie in den Vordergrund. Unermüdlich war ihre Schaffenskraft. Den Studenten war sie mehr eine eurythmische Mutter. Sie trug sie mit all ihren Schwierigkeiten, wenn sie die innere Substanz der Lernenden spürte. Ein gewisses Beharrungsvermögen ihrer Vorstellungen machte manchmal die Gespräche schwer. Doch wenn man sie darauf aufmerksam machte, gab sie schweigend nach. Wenn Margith mitteilen wollte, was in ihr vorging, holte sie tief Atem und sprach dann langsam mit episch gegründeter Sprache aus, was sie bewegte. Man konnte dann ihre ganze Spiritualität und Moralität erleben. Ein Traum wurde ihr zum Leitmotiv. Reiner Wagner drückt das so aus: „Rudolf Steiner führte sie durch das Goetheanum. Er erklärte ihr die vielen Formen. Dann nahm er ihre Hand, führte sie über die geschnitzten Flächen und sagte zu ihr: Alles geschnitzt aus Liebe.“

Besonders war Margith mit der Schule von Chartres verbunden. Abgesehen von den Hochschulexkursionen an diesen besonderen Ort, führte sie immer wieder der Weg nach Chartres, mit Studenten, mit der Bühnengruppe, mit ihrem Bruder. Dieser Ort war ihr wie eine innere Heimat.

Zu den Helfern der Eurythmie-Abteilung gehörte vor allem Barbara Ferger, die zunächst bei den Aufführungen mitwirkte, später auch im Unterricht. Dio Engelbrecht kam aus Stuttgart nach einigen Jahren dazu und gab ihre ganze Kraft in die Hochschule. Eine ganz besondere Beziehung hatte Margith zu unserem Arzt, Vorstandsmitglied und Dozenten Dr. Günter Schönemann, ohne den die Hochschule niemals entstanden und durchgetragen worden wäre.

Dann kam 1989, die Wende. Für uns hatte dies zur Folge, dass 50 % der staatlichen Förderung gestrichen wurden und die Existenz der Hochschule in Frage stand. Margith ging mit Reiner 1991 für ein Jahr nach Moskau. Sie halfen dort in der aufzubauenden Ausbildung. Als sie zurückkehrten, verließ uns Reiner um der finanziellen Not der Hochschule willen. Er hat später immer wieder für längere oder kürzere Zeit mitgeholfen, aber ohne Honorar. Auch andere Kollegen verließen Alfter und bald kamen neue... Eine völlige Umstrukturierung der Hochschule fand statt.

2002 geht Reiner fest nach Bayrisch Gmain.

2006 stirbt Margiths Bruder Frank Teichmann.

Das Jahr 2008 bringt nochmal etwas Besonderes. Margith ergreift die Initiative zu einem Treffen allerjenigen, die die Hochschule mit aufgebaut hatten als ständig Mitwirkende, als Dozentinnen und Dozenten, als Studentinnen und Studenten. Sie will ein Gespräch der Gründergeneration mit den neuen Mitarbeitern anregen. Außerdem bittet sie alle, die für sie erreichbar sind, Beiträge für ein Buch zu verfassen, das sie anlässlich dieser Begegnung herausgeben will. Beides kommt zustande. Die Begegnung wird zu einem Fest, das aber viele Fragen aufwirft.

2008 verletzt sich Margith schwer am Fuß. Sie geht nun für immer zu Reiner nach Bayrisch Gmain. Die nächsten Jahre bringen ein ständiges Auf und Ab der Besserung und Verschlechterung der offenen Beine. Klinikaufenthalte häufen sich. Sie trägt ihr Leid und das allmähliche Versiegen ihrer Kräfte mit großer Geduld und bewahrt immer die für sie so sprechende Menschenwürde. Schließ-

lich stellt sich mitten in der Coronazeit der einsame Tod ein.

Zum Abschluss seien einige wenige Worte von Reiner Wagner aus dem erwähnten Buch hingestellt: „Margith Wagner war wie eine Priesterin im Tempel, die für uns alle die heilige Flamme hütete. Sie war die Seele dieser Hochschule, die so manches Mal mit Strenge oder mit ihrem feurigen Enthusiasmus alles wie eine Sonne durchstrahlte. Sie war gleich einem Strom, der das Hüben mit dem Drüben verband und immer Brücken zu bauen wusste.“

Martin Georg Martens

Paul Heilmann

*12. Oktober 1935 in Basel – † 10. August 2020 in St-Légier/Vevey

Paul Heilmann kommt am 12. Oktober 1935 in Basel zur Welt. Sein Vater, ein Goldschmied, stirbt 1940. Paul ist erst 5-jährig. Es ist Kriegsbeginn und Paul wird eine Weile von den Diakonissen aufgenommen, bevor er wieder bei seiner Familie leben kann. Seine Mutter nimmt ihre Arbeit als Stenografin wieder auf, die sie in mehreren Sprachen, einschließlich Französisch, beherrscht.

Er besucht die Schule, in der ihn nur der Französischunterricht wirklich interessiert. Mit 12 Jahren beginnt er das Klavierspiel. Seine Mutter, eine Musikliebhaberin, nimmt ihre Kinder öfters in klassische Konzerte mit. Sie hört sehr oft Radiosendungen des angrenzenden Frankreich, so dass der halbwüchsige Paul seinen französischen Akzent mit Liedern von Edith Piaf und Georges Brassens übt!

Nach Schulabschluss verbringt er ein Jahr in Genf. Nach seiner Heimkehr besucht er Zeichen- und Malkurse, vertieft das Klavierspiel mit dem Komponisten André Delapierre und übt Flöte mit Elisabeth Altmeyer.

Um Geld zu verdienen, übernimmt er kleine Jobs sowie das Rasenmähen eines Privatgartens; so lernt er den Besitzer, einen gewissen Marcel Altmeyer kennen. Dieser ist ein anthroposophischer Eurythmist und Sprachgestalter, Schüler von Marie Steiner. Dank seiner Initiative wurde die Sprachgestaltung auf Französisch entwickelt. Marcel Altmeyer ist auch Kunsthändler. Er stellt den jungen Paul als seinen Assistenten an. Paul reist mit seinem Citroën Cabrio zwischen Basel und Paris und transportiert Kunstwerke, darunter Gemälde von Chagall, Matisse und Picasso. Schließlich wohnt er zwei Jahre lang in Paris. Er hat mit vielen Künstlern Kontakt. Marcel Altmeyer führt ihn in die französische Literatur, Dichtung und das Theater ein; Paul nimmt alles auf und will Schauspieler werden. Er besucht das pädagogische Seminar am Goetheanum; schreibt sich auch in der Schauspielschule am Goetheanum ein, doch der Kurs ist ausgebucht.

«Kurz nach dieser Antwort beim Spazieren im Park der Lukas Klinik habe ich die Malerin Annie Heuser, Freundin von Elena Zuccoli, getroffen; Wir haben eine Weile diskutiert und ich habe ihr von der Absage, die ich kürzlich von der Schauspielschule erhalten hatte, erzählt. Frau Heuser hat ganz einfach geantwortet: „Ja so, dann schreiben Sie sich doch in unserer Eurythmieschule ein!“

Dann hat mich Elena Zuccoli zum Tee eingeladen; während des Gesprächs hat sie mir vorgeschlagen: „Kommen Sie morgen in die Schule!“

So einfach und spontan waren die Dinge zu dieser Zeit!»

So kommt er an einem Montag im September 1957, kurz vor seinem 22. Lebensjahr, ans Goetheanum, um die Eurythmieausbildung von Elena Zuccoli zu absolvieren.

«Von diesem Moment an und, man könnte sagen, bis heute noch, habe ich nie aufgehört mit Elena Zuccoli zu arbeiten. Ich sah sie und wollte alles wissen, alles



Die Zitate von Paul Heilmann stammen aus seiner Lebensgeschichte, die 2018–2019 erzählt wurde und veröffentlicht werden wird.

Übersetzung ins Deutsche:
Catherine Anne Zimmermann

lernen und ich war sehr präzis. Beim Eurythmisieren mit ihr wurde ich ein zweites Mal « geboren ». Im Leben hängen viele, wichtige Begebenheiten mit echten Beziehungen zusammen... Sie lebte in einem kleinen Haus neben dem Goetheanum. Abends erzählte sie harmlose Anekdoten, die unsere Gespräche spontan bereichert. In Realität waren diese Geschichten sehr wichtig. All dies erzeugte eine spezielle und fantastische Stimmung. Mein ganzes Leben war von Anthroposophie, Kunst und Eurythmie gefärbt und geprägt. Elena Zuccoli war nicht nur für Bewegung begabt. Sie war für Kunst begabt!»

Paul, der als Kind kein Musterschüler war, macht sich während seiner Ausbildung mit Begeisterung und großem Ernst ans Studium der Anthroposophie und widmet sich speziell allem, was mit der Kunst, mit der Entstehung und der Entwicklung der Eurythmie im Zusammenhang steht; er eignet sich dadurch ein seltenes Wissen über dieses Fach an.

«Die Ausbildung dauerte 3 Jahre; ich habe im Februar 1960 abgeschlossen und habe angefangen in der Zuccoli-Schule zu unterrichten. Ich hatte eine außergewöhnliche Ausbildung erhalten. Es war großartig. Nach dem Studium habe ich direkt in der Bühnengruppe mitgewirkt. Ich war von morgens bis abends auf der Bühne und war bei Aufführungen im In- und Ausland dabei. Mein erstes Bühnenjahr 1960–1961 war das hundertste Geburtsjahr von Rudolf Steiner».

Er besucht die Heileurythmie-Ausbildung bei Dr. M Kirchner Bockholt, Trude Thetter, Dr. Ilse Knauer.

Während der Ferien verreist er oft mit Elena Zuccoli und Freunden: Es sind Kulturreisen, die manchmal auch etwas Esoterisches berühren. 1963 zum Beispiel erforschen sie ganz Peloponnes und die griechischen Inseln bis Troja; Paul besucht den Berg Athos. Sie wohnen auch oft im Tessin, in einem Häuschen über Ascona, ganz nah am Monte Verita. Paul entwickelt sich in einer starken Umgebung, wo die Eurythmie intensiv lebt.

«Ich war jung, sehr jung... Man versteht nicht alles, wenn man so jung ist, aber ich tauchte in eine ganz spezielle Stimmung ein, mit wirklich außergewöhnlichen Persönlichkeiten. Während zehn Jahren war ich täglich am Goetheanum, ich wohnte zoom daneben... nur! Alles was ich sah und erlebte war essentiell. Alles, was ich sah, ist ohne Zweifel wichtiger als eine Konferenz... Indem ich den anderen zuhörte, lernte ich; Ich hörte, schaute zu und danach konnte ich ausprobieren, üben und nochmals üben...».

1965 lernt Paul Bernadette Duvann kennen, eine junge, französische Kunstmalerin, die ein Zimmer im Hause von Virginia Brett mietet, wo auch er wohnt. Bernadette besucht seine Kurse und macht die Ausbildung an der Zuccoli-Schule.

Oft fahren sie nach Frankreich, um Eurythmie-Kurse zu geben, zum Beispiel monatlich in Chatou im Foyer Michaël von Pierre Della Negra und im Sommer für längere Aufenthalte. Das knüpft tiefe und andauernde Verbindungen. Die Kontakte mit Frankreich sind wirklich wichtig. Sie heiraten 1968 auf dem Standesamt von Dornach, dann ziehen sie um, nach Saint-Prex, am Genfersee. Paul ist 33-jährig. Er ist an der Fondation Perceval angestellt, wo er fast bis zu seinem Lebensende die Eurythmie weitergibt.

Seine eurythmische Arbeit dient ab dann der Entwicklung der Eurythmie in französischer Sprache in der Französischen Schweiz und in Frankreich. Von 1968–1974 bereitet er mit Madame Simone Rihouët-Coroze die Eröffnung einer französischen Eurythmieschule vor. Dann gibt Dr. Leonardo Fulgori die Idee für eine Eurythmieschule in Saint-Prex und stellt für die Anfänge einen Saal in Perceval zur Verfügung. Paul erzählt später:

«Damit Eurythmie auf Französisch existiert, musste man Eurythmisten auf Französisch ausbilden».

Die Schule eröffnet am 16. September 1974 in Saint-Prex, es ist die erste französische Eurythmieschule, die von der Sektion für Redende und Musizierende Künste anerkannt wird.

Die mit Simone Rihouët-Coroze angefangene Arbeit zieht sich noch über mehrere Jahre hin.

Um die Schule zu unterstützen, entsteht 1975 der Verband Association pour l'Eurythmie de Langue Française.

1982 wird ein weiterer Verband Association Eurythmée Lausanne gegründet, der seine ganzen Impulse beinhaltet: die Eurythmieschule, das Bühnenensemble Eurythmée Lausanne und vielerlei öffentliche künstlerische Ateliers.

1988 gründet er eine Eurythmie-Bühnenausbildung und später eine Teilzeit-Eurythmieausbildung.

Paul Heilmann und Christof Graf gründen 1999 einen Verband der drei Schweizer Eurythmie-Schulen, die von der Sektion für Redende und Musizierende Künste am Goetheanum bereits anerkannt sind. Diese Gründung ergibt schlussendlich den Schweizerischen Eurythmieverband.

Das letzte Diplom stellt er 2013 aus.

Paul Heilmann sprach ein akzentloses Französisch und seine Liebe für die französische Kultur war ohne Grenzen, er hat nie aufgehört, sich zutiefst dafür zu interessieren, und verfügte über ein beeindruckendes Wissen. Wir erinnern uns zum Beispiel an seine Aufführung *Fêtes Galantes* und *Masques et Bergamasques*, die soviel Finesse und Schönheit in sich vereinigte, mit Gedichten von Paul Verlaine und Musik von Claude Debussy, den zwei Blüten unserer Kultur.

