

**Der Weg von der Eurythmie**

**zum**

**Wesen der Heileurythmie**

**Grundlegendes zu Rudolf Steiners**

**Begriffsdifferenzierungen:**

**Pädagogisch-Hygienisch**

**Hygienisch-Eurythmisch**

**Hygienisch-Therapeutisch**

**Elke Neukirch**

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	3
Einleitende Gedanken .....	4
Die Anfänge der Eurythmie .....	14
Die Ansprachen zur Eurythmie .....	24
Der Heileurythmie-Kurs .....	33
Anhang .....	45

## Vorwort

Die zum Teil Besorgnis erregenden Entwicklungen in unserer heileurythmischen Bewegung veranlassten mich zu dieser Recherche in der Hoffnung, dass die einzelnen Arbeitsfelder aus ihren Grundlagen heraus nochmals neu im Bewusstsein und in ihren notwendigen Differenzierungen und Qualitäten erfasst werden können. Außerdem ist es mir ein großes Anliegen aufzuzeigen, dass Rudolf Steiner die Heileurythmie ganz aus dem Impuls der künstlerischen Eurythmie heraus entwickelt hat.

Meine Hoffnung ist, dass wir gerade jetzt - nicht nur jeder Einzelne, sondern als Berufs- und Schicksalsgemeinschaft - das innere Anliegen der Eurythmie und Heileurythmie, als Entwicklungsaufgabe immer wieder neu wahrnehmen und verinnerlichen. Eine Frage, die mich fortwährend bewegt, ist: Welche Zukunftskräfte sind zu entwickeln, damit wir nicht hinter den Anforderungen, die das Wesen Eurythmie und Heileurythmie in stummer Sprache an uns stellt, zurückbleiben? Welchen Boden pflegen und bereiten wir, damit das Wesen kraftvoll mit unserer Gemeinschaft verbunden bleiben kann?

Elke Neukirch, 20.10.2013

(Überarbeitete Fassung)

# Der Weg von der Eurythmie zum Wesen der Heileurythmie

## Einleitende Gedanken

Wenn eine aus der Kunst heraus geborene Therapie - wie sie die Heileurythmie eindeutig ist – zur Anwendung kommen soll, muss der Therapeut die Kunst nicht nur kennen, sondern **können**. Er benötigt für ein verantwortungsvolles, therapeutisches Handeln eine ausreichende eigene Erfahrung im Bereich der ätherischen Bildekräfte, da ihm sonst später das notwendigste Instrumentarium, um differenzierte Wahrnehmungen am Patienten machen zu können, fehlt.

Die für die Heileurythmie notwendige eurythmische Beweglichkeit, Geschmeidigkeit, Durchlässigkeit und Grazie entwickelt sich nur durch jahrelanges Üben. Diese Bewegungsqualitäten sind auch eine Voraussetzung dafür, dass die wirksam werdenden Bildekräfte keinen versteifenden und verhärtenden Einfluss auf den Ätherleib des Patienten haben. Das ist ganz besonders wichtig für die Arbeit mit dem kleinen Kind, da jede angeschaute Lautbewegung innerlich nachgeahmt und in die organbildenden Kräfte unmittelbar aufgenommen wird.

Die Umwandlung der Eurythmie ins Therapeutische bedeutet nicht eine Reduktion oder Vereinfachung des Könnens, sondern eine Vertiefung und Erweiterung des eurythmischen Arbeitens. Metamorphosen lassen sich nur vollziehen, wenn etwas bis zu einem gewissen Grade ausgebildet und heranreift ist. Außerdem ist die Eurythmie die Voraussetzung dafür, dass in der Heileurythmie die geistigen Vorgänge, in die sich der Übende zunächst künstlerisch hineinlebt, wachgerufen werden können.

In der Eurythmie wird geübt, den physischen Leib auf die Stufe des Ätherleibes zu heben, d.h. dass er in seiner Beweglichkeit so geschult wird, dass er sich ihm ganz anverwandeln kann. Gerade diese anverwandelte Beweglichkeit ruft

verstärkt die Tätigkeit der höheren Wesensglieder auf. Dieser Vorgang, der zu Bewusstsein gebracht werden muss, ermöglicht in der Heileurythmie in und an den Wachstumskräften zu arbeiten – an sie zu appellieren, sie zu begrenzen oder anzuregen (17.4.1921). Das kann nur erreicht werden, wenn der physische Leib über seine eigenen Gesetze hinauswächst und damit jene Durchlässigkeit in der Bewegung errungen wird, die die geistigen Heilimpulse wirksam werden lassen. Das erfordert ein langes und intensives Üben, damit nicht das Umgekehrte dabei herauskommt: dass die Bewegungen des Ätherleibes physischen Charakter annehmen und eine ungenügende Durchseelung sichtbar wird.

Die menschlichen Seelenkräfte erhalten in der Eurythmie die Aufgabe, sich gleichzeitig zur Aufnahmefähigkeit für die Geistigkeit des Lautes zu erziehen. Das gelingt nur, wenn sich die Seele auf die Stufe des Ichs erhebt, da sich die geistige Lautkraft erst dann ihrem Wesen nach offenbaren kann. Von hier aus geschieht die Durchdringung des ganzen Menschen, die in der Heileurythmie so verdichtet wird, dass sie in einen Heilprozess übergeführt werden kann. Das ist ein langer Entwicklungsweg, da die Durchseelung nicht aus den Impulsen persönlicher Willensintentionen und Empfindungen geleitet, sondern vom göttlichen Weltinhalt des Lautes erfüllt, erföhlt und bewegt wird. Wille und Gefühl ergießen sich in die Lautwesenheit, ohne ihr Eigenleben geltend zu machen.

Das Ich wird dabei zur Selbstlosigkeit erzogen, um den kosmischen Weltinhalt des Lautes so aufnehmen zu können, dass er gestaltend und umwandelnd in den Prozessen des Leibes wirksam werden kann. Es erhebt sich in hingebender Frömmigkeit zur Stufe des göttlich werdenden Geistes, da nur der göttlich werdende Menschegeist heilend in die chaotisch gewordenen Naturprozesse des Leibes und der Seele eingreifen und sie zur Beherrschung bringen kann. Mit welcher Bewusstseinskraft das zum Leben erhoben und durch den Heileurythmisten dem Patienten vermittelt werden kann, wird entscheidend für den initiierten Heilungsvorgang sein.

Wenn dieser ganze innere Umwandlungsvorgang nicht ergriffen wird, kann sich die therapeutische Befähigung, auf den verschiedenen Lebensstufen tätig zu werden, nur ungenügend entwickeln.

Der Ausspruch R. Steiners, dass die Eurythmie allgemein gesundend wirkt, beruht darauf, dass durch die Eurythmie das Ich in die Lage versetzt wird, die Seelenglieder zu ordnen und in richtiger Weise in den ganzen Menschen einzuprägen. Dadurch wird der Mensch zu einem Quell ausstrahlender Gesundheit. Er gibt sich mit ganzer Aufmerksamkeit den heiligsten Kräften, den schöpferischen Wortkräften selber hin. Diese Begegnung wirkt auf den ganzen Menschen zurück, sodass eine allgemein gesundende, hygienische Wirkung durch die Eurythmie entfaltet werden kann.

Im Heileurythmie-Kurs beschreibt R. Steiner, wie die Eurythmie *„in dem Augenblick, wo der Mensch anfängt, überhaupt irgendwie abnorm zu sein, auch heilend wirken wird.“* (GA 315;17.4.1921)

Das Überschreiten der Schwelle, als menschheitliches Geschehen, bringt es mit sich, dass die Seelenkräfte auseinander fallen. Dadurch vereinzeln sie sich in ihren Lebensäußerungen, verlieren die Orientierung und werden leicht vom Egoismus des Menschen ergriffen. Dadurch verlieren sie ihren Bezug zum Allgemein-Menschlichen. Durch die Eurythmie werden die Seelenkräfte so ergriffen und zum Geistigen hin orientiert, dass sie wieder unter die Führung des Ichs gestellt werden können. Das hat sowohl eine erzieherische als auch eine eminent hygienische Wirksamkeit. Fallen die Seelenglieder in ihrer Leibesorientierung aus dem Gefüge ihres Zusammenspiels so heraus, dass es zu Stoffwechselerkrankungen kommt, gehört es zur Aufgabe der Heileurythmie, die kosmischen Gestaltungskräfte zur Beherrschung des inneren Menschen einzusetzen.

Das Anliegen Rudolf Steiners war, dass die Eurythmie in unser ganzes Menschentum übergeht und darin zur Entfaltung und Entwicklung kommt. Er erweiterte sogar ihre veredelnde Kraft auf die allgemeinen Weltverhältnisse und brachte die Hoffnung zum Ausdruck, dass die Anregungen, die er im Heileurythmie-Kurs gegeben hat, entsprechend zum Heil der Menschheit wirksam werden können. (GA 315; 17. / 18.4.1921)

Wir werden durch die Eurythmie und Heileurythmie zum Träger einer geistigen Welt, die uns ohne Eurythmie viel eher verschlossen bliebe. Wir erziehen und erweitern durch den Geist der Lautkräfte unser Gefühls- und Willensleben.

Dabei können wir erüben, unsere Persönlichkeit ganz zum Schweigen zu bringen, d.h. „*alles Egoistische abzustreifen*“ (GA 277; 25.1.1920). Dadurch wird vom Ich aus eine Umwandlung von Gefühl und Wille angeregt. Die Fähigkeit, die Seele umzuorganisieren, kann weiter zur Entwicklung gebracht werden, denn das Kultivieren und Umbilden der eigenen Seele erweckt die Fähigkeit zur geistigen Erkenntnis.

Wenn es dem Eurythmisten gelingt, den umgewandelten, durchfühlten Willen „*vom Herzen in den Kopf aufsteigen zu lassen*“ (GA 277a; 16.9.1912), bildet das die beste Voraussetzung dafür, dass gerade diese Fähigkeiten keimen können. Die Kraft des bewegten Wortes/Lautes breitet sich als durchfühlte Lebensausstrahlung vom Herzen über die ganze menschliche Gestalt aus. Diese Strömungen werden, wenn sie zum Haupte aufsteigen zu Licht, welches sich mit den Gedankenkräften vereinigen will, um sie zu durchleuchten.

Für die Heileurythmie spezifiziert und erweitert R. Steiner diesen Vorgang (GA 315; 18.4.1921), indem er anregt,

- die unbewussten objektiven Imaginationen im Konsonantieren am „Befestigen“,
- die unbewussten objektiven Inspirationen im Vokalisieren am „Aussonderungsprozess“
- und die unbewussten objektiven Intuitionen am Wort/Satz durch die „Bildungskräfte“ zur Wahrnehmung zu bringen.

Hier wird greifbar, wie stark der sog. Bewusstseinsfaktor zur Entwicklung kommen soll und welche große Bedeutung die durchschauende Erkenntnis für den Heilungsprozess hat. Durch die Verstärkung der Seelenkräfte auf dem Schulungsweg kann erlebt werden, wie dieselben plastischen Bildekräfte, die auch im Wachstum tätig sind und den physischen Leib gestalten, die höheren Bewusstseinsstufen entwickeln. Rudolf Steiner beschreibt im Heileurythmie-Kurs, dass die menschlichen Seelenkräfte so zur Entwicklung gebracht werden können, dass sie zur Anschauung der kosmischen Menschwerdung gelangen. Das führt zu der Erkenntnis, dass die menschliche Gestalt durch dieselben geistigen Bildekräfte aufgebaut wird wie unser Bewusstsein. Erst mit dem Erlangen der damit verbundenen Fähigkeit kann in die geistig-leiblichen Prozesse wirklich hineingeschaut werden, die uns so beispielhaft im

Heileurythmie-Kurs vorgeführt werden. Dieses „innere Sehen“ ermöglicht dann, dass der flutende, formwandelnde, plastische Lebensstrom des schaffenden Geistes wahrgenommen werden kann.

