

Das Verhältnis von Sprache, Eurythmie und Heileurythmie

Kaspar Zett

Der Sprechvorgang und die Eurythmie

Es ist bekannt, dass nicht nur der Sprachorganismus, sondern der gesamte Körper von Kopf bis Fuß beim Sprechen allerfeinste Muskelbewegungen ausführt. Weiter stellt z. B. die Kinesik-Forschung fest, dass auch der Zuhörer, ja sogar das Neugeborene auf dem Wickeltisch, mit einer minimalen Zeitverzögerung von 40–50 Millisekunden mit exakt denselben Mikrobewegungen antwortet. Unbefangen tanzt das Kleinkind diesen reinen Bewegungsvorgang mit. Ebenso eindrücklich wird aufgezeigt, dass bei der medial-künstlich vermittelten Sprache und sonstigen Geräuschen diese Bewegungen nicht geschehen und dass auch die Gehirnbildung eine andere ist.

Beim Sprechvorgang plastizieren viele hundert Muskeln den Luftstrom. Der ganze Sprachmensch, von Zwerchfell bis zur Lippe, formiert sich für jeden Laut in einem lebendig-komplexen Geschehen spezifisch neu. Beginnt ein Kind die ersten Worte zu sprechen, hat es sich unbewusst diese nachahmende Sprechfähigkeit, diese Muskelführungskunst erworben und ist zu einem inneren Bewegungskünstler geworden. Die leibbildende Sprachkraft tritt dann in den ersten Lebensjahren zurück. Doch wirkt die Sprachkraft Leib und Seele formend und Geist befreiend subtil und unermüdlich weiter. Die vielfältigen Erfahrungen in der Heil- und Sonderpädagogik verdeutlichen, wie eng Bewegungs- und Sprechstörungen zusammenhängen.

Die Eurythmie ist insofern einzigartig, als sie den ganzen, bewusst sich bewegenden Menschen wiederum selbst zum Instrument von Sprache und Gesang macht. Der sich bewegende Mensch selbst wird im umfassendsten Sinne Werkzeug und macht verborgene, unsichtbare Sprach- und Gesangselemente sichtbar. Machen wir uns bewusst, dass nur ca. 10 % der gesprochenen Sprache als codierte Schallwellen in der Lautsprechersprache vermittelt werden können, wird klar, wie groß das Sprachfeld ist und was eine gut gestaltete oder sogar sichtbar gemachte Sprache zusätzlich zum Ausdruck bringt.

Zum Instrument des Wortes Werden heißt aber auch, die Kräfte erschließen, die hinter der Sprachfähigkeit liegen, die nicht Lautheit sind, sondern tiefes Schweigen. Dies führt Rudolf Steiner in eindrücklichen Worten in seinem Vortrag vom 21. April 1923 aus (1). Der Logos offenbart sich im Geistreich der Stille. Das Eurythmisieren geht bis in diese Schicht, vom lebendigen Denken im Ätherischen zu den Logoskräften. Dies ist für mich eindrücklich bei der stummen Eurythmie erlebbar.

Die Lautformen der Sprache in der Luft und im Blut

Das, was in der physischen Luft beim Sprechen lebt, dieses Geheimnis des Logoswirkens, wird durch die Forschung an den Luftlautformen am Zipfel gegriffen. Die ursprünglichen Forschungen von Johanna Zinke wurden mittlerweile von Serge Maintier mit modernen Mitteln weitergeführt (2). Im Sprechen und Singen strömen Seelenerlebnisse durch die Bewegungen der Sprachwerkzeuge in die Gestaltungen der Luft. Rudolf Steiner beschreibt die Bildung der Luftlautformen sehr differenziert: „Der Wille ist dabei dasjenige, was, ich möchte sagen, den Luftstrom mehr radial ausströmen läßt. Der Gedanke ist dasjenige, was den Querschnitt des Wellenartigen im Luftstrom bewirkt.“ (3) Das Gedankliche wirkt wie senkrecht auf diese Ausstrahlungsrichtungen, wodurch die spezifischen, plastischen Luftlautformen entstehen.

Armin Husemann sieht in den Lautformen der Sprache im Blut, die er im venösen Blutstrom entdeckt, ein komplementäres Phänomen zu den Luftlautformen der Sprache. Wachstum, Ernährung und Einatmung gehen den Weg von oben nach unten, vom Kopf in die Peripherie (1. Jahrsiebt). Das 2. Jahrsiebt, das Erwachen der Seele im Leib geschieht umgekehrt von unten nach oben. Der Ausatemungsweg setzt den venösen Blutstrom fort. Venöser Blutstrom, Ausatemungsluft und gestaltetes Wort werden von Armin Husemann als die drei Lebensprozesse der Sprachbildung benannt (4, S. 265f.).