Sein Unterricht war dank seines fundierten Anthroposophie-Studiums und durch seine tiefen Kenntnisse über die Entwicklung der Ursprünge der Eurythmie mit Anekdoten gespickt, dabei gleichzeitig präzise und lebendig. Er hat zahlreiche Eurythmisten der Umgebung, ausgebildet, und wenn es in der französischen Schweiz so viele Eurythmisten gibt, schulden wir es sicher auch seinem Impuls.

Dieser Mensch hat sein ganzes Leben der eurythmischen Kunst gewidmet. Er hat sich mit Körper und Seele bis zu seinem letzten Atemzug eingesetzt, um die Fackel der französischen Eurythmie hochzuhalten.

Sein strahlendes Lächeln, seine eleganten Bewegungen und der spezielle Klang seiner Stimme werden lange in unserer Erinnerung bleiben.

Am 10. August 2020 ist ein großer Pionier der Eurythmie französischer Sprache über die Schwelle in die geistige Welt eingetreten.

Möge er uns auch weiterhin inspirieren und unsere zukünftigen eurythmischen Impulse unterstützen.

Sylvie Blanchon

Eva Maria Neuffer

*6. Januar 1928 – † 15. September 2020

Am 15. September durfte Eva-Maria in den letzten Stunden ihres Lebens mit immer wieder tönen „A“- und „R“-Lauten in den Armen ihrer beiden Töchter den irdischen Lebensweg beschließen! Ein Leben, das geprägt war von der Begeisterung und der Hingabe für die Kunst der Sprache und der Eurythmie, sowie deren Vermittlung und Gestaltung in der Gemeinschaft.

Die letzten zwei Jahre war Eva-Maria, bedingt durch einen Schlaganfall, nicht nur an den Rollstuhl gefesselt, sondern sie verlor auch für geraume Zeit die Möglichkeit zu sprechen. Dies war für sie als sprach- und bewegungsbegabter Mensch äußerst schwer zu ertragen, dennoch nahm sie ihr Schicksal an!

Eva-Maria kam an einem kalten Dreikönigstag 1928 in Ludwigsburg zur Welt. Kaspar, Melchior und Balthasar waren gleichsam ihre wegweisenden Paten! Ihr Vater war promovierter Chemiker und ihre Mutter Kinderkrankenschwester.



Dank der finanziellen Unterstützung ihrer Großeltern, konnten sie und ihr drei Jahre älterer Bruder Suso (Vetter, der langjährige Herausgeber des Sternenkenders am Goetheanum) in den Waldorf-Kindergarten in Stuttgart gehen. Als sie in die erste Klasse kommen sollte, war der Unterricht an der Waldorfschule bereits durch den Nationalsozialismus verboten!

1939 brach der Krieg aus und ihre Tagebucheintragungen zu den Ereignissen klingen erschütternd.



1945, nach dem Ende des Krieges, konnte sie ein Schuljahr in der wieder eröffneten Waldorfschule verbringen.

1946 ging sie nach Köngen, um bei Else Klink ein Eurythmiestudium zu beginnen, das sie mit Diplom abschloss.

1951 führte sie der Ruf des Schicksals als Eurythmielehrerin zunächst nach Montelieu in die Heimschule von Rudolf Kutzli und anschließend nach Dornach zu Marie Savitch ins Bühnenensemble. Danach kam sie über Bremen, Järna und Heidenheim nach Ulm. Hier begegnete Eva-Maria zu wiederholtem Male Helmut Neuffer, der bereits an der Freien Waldorfschule seine Unterrichtstätigkeit als Klassenlehrer begonnen hatte.

1954 heirateten die beiden und die Ulmer Waldorfschule wurde ihr langjähriger Wirkenskreis.

1971 begann sie eine berufsbegleitende Ausbildung zur Sprachgestalterin mit Ferienkursen bei ihrem Schulkollegen Wilfried Hammacher sowie Einzelstunden bei Dr. Greiner und schloss 1975 mit einer Prüfung in Dornach ab.

1978-89 ging sie an die Eurythmieschule und Ausbildungsstätte Grafrath von Friedhelm Gillert.

Ihr Betätigungsfeld gliederte sich dort in drei Bereiche: in den Sprachgestaltungsunterricht für die Studenten, das Sprechen für die Bühne, sowie die Eurythmie mit der Bühnengruppe.

Neben der Eurythmieschule in Grafrath erteilte sie auch Unterricht am „Seminar für künstlerische Therapie“ bei Dr. Fischer in Blaubeuren und eröffnete ein „Studio für künstlerisches Gestalten“ mit einem vielfältigen Programmangebot in Ulm.

2009 übersiedeln die Eheleute nach Überlingen in das Seniorenheim Haus Rengold, bedingt durch einen Unfall und die folgende Pflegebedürftigkeit ihres Mannes.

Dort rief sie einen Sprechchor ins Leben und brachte sich ganz wesentlich bei der Gestaltung der Jahresfeste ein.

Sie wollte sich nicht in den „wohlverdienten Ruhestand“ zurückziehen. Ihr Herz drängte es, weiter zu schaffen, denn nur so erlebte sie sich als „wahrhaft Mensch“!

Spannend ist es, das Wesen Eva-Marias, das, was sie als ganzen Menschen ausmachte, auf vier Ebenen zu betrachten.

Ihren physischen Leib durchzogen seit dem dritten Lebensjahr, nach einem folgenreichen Sturz mit Knieerguss, Schmerzen, die sich im Sieben-Jahresrythmus bis ins Alter und jeweils ohne äußereren Anlass mit bis zu einem Jahr notwendiger Genesungszeit wiederholten.

Demgegenüber standen ihre ausgeprägten Ätherkräfte, die sie nicht zuletzt auch durch ihre berufliche Laufbahn in besonderer Weise nutzen konnte.

Auf der seelischen Ebene kamen ihr Schönheitssinn und die Begeisterung für die Kunst besonders zum Tragen, die sich im inneren Spannungsfeld zwischen Cholerik und Melancholie bewegten.

Um das neunte Lebensjahr, in der Zeit des Rubikons, hatte Eva-Maria zwei einprägsame Schlüsselerlebnisse, die ihr ganzes weitere Leben leitmotivisch bestimmen sollten:

Das erste Ereignis trug sich zu, als es Eva-Maria mitten auf der Straße wie ein heller Blitz durchfuhr und eine Stimme ertönte, die ihr sagte: „Ich bin das Licht!“

Das zweite Ereignis, das für sie schicksalsbestimmend werden sollte, war die Teilnahme an einem Persephone-Spiel in der Christengemeinschaft in Stuttgart. Dabei fiel ihr die Rolle der Persephone selbst zu! Jene mythische Gestalt, die als

Sinnbild des Strebens nach dem Urselbst der menschlichen Seele nicht ihre Unsterblichkeit genießen kann, sondern von Zeit zu Zeit in das Reich des Hades gehen muss....

Gleichsam wie ein Motto begleitete Eva Maria dieses Persephone-Thema durch ihr Leben!

Beginnend um das 56. Lebensjahr setzte sie sich intensiv mit dem Monodrama „Proserpina“ von Goethe auseinander. Goethe selbst sagte, wie er das Drama gestaltet haben wollte, nämlich in der Vereinigung der Künste wie Malerei, Musik, Sprache und Bewegung. Sie setzte die Angaben Goethes um und brachte das Stück im Leopold-Theater in München zur Aufführung mit einer eigens von Friedhelm Gillert für sie geschriebenen Musik.

Knapp sieben Jahre später verwirklichte sich ein seit Kindertagen lange gehegter Wunsch, sie konnte dieses Proserpina-Drama an einem Orginalschauplatz der eleusinischen Mysterienstätte, zwischen den Säulen des Kabiren-Heiligtums in Samothrake selbst zur Aufführung bringen.

Als Ich-Menschen konnte man Eva-Maria besonders dort erleben, wo sie gestaltend, konzipierend, unterrichtend oder studierend tätig war.

Sie war zeitlebens fasziniert von der „Verwandtschaft“ der beiden Künste Sprache und Eurythmie und dem Umgang mit der „Ätherluft“ in beiden Bereichen. Ihre Begeisterung ließ sie die Zusammenhänge intensiv studieren. Angeregt durch die Arbeit von Dr. Giesbert Husemann und beeindruckt von der Ähnlichkeitsmetamorphose der beim Sprechen und Bewegen beteiligten Organe, entwarf sie in Schrift und Bild ein Raum-Zeit-Diagramm zu den beiden Künsten. Aus dieser Beschäftigung heraus konzipierte sie auch einen neuen Studienplan mit einer Grundausbildung für beide Studienrichtungen Eurythmie und Sprachgestaltung, den sie in Dornach einreichte.

Vier Säulen waren ihr wichtig im Leben: die Kunst, die Sprache, die Eurythmie und die Gemeinschaft. Sie hinterlässt eine Fülle an Skizzen, Studien, Zeichnungen und Eurythmieformen. Daneben Entwürfe für Plakate und Bühnenbilder, sowie Arbeiten zu selbstentworfener Goldschmiedekunst, selbstgenähten, künstlerisch gestalteten Kleidern, Puppenspiel-Figuren und selbst verfassten sowie illustrierten Bilderbüchern. Es entstand auch ein Gemäldezyklus zu den Eurythmiegebärdcn, Darstellungen von atmosphärischen Landschaften und Bilder mit den Jahreszeitenimaginationen, zudem eine sehr große Fülle an Gedichten.

Eva-Maria war ein Willensmensch, der mit dem Feuer der Begeisterung und einer scheinbar nie enden wollenden Lebensenergie gestaltend tätig war. Dies wollte sie immer gerne mit anderen Menschen teilen, wie schmerhaft für die melancholische Seite in ihr, wenn das Echo dieses Feuers sofort verebbte oder gar nicht erst einen Widerhall fand. Dabei war ihr ganzes Sinnen und Trachten stets auf die Zukunft gerichtet. Es ging ihr nicht um die „Anbetung der Asche, sondern um die Weitergabe des Feuers“. Als am Drei-Königs-Tag Geborene war es ihr immer wichtig, den Epiphanias-Gedanken hereinzunehmen und das Erscheinungsfest ins Zentrum ihres Wirkens zu stellen. Das Licht, das sie als Neunjährige hatte „schauen“ dürfen, dem ist sie gefolgt.

Illona Neuffer

Es jauchzen die Höhen
Es leuchtet das All
Sie flutten zur Erde hernieder
Und suchen die Menschen,
Die tasten im Dunkel
Der Schwere des Schicksals,
Sie finden die Seelen,
Die tragen die Keime
Der künftigen Erde.....
Im feurigen Fühlen
Im wandelnden Willen
Im denkenden Ich.

Eva-Maria Neuffer 2010

Edeltraut Zwiauer

*20. August 1925 – † 4. November 2020



Die Eurythmie war ihr Leben – die Musik durchklang ihr Leben – ein reiches, hingebungsvoll-schenkendes Erdenleben, das am 4. November dieses Jahres zu Ende gegangen ist.

Im Todesjahr Rudolf Steiners, am 20. August 1925, wurde Edeltraut Mayrhofer, begleitet von Blitz und Donner eines Gewitters, geboren. Die Mutter, laut Aussage von Edeltraut eine Könnerin am Klavier, führte ihre Tochter in die Welt der Musik ein. Sie spielte dem unter dem Klavier liegenden Kind Beethoven, Schubert und vor allem Bruckner vor, sobald morgens der Vater, ein Mittelschulprofessor für Mathematik und Physik, die Wohnung verlassen hatte. Doch das Klavier, das bemerkte Edeltraut bald, war nicht ihr Instrument. Singen im Chor der Volksschule, in den sie auch ohne jegliche Kenntnis von Noten aufgenommen wurde, beglückte sie dagegen sehr. Später entdeckte sie das Cello als ihr Instrument. Sie beknierte den Vater über Monate, bis er eines für sie erwarb, das sie „Fra Angelico“ nannte und als ihren besten Freund empfand. Sie bekam mit Senta Benesch eine hervorragende Cello-Lehrerin.

Das Cello und damit die Musik begleiteten sie durch die fordernden Jahre des Hitlerregimes und die schrecklichen Erlebnisse des Krieges.

Eine schicksalhafte Begegnung war jene mit ihrer Kunstlehrerin Traute Conrad am Gymnasium, eine wohl durch und durch künstlerische Seele, zu der Edeltraut liebevoll-verehrend aufblickte, weil sie mit ihrem Unterricht dem empfindsamen Mädchen die sonst eher als qualvoll erlebte Zeit im Gymnasium aufhellte. Diese Traute Conrad war eine Verwandte der Familie Zwiauer und machte nach dem Krieg ihre – ehemalige – Schülerin mit der Familie bekannt – Johannes allerdings befand sich zu der Zeit noch in amerikanischer Kriegsgefangenschaft. Schnell bekam Edeltraut bei den Zwiauers einen Spitznamen: Der „Pfiff“ wurde sie genannt aufgrund ihrer für Mädchen eher ungewöhnlichen Fähigkeit, auf zwei Fingern sehr laut und durchdringend zu pfeifen.

Sie begann Musikwissenschaft an der Wiener Universität zu studieren und wollte dieses Studium mit einem Doktorat abschließen. Die umfassenden Kenntnisse, die sie in diesem Studium erworben hat, gab sie später voller Enthusiasmus an zahllose Eurythmiestudentinnen und -studenten weiter.

Mitten im Studium stand er auf einmal vor ihr: der schmächtige, aus der Gefangenschaft zurück gekehrte Chemiestudent Johannes Zwiauer – mit einer Geige unter dem Arm. Geige und Cello wurden ein unzertrennliches Kammermusik-Duo.

Johannes machte Edeltraut auf langen gemeinsamen Spaziergängen mit der Anthroposophie bekannt, deren umfassendes, differenziertes Welt- und Menschenbild ihr vertraut schien, ohne dass sie vorher etwas davon gehört hatte. Doch auch die Eurythmie lernte sie durch ihn kennen und konnte es kaum fassen, dass man diese ihr engelsgleich erscheinende Kunst erlernen könne. So fand sie zu dem eigentlichen Instrument ihres Lebens und studierte Anfang der 50er Jahre bei Trude Thetter und Friedl Meangya.