Eine verinnerlichte Bildgestalt dieses bewussten Vorganges stellt das „innere Anschauen“ des bewegten Lautes im Konsonantieren dar - als inneres Nachschaffen der objektiv wirksamen Imaginationen. Hier wird das Bewusstsein angeregt, den Heilungsvorgang durch das innere Anschauungsbewusstsein zu verstärken und zur Wahrnehmung zu bringen. Im „*innerlichen Abfotografieren*“ überwinden wir den äußerlich vorgestellten Bildcharakter, da wir zum bewegten Laut in ein lebendiges Verhältnis treten, welches in die innere Tätigkeit desselben hineinführt. Im Ergreifen der Bewegung verwandelt sich der Übende in die Lautwesenheit hinein, geht gewissermaßen in sie über. Im „inneren Anschauen“ schlüpft man mit der Kraft des eigenen Gedankenbildens in die bewegte kosmische Lautform hinein und bildet sie im Bewusstsein ab. Dadurch wird der Konsonant verinnerlicht und in seiner Wirksamkeit auf den Organismus verstärkt. Die Imagination des Lautes wird auf diese Weise am Leib befestigt und sie verdichtet gleichzeitig das Erleben, wie in der Lautbewegung ein schöpferischer Weltvorgang auf den Leib trifft und ihn durchdringt.

Bei den Vokalbewegungen, den unbewussten objektiven Inspirationen, ist es wichtig, zu erfühlen, was in die Bewegung hineinfließt und sie formt. Davon soll sich der Übende ein Anschauungsbewusstsein erwerben, welches erweitert wird zum innerlich geistig-seelischen Hören der Vokalbewegungen. Die Seele soll insbesondere nach den großen Vokalübungen erlauschen, was sie bewegt hat und was durch die geistige Lautwesenheit in sie eingeströmt ist. Hier betreten wir mit unserer Aufmerksamkeit ein Reich der Stille, um mit der Seele etwas Unhörbares zu vernehmen, bevor der gesprochene Laut wieder erinnert wird. Der Mensch erübt auf geistige Art zu hören, was durch den Vokal zu ihm gesprochen hat. Das verstärkt die Wirkung der objektiven Inspiration auf den ätherischen Leib. Dieser wird dadurch verlebendigt und in eine geregelte Beweglichkeit übergeführt. Die Seele wird angeregt, einen „inneren Sinn“ heranzubilden, um den harmonischen Klang zu vernehmen, der aus dem Ätherleib durch die Vokalbewegung herauftönt. Das innere Vernehmen der



tönenden Ordnungskraft des Vokals führt verstärkt zur Beherrschung der Lebenskräfte.

Sowohl im „*inneren Abfotografieren*“ als auch im „*Lauschen*“ wird das Bewusstsein der wahrnehmenden Seele angeregt, ins Lebendige überzutreten, um die heilenden Kräfte des Lautes auf den Leib zu verstärken. Die unbewussten Inspirationen beherrschen die plastizierende Dynamik und überwinden die Eigenvitalität der äußeren Wesenheit im menschlichen Organismus, d.h. sie stärken und kristallisieren den höheren Menschen in seinen Wesensgliedern und bringen ihn dadurch auch organisch zu sich selbst. Das geschieht aus der moralischen Weltensphäre heraus, die wie ein klingender Weckruf in die Seele des Übenden dringt. Aus ihm empfängt die Seele in stummer Sprache das menschlich-göttliche Urbild zurück. Die enge Beziehung des Heilens zur Menschwerdung kann hier erlebt werden.

So werden im Menschen durch das Vokalisieren und Konsonantieren die schöpferischen Wortkräfte als Werde-Geheimnisse wiedergeboren und zur äußeren und inneren, zur sichtbaren und unsichtbaren Anschauung gebracht. Wir blicken in das Reich zukünftiger Menschenbilde- und Baugeheimnisse hinein und dürfen Anteil nehmen an ihren Verwandlungskräften.

Auf der Stufe der Intuition ist der Mensch mit den göttlichen Schöpfungskräften vereint, die aus den himmlischen Urformen alles Dasein schaffen. Hier verlangt die Seele nach einer neuen Gestalt, die von den übersinnlichen Formkräften gebildet werden kann. Die „intuitiven Bildungskräfte“ ermöglichen diese himmlische Gestalt aufzubauen. Das Ich streift dabei die aus dem irdischen Vererbungsstrome hervorgehende Hüllennatur vollkommen ab.

In der Heileurythmie kommen die unbewusst objektiven Intuitionskräfte besonders bei vererbten und mit dem Schicksal des Menschen und seiner Vorgeburtlichkeit zusammenhängen Krankheiten zum Einsatz.

*„ Und man wird gut tun, wenn man auf alles dasjenige wirken will, was sich im Menschen findet als Rest von dem, was nicht mehr sich abgespielt hat zwischen Geburt und Tod, sondern was der Materialismus Vererbung nennt, wovon aber ein großer Teil eben aus dem präexistenten geistig-seelischen Leben*

*mitgebracht ist, wenn man also wirken will auf dasjenige, was man angeborene Fehler, Defekte nennen kann, ...“ (GA 315; 18.4.1921).*

Der Blick wird hier auf die tieferen Ursachen des Erkrankens und damit auf die leibbildenden Kräfte des Ichs gelenkt. Diese umfassenden „*Bildungskräfte*“ werden durch die Wortkraft selbst aufgerufen, um an der Überwindung derartiger Krankheitsanlagen zu arbeiten. Die Heileurythmie regt an, die leiblich vererbte Hüllennatur stufenweise zu überwinden. Dabei werden auch Gestaltungskräfte angeregt, die ein neues Organ aufzubauen vermögen.

Für den Heilprozess ist es von großer Bedeutung, dass der Patient mit seiner ganzen Aufmerksamkeit übt, gut zuzuhören. Der gehörte Laut oder Lautzusammenhang soll - bevor er in eine Bewegung übergeht - intensiv zu Bewusstsein gebracht werden. Der Patient wird angeleitet, die bildende Wortkraft aus einer strengen Objektivierung, die durch das genaue Hinhören angeregt wird, zu vernehmen und anschließend zu bewegen. Das gewöhnliche, d.h. aus der Gewohnheit kommende Zuhören reicht dafür nicht aus, es muss gesteigert werden. Dadurch lernt er zu vernehmen, dass die Weltwesenheit nicht in irgendeiner Weise zu ihm spricht, sondern aus der strengen Gesetzmäßigkeit ihres Seins. Aus dieser ist die ganze Menschenbildung hervorgegangen. Das Herausfallen aus dieser Gesetzmäßigkeit bildet die tiefere Ursache des Krankseins.

Im „guten Zuhören“ werden Ich und astralischer Leib, was ihre eigenen Intentionen betrifft, herab gestimmt und damit wird ihre Verbindung zum physischen und ätherischen Leib partiell gelockert. Sie macht sich durch das leise Einschlafen der höheren Wesensglieder weniger geltend. Andererseits wachen Ich und Astralleib für das Gehörte stärker auf. Sie erheben sich zu den intuitierenden Bildungskräften. So kann das, was aus der Wortkraft heraus gesprochen und bewegt wird, verstärkt wirksam werden. Dadurch können die objektiv intuitierenden Wortkräfte, welche die heiligsten Kräfte der Weltwesenheit darstellen, viel unmittelbarer an den ätherischen und physischen Leib heran.

Die intuitierenden Wortkräfte zu bewegen heißt, einen Verzicht, eine Entsagung, auf jegliches, aus der eigenen Seele aufsteigendes Eigenerleben am bewegten Laut geltend zu machen.

Wenn diese schaffenden Kräfte auf ein vorbereitetes Seelenleben treffen, erweitern sie das wahrnehmende Bewusstseinsfeld. Das, was bisher im „Abbild“ des Wortes erlebt und bewegt wurde, tritt nun wesenhaft vor den inneren Seelenblick. Nur so kann die Heilsubstanz wirklich entbunden und eine Gewährleistung der hinter dem Wort wirkenden Wesenheiten möglich werden, welche uns zunächst durch Farbe und Klang in ihrem „Abbild“ erscheinen.

Auf dieser Stufe des Übens wird die Möglichkeit einer kontinuierlichen Entwicklung durch die Heileurythmie offenbar. Rudolf Steiner setzt sein Vertrauen ganz auf die Selbständigkeit des Übenden und auf die allmählich wachsenden Kräfte des Therapeuten, sich den Heilungsmysterien des Wortes verantwortungsvoll zu nähern, in sie hinein zu wachsen und in ihnen zu erwachen.

Der methodische Ansatz der Heileurythmie besteht also nicht in einem „Hinuntersteigen“ in den Ätherleib einzelner Organe bzw. Organsysteme, um ein nach „innen gewendetes Hellsehen“ zu erlangen, sondern in einem „Heraustreten“ in den objektiven Sprachraum, um die objektiv wirksamen intuitierenden Wortkräfte zu ergreifen und auf den Leib zu lenken. Daraus wächst die Einsicht in die großen Zusammenhänge schaffender Weltwesen und deren waltender moralischer Gesetzmäßigkeit. Im Falle einer Erkrankung werden diese Schaffensprinzipien sowohl auf die Seele selbst als auch auf den Leib gerichtet. So wird der Mensch gleichzeitig Empfänger und Schöpfer seines Selbst und seiner zukünftigen Gesundheit.

Verfolgt man Krankheitserscheinungen, in denen abnorme Abstrahlungen organischer Prozesse sich ins Seelenleben hinein fortsetzen, so ergibt sich Folgendes:

Ein Seelenleben, welches sich aus den Quellen aufsteigender Organkräfte, die ins Bewusstsein treten, speist, ist an diese Kräfte wie gefesselt. „Wahrnehmungen“, die sich aus den sich lösenden Organbildern einstellen,

haben einen absoluten Realitätscharakter für den Menschen. Es entsteht eine Verbindung zum Untersinnlichen, welche den Menschen aus den übergeordneten, wesenhaften Zusammenhängen der Welt herauslösen. Die aus dieser Quelle gespeisten „Eingebungen“ erfüllen die Seele mit einem Eigenleben, durch das der Mensch zunehmend die Möglichkeit verliert, sich an objektiven Gesetzen zu orientieren, die ihm eine gesunde Denk- und Urteilskraft vermitteln könnten. Wenn Ich, Astralleib und Ätherleib mit objektiven Intuitionskräften des Wortes erfüllt und diese gesetzmäßig bewegt werden, so wird verhindert, dass die Seele in die Sphäre ihrer eigenen Lebenskräfte „rutscht“ und sich darin betätigt.

Das Heilungsprinzip der aufmerksamen Hingabe an die gehörte Sprache und die daraus folgende Lautbewegung in Wort und Satzgestaltung wirkt befestigend auf die ätherisch-organischen Zusammenhänge, aus deren Abstrahlungen das Seelenleben seine „Eingebungen“ gestaltet. Die Kräfte werden reflektiert, d.h. in ihren ursprünglichen organischen Zusammenhang wieder eingegliedert.

Darin spricht sich eine umfassende geistig-seelisch-organische Formkraft der Heileurythmie aus, die den Zusammenhang der Wesensglieder mit den Organen des physischen Leibes neu ordnet und befestigt. Die gelockerten, sich verstrahlenden seelisch-plastischen Bildekräfte werden durch die Heileurythmie verobjektiviert und so in den Leib zurückgestrahlt, dass das Seelenleben wieder in einen gesunden Entwicklungsstrom übergeführt werden kann.

In Methodik und Didaktik des Heileurythmie-Kurses kann erlebbar werden, wie zentral das Anliegen R. Steiners ist, die ärztliche und therapeutische Tätigkeit an eine innere Entwicklung zu knüpfen. Wenn die überirdische Reinheit und Geistigkeit der moralischen Weltensphäre, die in der Eurythmie/Heileurythmie zu uns spricht, vernommen werden soll, wird gerade diese Entwicklung notwendig sein.

Indem das Ich sich stufenweise dazu erweckt, die schöpferischen Wortkräfte im Bewusstsein aufleben zu lassen, wird die Sehnsucht gleichermaßen ernster und tiefer, reine Hingabe zu üben, um sich an den Ort erheben zu können, wo göttlich-geistige Wesen ihre „Mitteilungen“ durch den Laut machen wollen.

Ahnend kann dann erlebt werden, was die Engel in der Eurythmie bewegen, die Erzengel sprechen und die Archai in den Willen einströmen lassen wollen. So kann auch der Weg eröffnet werden, dass wir unsere ganze Menschenform zu dem Reich der zweiten Hierarchie erheben, damit gnadenvoll aus den höchsten Sphären die Kräfte empfangen werden können, die in der Heileurythmie diese umfassenden Heilungsvorgänge bis in den physischen Leib hinein anzuregen vermögen.