Im Buch *Form, Leben und Bewusstsein* beschreibt Husemann das eigentümliche Verhältnis der Eurythmie zur Sprache: „Der Eurythmisierende bleibt stumm, obwohl er spricht. Anstatt wie das klingende Wort als Phönix aus der Asche des Leibes zu fliegen, wendet sich das schweigende, nur ätherisch regsame Wort in den Leib zurück – es wird aus dem Sterben wiederverkörpert. So zeigt sich in der Eurythmie eine Mitte, in der sich Ohr und Kehlkopf, Empfangen und Hervorbringen im Ätherischen vereinigt haben.“ (5, S. 275)

Von der Eurythmie zur Heileurythmie

Die „verstärkte Eurythmie“, die Umwendung zur Leibwirksamkeit wurde bereits drei Jahre vor dem Laut-Eurythmiekurs, im April 1921, methodisch im Heileurythmiekurs (6) angelegt. Sie erfordert eine bewusste und klar differenzierte Lautbehandlung. Die methodischen Schritte sind konsequente Mittel, die Lautkraft heileurythmisch zur Leibwirksamkeit umzuwenden, und verdeutlichen das Verhältnis zur Sprache. Erst nach vielen Praxisjahren haben sich mir folgende methodische Prinzipien tiefer erschlossen und mir das Verhältnis zur Sprache und zur künstlerischen Eurythmie deutlich gemacht.

Der Konsonant wird durch das sogenannte Abfotografieren, „daß man beim Konsonanten gleichzeitig sich selbst in der Form vorstellt, die man ausführt“ (7), zur objektiv wirkenden Wortkraft am menschlichen Leib und Organismus auf eine objektiv-imaginative Ebene gehoben. Nur durch die verstärkte innere Seelenkraft vermag ich mich selbst im gleichzeitigen Bewegen anzuschauen. Mein subjektives Astralisches übt hier das Weisheitsvolle des ätherisch-eurythmischen Konsonanten zu spiegeln und zu objektivieren. In diesem sich anschauenden Bewusstsein beim Konsonantieren kann ich erleben, was Rudolf Steiner so formuliert: „Man fühlt die äußere Welt in sich einströmen, das eigene Wesen in die Welt ausströmen. Man fühlt sich als ein bewegtes, und mit der Welt sich bewegendes Glied des ganzen ätherischen Universums.“ (1) Ergänzende Aspekte der Konsonantenbehandlung werden weiter unten ausgeführt.

Das ganze Vokalwesen wird mit einem bestimmten Ablauf und Verhältnis von Arm- und Beinbewegungen umfassend bewegt. Vorher wird der entsprechende Vokal ohne zu singen lange hingetönt (8). Nach diesem Durchbewegen soll ich diesen Vokal innerlich geistig-seelisch hören (8). Mein seelisches Eigenleben, mein allzu selbstbezogenes Empfinden lernt hier zu schweigen und befreit sich dadurch von der Leibgebundenheit. Durch aktives, hingebungsvolles Hören kann der Vokalklang mich rein erfassen. Die geheimnisvolle Heilkraft des Wortes kann sich mir inspirativ erschließen.

Schließlich besteht die Möglichkeit, bei gewissen Indikationen einerseits das Vokalisieren oder nur das Konsonantieren für sich, andererseits auch „das sinnerfüllte Wort“, einen ganzen Wortzusammenhang oder ein schönes Gedicht gezielt einzusetzen. Dabei spielt das aktive Zuhören des Patienten eine bedeutende Rolle. Intensives Zuhören ermöglicht, dass ich mich durch intuitives Bewusstsein in die schaffend-schöpferischen Wortbewegungen hineinverwandele. Mein kleines Ich kann hier aufgehen im Sprachwesen, im Welten erschaffenden und bildend-formenden Wort. Dies hat sogar das Potenzial, mich vom persönlichen Erbstrom, in der heileurythmischen Praxis beispielsweise bei Erbkrankheiten, zu befreien.

Rudolf Steiner beschreibt öfter, wie das Sprechen darauf beruht, dass die Bewegungen des Ätherleibes zurückgehalten und in den Sprachwerkzeugen lokalisiert werden. Vom ganzen Ätherleib aus werden beim Sprechen Kehlkopf und Nachbarorgane bewegt. Das „gute Zuhören“ kann in der Heileurythmie eingesetzt werden, weil beim Zuhörenden wiederum der ganze Ätherleib das bewegt, was der Sprechende „nur“ in den Sprachwerkzeugen lokal konzentriert.