Das Zwiauer-Duo wurde zum Quartett erweitert durch die Geburten von Florian und Matthias – und tatsächlich wurde bald, nachdem die Söhne auch Geige und Cello erlernt hatten, viel vierstimmige Hausmusik gemacht

Als Eurythmistin war Edeltraut Zwiauer dann in vielfältigster Weise tätig: Über viele, viele Jahre nahm sie in wöchentlichen Kursen Kinder in mütterlich-liebevoller Weise mit in die bildhafte Bewegungswelt der Eurythmie, brachte aber auch

Jugendliche mit ihrem Enthusiasmus, Humor und Können in künstlerisch beseelte Bewegung. Zu ihren künstlerischen Fortbildungskursen kamen Waldorflehrerinnen aus dem ganzen deutsch-sprachigen Raum, um sich wieder frische Kraft zu holen.

Auf der Bühne beeindruckte und berührte sie zahllose Menschen durch ihre empfindsame, den Umkreis ihres Instrumentes durchleuchtende Bewegung; mir persönlich besonders in Erinnerung sind hier die Gestalt des Tamino in „Der Zauberflöte zweiter Teil“ von Goethe oder die des Engels Raphael in der Tobias-Legende aus dem Alten Testament, Gedichte von Albert Steffen, die sie mit besonderer Hingabe eurythmisierte, oder Sätze aus den Rosenkranz-Sonaten von Franz Biber. Von anderen Menschen gibt es da sicher unzählige weitere Erinnerungen, die sich in die Herzen eingeschrieben haben.

Als Ende der 70er Jahre Friedl Meangya aufgrund ihrer sich verschlimmernden Krankheit ihre Unterrichtstätigkeit aufgeben musste, übernahm Edeltraut Zwiauer die Lauteurythmie im damaligen Oberkurs (oberster Jahrgang). Das war der Beginn ihrer Tätigkeit als Eurythmie-Dozentin in der Ausbildung. Nach dem Tod von Trude Thetter wenige Jahre später übernahm sie zusammen mit Sigrid Kudlik die Leitung der Eurythmieschule Wien.

In dieser Funktion war sie über 30 Jahre lang voller Hingabe tätig, viele davon in Zusammenarbeit mit Adelheid Petri. Mit einem möglichen Ende dieses Wirkens sah Edeltraud Zwiauer – wie sie wiederholt äußerte – auch das Ende ihres Erdenlebens auf sich zukommen. Das Schicksal wollte es anders: Nach mehreren Stürzen kurz vor ihrem 90. Geburtstag war die Fortsetzung ihrer Tätigkeit in der Eurythmieschule nicht mehr möglich. Ein Jahr später übergab sie zusammen mit Adelheid Petri und Johannes Zwiauer offiziell die Leitung an die nächste Generation. Als zu Frühlingsbeginn 2018 ihr geliebter Johannes die Schwelle überschritt, dachten viele, Edeltraut werde ihm ganz bald folgen. Doch sie ertrug ihre zunehmende Unbeweglichkeit noch weitere zweieinhalb Jahre und durfte drei Urenkelkinder auf dieser Erde begrüßen. Bei diesen Begegnungen strahlte ihr Gesicht immer in seltener Glückseligkeit.

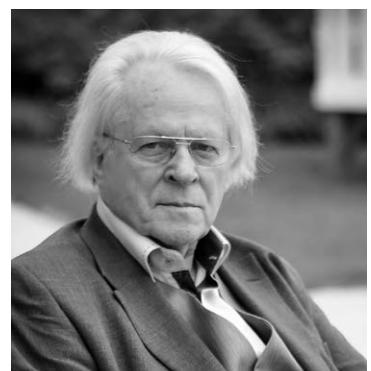
Für ihr umfangreiches eurythmisches Wirken und die vielen, vielen einfühlsamen, fürsorglichen, liebestrahlenden menschlichen Begegnungen töne ihr ein vielstimmiges weltweites DANKE entgegen!

Gabriela Zwiauer

Wilfried Hammacher

*14. April 1928 – † 5. Januar 2021

Ein Nachruf wird im nächsten Sektionsrundbrief veröffentlicht werden.



Andreas Delor

*26. Dezember 1950 – † 26. September 2020



Der am 26. September verstorbene Andreas Delor war ein bedeutender Musiker und Forscher, der mehr Beachtung verdient, als er bisher gefunden hat. Sein Hauptwerk liegt so gar nicht in Bereichen, die man normalerweise erwarten würde, sondern darin, Menschen, Ideen, Denkansätze, Impulse, Strömungen, Generationen, Kulturen usw. fruchtbar zusammenzuführen.

Im Frühjahr 1980 fand mich die Einladung zu einem Treffen, bei dem einige seiner Sekundskalen-Stücke für eine Tagung eingeübt werden sollten. Dieses Treffen veränderte mein Leben ganz entscheidend. Zwar war mir fast alles neu: die Skalen-Intonation, die Arbeitsweise und die gedanklichen Einordnungen. Und trotzdem sprang ein Funke über, der eine lange Lehrzeit, Zusammenarbeit und meine künstlerischen Ziele entfachte.

Andreas Arbeitsweise, die wir oft nicht nur scherhaft als „professionellen Dilettantismus“ bezeichneten, erwies sich mit der Zeit als überaus fruchtbar und inspirierend; sie ließ vieles offen, kümmerte sich liebevoll, zielgerichtet und überaus treu und gründlich um Werdendes und Unvollkommenes und stieß immer wieder in vorher nicht zu ahnende Qualitäten und Tiefen vor. In ihr wirkten hochgradiges Künstlertum und Forschergeist in überaus moderner Weise zusammen.

Offenes, Zukünftiges interessierte ihn besonders, auch wenn er wusste, dass es heute noch nicht voll ergriffen und umgesetzt werden kann. Und er hatte keine Angst, damit anzuecken oder gar für einen Spinner gehalten zu werden.

So suchte er überall nach Zukunftsimpulsen: in der zeitgenössischen Musik und im anthroposophischen Musikleben, aber auch weit darüber hinaus. Wo er einen echten Impuls sah oder auch nur ahnte, versuchte Andreas, die Menschen kennenzulernen und ins Gespräch zu kommen, ganz egal, wie er persönlich, mit seinen eigenen Anliegen zu diesen Impulsen stand. So gewann er einen einzigartigen Überblick über das, was in der anthroposophischen Bewegung musikalisch los ist. Zusammen mit dem, was er in der zeitgenössischen Musik seit Debussy fand, ergab sich ihm ein großes Bild, eine geistig-musikalische Signatur von drei Strömungen: einer apollinischen, einer dionysischen und einer mittleren christlichen Strömung. Das Apollinische sah er vor allem im atonalen Umgang mit den zwölf Tönen (Expressionismus, Avantgarde), das Dionysische im Umgang mit den Kulturepochen-Skalen, möglichst in Reinintonation, (Impressionismus, Rock-Musik der 70er) und das Christliche in einer Steigerung, in der das Wesentliche der beiden ersten Strömungen zu einer neueren, höheren Einheit zusammenfließt (nur wenige zaghafte Ansätze).

Dabei, so seine Überzeugung, kann die dritte Strömung sich erst wahrhaft als ganz Eigenständiges entfalten, wenn die ersten beiden urtypisch rein und unvermischt entwickelt sind. (Siehe auch: Andreas Delor „Neue Musik und Anthroposophie“)

Mit diesen Impulsen eine freie Musikschule zu gründen, in der pädagogisch, therapeutisch, künstlerisch, improvisatorisch, kompositorisch und instrumentenbaulich suchende junge Menschen Schulungswege finden können, das war Andreas Delors entscheidender Impuls. In dem Jahrsiebt von ungefähr 1979 bis 1986 war dafür der Himmel offen, und es gelang ihm mit der „Tagung für Neue Musik und Neue Instrumente“, die achtmal stattfand. Hier begegneten sich viele Menschen der unterschiedlichsten Richtungen und Generationen (Heiner Ruland, Pär Ahlbom, Manfred Bleffert, Jürgen Schriefer u.v.a.m.), die sich sonst

Viele Aufsätze und Kompositionen Andreas Delors sowie ein Lehrplanentwurf und Hinweise auf seine Buchveröffentlichungen finden sich auf seiner Website: andreas-delor.com.

wahrscheinlich nie gegenseitig wahrgenommen hätten. So entstand zwar nicht die freie Musikschule, die sich Andreas vorstellte, doch bildeten die Tagungen den Kristallisierungspunkt für vieles, was heute in der anthroposophischen Bewegung substantiell musikalisch los ist.

Um seinen musikalischen Impuls (s.u.) weiterzuentwickeln, entstand 1984 das „Ensemble für Neue Musik und Neue Instrumente“, welches bis 1993 übte und konzertierte. Forschung und künstlerische Arbeit flossen hier ineinander, und, das war einzigartig, wir bildeten uns gegenseitig aus.

Aus dem Vorbereitungskreis der Tagung heraus bildete sich die Redaktion der anthroposophischen Musikzeitschrift „Resonanz“, die von 1985-89 mit acht Heften erschien und bis heute eine einzigartige Überschau der Musikimpulse der anthroposophischen Bewegung gibt.

Ist mit dem Ende dieser drei Andreas Delors Lebensimpuls nicht zu Ende bzw. gescheitert? Gewiss hat er das in Momenten des Zweifels so empfunden. Er hat oft sogar alles, was heute aus spiritueller Sicht für die Zukunft von Erde und Mensch zu tun ist, als Trauerarbeit bezeichnet. Das war für ihn aber keine traurige Sache, stattdessen versprühte er mitreißenden Optimismus, sprühende Begeisterung und fast kindlichen Humor.

Dieses Leben in Extremen, mit dem er seine Mitmenschen oft sehr forderte, ist ein hervorstechender Charakterzug von Andreas, der sein Denken und seine Kunst stark prägte. Quellen waren insbesondere Rockmusik und Avantgarde.

Für das Betreten der Sphäre der Wirksamkeit braucht es Kunst, insbesondere die Musik, und Wissenschaft als Handlungs- und Erkenntnisansatz, sowie Arbeit im Kleinen und am großen Überblick, vermittelt durch Phänomenologie und Erkenntnistheorie, bei denen Andreas pingelig und klarsichtig Schicht für Schicht alles Mitgebrachte beseitigte, um nach und nach zum Kern der Sache vorzustoßen.

Umfassend informiert und kenntnisreich suchte er auch in ungewöhnliche Richtungen zu seinen Themen.

Andreas Delors Lebensmotto: Die Welt retten! Genauer: Die Arbeit an der Frage, welche Fähigkeiten die Menschheit braucht, um sich und der Erde eine Zukunft geben zu können. Der Materialismus (auch bei anthroposophischen Autoren) muss überwunden werden, weil er für die Vergreisung der Erde mit Klimawandel, Artensterben, Ersetzung der Biosphäre durch eine Technosphäre usw., aber auch die Barbarisierung des menschlichen Zusammenlebens verantwortlich ist.

Zu seiner oft unkonventionellen Arbeit daran nur ein paar Stichpunkte: Integrales Bewusstsein (J. Gebser), Atomphysik, Evolution, Rosenkreuzertum, Erscheinung des Christus im Ätherischen, Wiederaufstieg der Atlantis, Hellsehen, Erneuerung der Waldorfpädagogik, die drei anthroposophischen Ideale (GA 257, 5. Vortrag) usw.

Wir verdanken Andreas Delor nicht nur revolutionäre Ideen und eine grandiose Zusammenschau der in der Welt und der anthroposophischen Bewegung aufsteigenden Zukunftsimpulse, sondern auch viele praktische Ansätze und vor allem einen neuen Blick auf das Musikalische. Ein Verständnis dessen, was heute im Musikalischen vor sich geht, ist wichtig für alle Menschen, nicht nur für Fachleute, denn hier werden die Kräfte erlebt und geübt, die für die Zukunft von Erde und Menschheit entscheidend sind. Es geht um die Rettung der Avantgarde (Apoll) aus den Klauen der Tradition – dann können die Könige an der Krippe des ätherischen Christus stehen – und einen neuen dionysischen Impuls aus der Rock-Musik und der Musik alter und indigener Völker –, dann dürfen endlich auch die Hirten in den Tempel!

Die heutigen Probleme der Menschheit zeigen, wie dringlich es ist, diesen 68er-Impuls aufzugreifen, Gräben und Grenzen zu überwinden, sich gegenseitig zu fördern und mit gesteigerten Kräften zusammenzuarbeiten. Dann erst kann Anthroposophie zum Wohle der Erde wirken.

Knut Rennert

Online-Angebote ausarbeiten/entwickeln: Ein Erfahrungsbericht aus der Vitaleurythmie

Christiane
Hagemann
Michael Werner

„Für nichts wirklich Wichtiges ist es je zu spät.“

Nicolas Gomes Davila

Im ersten Corona-Lockdown zwischen März und September 2020 hatten wir viel Gelegenheit, darüber nachzudenken, wie wir mit Vitaleurythmie unter den gegebenen Umständen zukünftig würden arbeiten können: Gibt es Formate für Eurythmie, die auch online funktionieren? Im Rundbrief lasen wir mit großem Interesse den Artikel von Maria van Eecke, Eurythmiepädagogin aus den USA, die beschreibt, wie amerikanische Eurythmiepädagog*innen gemeinsam „nach vorne“ blickten und schon vor Corona einige online-gestützte Formate entwickelt und erprobt hatten. Als Corona in den USA dann zu Schulschließungen führte, war das Team darauf vorbereitet, und der Eurythmieunterricht konnte weiterhin stattfinden. Es ging darum, neue Möglichkeiten zu entwickeln, damit das Fach Eurythmie nicht einfach aus dem Stundenplan verschwand, weil man vor Ort nicht mehr zusammen üben konnte. Das hat uns ermutigt, in dieser Richtung tätig zu werden.