Aus dieser Gesinnung gehen künstlerische Formen oder Heilideen nicht willkürlich hervor, sondern sie erstehen durch das Einleben in die gewaltigen eurythmischen bzw. heileurythmischen Gesetze selbst. Die unbewussten Imaginationen, Inspirationen und Intuitionen können so in die Verinnerlichung geführt werden, dass sie aus den Innenkräften unserer Menschennatur auferstehen und uns in ihrer geistigen, leibfreien Form zum wahren Ebenbild der Gottheit erheben. Diese Entwicklung liegt der Sache selbst zugrunde, und die große Frage ist, ob wir es schaffen, daran so zu arbeiten, dass wir dieser Entwicklung Raum geben können.

# Die Anfänge der Eurythmie

## 1. Teil

Die Voraussetzung, um an der Differenzierung des **pädagogisch-didaktischen, hygienischen und therapeutischen Wertes** der Eurythmie und einzelner Übungen zu arbeiten, besteht zunächst darin, ihn erneut deutlich ins Bewusstsein zu heben. Die im Folgenden aufgeführten Zitate sollen zeigen, wie die von Rudolf Steiner intendierten Differenzierungen vorzunehmen sind.

Wesentlich dabei ist, auch herauszukristallisieren, was R. Steiner mit dem „*pädagogisch-hygienischen Element der Eurythmie*“ verbindet, wann er es einsetzt und wie er es in seiner Wirksamkeit auf das Kind beschreibt. Im Vergleich zur hygienisch-eurythmischen Arbeit mit Erwachsenen sollten die Entwicklungsgesetze der unterschiedlichen Altersstufen dabei in den Blick genommen werden. Während bis zum 21. Jahr die leibliche Entwicklung - aus dem Geistigen als Inkarnationsimpuls hereinkommend - im Vordergrund steht, geht es mit der Ich-Geburt primär um Entwicklung und Verinnerlichung der Seelenglieder, die aus dem Geistigen des Umkreises herein wirken. Ab dem 49. Lebensjahr steht das Herausarbeiten der geistigen Glieder des Menschen im Vordergrund.

Das sind wichtige Gesichtspunkte, um den Bereich der hygienischen Eurythmie genauer zu fassen und ihn von der Wirksamkeit der Heileurythmie abzugrenzen.

In der allerersten Anfängen der Eurythmie (GA 277a) werden den Übungen kaum Texte zugrunde gelegt, da die Aufmerksamkeit zunächst auf die **eigene Gestalt**, dann auf **Raumformen**, die durchfühlt werden sollen, gelenkt wird. Es wird **Geschicklichkeit** erübt (... „*mit jeder Hand einen anderen Rhythmus taktieren und mit den Füßen wieder einen anderen ... da wird man doch sehr geschickt und lernt seine Glieder beherrschen*“), die sowohl eine dem Menschen angemessene Leibergreifung schulen als auch eine „*gesundende, kraftspendende Wirkung*“ haben (**Stabübungen**). Durch das „**Fußschreiben**“ soll eine richtige und differenzierte Beziehung zur Erde und feine, intime Fußbewegungen veranlagt werden.

Die Übungen sind nie einseitig selbstzentriert, sondern werden in ein Verhältnis zum Umkreis (z. B. durch Rhythmus, Raumformen) oder mit den anderen Menschen verbunden und in Beziehung gesetzt.

Energietanz: „ ... *gibt den Menschen **Kraft zu gemeinsamer Arbeit** ...*“

Friedenstanz: „ .... ***streitsüchtige Kinder vertragen sich wieder** ... aus den schwierigsten Leuten könnten die sanftmütigsten Eheleute werden.*“

Die „Serpentintänze“ beschreibt R. Steiner selbst als „***hygienisch wirksam***“. Sie führen zur „***starken Befestigung des Ich .... sehr gut für bleichsüchtige Personen***“.

Das Laufen einer liegenden Lemniskate wird bei Kindern und Personen eingesetzt, die **zu stark sanguinisch** sind und **leicht schwindelig** werden – wo die Gefahr besteht, dass sie sich gewissermaßen selbst verlieren.

Gerade an dem Beispiel der Behandlung der zu stark sanguinischen Kinder, wird das hygienische Element deutlich. Eine krankhaft ausgeprägte Form findet sich im „*zappeligen, aufgeregten Kind*“ (GA 315; 12.4.1921) und als mögliche pathogene Steigerung im Krankheitsbild des kindlichen hysterischen Irreseins (GA 317; 28.6.1924).

Die **pädagogisch-hygienische** Behandlung bei zu stark ausgeprägter Temperamentslage findet ihre weitere Ausgestaltung im 12. Vortrag (GA 279; 9.7.1924), der den Untertitel trägt:

*„Moralisch-seelische Heilwirkungen durch das Ausströmen der Menschenseele in Form und Bewegung und deren Zurückwirken auf den ganzen Menschen“.*

Hier regt R. Steiner an, abnorme seelische Eigenschaften - solange sie auf der seelischer Ebene bleiben - auch auf dieser zu behandeln. Am Beispiel von „*Neid und falschem Ehrgeiz*“, wird die Übung: „*Ich und Du*“ eingesetzt. Dadurch soll das Element der Zusammengehörigkeit und des sozialen Miteinanders zu Bewusstsein gebracht werden.

**Folgende Indikationen sind im pädagogischen und heilpädagogischen Sinne zu verwenden:**

- „ ... für sich schlagende und polternde Kinder“,
- „ ... für phlegmatische, schläfrige Kinder“,
- „ ... für vollblütige Kinder, um den Egoismus zu bekämpfen“,
- „ ... bei Ich-schwachen Kindern oder bei blutarmen Kinder.“

Der 12. Vortrag (GA 279; 9.7.1924) zeigt insgesamt, wie dicht sich pädagogisch-hygienische Übungen und Heileurythmie begegnen; wobei R. Steiner deutlich bemerkt:

*„Und darauf beruhen dann die **Heilwirkungen des Eurythmischen**, Heilwirkungen, die da sein können sowohl in moralisch-seelischer wie auch durchaus in physiologisch-physischer Beziehung. Moralisch-seelische Heilwirkungen werden sich insbesondere herausstellen, wenn gewisse eurythmische Maßnahmen getroffen werden, gewisse eurythmische Tatsachen dargestellt werden im kindlichen Alter. .... Deshalb muss man in dem Augenblicke, wo das Pathologische beim Kinde anfängt, sich klar sein darüber, dass man diese Übung für Kinder mit herabgedämpftem Bewusstsein mit großem Nutzen anwenden kann; dagegen nicht bei Kindern mit einem erregten Bewusstsein. Dass sind die Dinge, die dann dazu führen, dass man alles dasjenige, was sich auf das Heileurythmische bezieht, nur eigentlich unter der fortwährenden Mitwirkung und Verordnung des Arztes anwenden kann; denn wo das Pathologische anfängt, ist nur der Arzt zu urteilen berufen.“*

(Vergleiche: „Heilpädagogischer Kurs“ – GA 317; 12. Vortrag, 7.7.1924)  
(Heilpädagogischer Kurs und Laut-Kurs überschneiden sich teilweise zeitlich.)

R. Steiner greift in diesem 12. Vortrag eine Reihe von Übungen auf, die er in den Anfängen (GA 277a) schon angelegt hat und nun für das Pädagogisch-Didaktisch-Hygienische nochmals aufgreift, erweitert (GA 279) und im Heileurythmie-Kurs, aber auch im Heilpädagogischen Kurs, speziell für das Pathologische, vertieft und umarbeitet.

Viele Übungen werden mit mehreren gleichgearteten Kindern in kleinen Gruppen gemacht, wobei der Schwerpunkt auf gemeinsame Formbewegungen gelegt ist.



Zu der Übung „**Ballen und Lösen** ... für *initiativlose, unintelligente Kinder.*“ (20.9.1912) heißt es: „ ... **wichtigste hygienische Wirksamkeit** “

Diese besteht darin, dass das Weltenwesen durch die ballende Bewegung verinnerlicht wird - Wärme erzeugend - und das Innere sich in der weitenden Bewegung diesem Weltenwesen aufschließt – eine Erhellung bewirkend. Dieser Wechsel zwischen Verdunkelung und Erhellung bringt die Seele zwischen Leib- und Geistzuwendung in eine atmende, vermittelnde Bewegung. Sie verbindet harmonisch die innere mit der äußeren Wesenheit. Das stärkt einerseits die Willensinitiative, d.h. die Möglichkeit, das Geistige durch den Willen wirksam werden zu lassen, und fördert die Intelligenz, d.h. die Möglichkeit, den Willen im Geistigen anwenden zu können.

**Der Heileurythmie-Kurs** bringt uns die pathologischen Steigerungen, sowohl für die „*phlegmatischen, schläfrigen Kinder*“ (9.7.1924) als auch für die „*initiativlosen, unintelligenten Kinder*“ (20.9.1912) „ ... *welche nicht auffassen wollen, es geht alles an ihnen vorbei*“ (GA 315; 12.4.1921) bis hin zur Beschreibung des schwachsinnigen Kindes, zum Verständnis.

An diesem Beispiel kann der Übergang vom hygienisch-pädagogischen Element der Eurythmie zum hygienisch-therapeutischen studiert werden. In der Heileurythmie kommt hier das „Trochäische-A“ zum Einsatz, welches durch den sogenannten „Bewusstseinsfaktor“ in seiner therapeutischen Wirksamkeit verstärkt wird. Dieser kommt in der pädagogisch-hygienischen Eurythmie so nicht zur Anwendung. Das Bewusstsein richtet sich durch die Übungen eher auf das soziale Miteinander.

Weiter geht es mit dem Wort „**Halleluja-h**“ (22.9.1912) – „zur Festigung des Ätherleibes .... **Wir wollen doch auch kranken Menschen helfen.**“

Es folgen das „**EVOE**“ und die sakralen Tänze/Serpentin-Tänze (23.9.1912), die R. Steiner als **hygienisch** beschreibt.

Am 26.4.1913 setzt R. Steiner im Zusammenhang mit dem Üben von Rhythmen das **Prinzip der Temposteigerung und Verlangsamung** ein: „*Langsam, allmählich schnell und dann rasch wieder langsam werden*“.

Dieses Prinzip kommt auch in der Heileurythmie vielfältig zur Anwendung: Die Temposteigerung verdichtet die ätherische Wirksamkeit, sodass Ich und Astralleib den Ätherleib stärker durchdringen können, um in der Verlangsamung, unter der Führung des Ichs, diesen Impuls wieder abschwellen zu lassen und in die Stille überzuführen.

Es folgt **„Der Wolkendurchleuchter“** (26.4.1913) als eine *„bittende Hinwendung an die Götter“* mit dem Zusatz **„... tiefe Menschen bildende und Menschen heilenden Kraft dieser neuen Mysterienkunst“**.

**„Ich bin da“** - als inkarnierende Übung und **„Ich schaue auf“** als Hinwendung zum Göttlichen (31.8.1913) - das Ich in seiner bewegten Doppelnatur ergreifend: Aus dem Umkreis ins Dasein - aus der Verinnerlichung weit über sich hinauswachsend zur ehrfurchtsvollen Hinwendung an den Geist.

**„Das Inneren hat gesiegt“** und **„das Äußere hat gesiegt“** (28.6.1914)

Hier geht es darum, die übergeordnete Ichheit zu fühlen (Kreisform), die in den anderen beiden Formen differenziert als schaffend erlebt werden kann – mal von innen als dynamisches Willenselement – mal von außen als gestaltendes, plastisch-einstrahlendes Element. Dieses Erleben entfaltet in seinen Formabläufen, mit denen sich der Übende vereinen soll, eine hygienische Wirksamkeit.

*„ Und es beginnt unsere Seele mit der Form mitzuerleben. Wir schauen sie nicht bloß an, sondern wir haben das lebendige, auf und ab wogende Gefühl Überwindung und Übergriff, Überwindung und Besiegung in der Seele, das heißt, unsere Seele gerät in Lebendigkeit, sie lebt mit der Form mit. Und das ist das Wesen des künstlerischen Empfindens, dieses Einswerden mit der Form, dieses Miterleben mit der Form.“*

In der Heileurythmie muss sich dieses Formerleben so verdichten, dass es zu einer Erkenntnis der polaren Ich-Wirksamkeiten in Zusammenhang von Blut und Nerv kommen und in der Therapie eingesetzt werden kann. Durch Konsonant und Vokal werden dann diese Kräfte auf spezifische organische Zusammenhänge und Prozesse gelenkt.

