

# Vom Gehenlernen zur Eurythmie und Heileurythmie

Dr. med. Wilburg Keller Roth

Festvortrag am Pfingstsonntag 27. Mai 201 in Leipzig – Autoreferat

„100 Jahre Eurythmie – das Aetherische in Raum und Zeit“

Jahrestagung des deutschen Heileurythmie-Berufsverbandes

---

Jedes Menschenkind lernt erst nach seiner Geburt im ersten Lebensjahr sich aufzurichten, muss **gehen lernen**. Könnten wir uns daran erinnern, wie wir gehen gelernt haben – was heute den wenigsten Menschen möglich ist – so würde uns das Anknüpfen an diese Kräfte, die wir einst im Aufrichten in der Regel nicht vollständig verbraucht haben, die geistige Welt erschliessen, Einblick in das Leben zwischen Tod und neuer Geburt ermöglichen. Darüber hat Rudolf Steiner in der Frühzeit der Entwicklung der Anthroposophie und der Eurythmie wiederholt gesprochen, so auch im Herbst 1913 in Bergen<sup>1</sup> und zu Ostern 1914 nach dem Tod von Christian Morgenstern in Wien<sup>2</sup>. Im August 1914 bricht der erste Weltkrieg aus und diese Thematik verstummt - bis etwa 1922/1923. Erst im Vorfeld der Weihnachtstagung 1923/24 zur Neubegründung der Anthroposophischen Gesellschaft stellt Rudolf Steiner am Beginn des Zyklus „Mysteriengestaltungen“<sup>3</sup> im Herbst 1923 wieder ähnliche Fragen ( die köstliche Aufgabe, sich an typische Gesten aus der Kindheit zu erinnern – z.B. zu springen, wie man als Kind gesprungen ist), wohl als Vorbereitung auf das „*Uebe Geist-Erinnern*“ des Grundsteinspruches hin.

*„Wenn man es nämlich dahin bringt sich zu erinnern, wie man Gehen gelernt hat, was man da für Anstrengungen gemacht hat : dann entdeckt man in sich die Kräfte, die man erspart hat in seinem Aetherleib. Denn dieser muss sich namentlich dabei anstrengen.“<sup>1</sup>*

*„Durch innere Kräfte“, „inneres Erkräften und Erleben“ entwickelt sich der Mensch „aus seinem hilflosen horizontalen Leben in das aufrechte vertikale Leben hinein“. „Im Menschen wirkt **eine Summe von Kräften**, die ihn herausreisst aus seiner hilflosen Lage, und die **innerlich wirkt**, um ihm **anzuweisen** diejenige Raumesrichtung, durch die er eigentlich **im wahren Sinne des Wortes E r d e n s c h** ist. Diese Kräfte wirken sehr im Verborgenen... es ist ein ganzes **System**, eine **grosse Summe von Kräften**. Sie werden nicht alle verbraucht in der kindlichen Zeit des Menschen, wo er*

---

<sup>1</sup> R. Steiner in Bergen, 11. Oktober 1913, GA 140

<sup>2</sup> R. Steiner in Wien, 6. April 1914, GA 153

<sup>3</sup> R. Steiner in Dornach, 23. November 1923, GA 232

stehen und gehen lernt. Es schlummern gerade noch Kräfte dieser Art im Menschen drinnen; aber sie bleiben unbenützt...“<sup>2</sup>

Durch Geisteswissenschaft, „durch das, was die Seele an Uebungen gesteigerter Aufmerksamkeit und Hingabe verrichtet, wird der Mensch innerlich gewahr, wie in ihm sitzen diese Kräfte, die ihn aufgerichtet haben als Kind. **Er wird geistiger Richtkräfte, geistiger Bewegungskräfte sich bewusst...**“<sup>2</sup>