Im März sahen wir als Solo-Selbständige in Deutschland mit Erstaunen, in welchem Tempo in der Fortbildungsbranche Online-Unterricht eingeführt wurde. Mitarbeiter*innen wurden ins Homeoffice geschickt und arbeiteten mit Zoom, Teams, Webex und anderen Tools nur noch online. Bis dahin kannte man diese Plattformen meist nur in Firmen, über Nacht waren sie auf einmal überall bekannt. In kürzester Zeit wurde das gesamte Bildungswesen ins Netz verlegt – und das nicht nur hierzulande, sondern weltweit! Als die Schulen geschlossen wurden, mussten auch Kinder und Jugendliche zu Hause am Rechner betreut werden – eine bis dahin undenkbare und für alle Beteiligten sehr anstrengende Situation. In Hamburg gab es Gymnasien, die den gesamten Stundenplan aller Klassen 1:1 ins Netz verlagerten. Auch Hochschulen und Musikhochschulen wurden umgestellt; sie arbeiten bis heute in diesem Modus. Innerhalb weniger Wochen wurden überall die nötigen IT-Infrastrukturen aufgebaut und fortan „zoomte“ oder „skypete“ man den ganzen Tag lang – Jung ebenso wie Alt. Management, Konferenzen und Meetings fanden nur noch online statt. Bis heute (Dezember) ist nicht absehbar, ob, und wenn ja, wann das wieder aufhören wird. Vielleicht wird Unterricht nie mehr so sein wie vorher. Und das gilt für alles, was mit Lernen, Studieren und Fortbildung zu tun hat.

Wir überlegten also, was wir vor diesem Hintergrund mit der Vitaleurythmie tun könnten. Alle Termine waren auch bei uns abgesagt worden, und es zeigte sich bald, dass von März bis mindestens September oder noch länger nichts mehr stattfinden würde. Wir hatten – wie viele andere Menschen – keine Einnahmen mehr und zudem Berufsverbot, das war knallhart. Was tun?

Im April fragte uns Stefan Schmidt-Troschke vom Patienten- und Bürgerverband GESUNDHEIT AKTIV aus Berlin nach einen Video-Beitrag für die Corona-Zeit: Das vom Verein neu konzipierte „U-Health“-Programm war in Anlehnung an Otto Scharmer entwickelt worden und setzte ganz auf Achtsamkeit.

Die ersten Stationen und Übungen waren schon online, doch es fehlte noch etwas: „Die Bewegung darf hier nicht fehlen!“ sagte Stefan Schmidt-Troschke uns am Telefon. Wir sagten kurzerhand zu, nicht wissend, wie wir unter den gegebenen Bedingungen Videos erstellen sollten und ob uns das alleine, ohne weiteren technischen Support, gelingen könnte. Zum Glück hatten wir vor einigen Jahren selbst Erfahrungen bei der Video-Produktion zur Vitaleurythmie gesammelt, so dass wir nicht ganz bei Null anfingen (diese Videos finden sich auf unserer Homepage und auf unserem YouTube-Kanal). Wir wussten aber auch, dieses Mal würden wir ganz ohne fremde Hilfe und nur mit unseren Bordmitteln (Handykamera, Flipchart und Laptop) drehen müssen. Aber Herausforderungen sind ja dazu da, angenommen zu werden ...

Kurzerhand improvisierten wir ein Aufnahme-Studio, sorgten für gutes Licht, einen neutralen Hintergrund und einen ruhigen Raum. Wenige Tage später hatten wir die ersten Videos im Kasten und bekamen von den Berliner Freund*innen dazu ein ermutigendes Feedback, sodass wir in der folgenden Woche gleich die nächsten Aufnahmen erstellten. Kurz nachdem wir diese hochgeladen hatten, erfuhren wir von Menschen, die wir bislang nicht kannten, wie wertvoll diese Übungen schon in dieser kurzen Zeit für sie geworden waren. Sie sagten, die Vitaleurythmie hilfe ihnen, mit der Corona-Belastung und allem, was damit zusammenhing, besser umgehen zu können. Dieses schnelle und durchweg positive Echo erstaunte, erfreute und ermutigte uns – so deutlich hatten wir das bisher nur selten gehört!

Aus diesen guten Erfahrungen heraus überlegten wir, wie wir eine angemessene Online-Praxis aufbauen könnten. Unsere Idee war, Menschen eine Anleitung zu geben, ihnen beim Üben phasenweise per Skype oder Zoom zuzusehen und hinterher über die Erfahrungen zu sprechen. Wir fragten einige „Versuchspersonen“, ob wir dieses Konzept mit ihnen ausprobieren durften – und siehe da, es klappte! Interessant war für uns, dass die einzelnen Klienten ganz unterschiedlich an das Üben herangingen. Einige lernten schnell und hatten keine Schwierigkeiten, alleine zu üben. Andere sahen sich die Anleitung immer wieder an oder ließen nur den Ton laufen, um sich besser auf sich konzentrieren zu können.

In den anschließenden Gesprächen erfuhren wir dann, wie es den Probanden konkret ergangen war, was ihnen geholfen und was sie eher gestört hatte. So fanden wir mit der Zeit heraus, welche konkreten Möglichkeiten wir haben, die Vitaleurythmie auch im Büro und am Arbeitsplatz praktizieren zu lassen, womit sich ein für uns ganz neues Feld des Online-Unterrichts in der Erwachsenenbildung eröffnete. Es zeigte sich, dass dieses Online-Coaching gerade in dieser Krisensituation entlastend wirken kann und zudem eine willkommene Unterstützung für das Üben darstellt. Besonders positiv wurde auch vermerkt, dass wir ortsbunden arbeiten konnten: Es wurde sowohl in der Schweiz geübt wie auch in London und Frankfurt am Main. Das Internet kennt ja (nahezu) keine Grenzen!

Wir standen noch bei einem anderen Arbeitsfeld vor der Frage, wie wir vom



Unser „Aufnahme-Studio“,
Foto: Michael Werner



Der Blick in die Kamera und der Spickzettel für die Anleitungstexte,
Foto: Michael Werner

Präsenz- zum Online-Unterricht übergehen konnten: Den wichtigen 4. Block unseres Zertifikatskurses zur Vitaleurythmie an der Alanus Hochschule mussten wir wegen Corona von April auf September verschieben. Wie könnten wir diesen langen Zeitraum überbrücken? Mit welchen Mitteln könnten wir die Kolleg*innen so erreichen, dass der Faden der Ausbildung nicht abreißt? Wir telefonierten mit jede*r einzelnen Teilnehmer*in und probierten einige Online-Stunden aus. Dabei merkten wir schnell, dass online mindestens genauso viel, wenn nicht sogar noch mehr an Beziehung und Kontinuität möglich war, als wir erwartet hatten. Dank dieser Maßnahmen konnten die Studierenden über den ganzen langen Zeitraum „am Ball“ und wir mit ihnen in Kontakt bleiben. Für die Kolleg*innen war dies nach eigenem Bekunden ausgesprochen hilfreich, auch wenn einige anfangs doch so ihre Zweifel hatten. Diejenigen, die an Schulen unterrichten, hatten auf diese Weise Anregungen dafür bekommen, wie sie Eurythmie für Jugendliche weiterhin würden anleiten und ausüben können. Damit das gelingt, muss man im Bereich Schule auf andere Dinge achten als in der Erwachsenenbildung. Aber wenn es nicht anders geht, ist dieser Online-Unterricht immerhin eine vielversprechende Option.

Auch im Rahmen der Priesterausbildung in Hamburg stellte sich die Frage, wie die Studierenden unter den Corona-Bedingungen eurythmisch weiterhin würden arbeiten können. Wir stützten uns auf die bereits gemachten Erfahrungen und erlebten, dass die Kraft der Laute gerade bei der Selbstführung ihre positive Wirkung entfalten konnte – und darauf kam es in dieser Krise ja an. So konnten wir mit der aktuellen Lage auch in diesem Bereich besser umgehen – ein weiteres ermutigendes Zeichen!

Trotzdem ging natürlich nicht alles glatt über die Bühne. Gleich in der ersten Online-Stunde machten wir beim Anleiten einige massive Fehler. Ausgleichen konnten wir das leider nicht mehr, weil wir selbst es gar nicht richtig bemerkten, wir hatten noch zu wenig Übung darin, die Bewegungen der anderen zu „lesen“. Erst im Gespräch danach hörten wir, wo es „gehakt“ hatte. Unser Fehler führte dazu, dass der Übende sich selbst nicht richtig beobachten konnte, obwohl er die Übungen bereits kannte. Daraus haben wir viel gelernt. Unser Vorteil war, dass wir zu zweit sind und uns gegenseitig unterstützen können.

Ermutigend war auch zu hören, was uns Klient*innen, Kolleg*innen und Studierende von ihren (positiven wie negativen) Erfahrungen berichteten. Alle betonten gleichermaßen, wie hilfreich diese Art des Coachings bei der Bewältigung der Corona-Zeit waren: „Man kann damit konkret etwas für sich selbst tun!“ oder „Das ist sehr hilfreich gewesen, danke“ – so lauteten viele Rückmeldungen!

Natürlich braucht es für das Online-Unterrichten andere Fähigkeiten, die wir uns erst erarbeiten müssen. Mittlerweile können wir sowohl die Bewegungen am Bildschirm „lesen“ als auch entsprechend anleiten. Die Ansagen müssen online viel knapper und auf den Punkt gemacht werden. Man muss den Übenden mehr Zeit geben, damit sie selbst ihre Erfahrungen machen können. Die ganze Kommunikation funktioniert digital anders als analog.

Anfang Oktober stand im Rahmen des Master-Kurses der Alanus Hochschule eine Woche mit Studierenden am Emerson-College bei London auf dem Programm. Die Teilnehmer*innen kamen aus Australien, Brasilien, Israel, Schottland und Skandinavien, es ging um Vitaleurythmie und Forschung. Von den dreizehn Teilnehmer*innen hätten nur drei vor Ort sein können, deshalb erfolgte der Kurs online. Es ging um die Grundlagen der Vitaleurythmie und um „action-research“, das eurythmepädagogische Forschungsprojekt an der Alanus Hochschule, das zwischen 2012 und 2017 stattgefunden hatte. In jeder Einheit sollten auch praktische Vitaleurythmie-Übungen gemacht werden. Die Studierenden sollten erfahren und spüren, wie diese Übungen und die Methode konkret funktionieren. Auf der Grundlage unserer bereits vorhandenen Erfahrung zeigte sich hier ebenfalls, dass so ein Online-Coaching zur Vitaleurythmie gut möglich ist. Allerdings kostet diese Form des Unterrichts deutlich mehr Energie – das konnten wir spüren.

Nach diesen positiven Erfahrungen bekamen wir weitere Anfragen, diesmal aus der Szene des biodynamischen Landbaus. In enger Zusammenarbeit mit verschiedenen Demeter-Organisationen gaben wir weitere Online-Coachings mit Vitaleurythmie in der Erwachsenenbildung. Dabei haben wir einige spezifische Online-Bildungsprogramme für unterschiedliche Kundengruppen in verschiedenen Variationen entwickelt und eingesetzt.

Im Oktober wurden von Demeter alle bereits gebuchten Live-Kurse ab November bis mindestens März 2021 wieder abgesagt. Deshalb entwickelten wir auch hier auf Grundlage unserer Erfahrungen

gemeinsam mit diesen Organisationen ein passgenaues Online-Angebot für Fortbildungen im Lebensmitteleinzelhandel (Edeka, Rewe, Familia u.a.), für ein Trainernetzwerk und für die Einführung von Landwirten in die biologisch-dynamische Wirtschaftsweise. In Zusammenarbeit mit der Leiterin der Demeter-Akademie in Darmstadt (Dr. Simone Helmle) und der Bäuerlichen Gesellschaft Lüneburg (Friedemann Wecker und Julia Harlapp) haben wir mittlerweile mehrtägige Online-Trainingsprogramme entwickelt, geplant, ausgeführt und evaluiert. Dabei sieht es so aus, dass wir dem energetischen Verschleiß bei Online-Veranstaltungen mit einer Mischung aus Impulsen (verbale Inputs von unterschiedlichen Referent*innen), Textarbeit in kleinen Gruppen (in „breakout-sessions“), Übungen der Achtsamkeit (Vitaleurythmie), Dialogspaziergängen („dialogwalk“) und genügend Pausen etwas entgegensezten können. Das Ausmaß des positiven Feedbacks hat uns selbst überrascht. Noch am späten Abend sagten uns einige Teilnehmer*innen: „Wir fühlen uns vom heutigen Tag ganz lebendig und belebt!“. Wir haben uns besonders gefreut, dies von den Kolleg*innen aus dem Lebensmitteleinzelhandel (LEH) zu hören, die seit vielen Jahren Erfahrungen mit Online-Formaten haben. Sie sagten: „So etwas Spannendes und Abwechslungsreiches haben wir online noch nicht erlebt!“ Oder: „Speziell die Achtsamkeitsübungen werden wir in unseren eigenen Fortbildungen künftig auch einsetzen.“

Die Verbindung von Achtsamkeit mit Eurythmie (Vitaleurythmie) konnte die Teilnehmenden dort unterstützen, wo sie es heute ganz besonders und dringend brauchen: im Büro, im Homeoffice und sogar bei Online-Konferenzen! Wir stehen damit am Anfang eines neuen Weges, den wir noch weiter erkunden werden. Schon jetzt zeigen uns die ermutigenden Rückmeldungen, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Der hier eintretende energetische Verschleiß stellt uns weitere, große Aufgaben.