Dieses Erleben führt, wenn es sich zu einer gesteigerten, sicheren Befähigung im Anschauen der beiden Dynamiken entwickelt, zu der wahrnehmenden und durchfühlten Erkenntnis auch der pathologisch wirkenden Dynamiken innerhalb der verschiedenen Organsysteme des kranken Menschen. Dazu muss der Heileurythmist die von R. Steiner erhoffte, **künstlerische Seelenverfassung** entwickeln, damit er die aus dem gesunden Organismus herausfallenden Dynamiken, die in jedem Organ anders wirksam sind, entsprechend durch eine aus dem Künstlerischen heraus geborene rationale Therapie (Heileurythmie) behandeln kann. Gemeint ist die Polarität von zentrifugaler und zentripetaler Dynamik, die in jedem menschlichen Organ wirksam ist und die reguliert werden muss (GA 315; 26.10. 1922).

In der Einführung der Konsonanten kann erlebt werden, wie fein R. Steiner den Übergang vom bildhaften Empfinden der Naturgeistigkeit zur Geistnatur des Lautes gestaltet.

Die Erfahrungen, die an den Übungen des „**Streckens und Beugens**“ (24.8.1915) gemacht werden sollen, führen über die Wahrnehmung des physischen Leibes hinaus und werden auf die Aura des Menschen gelenkt:

*„ Strecken entlässt Lebenskraft. – Die umgebende Aura wird erhellt.*

*Beugen: Lebenskraft verbraucht mich. – Die umgebende Aura wird verdunkelt.“*

**In der Heileurythmie** wird diese Befähigung in Zusammenhang mit der vokalischen und konsonantischen Wirksamkeit weiter entwickelt und vertieft, damit sie zu einer therapeutischen Anwendung gebracht werden kann (GA 315; 17.4.1921).

Ohne jetzt detailliert auf alle Übungen einzugehen, befindet sich die Entwicklung der Eurythmie hier an einem Punkt, wo die Wahrnehmung über die Grenze des physischen Leibes hinausgeführt werden soll. Der Blick wird direkt auf die Lebenskräfte, die mit dem Willen verbunden sind, gelenkt. Die Aura wird durch eine entsprechend gestreckte oder gebeugte Bewegung verdunkelt oder erhellt. Hier ist sowohl die Herausforderung einer geistigen Farberkenntnis als auch einer erweiterten Wahrnehmung angesprochen. Der Umgang mit den Farben in der Eurythmie, als direkt auf die Lebenskräfte

wirkend, wird dadurch angeregt. Für die **hygienische Arbeit mit der Eurythmie** ist es ein wichtiges, belebendes Element, die „*Lebensstimmung in den Farben zu erleben*“ (26.8.1915) und damit zu arbeiten, denn durch die Farbe kann sich die Seele im Geistigen erleben. In der Heileurythmie muss es zu einer Erkenntnis von Gesundheit und Krankheit durch die Farben kommen können, die sich im Laut zu einer entsprechend wirksamen Form gestalten. Im Farbenkurs (GA 291) spricht R. Steiner davon, dass Gesundheit und Krankheit aus der Farbe heraus geschaut werden müssen und dass sich „*durch die Farben die Götter in ihrem Urschaffen in Erinnerung rufen*“ (2.6.1923), gleichsam als Tor, um Heilungsprozesse anzuregen. Die **Lautfigur** in ihrem Farbdreiklang wird zum Erkenntnismittel einer „**psychologischen Physiologie**“ (GA 300b; 1.3.1923), welche in der Heileurythmie zur Leibeswirksamkeit geführt wird.

Hier liegt ein im Wesentlichen noch zu bearbeitendes Feld der Heileurythmie.

Am 7.10. 1914 (GA 156) spricht R. Steiner über das **Wesen der Eurythmie**, welches aus den Bestrebungen des ganzen anthroposophischen Geisteslebens heraus geschöpft ist. Sie darf nicht mit irgendeiner aus dem materialistischen Zeitalter hervorgegangenen körperlichen, sportlichen, turnerischen oder tänzerischen Bestrebung verwechselt werden. In der Sphäre, aus der die Eurythmie hervorgeht, kann der Mensch zum unmittelbarsten, innigsten Erleben dessen kommen, „*wie der Geist wirkt*“. Dazu „*muss der Mensch angeleitet werden, dasjenige in Gesten, in Bewegungen des physischen Leibes zum Ausdruck zu bringen, was dem Ätherleib natürlich ist ... der Ätherleib fortlebt in den Bewegungen des physischen Leibes.*“

„**Ein pädagogisches, ein künstlerisches und ein hygienisches Prinzip drückt sich in der Eurythmie zugleich aus.** Ein **pädagogisches Prinzip** insofern, als der Mensch ja, wenn er heranwächst mit Eurythmie, wenn er von den ersten Kindheitsjahren an Bewegungen im Sinne der Eurythmie gemacht hat, dann mit seinem Leibe Bewegungen ausgeführt hat, welche so wirken, dass, ich möchte sagen, die Götter sich so recht verbunden fühlen mit der Erde. Daher ist sie so recht ein Mittel, die Verbindung herzustellen zwischen den göttlich-geistigen Hierarchien und dem heranwachsenden Kinde. ...

*... Wir können versuchen, den verkümmerten Ätherleib – denn er verkümmert unter den heutigen Notwendigkeiten – sich bewegen zu lassen in den eurythmischen Bewegungen des physischen Leibes, die die Götter wollen. Das soll Eurythmie bieten in pädagogischer Beziehung.*

*Wenn viele Menschen heute klagen, dass ihnen dies oder jenes weh tue, ohne dass ihnen so recht etwas fehlt, so ist das gar nicht zu verwundern; denn der Mensch versucht heute nicht mehr, wie es die Griechen taten, einen Einklang herzustellen zwischen den äußeren Bewegungen des physischen Leibes und denen des Ätherleibes. Und wenn er es doch tut, macht er etwas sehr Komisches.“*

R. Steiner konkretisiert das „Komische“, welches im Aufgreifen der Olympischen Spiele in der heutigen Zeit liegt:

*„Einfach das Griechische in unsere Zeit hinüberzunehmen, ist das Lächerlichste, was man tun kann; es ist eine Versündigung am Vertrauen in die Menschheitsentwicklung. Wenn das heute gesucht werden soll, was die Griechen auf ihre Art in den Olympischen Spielen suchten, dann muss Eurythmie sich einleben in die Menschheit, dann müssen die Menschen versuchen, die Gesundheit ihres Leibes von der Seele aus dadurch zu bewirken, dass sie den Ätherleib nicht verkümmern lassen, sondern den physischen Leib die vom Ätherleib geforderten Bewegungen machen lassen. **Das ist die hygienische Seite der Eurythmie. ...***

*... man kann Eurythmie definieren als Erfüllung desjenigen, was nach seinen natürlichen Gesetzen der menschliche Ätherleib verlangt vom Menschen. Daher ist wirklich in dieser Eurythmie etwas gegeben, was zu unserem geistigen Leben dazugehört, und was aus seiner Ganzheit heraus gedacht ist.“ (GA 156; 7.10.1914)*

Am 28.8.1913 (GA 277a) – 6 Jahre vor Begründung der Waldorfschule – spricht R. Steiner vom dreifachen Wollen, welches hinter der Eurythmie liegt.

- 1.** *„Ein **ästhetisches Element**, ein Element, das man als das Element der Schönheit bezeichnen könnte. Schönheit ist ein unmittelbarer Ausdruck desjenigen, was in den höheren Welten bewegungsmäßig vorgeht. Verstärkte Bewegungen der höheren Welten sind also ein künstlerisches Element. Aber damit soll sich **zugleich** verbinden als zweites –*

2. **ein pädagogisch-didaktisches Element.** *Die menschliche Seele in ihrer Verbindung mit dem Leiblichen wird zu einer Entfaltung kommen, die mit den Welten, zu denen sie gehört, angemessen ist den Vokalismen und Konsonantismen, die als Weltenwort durch die Welt strömen. Und umgesetzt wird das in sichtbare Bewegungen des physischen Leibes. ...*
3. .... **das hygienische Element.** *Indem der menschliche Leib angemessen wird der Welt der Bewegungen, und in die Didaktik hineingegossen wird die durchaus gesunde Beweglichkeit des Menschen, wird auch in gesunder Weise auf den menschlichen Organismus und auf die menschliche Seelenverfassung gewirkt werden können. Denn vieles, was heute in der äußeren Welt unhygienisch ist, rührt davon her, **dass so wenig Harmonie ist zwischen dem, was der physische Leib in Anpassung an die äußere Welt tut und dem, was eigentlich der Ätherleib durch seine innere Beweglichkeit von dem physischen Leibe verlangt. Dieses Nicht-Zusammenstimmen möchten wir aufheben durch eine Bewegungsfähigkeit des physischen Leibes, die dem Ätherleib entspricht.** Und so wäre es schön, wenn namentlich unsere Jugend – bis zum 60./70. Lebensjahr – Verständnis erwerben würde für diese Eurythmie, welche in immer anderer Weise die geistige Welt auf den physischen Plan heruntertragen möchte.“*

An diesem Beispiel lässt sich wunderbar verifizieren, was R. Steiner unter dem pädagogisch-didaktischen und hygienischen Wert der Eurythmie versteht.

**Zusammenfassend** kann gesagt werden, dass R. Steiner in „Entwicklung und Entstehung der Eurythmie“ - bis 1915 - im Großen und Ganzen folgenden Weg geht:

Zunächst wird das Verhältnis des eigenen Seelisch-Geistigen zum Umkreis (Stellungen von Agrippa v. Nettesheim) und dann zur eigenen Leiblichkeit durch Geschicklichkeitsübungen ergriffen. Durch jede Übung sollen das ästhetische Element und die Schönheit der Leibesbewegung zum Ausdruck kommen. Die dazu gehörige Technik verlangt, dass alles Äußerliche abgestreift wird und die Bewegungen ganz vom Seelischen aus ergriffen werden – das Seelische muss gewissermaßen in der Technik selbst leben können. Damit verbunden ist die Ergreifung des Raumes und der Raumes-Richtungen und eine

menschengemäße Beziehung zur Erde, woran sich der Weg zum anderen Menschen anschließt und übend gesucht wird – bis hin „zur *Geselligkeit im höchsten Sinne*“ (Halleluja-h), d. h. bis zur Begegnung der Seele mit den geistigen Wesen.

Als dazugehöriger Schritt wird der Weg zum eigenen seelisch-geistigen Wesen gesucht und erfasst, um es in seinem Zusammenhang mit dem Göttlichen zu erfühlen und dadurch zu finden.

In den einzelnen Übungen findet man außerdem die Vorbereitung auf das hygienisch-pädagogische Element, welches R. Steiner im 12. Vortrag des Lauteurythmie-Kurses im Einzelnen ausgestaltet. Alles ist Ausdruck eines hygienischen Arbeitens, mit der potenziellen Tendenz, Gesundheit anzuregen und zu erhalten – vom Seelisch-Geistigen ausgehend auch den Leib belebend.

Die Übungen haben in dieser Reihenfolge einen Entwicklungs-Sinn: Geist, Seele und Leib werden konkret übend ergriffen. Das setzt voraus, dass Seelisches und Geistiges zunächst erlebbar werden müssen, um in die Sichtbarkeit übergeführt zu werden. Dieses Erleben bildet die Grundlage dafür, dass der Geist in der Heileurythmie eine heilende Wirksamkeit bis in die Leibesprozesse hinein entfalten kann.

# „Die Ansprachen zur Eurythmie“ (GA 277)

## 2. Teil

In den „Ansprachen zur Eurythmie“ gibt es eine Fülle von differenzierten Bezeichnungen zum Verständnis des hygienischen und therapeutischen Elementes der Eurythmie - je nachdem sie vor oder nach dem Heileurythmie-Kurs gehalten sind.

Zu Beginn des Heileurythmie-Kurses weist R. Steiner darauf hin, dass „... **das didaktisch-pädagogische Element der Eurythmie allmählich in das hygienisch-therapeutische wird übergehen müssen**“.