In diesem Zusammenhang – die Eurythmie, heute hundertjährig, ist damals selbst erst ein einjähriges Kind - spricht Rudolf Steiner vorsichtig und liebevoll über diesen jungen Impuls: „Wir haben, wenn uns das Glück wird, unsere anthroposophische Bewegung fortzusetzen, schon einen Anfang damit gemacht, dass diese Kräfte hervorgesucht werden. Und wenn es gut geht, werden diese Kräfte **gewöhnlich erst nach sieben Jahren** rege; aber ein Anfang ist da, und dieser Anfang wird sich fortsetzen in der Menschennatur. Gewöhnlich bleiben die Kräfte unberücksichtigt, die man da erspart hat. Nun kann der Mensch **das Gewahrwerden dieser Kräfte in sich** dadurch **fördern**, dass er **eine gewisse naturgemässe Art des Tanzes** übt. Es kann gewiss auch durch Meditation hervorgerufen werden, aber seit noch nicht ganz einem Jahr wird aus den Grundsätzen der Bewegungen des Aetherleibes in gewissen Kreisen bei uns die sogenannte **E u r y t h m i e** getrieben. Das ist nicht die gewöhnliche Art des Turnens und Tanzens - was eigentlich zu nichts Besonderem führt -, sondern das sind Bewegungen, die ganz im Sinne der Bewegungen des Aetherleibs gegeben sind. **Durch diese Bewegungen wird der Mensch allmählich der Kräfte gewahr werden, die noch in ihm sind**, diese Kräfte werden durch die freie Tanzbewegung entdeckt werden. Und so werden Anlagen geschaffen werden, die dasjenige **erwecken, was im Menschen an Kräften ist**, um wirklich hineinzuschauen in jene geistigen Welten, die zwischen dem letzten Tode und seiner Geburt liegen. So kann Geisteswissenschaft ganz praktisch an der Menschenkultur arbeiten.“<sup>1</sup>

„Es sind die unschuldigsten Kräfte, die der Mensch in seiner Natur hat“....“Das ist auch dasjenige, was den Anblick des Kindes zu einem so zauberhaft befriedigenden macht, weil das Kind umspielt ist in seiner Aura von den Kräften, von denen der grösste Teil benützt wird zum Gehenlernen, von jenen Kräften, die hineinleuchten noch in dasjenige, was der Geburt vorangegangen ist.“<sup>1</sup>

-----

Im Mutterleib ist der werdende Menschenleib von allen Seiten von Wasser umgeben und damit weitgehend aus den Schwerkraften der Erde herausgehoben. Mit der Geburt werden wir der Schwere ausgesetzt, und bald beginnt die erste Aufrichtebemühung: den Kopf zu heben, den Rumpf hochzustemmen, frei sitzen zu lernen - bis zum Aufziehen am Laufgitter, an Stühlen oder Elternknien. Und obwohl das Kind anfangs nach jedem Versuch wieder dort landet, wo es begann – das wird unermüdlich geübt, mit Ernst und Ausdauer, in der Regel auch mit Erfolg !

---

Die Aufrichtebewegung, die ins Ungleichgewicht bringt und so zuletzt ins Gehen mündet, geht voran; im Aufgerichtetsein das Gleichgewicht halten können, Stehen können, folgt nach. In dieser Reihenfolge werden von Rudolf Steiner im Heileurythmiekurs<sup>4</sup> die Vokal-Indikationen eingeführt:

Erst I, das aktive, dynamische Ergreifen des physischen Raumes, Voraussetzung, gehen zu können;

Dann U, das statische Bewältigen der Kräfte im physischen Raum, um stehen zu können.

Den Inkarnations- und Entwicklungsimpuls bringen wir uns im I aus dem Vorgeburtlichen mit, das zur Ruhe kommen im physischen Raum erlernen und erfahren wir im Bannkreis der Erde.