Wir haben zudem ein neues Coaching-Programm aufgestellt. Auf Anfrage eines großen sozialtherapeutischen Instituts haben wir für dessen Mitarbeiter*innen eine spezifische Methode des Online-Coachings entwickelt. Am Anfang stellen wir in einem telefonischen Vorgespräch die Frage: „Was ist Ihre Frage? Vor welcher Herausforderung stehen Sie?“ Auf der Grundlage der Antworten verabreden wir anschließend drei Termine für das Coaching während der Arbeitszeit. Wir entwickeln dafür auf die Fragestellung zugeschnittene Übungen und Lautreihen und erstellen dafür ggf. ein neues Video. Die Klienten erhalten den Link zum Video, gleichzeitig begleiten wir sie per Skype oder mit einem anderen Online-Tool beim Erlernen der Übungen, die sie über mehrere Wochen hinweg ausführen. Das Programm ist gut angelaufen und wir erleben, wie spezifisch man hier eurythmisch arbeiten muss, da die meisten Klient*innen Eurythmie bisher nicht kannten.

Die achtsamkeitsbasierten Übungen und speziell die Lautreihen der Vitaleurythmie können im „Zeitalter der Connectivität“ (Günter Faltin) Menschen unterstützen, und zwar gerade dort, wo die Lebenskräfte aktuell von allen Seiten massiv angegriffen werden und teils sogar zu verschwinden drohen. Diese Entwicklung ist zwar nicht neu, aber sie wurde durch Corona wie unter einem Brennglas verschärft und beschleunigt. Für diese zentrale Not unserer Zeit könnte aus dem Repertoire der Eurythmie ein wirksamer Beitrag entwickelt werden. Theodor Hundhammer, die Kolleg*innen in den USA und andere gehen hier neue Wege – das ist für uns ermutigend. Es ist natürlich nicht damit getan, Übungen einfach nur zu filmen, nein, man muss ganz neue methodische Wege suchen und sie dann mit Klient*innen gehen.

Insgesamt kamen wir natürlich viel langsamer voran, als wir uns das gewünscht und gedacht hatten. Trotzdem werden wir uns weiter in diese Richtung engagieren und entwickeln. Ob Bildungseinrichtungen jemals wieder so arbeiten werden, wie sie es vor Corona taten, bleibt offen. Für uns, die wir bisher viel unterwegs waren und oft jede Woche an anderen Orten mit unterschiedlichen Klient*innen arbeiteten, hat sich einiges verändert. Das Reisen konnten wir massiv reduzieren, was nicht nur der Umwelt zugute kommt, sondern auch uns selbst.

Zum Schluss noch ein Satz von Hermann Hesse, der uns immer wieder bewegte und für uns zu einem Motto in Zeiten von Corona geworden ist: „Damit das Mögliche entsteht, muss immer wieder das Unmögliche versucht werden.“

BUCHBESPRECHUNG

Verwandlungskräfte der Eurythmie Die Evolutionsreihe im Alltag

von Tanja Baumgartner

2020 Futurum Verlag Basel

ISBN 978-3-85636-261-4

Rezension:
Tanja Masukowitz



Das 2020 erschienene Buch von Tanja Baumgartner ist eine anregende Bereicherung auf dem Gebiet der Literatur, die sich mit Inhalten der Eurythmie und deren Anwendung im Alltag beschäftigt.

Die Autorin stellt darin ihre langjährige Beschäftigung und vielfältige Erfahrung im Umgang mit der Evolutionsreihe, einer von Rudolf Steiner gegebenen Lautreihe, dar.

Die Grundprinzipien der zwölf Laute, die diese Reihe beinhaltet, werden von den verschiedensten Seiten sowohl separat als auch in ihrer Wirkung und Bezüglichkeit untereinander beleuchtet.

In der ersten Hälfte des Buches entsteht so ein schlüssiges Bild vom Potential dieser Lautreihe, in der sich das Prinzip der Entwicklung (Evolution) wiederfinden und die entsprechenden Prozesse neu entdecken lassen.

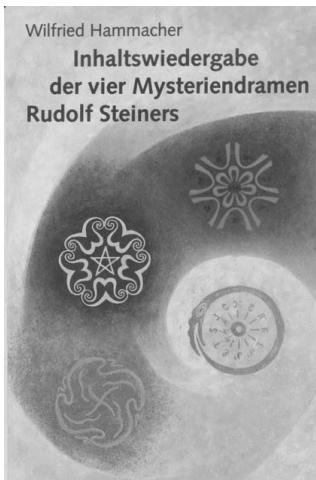
In der zweiten Hälfte des Buches werden anhand von verschiedensten Beispielen Beobachtungen und die praktische Anwendung der Evolutionsreihe in Prozessen des Alltags besprochen; das sind zum Beispiel das Wachstum der Getreidepflanze, der Prozess des Brotbackens, die Entwicklung der Biografie des Menschen. Dies ist nur ein kleiner Auszug einer beachtlichen Fülle von Lebensbereichen, in denen die Autorin ihre Erfahrungen mit diesem Thema gemacht hat.

Tanja Baumgartner gelingt es in detaillierten Einzeldarstellungen, mit vielen bebilderten Beispielen, verschiedenste Zugangsmöglichkeiten zum Thema zu eröffnen und so dem Leser den Zusammenhang zwischen dem Urbild und dessen Transfer in die spezifische Alltagssituation facettenreich zu erläutern.

Sie sieht zudem in dieser Evolutionsreihe, d.h. in den Grundprinzipien der Gestaltungskräfte der zwölf Laute, aus denen sie besteht, ein Instrumentarium konkreter Lebenshilfe,

«mit dem es gelingen kann, in persönlichen und sozialen Entwicklungsprozessen Gewohnheiten zu durchbrechen, Hindernisse zu überwinden und eine Neu- ausrichtung in Beruf und Alltag zu erreichen.»

Diese Überzeugung und Begeisterung vermittelt dieses Buch voll und ganz!



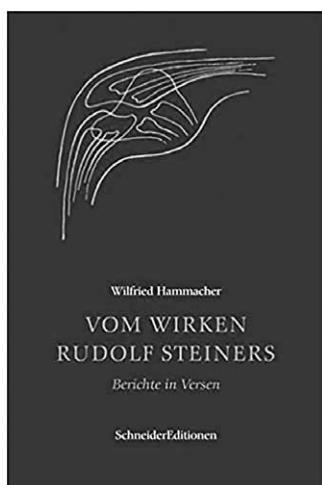
Inhaltswiedergabe der vier Mysteriendramen Rudolf Steiners

Eine Verständnishilfe für den Inhalt der Dramen und eine Anregung für das Empfinden ihrer Form und Komposition

Wilfried Hammacher
Verlag am Goetheanum 2020
ISBN: 978-3-7235-1657-7

Was war am Anfang: Der Urknall oder das Wort?

Wilfried Hammacher
Schneidereditionen 2020
ISBN: 978-3-943305-60-9



Vom Wirken Rudolf Steiners
Wilfried Hammacher
Schneidereditionen 2020
ISBN: 978-3-943305-61-6

Novalis Wesen, Werden, Wiederkunft

Eine Dichtung zu Michaeli
Wilfried Hammacher
Schneidereditionen 2020
ISBN: 978-3-943305-62-3

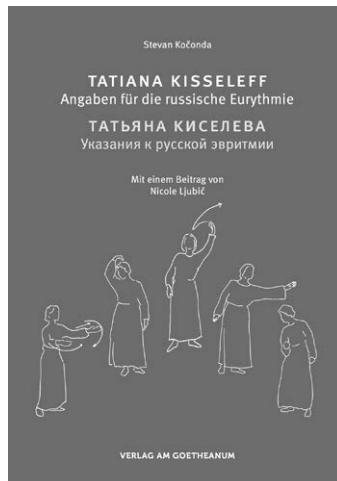
Die sieben Worte am Kreuz und das Ostermysterium

Eine Dichtung
von Wilfried Hammacher
Schneidereditionen 2020
ISBN-13: 978-3943305470



Mut und Hoffnung für jeden Tag

Eurythmische Übungen gegen Angst, Sivan Karnieli
Futurum-Verlag 2020
ISBN: 978-3-85636-268-3



Tatiana Kisseleff Angaben für die russische Eurythmie

Stevan Kočonda
Verlag am Goetheanum 2020
ISBN: 978-3-7235-1638-6



Sektion für Schöne Wissenschaften,
Sektion für Bildende Künste, Sektion für Redende und Musizierende Künste (Hg.)

STIL Goetheanismus in Kunst und Wissenschaft 42/4

«100 Jahre Goetheanum»

Stil Weihnachten 2020, 42. Jahrgang Heft 4:

Die Weihnachtsausgabe der Zeitschrift «Stil» ist der Tatsache gewidmet, dass vor 100 Jahren das Goetheanum eröffnet, wenn auch nicht eingeweiht wurde.

www.goetheanum-verlag.ch

Die Kultivierung des erkennenden Gefühls

Eurythmische Gedichte 1
Till von Grotthuss
Selbstverlag 2020
ISBN-13: 979-8691161728

Ich hab' den Himmel blau gesehen

Eurythmische Gedichte 2
Till von Grotthuss
Selbstverlag 2020
ISBN-13: 979-8550234518



Elisabeth Wagner

Einblicke in das geisteswissenschaftlich-künstlerische Schaffen aus dem kosmischen Bildekräftenwesen der Farben – auf dem Übungsweg zeitgemäßer Mysterienkunst

Franz Lohri

Verlag am Goetheanum 2020

ISBN: 978-3-7235-1654-6



Therapeutische Eurythmie für Tiere

Christine J. van Draanen

mit Vorwort von Dr. Med. Vet. Sabrina Menestrina

Internationale Koordinatorin für anthroposophische Veterinärmedizin in Dornach

Brave New Books

Menschenkundliche Grundlagen der Sprachgestaltung

Im künstlerischen, pädagogischen und medizinischen Werk Rudolf Steiners

Band 1 und 2

Dietrich von Bonin, Michaela Glöckler, Jana Kirst

Verlag am Goetheanum 2020

Band 1 und 2 (neu):

ISBN: 978-3-7235-1647-8

Band 1 bis 3:

ISBN: 978-3-7235-1648-5



Den folgenden Aufruf veröffentlichen wir auf Englisch

New Resource for Educational Eurythmists

A new era is dawning for eurythmy and eurythmists! We see this new dawn approaching in a number of developments. For example, today we find that eurythmists are teaching in many different contexts besides Waldorf schools. For example, they are active in universities, care homes for the elderly, mainstream special needs facilities as well as Camphill, state schools, in a variety of intensive courses, adult courses and eurythmy trainings. Secondly, eurythmists are being trained all over the world in countries where eurythmy was unknown until relatively recently, from Mexico and South America to the Far East (China, Korea, Taiwan, India) as well as Australia, South Africa and so on. Moreover, English has become the facilitating language for most of these initiatives, while at the same time, a great variety of languages are becoming the vehicle for bringing eurythmy in the world. Finally, educational eurythmy has emerged from its cocoon and become a subject of research in itself for all teachers. Teachers are gaining the ability to examine how we teach eurythmy to modern participants in a variety of modern contexts through Master's courses or their own interest, focusing on observed outcomes to make sense of issues related to teaching this subject today.

One development that has arisen out of all these factors is a new body of insight into eurythmy teaching in different contexts in a modern world context. A forum is

needed so the results of individual research can be shared with others seeking inspiration and guidance in their field of endeavour. We'd like to announce such a forum for sharing is now available in English! Thanks to the initiative of Stefan Hasler and Sue Simpson and the support of Marianne Alsop in the US, the Online Waldorf Library (OWL) in the United States is opening a special branch for educational eurythmy of all kinds in English, a place to share your own research and to read what other eurythmists are discovering. Articles written by Alanus Master's in Eurythmy in English graduates, for example, will be included, but the site is open to research articles from all sources. If you would like to read articles on eurythmy, you can go to www.waldorflibrary.org. Articles should be available by the October or November.

If you would like to share your own article online, here are the guidelines:

- You are advised to pass your article by an editor or experienced colleague before submission. Articles should be of a good academic standard.
- Regarding content, this site is for articles on teaching eurythmy involving critical reflection on practice and action research, for example, rather than the sharing of materials.
- Please include a short abstract of the article in APA. (See 'Writing Abstract in APA' online)
- If the article is long or highly specialized, you may submit the abstract only and add: To read the whole article, please contact the author. Include an email address. You are then responsible for whether or not you respond to requests.

MITTEILUNGEN DER SEKTION

- If you want to submit the whole article, include the following on the title page:

1. Title of article
2. Your name and an email address
3. All Rights Reserved Copyright.
For permission to use, please contact the author.

Please forward the article and abstract to Marianne Alsop at mariannenalsop@gmail.com.

We hope that this library of eurythmy research will grow and contribute to this exciting new phase in the development of eurythmy teaching.

Sue Simpson, New Zealand,
Coralee Frederickson and
Shaina Stoehr, England

Einige kurze Informationen aus der Sektionsarbeit

Am **Goetheanum** wird trotz der Probleme, die durch die Corona-Epidemie entstanden sind, durchgehend weitergearbeitet. Zum Teil führt das zu sehr ungewohnten Arbeitsformen, wie die filmische Dokumentation der Probenarbeit an den Mysteriendramen während des zurückliegenden Jahreswechsels. Alle Sektionskurse werden im laufenden Jahr auf irgend eine Weise stattfinden. (Genauere Informationen hierzu bitte regelmäßig auf der Webseite überprüfen.)

Herzliche Einladung zur großen **Frühjahrskonferenz** unserer Sektion vom 5.–9. April 2021! Wir feiern unser Geburtstagskind, die Heileurythmie, die 100 Jahre jung wird, alle zusammen, indem wir auf dieser Tagung an den Themen «Laut und Sprache – Zauber der Bewegung – Dimensionen der Wirksamkeit» arbeiten. Diesen Themen

ist der vorliegende Sektionsrundbrief gewidmet. Der Tagungsflyer, die Titel der verschiedenen Arbeitsgruppen, einige geplante Aufführungen etc. sind auf der Webseite zu finden. (www.eurythmie-sprache-2021.net)

«**Faust**» konnte Ende Oktober 2020 an zwei Tagen am Goetheanum gespielt werden. Die nächsten Aufführungen sind für die Juli-Wochenenden in Planung.