Eine besondere Bedeutung kommt dem Begriff des „**Pädagogisch-Hygienischen**“ zu. In der pädagogischen Eurythmie hat R. Steiner das hygienische Element am weitesten entwickelt und ausgearbeitet. So heißt es etwa für das Kind:

*„Aber gerade dadurch, dass man auch der Kinderwelt beseelte Bewegungen beibringen kann, wird sich zeigen, dass diese eurythmische Kunst auch eine **pädagogisch-hygienische Bedeutung** haben wird. Wenn das Turnen auch eine Stärkung des Körpers ist, weniger des ganzen Menschen, so wird namentlich die Initiative des Willens durch diese Eurythmie gestärkt werden können. Hinzugefügt also wird zu dem gewöhnlichen Turnen das in beseelten Bewegungen Spielen des Kindes, wozu die eurythmische Kunst werden kann.“*  
( 21.3.1920 , vor Medizinern)

Vor dem Heileurythmie-Kurs bezeichnete R. Steiner generell die 3. Seite der Eurythmie als das hygienische Element, bzw. als „**die hygienische Seite unserer eurythmischen Kunst**“ (21.3.1920)

In einer Notizbuchaufzeichnung vom 15.5.1920 heißt es:

- 1. Kunst = der Mensch selbst Werkzeug**
- 2. Didaktische Seite = Beseeltes Turnen**
- 3. Hygienische Seite = Harmonie mit dem Weltenwesen**



In der Ansprache vom 15.5.1920 (GA 277) beschreibt R. Steiner einen Ansatz, um zum rein hygienischen Element zu kommen:

*„ ..... Und das **Dritte ist ein hygienisches Element**. Der Mensch ist ja eine kleine Welt, ein Mikrokosmos. Und im Grunde genommen beruht alles Ungesundsein darauf, dass sich der Mensch herausreißt aus den großen Gesetzen des Weltenalls. ... Nun kann man alles Ungesunde im Menschen gerade davon herleiten, dass dasjenige, was vom Menschen selbst als Sprache getrieben und ausgeführt wird, wenn das dem Zeitalter oder der ganzen menschlichen Wesenheit nicht angemessen ist, durchaus nicht beitragen kann zur Harmonie, die zwischen dem Menschen und der ganzen übrigen Welt herrschen muss. Aber gerade dadurch, dass jede Bewegung in der Eurythmie so natürlich aus der ganzen Menschenorganisation herausgeholt ist wie die Bewegungen des Kehlkopfes und seiner Nachbarorgane für das gewöhnliche Laute-Sprechen, ist dasjenige, was in der Eurythmie ausgeführt wird, etwas, was den Menschen in Einklang bringen kann mit der Welt, mit dem ganzen Makrokosmos. Es ist also im Wesentlichen ein gesundendes Element, und man kann schon sagen: Dasjenige, was der Mensch haben kann, was er erwerben kann auch als Kind von den eurythmischen Bewegungen, die nur natürlich sachgemäß und nicht dilettantisch ausgeführt werden dürfen, das ist etwas, was durchaus unter einem solchen Gesichtspunkt einer seelisch-geistig-körperlichen Gesundheitspflege betrachtet werden kann.“*

Einen Tag später, am 16.5.1920 (GA 301), spricht R. Steiner erneut über die drei Elemente der Eurythmie:

*„Und **dadurch, dass die Persönlichkeit des Menschen, aber auf unpersönliche Art, in diese Bewegungen übergeht**, dadurch kommt gerade ein eminent Künstlerisches, ein Sinnlich-Übersinnliches in den Darstellungen zum Ausdrucke. Dann hat ja diese unsere Eurythmie auch einen bedeutsamen **pädagogisch-didaktischen Effekt**, indem sie ja tatsächlich zu gleicher Zeit ein beseeltes Turnen ist. ... das ... auf Leib, Seele und Geist geht, dass ist insbesondere erzieherisch wirkend auf den Willen, auf die Willensenergie. Und die*

*Willensenergie, das ist etwas, was künftige Generationen in dem immer schwerer werdenden Leben wahrhaftig brauchen werden!*  
*Dann hat unsere Eurythmie eine wichtige **hygienische Seite**. ... durch die sich der Mensch am besten einordnet in den ganzen Rhythmus, in die ganze Harmonie der Welt. Alles Ungesunde beruht ja im Grunde genommen darauf, dass der Mensch sich aus diesem Rhythmus herauslöst.“*

R. Steiner nennt als Verursacher dieser schädigenden Einflüsse technische Errungenschaften und führt als Beispiel das Auto- und Eisenbahnfahren an, welches den Menschen aus dem Rhythmus des Weltalls herausreißt und damit unbemerkt seine Gesundheit beeinträchtigt und untergräbt. Hier gilt es, etwas zu finden, was diese Krankheitskeime paralyisiert. Das, was zeitgemäß der gegenwärtigen Entwicklung der Menschheit entspricht und sich seiner Organisation auch entsprechend anpassen kann, ist die hygienische Seite der Eurythmie.

Bereits zwei Jahren vor dem Heileurythmie-Kurs macht R. Steiner wiederholt auf die therapeutischen Möglichkeiten der Eurythmie aufmerksam.

In der GA 312 (6. und 9. 4. 1920 und 29.3.1920) - fast ein Jahr vor dem Heileurythmie-Kurs - finden wir Beschreibungen, die, ohne dass die Heileurythmie vor das innere Auge tritt, gar nicht richtig verständlich werden können. R. Steiner findet zu diesem Zeitpunkt noch folgende Formulierung: **„ ... ein bedeutsames Element, welches man schon in der Eurythmie suchen kann“.**

*„Bei der Eurythmie wird gerade das Umgekehrte vom Einschlafen bewirkt: es wird ein stärkeres Aufwachen gegenüber den gewöhnlichen Bewusstseinserscheinungen bewirkt. Es werden die Hypertrophien des Vorstellens, wie sie im Traume vorliegen, weggenommen und dafür eine gesunde Ausbildung des Willens in die Glieder getrieben. Der Wille in seiner Organisation wird in die Glieder eingetrieben. Und wenn man dann anfängt zu studieren, wie anders z.B. das eurythmische Vokalisieren wirkt auf den unteren Menschen und auf den oberen Menschen und wiederum das konsonantenbildende Eurythmisieren auf den unteren Menschen und auf den*

oberen Menschen, dann sieht man, dass man auch ein bedeutsames therapeutisches Element schon in der Eurythmie suchen kann.“ (6.4.1920)  
„Aber die Regulierung dieser Tätigkeit (Rudolf Steiner spricht vorher vom Zahnbildeprozess im Zusammenhang mit der peristaltischen Bewegung des Darmes) ist von einer besonderen Bedeutung, und sie wird befördert durch eine regelmäßigen Gesetzen gehorchende Tätigkeit der Glieder, auf die ich schon hingedeutet habe, der Arm- und Handglieder und der Bein- und Fußglieder, die ja insbesondere durch eurythmische Regelung der Bewegungen befördert werden können, weil die eurythmischen Bewegungen die Bewegungen durchseelen.“ (9.4.1920)

„Es ist doch merkwürdig, wie **durch die Eurythmie** die Leute wiederum eine gesunde Herztätigkeit bekommen haben, weil **das Eurythmisieren eben die durchseelte Eigenbewegung im Wesentlichen reguliert und sie sogar gesetzmäßig reguliert.** ... dass gerade von diesem Gesichtspunkt aus hingewiesen werden sollte **auf jene gesundenden Übungen, die gerade aus der Eurythmie geholt werden können**, wenn es sich um Unregelmäßigkeiten der Herzfunktion handelt. .... Nicht wahr, der Mensch ist so, dass Sie ihm allenfalls noch verordnen können irgendeine beseelte Bewegung, wenn Sie bei ihm Unregelmäßigkeiten im Herzen vermuten, aber er nimmt nicht gerne etwas an, wenn Sie veranlassen wollen, seine innere Bewegung zu regulieren, da ja das in seinen Gewohnheiten liegt.“ (29. 3. 1920)

Auch in den „Ansprachen zur Eurythmie“ verdichten sich die entsprechenden Formulierungen. So heißt es am 20.12.1920, ca. 4 Monate vor dem Heileurythmie-Kurs:

„ .... Das ist eine Seite des Eurythmischen. Es gibt noch zwei andere. Da ist zunächst diejenige, die ich kurz erwähnen will, **die therapeutische, hygienische Seite.** Diejenigen Bewegungen, die da herausgeholt werden aus der menschlichen Gestalt, sind durchaus in derselben Strömung laufend, in der des Menschen Wachstums-, Gestaltungskräfte liegen, in der alles dasjenige liegt, was im menschlichen Kreislauf, in der menschlichen Atmung als normale Bewegungen, als gesundheitsfördernde, gesundheitserhaltende Bewegungen enthalten ist. **Daher kann man, indem man die Bewegungen, welche hier**

***künstlerisch zum Ausdrucke gebracht werden, erweitert, entsprechend weiter gestaltet, auch eine therapeutisch-hygienische Eurythmie ausgestalten. Und sie wird auch ausgestaltet werden; sie wird als ein Heilfaktor ganz zweifellos in unser Leben eintreten können.***“ Hier ist die hygienische Seite ebenfalls fraglos an das Therapeutische gebunden.

**Drei Tage vor dem Heileurythmie-Kurs** hält R. Steiner anlässlich des 2. anthroposophischen Hochschulkurses eine Ansprache (GA 277; 9.4.1921), in der bereits ein Thema des 1. Vortrages behandelt wird: Die Entstehung von Arrhythmien.

Der Begriff „Heileurythmie“ wird von R. Steiner erst im Zusammenhang mit dem Heileurythmie-Kurs eingeführt.

Auch in den „**Ansprachen**“ (GA 277) heißt es nach dem Heileurythmie-Kurs fortan:

„ ..... **therapeutisch-hygienische Seite der Eurythmie** ....“ (18.8.1922)

„ .... **Heileurythmie als ein Teil der Therapie** .... ( 1.7.1923)

„ ... *metamorphosierte, umgestaltete Bewegungen kommen als Heileurythmie in Betracht. Daher haben wir in unseren medizinisch-therapeutischen Instituten in Arlesheim in der Schweiz und in Stuttgart bereits die **Heileurythmie als eine besondere therapeutische Form ausgebildet**, und es hat sich gezeigt, wie sehr sie **zum Hygienischen und zum Heilen** verwendet werden kann.*“ ( 18.8.1922)

In Penmaenmawr spricht R. Steiner über: „Eurythmie, was sie ist und wie sie entstanden ist“, folgende Worte zur Heileurythmie:

„ ... *als durch eine größere Anzahl von Ärzten, die sich innerhalb unserer Bewegung gefunden haben, die Pflege des Therapeutisch-Medizinischen aus dem Anthroposophischen heraus kam, da wurde auch das Begehren rege, diese aus der gesunden Natur des Menschen herausgeholtten Bewegungen, wo sich der Mensch tatsächlich so äußert, so offenbart, wie es seinem Organismus angemessen ist, auch in der Therapie, in der Heilkunst zu verwerten. .... So dass man, natürlich nicht so, wie sie hier als Kunst auftritt, sondern in umgestalteten, ähnlichen, aber doch wieder andersgearteten Bewegungen **diese Eurythmie als Heileurythmie in der Therapie verwenden kann**, indem man sie als Hilfsmittel bei der Therapie in der Erkrankung verwendet, wo man weiß, diese Bewegung*

*wirkt zurück in der Gesundung auf diese oder jene Organe.“ ( GA 279; 26.8.1923)*

Hier steht der Begriff des „Hygienischen“ ganz klar in Zusammenhang mit dem des Heilens.

Fortan gebraucht R. Steiner in seinem eurythmischen Vokabular den Begriff des Hygienischen im Zusammenhang mit der Heileurythmie – außer wenn es sich um die pädagogisch-hygienische Seite der Eurythmie handelt.

Im Lauteurythmie-Kurs wird ausgeführt, was unter dem **pädagogisch-hygienischen Aspekt der Eurythmie** zu verstehen ist. Im 12. Vortrag (9.7.1924) mit dem Untertitel „**Moralisch-seelische Heilwirkungen durch das Ausströmen der Menschenseele in Form und Bewegung und deren Zurückwirkung auf den ganzen Menschen**“ setzt R. Steiner in einzelnen Übungen um, was unter **pädagogisch-hygienischer Eurythmie** gemeint ist. Dabei scheinen die Grenzen vom Hygienischen zum Therapeutisch manchmal übergänglich. Man hat den Eindruck, dass er innerlich während des 12.Vortrages die Inhalte der ersten beiden Vorträge des Heileurythmie-Kurses vor sich hat.

Im 5. Vortrag des Lauteurythmie- Kurses (30.6.1924), geht es um die **Seelengesten im Hinblick auf die Dichtung**. Er spricht davon, wie man vom Stimmungsgehalt des Lautes zur Gemütsbewegung der Seelengesten übergeht, um das Gesprochene mehr zu betonen und zum Ausdruck zu bringen.