Zugleich mit der Bewegungsentwicklung im äusseren Raum vollzieht sich das lebendige Wachstum ebenfalls in polaren Gebärden:

O - „Das Weiten des Lebendigen“<sup>5</sup>, das Runden, lässt die Seele sich offenbaren im Leib

E - das Zusammenziehen, „sich innerlich fassen wollen“<sup>65</sup>, das in der Wiederholung zum Strecken wird, führt „zum Gewährwerden seiner selbst“<sup>5</sup> im Leib, zum Ich-Gefühl

Zwischen diesen beiden Möglichkeiten spielt die Leibesentwicklung des Kindes in gesetzmässiger Weise: Phasen des Rund-Werdens, des Konsolidierens des Leibes, wechseln mit Phasen des Sich-Streckens, wo das Kind mit grösserer Neugier und Geschicklichkeit seine Umgebung erobert und seelische Entwicklungsschritte macht, aufwacht zu sich selbst. Und so reift als Frucht des Bewegens **im physischen Raum** und des Wachtums **im aetherischen Raum** die seelische Innerlichkeit **im eigenen Seelenraum**, das erste Staunen über die Welt:

A, das der Tiernatur des Menschen entgegen wirkt

Da fallen im Wahrnehmen und Denken Aktivität und passive Rezeption, das Ergreifen des Aeusseren und das Bei-Sich-Bleiben im seelischen Raum in eins zusammen. Da enthält der **eine** Laut A die polaren Entfaltungsmöglichkeiten, die im physischen Raum in I und U noch ganz getrennt sind, im lebendigen Wachstum in O und E sich rhythmisch abwechseln.

Durch die **Vokalbewegungen erschliessen wir uns den Raum** in mathematisch gesetzmässiger Weise: Im physischen Raum bewegen wir entweder uns und unsre Glieder zielstrebig ( I – die Linie) oder sie kommen aneinander zur Ruhe (U – die Parallele). Im Lebendigen wachsen wir in die Fülle (O – die Rundung) oder wir strecken uns im Zusammenziehen, im Nicht-Runden (E – die Kreuzung) in rhythmischer Abwechslung, in metamorphosischen Uebergängen. Den Seelenraum entfalten wir in der Gleichzeitigkeit von polaren Prozessen (A – der Winkel).

Die fünf Vokale, wie sie von Rudolf Steiner im Heileurythmie-Kurs mit ihren Indikationen eingeführt werden, stellen ein vollkommenes System der Selbstoffenbarung des Menschen im Raum dar, das an der Entwicklung jeden Kindes abgelesen werden kann.

---

<sup>4</sup> R. Steiner in Dornach, 13. April 1921, 2. Vortrag in GA 315

<sup>5</sup> R. Steiner in Dornach, 14. April 1921, 3. Vortrag in GA 315

„Zuerst lernt das Kind dasjenige aus seinem Traumes-Schlafesleben heraus, was wir so einfach als Gehenlernen bezeichnen. Beim Gehenlernen werden die feinsten Partien des Menschenwesens verändert. Das Kind lernt sich in die ganzen Schwereverhältnisse durch Gleichgewichtslage hineinstellen. Das Kind hört auf umzufallen. Es fügt sich, **indem es innere Kräfte entfaltet**, in die Raumesrichtungen hinein. Wie da die Menschenkräfte sich hineinfügen in den Raumzusammenhang der Welt, was da der Mensch unbewusst vollbringt als Kind, das ist **das denkbar Grossartigste an der Entwicklung mathematisch-mechanisch-physikalischer Kräfte**. Wir bezeichnen das mit dem einfachen Ausdruck des Gehenlernens.“<sup>7</sup>

-----

In dem Mass, wie das Sich-Aufrichten gelingt, werden die Hände frei zum Erfassen der gegenständlichen Welt. An der Formvielfalt der Gegenstände lernen wir die Gestalthaftigkeit der Welt er- und begreifen, ertasten und handhaben. Gestalterfahrung fliesst in die Ausbildung der Sprachorgane und des Gehirns ein und wird in der Nachahmung der äusseren Formen Konsonantenbewegung im Sprechen und gestaltete Vorstellung im Denken. Was an der räumlichen Gestaltung der Welt erfahren wird, wird im Sprechen differenzierter Konsonantenprozess und wirkt **in der heileurythmischen Anwendung der Konsonantenbewegungen auf die rhythmische Zeitgestalt** der Stoffwechselprozesse, die inneren Eigenbewegungen des menschlichen Organismus.