Zu den vielen **Mysteriendramen-Initiativen weltweit** ist das Aktuellste immer auf der Sektionswebseite zu finden. Am Goetheanum konnte Dezember 2020 nicht aufgeführt werden. Wir laden zu den nächsten Terminen Ende Dezember 2021 ein.

Für Juni planen wir das nächste **Eurythmie- und Sprachgestaltungs-Abschlussstreffen** am Goetheanum. Die Abschlussarbeiten aller Diplomanden werden wieder in Kurzfassung auf der Webseite der Sektion vorgestellt.

In Estland und in Prag haben **neue Eurythmieausbildungskurse** ihre Arbeit begonnen.

„Gleis 2-Onlinefestival der Videoeurythmie“ – 28. Mai bis 26. Juni 2021:
Das Festival widmet sich der „Aufgabe“ der Videoeurythmie. Diese ist weder Ersatz noch Alternative zur Bühneneurythmie, sondern eine eigenständige künstlerische Form der Eurythmie und ihres Weltzugangs. Sichtbar werden die ausgewählten Projekte des Festivals auf folgender Website: www.quovadis-impresariat.eu. Kontakt: Hans Wagenmann, Email: hans.tanz@t-online.de

Am 24. September findet der nächste **Eurythmie World Day** statt. vom 19.–21. November 2021 wird ein **Eurythmiefestival** stattfinden mit

verschiedenen Eurythmigruppen in kleinerer Besetzung.

Die **Archiv-Konzerte** sind derzeit bis Mai 2021 geplant, weitere werden stattfinden.

Neu ist unser **Angebot, Musik-Noten kostenlos** auf der Sektionswebseite bereitzustellen.

Es gibt Tausende von Kompositionen anthroposophischer Komponisten, die nicht bekannt und oft auch nicht zugänglich sind. Wir haben nun begonnen, lebende Komponisten nach Kompositionen zu fragen, die sie zur Verfügung stellen wollen. Außerdem scannen wir Handschriften anthroposophischer Komponisten des 20. Jahrhunderts ein, um so manchem vergessenen Kleinod wieder ans Licht zu verhelfen. Wir begannen mit Kompositionen von Jan Stuten und Hermann Picht. Man kann sich die Dateien auf der Website gratis herunterladen. Wer keinen Zugang zu solchen Techniken hat, kann sie sich für einen Unkostenbeitrag auch zuschicken lassen.

Wie wir bereits im letzten Rundbrief berichteten, haben verschiedene Musiker die freie Zeit, die ihnen die Coronakrise durch den Ausfall von Aufführungen beschert hat, genutzt, um ihre Forschungsarbeiten zu intensivieren und zum Teil auch schon schriftlich zu formulieren. So sind bei der Sektion kleinere und größere Texte zu Fragen des Streichinstrumentenbaus, zu den Schlesingerskalen, zur Tonbildung, zur Reinintonation usw. eingegangen, die hoffentlich bald bei entsprechenden Treffen im gemeinsamen Gespräch weiterentwickelt werden können. Bereits in Planung sind eine **Tagung zu den Schlesingerskalen** im Mai 2021 und eine **Tagung zum Streichinstrumentenbau** im Herbst 2021 (Näheres zu gegebener Zeit auf der Website der

Sektion).

Das **Musik-Kolloquium** im März wird wie im letzten Jahr den Anregungen zur Musik gewidmet sein, die Rudolf Steiner im letzten Vortrag des Zyklus „Das Initiatenbewusstsein“ (GA 243) gab. Dabei soll die gemeinsame Gesprächsarbeit im Zentrum der Tagung stehen. Dazu wurde im Flyer, der das Kolloquium ankündigt und im Dezember an alle in der Sektion vorhandenen Adressen versandt wurde, um Einsendung derjenigen Fragen gebeten, die sich den Einzelnen an diesem Text stellen. Diese Fragen werden im Vorfeld der Tagung als geordnete Sammlung allen Angemeldeten zugestellt, so dass man sich darauf vorbereiten kann. Wir hoffen, so der Komplexität der Thematik besser gerecht zu werden und eine Grundlage für einen intensiven und zugleich freilassenden gegenseitigen Austausch zu geben, wie er sich bereits im letzten Jahr in erfreulicher Weise abzeichnete. Daneben sind Workshop-artige Konzerte, eine Eurythmiedarbietung sowie drei Vorträge geplant.

Anlässlich des 100 jährigen Jubiläums des Anthroposophischen Seelenkalenders von Rudolf Steiner vertonte **Raphael Simčič 2012** als 12.-Klass-Arbeit an der Rudolf Steiner Schule Birseck (Schweiz) **alle 52 Sprüche des Seelenkalenders**. Seither wurden diese Vertonungen vielfältig musiziert und aufgeführt. Im Zusammenhang mit alljährlichen Tourneen mit diesen Kompositionen entstand auch eine Bearbeitung für Streichquintett.

Acht Jahre nach den ersten Konzerten mit dem vollständigen Zyklus erschien nun eine CD-Einspielung mit Frolib Tomsits-Stollwerck (Gesang) und Martin Pillwein (Klavier) im info3-Verlag.

Die musikalische Sprache der Lieder ist originell und stimmungsvoll. Ein unelitärer, für jeden Menschen verständlicher Stil war Raphael Simčičs Anliegen. Man kann von einem zeitlosen, aber doch der

Romantik verpflichteten Musikstil sprechen. Dass sich solch begabte und ausdrucksstarke Musiker wie Frolib Tomsits-Stollwerck und Martin Pillwein dieser Vertonung des Seelenkalenders angenommen haben, ist eine große Freude. Wer die CD am Stück durchhört, wird durch die vielfarbigsten Stimmungen eines ganzen Jahreskreises geführt. Die Noten der Fassung für Gesang und Klavier erschienen bei Möllmann und sind wie auch die CD-Einspielung erhältlich unter raphaelsimcic@outlook.com.

Mit Phantasie und Spielfreude fanden wir uns im Februar zusammen zum **Begegnungswochenende der Figurenspieler** am Goetheanum. In Spielszenen, Beiträgen, Gesprächen, Workshops und an einem Marktplatz gingen wir der Frage nach, in wieweit die Bilderwelt der Märchen kräftigend, ermutigend und Vertrauen bildend auf die Seelen der Kinder und Erwachsenen wirken können.

Im November 2020 durfte ein neuer Kulturimpuls, der „**Kinder-spielplan**“ am Goetheanum, seine Premiere feiern. Bühnen aus der Schweiz, Deutschland und Österreich boten ein reichhaltiges, fröhliches, märchenhaftes Programm für Kinder verschiedener Altersstufen. Märcheneurythmie, Lichtschattenspiel, Erzähl- und Figurentheater, Marionettenspiel, Stehfigurenspiel, Kasperstücke waren geplant – da situationsbedingt vieles ausfallen musste, hoffen wir in diesem Frühjahr bis Sommer manches davon noch nachholen zu können.

Für die **zweite „Saison für Kinder“**, welche von November 2021 bis Februar 2022 stattfinden soll, sind wir in der Vorbereitung und freuen uns auf ein buntes Programm für unsere kleinsten Zuschauer.

Die beiden **Fortbildungskurse für Figurenspiel** bieten wir für ALLE am Figurenspiel interessierte Menschen an (siehe Termine der Sektion). Die Kursleiter freuen sich auf spielfreudige Menschen und ein

fröhliches, kreatives Miteinander.

Gründung des Arbeitskreises Clown

Liebe Clowninnen und Clowns! Auf die Bitte, dass ihr euch melden sollt, wenn ihr professionell als Clownin oder Clown im anthroposophischen Umkreis tätig seid oder euch dafür interessiert, haben sich bisher mehr ein Dutzend von euch gemeldet. Ganz herzlichen Dank, dass ihr euch „sichtbar“ gemacht habt. Denn das war für Sektionsleiter Stefan Hasler ein deutliches Signal, dass es an der Zeit ist, diesem Berufsfeld in der Sektion für Redende und Musizierende Künste Raum zu geben. Ich stehe euch weiterhin als Kontakt zur Verfügung und freue mich über den Auftrag, den weiteren Aufbau des „Arbeitskreises Clown“ (Arbeitstitel) zu koordinieren.

Ich setze zunächst meine Suche nach in anthroposophischer Kunst, Medizin, Pädagogik oder anderen Gebieten tätigen Clowninnen und Clowns fort (ich freue mich auf jeden Hinweis) und werde diejenigen, die sich melden, nach ihren Themen, Arbeitsweisen, Spiel- und Ausbildungsstätten sowie ihren Bedürfnissen und Erwartungen fragen, die sie mit solch einem Arbeitskreis im Rahmen der Sektion verbinden.

Sebastian Jüngel
Kontakt: sebastian.juengel@goetheanum.ch

Termine der Sektion

Alle Veranstaltungen sind aktuell geplant. Bitte jeweils auf der Webseite/bei der Anmeldeadresse den aktuellen Stand nachprüfen.

Mysteriendramen weltweit

Information: srmk.goetheanum.org/projekte/mysteriendramen-weltweit

Weltweit arbeiten, forschen und üben die Mysteriendramen-Ensembles unter den aktuell gegebenen Umständen weiter. Ja, sie erachten die künstlerische Arbeit an den Dramen für wesentliches Handeln in dieser Zeit: In der Zusammenarbeit Gefäss zu bilden für den in den Dramen wirkenden Geist. So hat das Goetheanumensemble nach Weihnachten ohne Zuschauer trotzdem alle Dramen durchlebt, andere konnten gerade noch für Zuschauer aufführen, andere nicht, aber alle dankbar für die durch die Arbeit geschenkten Kräfte. Soweit uns bekannt, wird aktuell gearbeitet in Kanada, CH – Dornach, Basel, Bern; DE – Ruhrgebiet, Stuttgart, Thüringen; Denver, England, Finnland, Israel, Italien, Niederlande, Österreich, Schweden.

Wir freuen uns über die Zusendung aktueller Aufführungsdaten und über Kurzberichte an: silke.kollewijn@goetheanum.ch

Goetheanum, Dornach

Begegnung – durch dich zu mir

Die vier Mysteriendramen von Rudolf Steiner

27. bis 31. Dezember 2021

<https://mysteriendramen.goetheanum.org>

Dramengruppe Järna

Invigningens port –
Die Pforte der Einweihung
Regie: Paul Klarskov

mysteriedrama@guldfallen.se

Nordisches Sektionstreffen – auf das Jahr 2021 verschoben

(Datum noch offen)

Begründung der Nordischen Sektion für Redende und Musizierende Künste

Mysteriendramenensemble Bern

Die Prüfung der Seele

15./16. Mai 2021, jeweils 10 Uhr, Bern, Nydeggstalden

+41 31 312 02 61 www.pfmk.ch

Helsinki

Aufführung aus dem 1. und 2. Mysteriendrama

13.–14. März 2021

pihlstrom.helena@gmail.com

Drempeltheater Niederlande

„Der Hüter der Schwelle“
www.drempeltheater.nl

Tagungsprogramm der Sektion

5.–9. April 2021

Laut & Sprache – Zauber der Bewegung – Dimensionen der Wirksamkeit

Internationale Fachkonferenz
Eurythmie – Heileurythmie – Sprachgestaltung
www.eurythmie-sprache-2021.net

28. Juni – 1. Juli 2021

Internationales Abschlusstreffen der Eurythmie- und Sprachgestaltungsausbildungen

19.–21. November 2021

Eurythmie-Festival

Solo und Duo

Kurse, Workshops, Fortbildungen

Eurythmie

1.–2. Mai 2021

Kosmische Gebärden in Leonards Abendmahl

Seminar zu den eurythmischen Tierkreisstellungen und Planetenbewegungen

Mit Martin-Ingbert Heigl

Mit: Leonards Abendmahl und die Wandlung des Judasbildes

Vortrag von Martin-Ingbert Heigl

11.–12. Juni 2021

Eurythmie in der Pädagogik

Von der Wirksamkeit eurythmischer Übungen

Eurythmiekurs mit Claire Wyss

Für EurythmistInnen und Eurythmiedeutende ab dem 3. Studienjahr

Freitag: 14.30–16.00 / 16.30–18.00

Samstag: 9.00–10.30 / 11.00–12.30 / 14.30–16.00 / 16.30–18.00

9.–10. Oktober 2021

Eurythmie zu Motiven der Klassenstunden. Für Hochschulmitglieder.

Mit Ursula Zimmermann

6.–7. November

Planeten-Bewegungen und Tierkreis-Gebärden

Übender Umgang mit den Angaben von 1924

Mit Stefan Hasler

Sprachgestaltung

Herbst 2021 auf Einladung

Treffen von DozentInnen für Sprachgestaltung

in der Lehrerbildung weltweit
Informationen: silke.kollewijn@goetheanum.ch

14.–16. September

VORANKÜNDIGUNG

In diesem Jahr wird die Fachtagung der Therapeutischen und Pädagogischen Sprachgestaltung schon im September stattfinden!

Internationale Fachtagung zur Therapeutischen und Pädagogischen Sprachgestaltung

Sprachgestaltung als Brücke zur Meditation

Die Spiritualität in unserem Beruf

14.–16. September 2021 am Goetheanum

Im Anschluss besteht die Möglichkeit an zwei weiteren Tagungen der Medizinischen Sektion teilzuneh-

men. Sie tragen den Arbeitstitel:

Human Care and Planetary Health – Die Verantwortung der Medizin für Mensch und Erde

Vom 16.–17. September 2021 wird es um das Schwerpunktthema „Spirituelle Vertiefung“ gehen.

Vom 17.–19. September 2021 findet die multiprofessionelle Konferenz statt.