Im 6. Vortrag (1.7.1914) werden unterschiedliche Gemütsstimmungen charakterisiert, die der ganzen menschlichen Organisation zugrunde liegen. Das ist ein Hinweis darauf, dass durch die Gemütsstimmungen hindurch die Götter in den Schaffensprozessen der menschlichen Organisation tätig werden können. Diese Tatsache findet im 5. Vortrag des Heileurythmie-Kurses ihre therapeutische Anwendung.

In der Eurythmie soll das Empfinden an den Farben zu Gemütsinhalten verdichtet werden. Das ist nicht nur für das künstlerische Gestalten wichtig, sondern stellt **in höchstem Maße eine hygienische Qualität des Arbeitens** dar, indem die Seele aufwacht für die objektive Offenbarung von Seeleninhalten, mit denen sie ihr Eigenleben verbinden kann.

**Beispiel: Seelengeste „Erkenntnis“**

*„Sehen Sie, Erkenntnis ist ein Innehaben desjenigen, was außer uns ist und was wir mit unserem eigenen Dasein verbinden wollen. ... Der Mensch wird durch die Erkenntnisfähigkeit eigentlich erst zum Menschen.“*

In diesem Zusammenhang stellt R. Steiner die Aufgabe, herauszufinden, wie die „Erkenntnis“ sich zur „Feierlichkeit“ verhält. Dabei wird ein durchfühler Erkenntniswille angeregt.

Diese Herausforderung lässt sich mit den Übungen im 5. Vortrag des Heileurythmie-Kurses, *„welche sich mehr auf **das Wirken** vom Seelischen aus beziehen“*, nicht vergleichen. Hier werden die durchgeführten Willensäußerungen im Zusammenhang mit den physiologischen Prozessen entfaltet und verdichtet. Dazu gehört auch der Zusammenschluss mit der Lautwirksamkeit.

Der 1. Vortrag des Lauteurythmie-Kurses (24.6.1924) ist für alle **3 Aspekte der Eurythmie gegeben**. Den 3. Aspekt bezeichnet R. Steiner als den *„**Heilwertaspekt**“*. Für alle 3 Formen der Eurythmie ist es unabdingbar, dass diejenigen die sie ergreifen, sich mit ihrem Geist so verbinden, dass das Menschentum daran so entwickelt wird, dass die Eurythmie zum Ausdruck des Lebens werden kann.

Alle 3 Aspekte sollen mit Grazie ausgeführt werden (14. Vortrag, 11.7.1924)  
Das ist für die Heileurythmie von besonderer Wichtigkeit:

*„ .... weil alles dasjenige, was gerade im Heileurythmischen nicht graziös ausgeführt wird, irgendwie dennoch zur Versteifung des Ätherleibes beiträgt, also nicht dasjenige herbeiführt, was man gewöhnlich eigentlich herbeiführen will.“*

Auf einen ähnlichen Aspekt - den der Geschmeidigkeit - kommt R. Steiner bereits im 11. Vortrag (8.7.1924). Dort wird für das Maß des Könnens zur Erlangung der notwendigen Geschmeidigkeit in der Lautbildung, neben den Tierkreis-Gebärden und Planeten-Bewegungen der „Zauberlehrling“ angeführt. Jeder, der den „Zauberlehrling“ nach den Angaben R. Steiners eurythmisert hat, weiß, welche Anforderung an Grazie, Geschmeidigkeit und auch Beweglichkeit dem Eurythmisten abverlangt wird. Wie wichtig diese Fähigkeit für die Arbeit in der Heileurythmie ist, zeigt oben genannter Hinweis.

Im 1. Vortrag des Lauteurythmie-Kurses (24.6.1924) ist der **Übergang von der mehr pädagogisch-eurythmischen Behandlung des kleinen Kindes zur Heileurythmie** beschrieben.

*„ Wenn man den kleinen Menschen, das Kind vor sich hat, das noch nicht fertig ist, das erst ein voller Mensch werden soll - man soll nachhelfen der Gottheit, damit die Form richtig weitergebildet werde, welche die Gottheit veranlagt hat beim Kinde -, was muss man denn für Formen anwenden im Unterricht, in der Erziehung? Eurythmieformen. Das ist die Fortsetzung des göttlichen Bewegens, des göttlichen Formens des Menschen.“*

– Mit der Fortsetzung dessen, was die Götter vor der Geburt getan haben, beginnt auch der Erziehungsauftrag im 1. Vortrag der „Allgemeinen Menschenkunde“. –

*„Und wenn der Mensch krank wird in einer gewissen Weise, da werden schadhaft die Formen, die seinem göttlichen Urbilde entsprechen. Sie werden hier in der physischen Welt anders. Was sollen wir tun? Wir gehen **zurück** zu den göttlichen Formen, helfen nach, lassen den Menschen diese göttlichen Formen wiederum machen. Das muss so zurückwirken auf ihn, dass die schadhaften Formen wiederum ausgebessert werden.*

**Wir haben es mit der Eurythmie als einer Heilkunst zu tun**, ...wenn man den Menschen die Bewegungen machen lässt, die seiner Organbildung entsprechen, wobei man nur wissen muss, wie diese Bewegungen sind – zum Beispiel gewisse Fuß- und Beinbewegungen entsprechen gewissen Formungen selbst bis in den Kopf hinauf –, wenn man das alles nachbilden lässt, dann entsteht dieser 3. Aspekt der Eurythmie, die Heileurythmie.

*.... damit **jeder**, der nun in der Eurythmie tätig ist, eine ursprüngliche Empfindung, ein ursprüngliches Gefühl davon hat, was er eigentlich tut; **nicht hinnimmt die Eurythmie als irgendetwas, was man nur konventionell lernen kann**, sondern hinnimmt als etwas, wodurch der Mensch tatsächlich näher an das Göttliche herankommt, als er es ohne Eurythmie kann. .... Was gehört zu einer ordentlichen Eurythmie-Unterweisung? Da muss Atmosphäre drinnen sein, Empfindung von der Verbindung des Menschen mit dem Göttlichen. Dann ist eben wirkliche Eurythmie da. Das ist nötig.“ (24.6.1924)*

In Penmaenmawr, am 26.8.1923 (GA 279), beschreibt R. Steiner das Anliegen, eine angemessene Therapie aus der Eurythmie heraus für die Heilkunst zu entwickeln:

*„ ... dasjenige, was als Eurythmie aus der Bewegung hervorgehen kann, ist eben das gesunde Überfließen seines Organbaues in die Bewegung. So dass man, natürlich nicht so, wie sie hier als Kunst auftritt, sondern in umgestalteten, ähnlichen, aber doch wieder andersgearteten Bewegungen diese Eurythmie als Heileurythmie in der Therapie verwenden kann, indem man sie als Hilfsmittel bei der Therapie in der Erkrankung verwendet, wo man weiß, diese Bewegung wirkt zurück in der Gesundheit auf diese oder jene Organe. ... Aber das alles wird nur mit allen Dependancen bestehen können, wenn die Eurythmie als Kunst voll entwickelt wird.“*



# Der Heileurythmie-Kurs ; GA 315

## Teil 3

### 1. Vortrag 12.4.1921

Im 1. Vortrag geht es um das Erfassen des Metamorphose-Gedankens. Dieser wird zunächst an der Morphologie des Kehlkopfes und seiner Nachbarorgane zum Verständnis gebracht. Dieses bildet die Voraussetzung, um später die Metamorphose in den bewegten ätherischen Menschen in Sprache und Bewegung zu erfassen. Damit wird die Grundlage geschaffen, die Verwandlungen im Lebendigen nachzuvollziehen. Dazu gehört auch die Umwandlung der künstlerischen Eurythmie in die Heileurythmie:

*„Und wir werden sehen, wie sich gewisse Anhaltspunkte ergeben werden, **um ein Hygienisch-Therapeutisches aus dem Eurythmischen heraus zu gewinnen, wie sich manche künstlerische Formen nach der einen oder nach der anderen Richtung metamorphosieren werden, um eben zu dem zu werden, was man eine Art Heileurythmie nennen kann.** ...*

*.... Aber man kann eben hinarbeiten nach einer Heileurythmie, welche sehr weit gehen kann in der Behandlung von irgendwelchen chronischen und auch akuten Zuständen, die aber namentlich auch in dem Fall als sehr zweckmäßig und wichtig sich erweisen wird, wenn wir uns bemühen, heranrückende Krankheiten, Anlagen zu Krankheiten gewissermaßen prophylaktisch eurythmisch zu behandeln. Da haben wir dann allerdings ein Element gegeben, **wo das didaktisch-pädagogische Element der Eurythmie allmählich in das hygienisch-therapeutische wird übergehen müssen.**“ ....*

*„.... Es wird ja ohnedies, wie die folgenden Stunden zeigen werden, notwendig sein, dass man, um das hygienisch-therapeutische Element der Eurythmie anzuwenden, **gewisse physiologische Kenntnisse, die wie in eine Art Gefühl für die Bildung des menschlichen Organismus übergehen, beim praktischen Anwenden durchaus haben müssen.**“*

Das ist ein wichtiger Hinweis darauf, in welcher Form das medizinische Wissen im Heileurythmisten zur Anwesenheit kommen soll.

Zur heileurythmischen „IAO“ Übung für Schulkinder heißt es:

*„Aber man müsste, um nun übergehen zu lassen die gewöhnliche Klasseneurythmie in diese schon an die hygienisch-therapeutische Eurythmie anknüpfenden Sachen, aus den verschiedenen Klassen diejenigen herausnehmen, ... dass sie solche Übungen durchmachen. Man kann sie dann aus den verschiedensten Klassen herausnehmen und man kann dann mit diesen dafür besonders Geeigneten diese Übung machen. .... wenn man **tatsächlich hygienische Eurythmie, therapeutische Eurythmie in der Schule treiben wollte**. Aber schon das, nicht wahr, bringt uns eigentlich im Grunde genommen auf den Weg, der in seiner weiteren Verfolgung dazu führen soll, dass wir hier **bestimmte Bewegungen, die nur Metamorphosen sind des gewöhnlichen Eurythmischen, studieren werden und in ihrer Wirkung auf die menschliche Organisation verfolgen.**“*

## 2. Vortrag, 13.4.1921

Der 2. Vortrag entwickelt insbesondere das vokalisch-heileurythmische Prinzip mit dem Hinweis, dass es vom Konsonantischen stark zu unterscheiden ist. Im vokalischen Arbeiten ist insbesondere wichtig, sich ein Empfinden zu erwerben von dem, was von außen hineinströmt. Das sollte in der Form des Vokals durchfühlt werden – sowohl in den Armen als auch in den Beinen.

### Zur O-Übung:

*.... „Es ist dasjenige, was also sehr gut **hygienisch und therapeutisch** angewendet werden kann“....*

*„Sie sehen daraus, dass es gewissermaßen bei allen diesen Dingen darauf ankommt, dass man dasjenige, was in der **Eurythmie als Kunst** zum Ausdruck kommt, in gewisser Weise **erweitert**. Das gilt insbesondere für das Vokalische. .... **man muss eine gefühlsmäßige, anschauungsmäßige Auffassung***

*desjenigen haben, was da geschieht. Also bei demjenigen, den man diese Sachen dann zu Heilzwecken ausführen lässt, bei dem muss man durchaus darauf bedacht sein, dass er die Dinge fühlt, “ ...*

Anhand der „**A-Übung**“ wird die Wiederholung als therapeutisches Prinzip eingeführt. Sie wird eingesetzt, um die Wirksamkeit auf den inneren Organismus zu lenken bzw. zu reflektieren:

*„Diese Übung, die kann auch wirksam werden eigentlich nur dadurch, dass man sie **recht oft ausführen lässt.**“*

Erst durch die Wiederholung ergießt sich die Bewegung in die inneren Vorgänge in den menschlichen Organismus. (28.10.1922)

### **3.Vortrag, 14.4.1921**

Therapeutisches Prinzip: Prinzip der Polarisierung

### **4. Vortrag, 15.4.1921**

Im 4. Vortrag wird das konsonantisch-heileurythmische Prinzip weiter vertieft, welches auf dem Umwege durch den Gliedmaßen-Stoffwechselorganismus auf die rhythmische Organisation wirkt.

R. Steiner erwähnt auch das Turnen in seinem Verhältnis zum Erziehungswesen:

*„Nun sage ich ja gewöhnlich, dass man in der Erziehung wird treten lassen müssen dieses **beseelte Turnen** an die Stelle des ja bloß aus der Physiologie hervorgehenden Turnens.“ (= **Pädagogisches Element**)*

Bezüglich des Turnens gibt es unterschiedliche Aussagen R. Steiners, die, wenn man sie zusammenliest, das gewöhnliche Turnen insgesamt schlecht weg kommen lassen – insbesondere mit kleinen Kindern.