-----

„Indem der Mensch sich aufrichtet, schafft er sich ein Organ für das abstrakte Denken“<sup>8</sup>.

Mit dem abstrakten Denken kann der Mensch sich urteilend, bejahend oder verneinend, zur Welt stellen. Er lenkt in Sympathie oder Antipathie zum vielfältigen Inhalt der Welt seine Lebensschritte und gestaltet so sein Schicksal.

In der **Bejahung**, der **Sympathie**, lässt er sich vom Licht der Welt bescheinen, die Welt auf sich wirken.

In der **Verneinung**, der **Antipathie**, behauptet er sich selbst.

Tagsüber gibt er sich der den Raum durchflutenden geistigen Sonnenkraft hin; nachts wirken die Sonnenkräfte durch die Erde hindurch in sein Leibeswesen. Sie wirken als Kräfte der Regeneration, der Gesundung im Schlaf, doch sie werden zur Fähigkeit zum äussersten Bösen, wenn die gesunden Selbsterhaltungskräfte vom leiblichen in das seelischen Wirken aufsteigen.<sup>9</sup>

Auch diese polaren Kräftewirkungen müssen für den Erdenmenschen zum Ausgleich gebracht werden, und so finden sich im Heileurythmiekurs im 5. Vortrag<sup>10</sup> die „mehr vom Seelischen aus“ wirkenden Uebungen, die zuletzt, mit HA und AH (der Verbindung von Vokal und Konsonant) bis an die Wortsphäre heranführen.

All das heisst : Gehen - lernen ! - und „Sich Auessern als volle Individualität“<sup>11</sup> zugleich – denn beide Fähigkeiten werden in der Indikation zur I-Uebung gleichgesetzt. Alle nachfolgenden Uebungen

---

<sup>7</sup> R. Steiner am 17. Mai 1923 in GA 226

<sup>8</sup> R. Steiner am 6. März 1922 in GA 81

<sup>9</sup> R. Steiner am 6. November 1921, GA 208

<sup>10</sup> R. Steiner am 16. April 1921 in GA 315

<sup>11</sup> R. Steiner in der Eurythmie-Konferenz 1924, GA 277a

scheinen aus dieser ersten Aufgabe des Menschen hervorzugehen und zuletzt in sie zu münden. Jede wesentliche therapeutische Bemühung wird letztlich dieses Ziel haben.

In der Eurythmie des Wortes, in der Lauteurythmie, finden wir so die „*Summe von Kräften*“<sup>2</sup>, die in jedem Menschen beim Gehenlernen innerlich wirksam sind und „*ihm anweisen diejenige Raumesrichtung, durch die er eigentlich im wahren Sinne des Wortes Erdenmensch*“<sup>2</sup> ist. Es sind „*Bewegungen des Aetherleibs*“, die „*sonst hinter dem physischen Plan*“ wirken, durch die Eurythmie „*bis zu einem hohen Grade anstelle des physischen Leibes treten*“<sup>1</sup>. In der Heileurythmie dürfen wir bewusst an jene Kräfte anknüpfen, die „*das Kind aus seinem Traumes-Schlafesleben heraus*“<sup>7</sup> einst entfaltet hat im Gehenlernen. Im Ueben der Heileurythmie können wir die frühkindliche Entwicklung zum **aufrechten** und **selbst-ständigen** Menschenwesen in eigener Aktivität bewusst fortsetzen und uns in Selbstgestaltung weiterentwickeln, reifen - und durch diese Anstrengung können wir von mannigfaltigen Krankheitsmöglichkeiten genesen.

Dr. med. Wilburg Keller Roth

Der vollständige Artikel ist im Rundbrief der Sektion für Redende und Musizierende Künste (SRMK), Michaeli 2012 zu finden.

---