Das detaillierte Programm sowie die Möglichkeit der Anmeldung wird in der nächsten Zeit auf der Internetseite des Goetheanum aufgeschaltet werden.

Workshops für alle Interessierten

Die aktuellen Daten werden auf der Goetheanum-Website zu finden sein!

Workshops mit Jens Bodo Meier

Um Anmeldung wird gebeten per Email an Jens Bodo Meier: wortweite@gmail.com oder Telefon 061 5146166

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

Samstag 27.3.2021, 10.00–12.30

Heilsame Dichtung

In Sprache und Dichtung leben Heilkräfte, durch die Sprache selbst, aber auch in Form von Anregungen der Gedanken, Weitung und Erwärmung der Gefühlssphäre und Impulsen für den Willen. Wir sprechen gemeinsam heilsame Dichtung, ergänzt durch Grundübungen aus dem Gut der Sprachgestaltung zur Erkraftung des Sprechens und des Lauschens.

Samstag 8.5.2021, 10.00–12.30

Wirkende Worte

Ein wesentliches Motiv in den Mysteriendramen Rudolf Steiners ist, wie ein Mensch zum andern so spricht, dass in diesem eine Ermutigung zu einem Entwicklungsschritt als seelisch-geistiger Keimling gesetzt wird. Wir sprechen gemeinsam solche Worte, lassen sie nachklingen und vertiefen unsere Eindrücke im Austausch mithilfe einer bestimmten Gesprächsform.

Samstag 12.6.2021, 10.00–12.30

Dichtung teilen

Sie leben mit Gedichten und kurzen Prosa-Texten, die Sie gerne mit anderen teilen und zum Klingen bringen wollen? Sie bringen mindestens einen Text, der Ihnen am Herzen liegt (Lesedauer bis max. 3 Minuten), mit und wir lassen ihn gemeinsam und nach Wunsch individuell sprechend erklingen. Durch Nachklang und eine bestimmte Gesprächsform können wir unseren Eindruck der einzelnen Texte vertiefen. Ergänzt durch Grundübungen aus dem Gut der Sprachgestaltung zur Erkraftung des Sprechens und des Lauschens.

Samstag, 25.9.2021, 10:00 - 12:30

Essentielle Kommunikation

Sprache kann im Alltag Brücken bauen und heilen – wie auch Gräben aufreißen und verletzen. An diesem Samstag-Vormittag führen wir Kreisgespräche über Themen, die uns essentiell bewegen. Wir erproben dabei bewährte Techniken, die dazu beitragen, den tiefen und stillen Kern eines Gesprächs und damit des Gemeinschaft Bildenden zu berühren. Das Zuhören ist dabei die vornehmste.

Anmeldung zu den weiteren Sektionskursen / Workshops

bei der Sektion für Redende und Musizierende Künste

Postfach, Goetheanum, CH-4143 Dornach

srmk@goetheanum.ch

srmk.goetheanum.org/veranstaltungen/kurse-der-sektion

Die aktuellen Daten werden auf der Goetheanum-Website zu finden sein!

Workshops mit Catherine Ann Schmid

Samstag, 10.4.2021, 10:00 - 13:00

Das Gedicht, der Spruch, das Ge- bet, das Mantram

Was haben sie gemeinsam, was unterscheidet sie?

Eine gemeinsame Studie zum Erwachen an der Sprache

Samstag, 1.5.2021, 10:00 - 17:00

„Ins Szene setzen“

Für alle Schauspielinteressierten Wir erarbeiten eine szenische Darstellung auf der Grundlage des Dramatischen Kurses

Von der Leseprobe bis zur „Aufführung“ am Ende des Kurses

Samstag, 15.05.2021, 10:00-17:00

Laut und Bewusstsein

Qualitäten der Darstellung

Sprache ist Haltung, Gang, Gebärde, Mimik und gestalteter Text.

Für alle Schauspielinteressierten Jeder erarbeitet in diesem Workshop einen Monolog und einen Dialog.

*Grundlage: Das eurythmische „Ge-
spenst“ – der ätherische Abdruck
des Lautes in der Gestalt (Dramati-
scher Kurs)*

Workshops mit Isabelle Fortagne-Dimitrova

Samstag, 27.03.2021, 10:00-17:00

Workshop: Puppenspiel und Sprachansätze

Dieser Workshop stellt eine Einführung in die Kunst des Puppenspiels dar, verbunden mit einer Arbeit an den verschiedenen Sprachansätzen. Für alle, die mit Kindern arbeiten und Freude daran haben, Figuren und Puppen zum Leben zu erwecken.

Oft kann man in schwierigen Situationen viel besser einer Figur das Ruder übergeben, da diese so faszinierend objektiv und liebevoll die verschiedenen Parteien betrachten kann. Verbunden damit ist es hilfreich, die verschiedenen Sprachansätze kennen zu lernen, wodurch man seine Stimme verändern kann, ohne sie zu verstören.

Samstag, 10.4.2021, 10:00 - 17:00

Workshop: Präsenz im Aufreten und Sprechen

Einen Vortrag halten, vor eine Klasse stehen und unterrichten, Kinder erziehen, Seminare geben, und vieles mehr...

Alle diese Tätigkeiten fordern von uns eine Präsenz im Sprechen und Auftreten, an der wir bewusst ar-

beiten können. Vieles wird leichter dadurch, dass ich es bewußt ergreifen und gestalten lerne.

Samstag, 24.4.2021, 10:00 - 17:00

Workshop: Führen und Folgen

So viele Situationen in unserem Alltag werden problematisch erlebt, weil wir uns nicht darüber im Klaren sind, ob wir führen oder folgen sollten. Jedem von uns steht immer Beides zur Auswahl, doch oft richten wir uns in demjenigen ein, was uns am besten liegt und was für uns am bequemsten ist. Sich darüber bewußt zu werden, wann welche Qualität in der jeweiligen Situation am Sinnvollsten ist, verhilft zu größerem Handlungs- und Gestaltungsspielraum.

Theater Anis www.theater-anis.de
info@theater-anis.de

Datum wird auf der Sektionswebsite bekannt gegeben

Das Spiel mit dem Status – ein Workshop zur Selbstsicherheit

Sprachkunst mit Angelina Gazquez

Samstag, 22.5.2021, 10:00 - 18:00

Element und Temperament in Bewegung, Sprache und darstellendem Spiel

Workshop mit Esther Bohren und Silke Kollewijn

Musik

11. März 2021, 20.00 Uhr

Gedenkfeier Fukushima

Ein Gedenken an das Reaktorunglück und die Naturkatastrophe von Fukushima 2011

Ansprache, Johannes Greiner; Eurythmie, Aleph Ensemble und Hiromi Mori

12.–14. März 2021

Die Anregungen für die Musik in „Das Initiaten-Bewusstsein“

von Rudolf Steiner (GA 243)
Musik-Kolloquium

18. März 2021

Archiv-Konzert XII

Streichquartette

Wim Viersen, Vincent Providoli, Christian Ginat, Christian Hickel

15. April 2021

Archiv-Konzert XIII

Osterstimmungen im Jahresspiegel
Die Vertonung des „Anthroposophischen Seelenkalenders“ von Rudolf Steiner durch Raphael Simčič
Quintett Seelenklang

1. Mai 2021

Verwandlung der Neuen Musik

Rudolf Steiners Impuls in der heutigen Zeit – Menschheitsrepräsentant
Einführendes Seminar; Konzert; Nachbetrachtung

Manfred Bleffert, diverses Instrumentarium; Udo Auch, Akkordeon

26.–28. Mai 2021

Schlesinger-Skalen-Kolloquium

100 Jahre nach Schlesingers Besuch am Ersten Goetheanum. Die Wiederaufdeckung der voraristotelischen griechischen Aulos-Skalen. Ihre Bedeutung für Rudolf Steiner, Arbeitsfelder für Musiker von heute.

27. Mai 2021

Archiv-Konzert XIV

Musik in erweiterter Tonalität für Bratsche
Christian Ginat

3.–4. September 2021

Der Impuls von Franz Thomastik

100 Jahre nach seinem Besuch in Dornach

Regelmäßige Veranstaltung monatlich im Goetheanum

Arbeitskreis zu „Wilhelm Dörfler: Das Lebensgefüge der Musik“
Verantwortlich und auskunftsgebend: Otfried Doerfler: odoerfler@bluewin.ch

Figurenspiel

14.–16. Mai 2021

Beginn 15.00 Uhr

Wie entsteht eine Figur aus der inneren und äußeren Bewegung und Sprache heraus?

Kurs Figurenspiel
Mit Hildegard Schneider Brenner

29.–31. Oktober 2021

Beginn 14.00 Uhr

Kurs über Figurenbau

Mit Christoph und Silvia Bosshard

Weiteres

16.–18. April 2021

Zwiegespräche mit den Wesen der Natur

Kurs mit Karsten Massei

18.–20. Juni 2021

Be wow – Clown now!

Clownpraxis und -kunde mit Catherine Bryden und Angela Hopkins
Präsent im Jetzt

Sprachen: Deutsch und Englisch

Weitere

Veranstaltungshinweise

Die folgenden Veranstaltungen sind geplant. Bitte bei den jeweiligen Veranstaltern nachfragen, ob die Kurse stattfinden können.

24.–25. April 2021

Heileurythmie-Fortbildung für Heileurythmisten und Ärzte

Die Anwendung der heileurythmischen Laute Q, V, W, X, Z und ihre Bewegungsfarben – Ätherische Raumformen zu den Lauten

Kursleitung: Rainer Hornik, Dornach

Anmeldung bis 17. April bei Rainer Hornik, rainerhornik@gmail.com, Handy: 077 452 35 85

Der Kurs wird als Fortbildung mit 8,5 Std. vom HEBV-CH und vom BVHE Deutschland mit 10 Einheiten anerkannt. Samstag 10-12:30, 15-18 Uhr; Sonntag 10h-13h Uhr.

EurythmielehrerIn Bachelor Schulpraktische Qualifikation

Der EurythmielehrerIn Bachelor bietet auch im Schuljahr 2021–2022 die schulpraktische Qualifikation an. Es ist ein vom Bund der Freien Waldorfschulen unterstütztes Gemeinschaftsprojekt von der Hogeschool Leiden/NL (vormals Euritmie Academie Den Haag), dem Institut für Waldorfpädagogik Witten/Annen und der Norddeutschen Eurythmielehrer-Ausbildung.

Die Module finden in insgesamt 10 Wochen in Leiden in deutscher Unterrichtssprache statt, die noch zusätzlichen etwa 30 Studienwochen in der Schulpraxis.

Damit ist man Quereinsteiger in die 4-jährige Bachelor-Ausbildung und erhält ein Bachelor-Diplom 1. Grades.

Die Studentinnen und Studenten werden während des Ausbildungsjahres extern begleitet.

Jedes Modul kann als Gast belegt werden, ein internes Zertifikat wird ausgestellt.

www.studielink.nl

Crashkurs: 23.8.–3.9.2021 Dozenten: Jürgen Frank/Magali Müller Peddinghaus/ (u.a. „Perlenkoffer“ für die Kl. 1–12)

Oberstufe: 6.–16.9.2021 Dozenten: Andreas Borrmann/ Reinhard Wedemeier

Mittelstufe: 10.–21.1.2022 Dozenten: Jutta Rohde-Röh/Matthias Jeuken

Unterstufe: 24.1.–3.2.2022 Dozenten: Helga Daniel/Renate Barth Sprachgestaltung findet weitgehend durch Gabriele Ruhnau in den Modulen statt.

Abschluss- und Prüfungswochen:
30.5.–10.6.2022

Dozenten: Helga Daniel /Jürgen Frank/ Gabriele Ruhnau

Information: R. Barth reba@gmx.ch

Seminare der Norddeutschen Eurythmielehrer-Fortbildung

Februar 2021

„Methodische Leckerbissen“ in Berlin

Wir Eurythmiekolleg*innen der Rudolf Steiner Schule Berlin Dahlem laden ein: Wir möchten mit Ihnen und Euch ausgewählte Unterrichtsbeispiele ansehen, erleben und reflektieren. Über viele Jahrzehnte hat uns besonders die Frage nach einem eigenständigen Zugang der Schüler*innen zur Eurythmie beschäftigt. Wir haben, jede*r für sich, und vor allem gemeinsam, vielfältige Wege für alle Altersstufen erkundet, die Eurythmie auch im Unterricht als Kunst vollwertig präsent sein zu lassen. Wir sind interessiert an einem lebendigen

Austausch mit allen Teilnehmenden und sehen innerhalb des Seminars mindestens eine Einheit für jene vor, die eigene pädagogische und methodische Leckerbissen präsentieren möchten!

Dozenten: Reinhard Wedemeier, Andreas Borrmann, Ulrike Baudisch, Lisa Blöchle, Jakob von Verschuer, Marie Giest

Termin: Mittwoch, den 24.2.2021, 18.00 Uhr bis Samstag, den 27.2.2021, 12.00 Uhr

Ort: Berlin, Rudolf Steiner Schule
Anmeldung: R. Barth reba@gmx.ch +49 15170865154

Juni 2021

Lieblingsfach Eurythmie...

Struktur und Aufbau eines Unterrichtes in der Mittel- und Oberstufe Eurythmieunterricht verstehen, erleben und gestalten!

Unterricht, der sich in einer nachvollziehbaren Struktur aufbaut, erleichtert es den Schülern, die Inhalte zu erfassen. Wenn die Inhalte und die Schuljahre erkennbar aufeinander aufbauen, regt dies das bewusste Erleben der Schüler an und gibt ihnen Sicherheit und Klarheit für das freie eurythmische Gestalten.

Dozent: Andreas Kern (Dresden)

Termin: Freitag, den 4.6.2021, 18.00 Uhr bis Sonntag, den 6.6.2021, 12.00 Uhr

Ort: Dresden Freie Waldorfschule Dresden Neubausaal
Anmeldeschluss: 25.5.2021
Anmeldung: R. Barth reba@gmx.ch +49 15170865154

Eurythmie-Therapie-Ausbildung in Wien 2021–2024

3-jährige, berufsbegleitende Ausbildung in sechs Blockwochen pro Jahr in der Kulturmétropole Wien ab August 2021.