Er beschreibt, wie das Turnen den Menschen einseitig an die Kräfte der Erde anpasst, und wie der Mensch zum Erdentier herabsinkt durch die Art wie Sport getrieben wird. Der aus dem Materialismus hervorgehende Sport reißt den Menschen fortwährend aus dem Geistigen heraus. (GA 350; 30.5.1923)

In den pädagogischen Vorträgen (GA 307; 10. u. 11.8.1923) wird am Beispiel der Gymnastik, den „*von außen angeregten Bewegungsübungen*“ ausgeführt, wie verheerend die Wirkungen auf das ganz kleine Kind sind. Im Schulalter wird besonders die Ich-Organisation mit Folgen für die gesamte Entwicklung geschädigt.

### **5.Vortrag, 16.4.1921**

Für den 5. Vortrag gilt selbstverständlich gleichermaßen, was R. Steiner in anderen Vorträgen anregt und zur Entwicklung bringen möchte. Die Frage, die sich hier in letzter Zeit stellt, ist: Was will man mit den Übungen erreichen, wenn sie ihrer auf die Heileurythmie ausgerichteten Wirksamkeit entfremdet und in Laienkursen eingesetzt werden?

Zur Frage der Anwendung gibt es gegen Ende des Vortrages eine klare Aussage R. Steiners:

*„Wenn man die Bewegungen, die wir heute beschrieben haben, mäßig ausführen lässt von Kindern, wenn man sie recht energisch ausführen lässt von entsprechenden Patienten – man sieht ja aus den Dingen, die gegeben worden sind, welchen Patienten man das auferlegen soll - , dann wird der Ätherleib geschmeidig, in sich beweglich, und man tut sowohl Kindern wie auch Erwachsenen etwas Gutes.“*

Das ist eine deutliche Anwendungsausrichtung aus der nicht hervorgeht, dass die Inhalte des 5. Vortrages für Laienkurse eingesetzt werden können.

Was aber besonders wichtig für die Erkenntnisgrundlage einer Bewegungstherapie ist, sind folgende Worte:

*„Diese Bewegungen, die sind wirklich so, dass man ihnen auch durchaus den Vorzug geben kann gegenüber den gewöhnlichen Turnbewegungen, weil die **gewöhnlichen Turnbewegungen** eigentlich wirklich nur aus der Physiologie, also aus der Physis des Körpers hervorgeholt sind und im Grunde genommen **den physischen Leib fortwährend herausreißen aus dem ätherischen**, so dass dann der physische Leib immer seine eigenen Bewegungen macht, die dann nicht die Bewegungen des Ätherleibes in entsprechender Weise nach sich ziehen. Und dadurch ist ja das gewöhnliche, bloß physiologische Turnen im Grunde genommen eine **Schule des Materialismus**, indem das materialistische Denken ins Gefühl übergeht; und **das Eurythmische, das bewirkt, dass der Mensch wirklich mehr die Fähigkeit bekommt, in sich selber sich zu erkennen, in sich selber sich zu beherrschen. Daher haben solche Übungen sowohl einen pädagogisch-didaktischen Wert wie auch einen therapeutischen und hygienischen Wert.**“*

Am Beispiel der Übung „**Hoffnung-U**“ soll versucht werden, diese dreifache Wirksamkeit, die sich aber doch in Eins zusammenschließt, aufzuzeigen: Der **pädagogisch-didaktische Wert** der Übung besteht in der Tatsache, dass der Mensch aus der Zukunft heraus erzogen wird. Die Wunschnatur des Menschen entspringt im gewöhnlichen Leben dem Egoismus. Das Begehren richtet sich auf die Reize der sinnlichen Welt und das Haben-Wollen. Das entzieht der Seele die Wärme einer selbstlosen Welthingabe und lässt als Folge das menschliche Atemwesen erkalten. In der Hoffnungs-Gebärde kehrt sich die Willensrichtung um: Die Gebärde wird zu einem ganz in Frömmigkeit getauchten Wunsch, der sich zum Geistigen wendet. Die Kraft des Wunsches bildet eine offene Schale im seelisch-geistigen Menschen, die sich mit der Substanz des „U“ erfüllt. Im „U“ wird das Unvergängliche der Menschenseele zum Erleben gebracht. Die dadurch eingeleitete Vergeistigung des Willens regt die Seele an, sich zum „MENSCHEN“ erheben zu wollen. Das schafft den Keim zu einer Gesundwerdung des inneren Menschen, weil der Wunsch vollkommen von der Selbstsucht befreit wird. Darin liegt der **hygienische Wert** der Übung, der durch die wiederholendliche Hinwendung der Seele an diesen Vorgang in den **therapeutischen Wert** übergeführt wird. Der Ätherleib wird durch die wiederholte Hingabe der Seele an einen moralischen Weltinhalt erkraftet. Die

Hoffnungs-Substanz, die sich in das „U“ ergießt, durchdringt den ganzen pneumatischen Menschen, der dadurch mit Auferstehungskräften erfüllt wird. Das bewirkt eine Erwärmung des Atmungssystems. Es wird von einem durchgeistigten Willenselement erfüllt, welches die Atmung belebt und vertieft.

Unsere heutigen, einseitig intellektuellen Lebensformen ziehen das Atemwesen einseitig in den Vorstellungsmenschen hinauf. Der Atem trägt auf diese Weise Verhärtungs- und Todeskräfte in den Menschen hinein. Dadurch werden die inneren Organe vom Atem nur ungenügend verlebendigt. Das lässt den ganzen Organismus spröde werden. Die Hoffnungsgebärde erfüllt sich mit den einströmenden Kräften des „U“ und bildet einen „Atmungszusammenhang mit dem Göttlichen“, welcher nicht nur der Seele Stütze und Sicherheit gibt, sondern tief in den Leib einzieht und eine erwärmende Wirkung entfaltet. Dadurch werden die leibgestaltenden Kräfte über die Atmung - von oben nach unten – bis in die Blutbildung hinein angeregt. Das ist ein ungemein feiner und intimer Vorgang, der hier zum therapeutischen Prozess verdichtet wird. Da die Atmung zum Individuellen des Menschen gehört, eignet sich diese Übung nicht für eine Gruppenveranstaltung. Das „Hoffnung-U“ vergeistigt durch die Erwärmung sowohl Sinnes-, wie Luft- als auch Stoffatmungsvorgänge.

Die Ursachen des Krankseins verbergen sich in den tieferen Lebensschichten und eine therapeutische Maßnahme soll das Verhalten der Wesensglieder am dichtesten Punkt des Schicksals, in einem zunächst nicht offen zugänglichen Bereich, anders organisieren. Das Krankwerden entwickelt sich unter den Bedingungen des einzelnen Menschen. Somit ist das Rätsel des Krankseins mit dem Rätsel des Menschwerdens aufs engste verbunden. Krankheit bedeutet ein im höchsten Maße gesteigertes Mensch-Werden-Wollen, welches durch das Therapeutische individuell ergriffen wird. An der Heileurythmie kann das Bewusstsein gerade für das Individuelle des Heilungsgeschehens erweckt werden.

Vor dem Allgemeinen des Heilens und der „*berauschenden Einfachheit*“.... *das Unharmonische zu harmonisieren*“ warnt R. Steiner, weshalb „*die Heileurythmie ohne eine gesunde Diagnose nicht angewendet werden sollte, ... Denn man hat*

*es eigentlich zu tun mit der Anwendung einer ungeheuer feinen Kenntnis des menschlichen Organismus.“ (22.10.1922 )*

Mit einer gesunden Diagnose ist wohl eine Diagnose des ganzen Menschen gemeint, denn nur diese kann den Heilprozess in ein aktives Geschehen des ganzen Menschen überführen.

## **6. Vortrag, 17.4.1921**

Im 6. Vortrag geht es um die „*Physiologie des Eurythmisierens*“ und die Notwendigkeit, dass der bewegte, regsame Mensch dazu ins Auge gefasst werden muss. Der 6. Vortrag bringt stark zum Erleben, dass das Geistige nicht auf sinnlichem Wege gefunden werden kann.

Doch zunächst weist R. Steiner erneut auf die Beziehung des Hygienisch-Therapeutischen zur Eurythmie hin:

*„Wir wollen heute einmal – **es wäre ja so unendlich vieles anzuführen über die Beziehungen des Hygienisch-Therapeutischen zur Eurythmie** – in Erwägung ziehen das zunächst **nach dem Geistigen hin gelegene Physiologische**, das sich uns ergibt, wenn wir die eurythmische Übung ins Auge fassen. Natürlich wird alles dasjenige, was sich beobachten lässt an der Kunsteurythmie in dieser Beziehung, in verstärktem Maße einem entgegentreten, wenn man **von der Kunsteurythmie übergeht zu dem, was wir als eine gewisse verstärkte Eurythmie** in diesen Tagen kennengelernt haben. Aber **das Wesentliche**, um was es sich handelt, kann schon an der Ausführung eines Eurythmischen rein künstlerisch beobachtet werden, und dann gewissermaßen die Physiologie **dafür** gesucht werden.“*

Im Weiteren geht es um die habituelle Ausübung der Eurythmie, die den inneren Menschen beweglich, plastisch und geschickt macht:

*„Sie können verstehen, dass die **habituelle Ausübung der Eurythmie** für den Menschen zunächst die Plastik der Organe, die plastische Kraft der Organe*

*anregt, so dass der Mensch in seinem Inneren ein besserer Atmer wird, dass er in Bezug auf die nach innen gelegene Verdauung ein – wenn ich mich so ausdrücken darf – besserer Mensch wird. Er wird ein Mensch, der mehr seinen ganzen Organismus in seine Willkür hineinbekommt. Er wird ein innerlich geschickterer Mensch. **Und eigentlich besteht alles Künstlertum darin, dass man den inneren Menschen beweglich, plastisch, geschickt macht.***“

Was in der Anfangszeit der Eurythmie im Hinblick auf eine **erweiterte Wahrnehmung** der menschlichen Bewegung angeregt wurde - das Erhellen und Verdunkeln der Aura durch Streckung und Beugung -, wird für das therapeutische Arbeiten weiter differenziert und vertieft:

*„ Es ist natürlich dann ganz besonders notwendig, wenn man die **Eurythmie zu Heilzwecken** anwenden will, dass man dieses, ich möchte sagen **physiologisch-psychologische Durchschauen dessen, was eigentlich vorgeht, sich aneignet**, das man also richtig weiß: Es neigt ein Mensch, der konsonantisch eurythmisiert, dazu, eine Art von Aura um sich hervorzurufen, welche dann wiederum auf ihn zurückwirkt und ihn herausbringt aus dem wesenlosen Zusammenfließen mit der Welt; es wirkt bei dem Menschen, den man vokalisierend eurythmisieren lässt, die Sache so, dass gewissermaßen seine eigene Aura zusammengezogen wird, in sich verdichtet wird, was ja immer auch bei der geistigen Tätigkeit der Fall ist, und dass dadurch die inneren Organe angeregt werden, den Menschen zu sich zu bringen.“*

Der Therapeut muss anhand der Diagnose und einer möglichst umfassenden Wahrnehmung des Patienten entscheiden, ob und in welchem Zusammenhang die Aura durch das Bewegen eines bestimmten Vokals mehr verdichtet und geformt oder erweitert werden muss. Verfließt die Aura zu stark mit dem Weltenäther, steht ihre Form der seelisch-geistigen Betätigung nur ungenügend zur Verfügung. Das ist z. B. beim Tag-Träumer und bei Verschlafenheit der Fall. Hier wird die Aura durch das Vokalisieren zentriert, sodass die zu umkreishaft gebliebenen Seelenkräfte sich mehr dem organischen Leben zuwenden können. Dadurch wird das organische Selbst so gestärkt, dass es wieder zum Träger eines wachen Seelenlebens werden kann.



Hier wird die notwendige Wechselwirkung zwischen seelischer Funktion und organischer Wirksamkeit greifbar, die im 8. Vortrag (28.10 1922) in ihrer zweifachen Aufgabe ausführlich beschrieben wird: in ihrer Hinwendung zum organischen Prozess und in der Aufgabe, Bewusstsein zu bilden.