Für diplomierte Eurythmisten. Abschluss mit dem Diplom der Medizinischen Sektion am Goetheanum. Teilnahme auch für ÄrztInnen und Interessierte möglich.

urythmie-therapie@urythmie-wien.at

Jan Ranck

Van der Pals/Kirchner-Bockholt Tonheileurythmie-Kurse auf Englisch 2021

Peredur Center for the Arts, England: 16.–25. Juli 2021

Dänemark: 18. Juli – 8. August 2021
Chicago, USA: 16.–25. September 2021

Italien: Daten und Ort werden bekannt gegeben

Deutschland: Daten und Ort werden bekannt gegeben

Diese Fachkurse für Heileurythmisten, Eurythmisten und Ärzte sind auch als Impulse und Bereicherung für die eigene Arbeit und Gese- sung geeignet, für Musik-, Kunst- und Physiotherapeuten, sowie Lehrer, Studierende und interessierte Laien.

Auskunft: tone.eurythmy.therapy@gmail.com Tel. +972 2 534 4639

Annemarie Bäschlin

Eurythmie-Fortbildungskurse 2021

5.–14. Juli in Ringoldingen (Berner Oberland) CH

Annemarie Bäschlin: Farbeurythmie
Alois Winter: Sprachgestaltung
Dorothea Mier: Toneurythmie

Tonheileurythmie-Kurs 2021

26.–30. Juli in Ringoldingen (Berner Oberland) CH

Für Heileurythmisten, Heileurythmiestudenten, Medizinstudenten, Ärzte, Musiktherapeuten

Eurythmie: Annemarie Bäschlin
Medizinische Beiträge von Dr. med. Eva Streit

Klavier: Therese Wehrli

Übungen, welche Lea van der Pals in Zusammenarbeit mit Dr. med.

Margarethe Kirchner-Bockholt entwickelt und ausgearbeitet hat.
(Siehe auch „Tonheileurythmie“ von Lea van der Pals / Annemarie Bäschlin; Verlag am Goetheanum)

Auskunft und Anmeldung:

Annemarie Bäschlin

Ringoldingen

CH-3762 Erlenbach

Tel. +41 (0)33 681 16 18 (bitte um

deutlich gesprochene Nachricht auf dem Band)
oder: Hanspeter Wehrli: hpthwehrli@hispeed.ch

Kurse mit Annemarie Ehrlich

5.–6. März; Kopenhagen

Life: Form, Movement, Relation

Anmelden: Elisabeth Halkier, Tel. +45 40156940

6.–7. März; Kopenhagen

Theory U: From Movement to What's Eurythmy

Anmelden: Elisabeth Halkier, Tel. +45 40156940

19.–20. März; Hannover

Wie kann ich meine Präsenz entwickeln?

Anmelden: Ulrike Wallis, tanzkunst@ulrikewallis.de

22.–26. März; Göttingen

Tierkreis, Teil 2

Anmelden: Martina Fischer, martinafischer2006@web.de

21.–22. Mai; Freiburg

Gemeinschaftsfähig, gesund und zukunftsweisend:

Wie schaff' ich das?

Anmelden: kkendel@web.de

24.–28. Mai; Freiburg

Theorie U: Der Prozess von der Bewegung zur Eurythmie

Anmelden: heinke.liebelt@web.de

Eurythmie Verband Schweiz

13.–14. März 2021

Lieblingsfach Eurythmie ... Eurythmieunterricht verstehen, erleben und gestalten!

Kurs mit Andreas Kern

Eurythmeum CH, Duggingen

Anmeldung: Kincsö Szabo, kincsoe@icloud.com, +41 (0)78 630 33 32

Details siehe: www.eurythmie-verband.ch

Heileurythmie Berufsverband Schweiz

20. März 2021

SMA LMI TMU, eine therapeutische Lautreihe bei Cerebralparese

Vom Laut zum therapeutischen Wort: Ergebnisse von Forschungsarbeit auf Grundlage des Heileuryth-

mie-Kurses, Krankengeschichten und Angaben Rudolf Steiners
Angelika Stieber-Pelikan, Dr. med. Wilburg Keller Roth
Für HeileurythmistInnen und ÄrztInnen
Samstag 9.30-13.00 Uhr im Eurythmeum CH, Duggingen
28.–30. Mai 2021

Wie kann eine Eurythmietherapeutin sich selbst coachen und schulen?

Uzo Kempe

Schulung mit praktischen Übungen zur goetheanistischen Wahrnehmung

Ort: Aesch oder Dornach
Kurs für dipl. HeileurythmistInnen
Freitag 19-21 Uhr. Samstag 9.30-13 Uhr, 15-18 Uhr. Sonntag 9.30-13 Uhr.

Weitere Infos siehe www.heileurythmie.ch/Fortbildungen

12. Juni / 13. November 2021

Super-/Intervisionsgruppe für HeileurythmiekollegInnen

Raute Hilgard
Gemeinsam Fragen reflektieren zur Interaktion mit KlientInnen
Für dipl. HeileurythmistInnen
Jeweils Samstag 9.00-12.30, Nydegastalden 34, Bern

Alanus Hochschule, Alfter

Neues Master-Angebot für Eurythmist*innen an der Alanus Hochschule!

Master of Education Praxisforschung in pädagogischen, therapeutischen und sozialen Arbeitsfeldern

Teilzeitstudiengänge Eurythmietherapie und Eurythmiepädagogik

Im September 2020 begann ein internationaler Masterstudiengang für Eurythmist*innen, die ihre Grundausbildung an einer von der Sektion SRMK anerkannten Institution abgeschlossen haben.

Der Master of Arts Eurythmie mit beiden Schwerpunkten findet weiterhin statt.

Man kann sich für das Studium bewerben oder genauere Informationen bez. Terminen und Kosten erfragen unter:

eurhythmie@alanus.edu;
+49(0)2222.9321-1275

Veranstaltungsort, falls nicht anders angegeben: Alanus Hochschule Alfter, Campus I (Johannishof)
Anmeldung und nähere Information unter eurhythmie@alanus.edu; Tel. +49 2222 93211275

Informationen finden auf der Webseite: www.alanus.edu/de/weiterbildung

Fortbildungsseminare des Instituts für Eurythmetherapie

Die Seminare sind offen für Studierende der Heileurythmie, Heileurythmist*innen, Studierende der Medizin und Ärzt*innen.

Mentoren unserer Studierenden im Praktikum können die Seminare mit unseren Gutscheinen vergüten.

Anmeldung: Service Büro Eurythmie (M.A.) bei Theresa Weißkircher, theresa.weisskircher@alanus.edu, Tel. +49(0)2222.9321-1275

Weiterbildungen Eurythmiepädagogik

Eurythmeum Stuttgart

4. April 2021

Impulse Leben, Studieninfotag ab 11.00 mit dem Trimesterabschluss der Studierenden, Workshop in Laut- und Toneurythmie, Gespräch und Austausch mit Studierenden und Dozenten

ausbildung@eurythmeumstuttgart.de

Toneurythmiekurs mit Gitarre

– 100 Jahre Piazzolla

14.05.2021–16.05.2021

Sprachen: Deutsch/Englisch/Spanisch

Dozentin: Elisa Betancor

Gitarre: Hugo Hernández

Veranstaltungsort: Aula de Música y Euritmia (Gran Canaria)

Ctra. a Tafí-

ra Baja nr. 7, Las Palmas de Gran Canaria, Spanien

euritmia@ yahoo.com

es Tel.+ 34 615 976 468 elisa-betancor-euritmia.com

<https://youtu.be/yIreCak77So>

Eurythmie Sommerwochen in Järna / Schweden

Mit Carina Schmid und
Benedikt Zweifel

Fortbildung

26.07.2021 – 07.08.2021

Intensive Vertiefung der Grundelemente in der Ton- und Laut-Eurythmie

Für ausgebildete Eurythmisten und Studierende des 4. Jahres

Masterclasses

09.08.2021 – 14.08.2021

Möglichkeit für Einzelkorrekturen an ausgearbeiteten Dichtungen und Musiken (möglichst Formen von Rudolf Steiner) und gemeinsame Stunden.

Anmeldeschluss: 30.06.2021

Anmeldung für die Kurse:

aurica.arden@eurythmia.ch

Auskünfte: carina.schmid@gmx.ch
und.benedikt.eu@posteo.de

Kursgebühr Fortbildung: 550 €,
Masterclasses 300 € (Studentenremission möglich)

Übernachtungsmöglichkeiten in Järna:

2 Wochen: EZ 350 €; DZ 500 €

3 Wochen: EZ 450 €; DZ 650 €

Bettwäsche pro Person 10 €

Anmeldung Unterkunft:

info@kulturhuset.nu

Auch Informationen für Hotel-Unterkunft

Drei Seminare

mit Christine van Draanen

Therapeutische Eurythmie für Tiere

für (Heil-) Eurythmist/innen und interessierte Tierärzte

Samstag, 22. Mai 2021

9.30 – 17.00 Uhr

Hof Narr, Egg (Nähe Zurich) CH

Anmeldung:

christinevandraanen@gmail.com

Öffentlicher Vortrag über Therapeutische Eurythmie für Tiere

im Sophien-Saal in Kinsau,
Schongau, Oberbayern, DE

Donnerstag den 17. Juni 2021

19.30 Uhr

Nähere Informationen:

maria.ostermaier@gmx.de

Therapeutische Eurythmie für Tiere

für (Heil-) Eurythmist/innen und interessierte Tierärzte

Samstag den 19. Juni 2021

9.30 - 17.00 Uhr

Veranstaltungsort:

artenvielfalt Hochstetterhof,
Biberach, OT Mettenberg, DE

Anmeldung:

christinevandraanen@gmail.com

Therapeutische Eurythmie für Tiere

Samstag den 9. Oktober 2021

9.30 -17.00 Uhr

Ort: Lütau (bei Schwarzenbek) DE

Anmeldung:

christinevandraanen@gmail.com

IMPRESSUM

Dieser Rundbrief wendet sich an Eurythmisten, Sprachgestalter/Schauspieler, Musiker, Figurenspieler und Interessierte, die an den Quellen, dem Austausch und der Weiterentwicklung der anthroposophischen Künste interessiert sind.

Es gibt eine übersetzte englische Ausgabe, die in gleicher Weise abonniert werden kann.

Redaktionsschluss

1. Juni 2021 für die Ausgabe Michaeli 2021

15. Dezember 2021 für die Ausgabe Ostern 2022

Über die Veröffentlichung von eingesandten Texten und Ankündigungen entscheidet die Redaktion.

Redaktion: Stefan Hasler, stefan.hasler@goetheanum.ch

Lektorat: Ulf Matthiesen

Layout & Satz: Marcel Sorge, rundbriefsrmk@goetheanum.ch

Druck: deVega Medien GmbH, Augsburg

Goetheanum, Rundbrief der SRMK, Rüttiweg 45, CH-4143 Dornach

Abonnement

Der Rundbrief ist nur als Abo (zwei Ausgaben jährlich) in folgenden Versionen erhältlich:

- Druckfassung deutsch oder englisch CHF 30.00 (EUR 30.00)
- Email-Fassung deutsch oder englisch CHF 20.00 (EUR 20.00)

Bei Bezug einer Druckfassung können Sie eine Email-Fassung kostenlos beziehen.

Adressänderungen, sowie alle **Korrespondenz** Ihr Abo betreffend, richten Sie bitte nur an folgende Adresse:

Abo-Service

Wochenschrift «Das Goetheanum», Abo-Service, Postfach, CH-4143 Dornach

Tel. +41 61 706 44 61 (Mo 9-12, 14-17 | Mi 9-12), Fax +41 61 706 44 65,

abo@dasgoetheanum.ch

Zahlungen

Mit der Osterausgabe erhalten Sie jeweils die Jahresrechnung. Bitte bezahlen Sie den Abobetrag ausschließlich mit beiliegendem Einzahlungsschein, bzw. Kreditkartentalon.

Spenden können Sie natürlich jederzeit mit untenstehender Bankverbindung vornehmen.

Bankverbindung Spendenkonto

Schweiz/Ausland:

AAG Schweiz

Raiffeisenbank, CH-4143 Dornach

IBAN: CH54 8080 8001 1975 4658 2, BIC: RAIFCH22

bitte vermerken Sie immer den Spendenzweck wie folgt:

«Spende SRMK 1401»

EU-Länder:

AAG Schweiz

GLS Gemeinschaftsbank

IBAN: DE53 4306 0967 0000 9881 00, BIC: GENODEM1GLS

bitte vermerken Sie immer den Spendenzweck wie folgt:

«Spende SRMK 1401»

Nr. 74 · Ostern 2021

© 2021 Sektion für Redende und Musizierende Künste,

Goetheanum Dornach

Leitung: Stefan Hasler

Nachdruck und Übersetzungen nur mit Genehmigung der Redaktion. Texte von Rudolf Steiner: Die noch bestehenden Autorenrechte liegen beim Rudolf Steiner Archiv, Dornach.

Nur Deutschland:

Mit steuerlich wirksamer Spendenbescheinigung für Deutschland

Anthroposophische Gesellschaft in Deutschland

GLS Gemeinschaftsbank eG

BIC GENODEM1GLS

IBAN DE13 4306 0967 0010 0845 10

bitte vermerken Sie immer den Spendenzweck wie folgt: „Spende SRMK 1401“



Klimaneutral

Druckprodukt

ClimatePartner.com/11342-2101-1010

Rundbrief Nr. 74

Sektion für Redende
und Musizierende Künste
Rüttiweg 45
CH 4143 Dornach
T: +41 61 706 43 59
srmk@goetheanum.ch
www.srmk.goetheanum.org