Fällt dagegen der Ätherleib eines Organs oder Organsystems aus seiner Verbindung mit dem Weltenäther heraus, wie das bei allen morphologischen Veränderungen der Fall ist, muss der Heileurythmist den Patienten anleiten, durch die konsonantische Bewegung die Aura wieder in einen entsprechenden Zusammenhang mit dem Weltenäther zu bringen. Bei Deformationen des physischen Leibes ist der Zusammenhang der menschlichen Aura mit dem Weltenäther verkümmert. Das kann in Zukunft, wenn sich der Mensch weiter vom göttlich-geistigen Weltengrund abschließt, ein solches Ausmaß annehmen, dass er mit seinen vorgeburtlichen plastisch-architektonischen Kräften, den Leib nicht mehr richtig aufbauen kann.

### **7. Vortrag, 18.4.1921**

Im 7. Vortrag geht es um die Heranbildung und Erweiterung von Fähigkeiten, die es ermöglichen, in die geistig-leiblichen Prozesse hineinschauen zu können, die beim Heileurythmisieren stattfinden. Diese Fähigkeiten sind an eine höhere Entwicklung des Menschen geknüpft. Um die Kräfte des werdenden Menschen zur eigenen Anschauung zu erheben, müssen sie stufenweise zu Bewusstsein gebracht werden. Erst wenn die Kenntnisse in Anatomie und Physiologie, mit dem Licht dieses Bewusstseins durchleuchtet werden, *„fangen wir an, die Organe und ihre Funktionen zu verstehen.“*

Alle Erfahrungen, die über das Sinnliche hinausgehen, stützen sich auf dem anthroposophischen Schulungsweg auf die Selbsterkenntnis der Seele und des Geistes. Die höheren Seelenkräfte können durch die Eurythmie in wunderbarer Weise erfüllt werden. Zur eigenen Substanz und damit zu selbständig wahrnehmenden Organen werden sie aber erst durch eine strenge Selbsterziehung der Seele durch den Geist.

Am Ende des 7. Vortrages gibt R. Steiner zu bedenken, dass gerade auch in Anthroposophen die Tendenz liegt, nicht über den Egoismus hinauszukommen, sondern manchmal noch egoistischer zu werden, als es die normalen Menschen sind. Das geschieht, wenn aus persönlichen Aspirationen heraus Anforderungen gestellt und Wege beschritten werden, die der ganzen Bewegung schaden. Dieser Egoismus stört die heilsame Aufgabe, die durch die anthroposophische Medizin eingeleitet werden soll: einen Gesundungsprozess der ganzen Medizin zum Heile der Menschheit hervorzurufen.

### 8. Vortrag, 28.10.1922

Eineinhalb Jahre nach dem Heileurythmie-Kurs beginnt R. Steiner vor den Ärzten wiederholt damit: „ ... **sie** (die Heileurythmie) **gliedert sich ja in einer gewissen Weise heraus aus einer rein künstlerischen Sache, die sich auch zuerst als künstlerische Sache entwickelt hat, und in gewisser Beziehung muss sogar die künstlerische Eurythmie eine Art Grundlage abgeben für das richtige Verständnis der Heileurythmie.**“

Wie allgemein hygienisch schon die künstlerische Eurythmie wirkt, kommt erneut in folgendem Zitat zum Ausdruck:

*„Es tritt also für den menschlichen Organismus keine andere physiologische Folge durch die gewöhnliche künstlerische Eurythmie ein als diejenige, dass in einer energischen Weise schon **durch die gewöhnliche künstlerische Eurythmie die innere Harmonisierung der menschlichen Funktionen hervorgerufen wird, der Funktionen, insofern sie eine Totalität bilden im menschlichen Organismus.**“*

Wenn der Eurythmist sich zum Heileurythmisten weiterentwickelt, ist diese innere Harmonisierung die beste Voraussetzung zur Ausübung seines Berufes. Der Heileurythmist hat fortwährend den kranken, gerade aus der Harmonie seiner Kräfte herausgefallenen, physisch-ätherisch-astralischen Bewegungsmenschen vor sich. Er muss die Fähigkeit haben, sich selber immer wieder zum Ausgleich der Kräfte zu führen, die er einseitig am Patienten

wahrnimmt und die behandelt werden müssen. Die Eurythmie ist dabei sein unerlässlicher Helfer, um das Spezialisierte wieder in das Allgemein-Gesundende überzuführen.

Im weiteren Verlauf schildert R. Steiner, dass in der **künstlerischen Eurythmie** geübt wird, die ganze menschliche Aufmerksamkeit - „*und damit alle Vorgänge im menschlichen physischen, ätherischen und astralischen Organismus, welche die Träger der Aufmerksamkeit sind*“ - an die künstlerische Gestaltung des Lautlichen und an den Umkreis hinzugeben.

Diese Hingabe und Aufmerksamkeit richtet sich in vollem Umfang in der Heileurythmie ganz nach innen:

„*Was nun die **Heileurythmie** betrifft, so ist gewissermaßen dasjenige, was bei der künstlerischen Eurythmie in der Hingabe lebt an Lautgestaltung, Wortgestaltung, Satzgestaltung **nach innen reflektiert**. Es ist schon dadurch nach innen reflektiert, dass bei der Heileurythmie, sagen wir, ein Laut A **oftmals hintereinander wiederholt werden muss**. .... Nun handelt es sich darum, **hineinzuschauen** in den eigentlichen Heilprozess, der bei der Eurythmie stattfinden kann.*“

Im Weiteren geht es um notwendige Fähigkeitsbildungen:

„*Aber es ist das wirklich so, dass man sich, ich möchte sagen, **ein Gefühl erwecken muss für das Künstlerische in der Dynamik des ganzen Menschen**. Man muss einen **intuitiven Blick** sich erwerben für das Künstlerische.*“

Die Anforderung ist, sich in die Lage zu versetzen, „*richtige Physiologie zu treiben*“. Dazu gehört, dass man sowohl den ganzen Menschen als auch jedes einzelne Organ in seiner Polarität von zentrifugaler und zentripetaler Dynamik betrachten kann.

„*Diese beiden Dynamiken, die müssen durchaus gegenseitig reguliert werden, und man kann hoffen, dass sich **Heileurythmiker ausbilden**, welche geradezu ein feines Gefühl entwickeln werden für dasjenige, was im einzelnen Falle geschehen kann. Es wird natürlich gerade da auf eine **künstlerische Seelenverfassung** außerordentlich viel ankommen.*“

Im weiteren Verlauf sieht R. Steiner die Notwendigkeit, einen **vergleichenden Blick auf die Massage** und auf die **Krankengymnastik** zu werfen:

*„Denken Sie doch nur einmal, was es schon in mancher Beziehung für eine Wirkung gehabt hat, dass **massiert wird**. Aber dieses **äußerliche Herumkrabbeln an dem Menschen**, dass ist nämlich – ich will gar nichts dagegen sagen, ich kritisiere es nicht ab, erkenne es in seiner Bedeutung an -, aber das ist doch **ein sehr Unbedeutendes** gegen jene Massage, die Sie anwenden, wenn Sie einfach **durch die heileurythmischen Faktoren** zum innerlichen Andersbewegen bringen die ganzen Organsysteme, die da zusammenwirken. Es ist das ja ein innerlichstes Durchkneten des ganzen Organismus, was verbunden ist mit einer Wirkung im ätherischen, im astralischen, im Ich-Organismus. So dass man sagen kann: Dasjenige, was man als richtig anerkennen kann für die Massage, das wird da in unendlich starker Weise verinnerlicht durch diese Heileurythmie. - Und man wird tatsächlich auch über die **heilgemäßen Folgen des Turnens** erst einen Aufschluss gewinnen können, wenn man auf die Ähnlichkeit hinschaut, welche die Freiübungen mit eurythmischen Übungen haben. Denn dasjenige, was beim Turnen heilsam ist, ist nur **ein sekundäres Analogon zu dem, was heileurythmisch seine Bedeutung hat**. .... In dieser Beziehung wird sich, wie ich denke, sobald man auf solche Dinge sieht, noch ein gewisser Kampf mit den Orthopäden abspielen. Die sind heute, trotzdem sie auf dem Gebiet, auf dem sie sich betätigen, große Erfolge haben, doch ganz stramm darauf aus, den **menschlichen Organismus als eine Art Mechanismus zu behandeln** und darauf sich einzustellen.“*

## Aus dem Anhang zum Heileurythmie-Kurs

(5. Überarbeitete Auflage 2003)

In ihrem Aufsatz „Heil-Eurythmie: 1921-1971. Ihre Entstehung, Entwicklung und Aufgabe“, erschienen in „Beiträge zu einer Erweiterung der Heilkunst nach geisteswissenschaftlichen Erkenntnissen“ (1971, Heft 4), schildert **Erna van Deventer-Wolfram** u.a. noch Folgendes:

Vom 12. bis 17. April 1921, während des zweiten Ärztekursus gab Dr. Steiner nun den Heileurythmie-Kurs in sechs Vorträgen für Mediziner **und solche Eurythmisten, die länger als zwei Jahre im Studium waren**. Niemand von uns ahnte, wie sich dieser Kursus gestalten würde! Dr. Steiner stand auf dem Podium, Frau Baumann und ich auf zwei Stühlen davor sitzend, fühlten uns sehr «unheimlich», denn wir hatten ja die Situation «angezettelt», und in der Zwischenzeit von Februar bis April kein Wort von Dr. Steiner gehört, wie er diesen neuen Zweig der medizinischen Wissenschaft mit uns, die wir nicht die mindeste Vorbildung auf medizinischem Gebiete hatten, verwirklichen würde!

Das nötige Wissen zur heileurythmischen Arbeit brachten wir bestimmt nicht mit — wäre es da nicht viel praktischer und sinnvoller gewesen, wenn Dr. Steiner eine kleine Gruppe von Ärzten ausgesucht hätte für diese Arbeit? Oder brachten Frau Baumann und ich als Eurythmisten doch etwas mit aus unserer Vergangenheit, das ihm wichtig schien? In seinen Angaben an mich über die Ausbildung, die für die Heil-Eurythmie nötig ist, gab er kurz nach dem Kursus die Antwort.

Auf unsere Frage antwortete er:

**«Die Vorbedingung zum HeilEurythmie-Beruf ist, dass Sie erst die ganze Kunst-Eurythmie in ihrem Unterbau kennen und können. Sie müssen imstande sein, Kunst-eurythmisch auf der Bühne ein dramatisches Gedicht darzustellen, zum Beispiel der «Zauberlehrling» von Goethe, mit allen eurythmischen Gesetzmäßigkeiten für Wort-Sinn und der Satzbildung, mit Formen und Körperhaltungen, wie Sie sie gelernt haben. Dann erst, wenn Sie alle Aspekte der Kunst-Eurythmie beherrschen, können Sie zur Heileurythmie übergehen.»** — Er lehrte uns, dass wir erst alle

Möglichkeiten der Kunst-Eurythmie beherrschen müssten, sie zu finden im Kosmos als Planeten- und Fixsternkräfte, dann als Spiegelung in der menschlichen Sprache und Musik, dann durch Bewegungen des menschlichen Körpers selbst und so den Menschen, also uns selbst kennen lernend als das Wesen, das Makrokosmos und Mikrokosmos in seinem eigenen Leib spiegelt. Erst wenn wir diese Stellung und Aufgabe des Menschen begriffen hätten, könne man vom Umkreis der Eurythmie

zum Zentrum des Heil-Aspektes der Eurythmie vordringen. Aber *«erst müsse man eben den Umkreis kennen, dann erst könne man zum Zentrum des Menschen vordringen!»* — Welch eine Perspektive für uns, die wir zwar schon acht Jahre aktiv in der Kunst-und pädagogischen Eurythmie tätig waren, aber doch mehr ausübend und durch die Praxis lernend, als mit Bewusstsein durchdringend. Die Vokale, die Konsonanten, die Wortarten, die Rhythmen — wie viel bedeutender erschienen sie uns!

[...] Auch das Wissen der Eurythmistin wurde genau umschrieben dadurch, dass Dr. Steiner mir beschrieb, was und wie viel ich aus den Lehrbüchern meines Mannes, dem «Spalteholz» [W. Spalteholz, Prof. an der Universität Leipzig] und dem Lehrbuch von Professor Broesicke, Breslau [Dr. Gustav Broesicke, Breslau 1920], lernen müsste!

Dies wurde uns kurz nach dem Heileurythmie-Kurs von Dr. Steiner erzählt, so dass wir mit tiefer Verantwortlichkeit wieder von Dornach weggingen.