Die Konsonantenbehandlung in der Heileurythmie

Im dritten Heileurythmie-Vortrag (9) wird, wie auf der musikalischen Terzstufe, die Heileurythmie verinnerlicht. Hier geht Rudolf Steiner in das „heileurythmische Lautlabor“ und analysiert, ähnlich wie der Botaniker oder der Pharmazeut, jede „Konsonantenpflanze“ nach ihren ganz spezifischen Eigenschaften. Die sprachphysiologischen Gegebenheiten und die dargestellten Sprach- und Bewegungsprinzipien, die Vokaltingierung, die Stoß-, Blase-, Zitter- und Wellenlaute sowie die Lippen-, Zahn- und Gaumenlaute betreffend, stellen zentrale, methodische Elemente der Heileurythmie dar. Sie begründen gleichzeitig die Methode. Erst aus bewusster und lang erübter Synthese dieser Elemente wird das heileurythmische Bewegungsmedikament herausresultieren und wirksam werden.

Auf der ersten, seelisch-geistigen Lautebene wird auf die Vokaltingierung hingewiesen. Dabei wird der große Unterschied zwischen einer vokalischen Vor- oder Nachtingierung so beschrieben: „Daraus ersehen Sie, daß, indem der Mensch ein H [ha] spricht, er sich mehr bemüht, das Geistige durch die Sprache in dem äußeren Objekt draußen aufzusuchen; indem er ein F [ef] spricht, bemüht er sich mehr, das Geistige im Inneren nachzufühlen. Daher ist die Entstehung des Konsonantischen eine ganz verschiedene“ (9). Und zur entsprechenden Bewegung wird beschrieben: „Also H, da haben Sie das starke Aufgehen in die Außenwelt, man will nicht in sich bleiben, man will heraus, um im Äußeren zu leben. Das F: Sie sehen das starke Bestreben, nicht allzuscharf in die Außenwelt zu gehen, sondern im Inneren zu verbleiben.“ (9)

Die Relevanz allein dieses Lautaspektes kann beispielsweise am heileurythmischen Bewegungsprozess T-S-R-M-A (te-es-er-em-a), der bei Allergien oft erfolgreich eingesetzt wird, nachvollzogen werden. Offensichtlich führt dieser Prozess durch die Elemente des Astralkreuzes (Viergetier) im Tierkreis. Bezüglich der Vokalingierung fällt hier auf, dass unter diesem Aspekt nun deutlich von außen (Nachtingierung) nach innen (Voringierung) gearbeitet wird.

Im dritten Heileurythmie-Vortrag wird dann darauf hingewiesen, dass diese Unterscheidung „nötig werden wird, je mehr die eurythmische Kunst ausgedehnt wird auf die verschiedenen Sprachen“. (9) Weshalb ist Rudolf Steiner das auch im Kontext der eurythmischen Kunst wichtig? Immer wieder stellen wir uns in der Praxis der Tatsache, dass ein Laut je nach Volkssprache unterschiedliche Vokalingierungen besitzt. Wie stark muss hier die Prägung am Ätherkehlkopf des Kleinkindes durch die Muttersprache berücksichtigt werden? Die Sprachgeburt im Vollzug dieser spezifischen Prägung des Ätherkehlkopfes findet durch die Muttersprache, urbildlich auf dem Wickeltisch, nur einmal statt. Wie muss z. B. ein italienisch sprechender Patient, der jahrelang in Deutschland lebt, das F behandeln, deutsch „ef“ oder italienisch „effe“? Oft ist es bei Patienten in der Heileurythmiepraxis wirksamer, andererseits bei einzelnen Studierenden in der Ausbildung hilfreich und heilsam, zu beachten, in welcher Vokalingierung die muttersprachliche Prägung jeweils lebt.

Der zweite Konsonantenaspekt betrachtet die lebendig-elementare Schicht des Lautwesens in der Eigenschaft als Blase-, Stoß-, Zitter- oder Wellenlaut. Hier „muß das Eurythmische polarisch sich verhalten zu dem, was der eigentliche Sprechvorgang ist“ (9). Was sprechend vom Kehlkopf aus zurückreflektiert, muss nun in der eurythmischen Bewegung, je nach Laut „abgetönt“, in das Polarische übergehen. Entsprechend wird der sprechende Blaselaut im Ansatz „stoßig“, und umgekehrt der Stoßlaut „abgelähmt“ bewegt. Der Zitterlaut R und der Wellenlaut L werden dann noch speziell besprochen.

Schließlich wird der physiologische Lautaspekt und damit das dritte und äußerste Einteilungsprinzip bewusst gemacht. Am Beispiel des Lautes R wird das Lippen-R in der Bewegung mehr nach unten geführt, das Zungen-R „mehr in der Horizontalen“ (9) und das Gaumen-R „mehr nach oben“ (9) gemacht. Bei der Konsonantenaufstellung kommt bei der Wandtafelzeichnung zum dritten Vortrag die umfassende Qualität des Lautes R zum Ausdruck.

Im Anschluss werden diese Lautschichten dann im vierten Heileurythmie-Vortrag (8) wieder zu einem neuen heileurythmischen Bewegungsmedikament synthetisiert. Zur prinzipiell methodischen Wiederholung werden jetzt die ganz eigenartigen Beinbewegungen, spezifischen Sprünge, Tempobehandlungen und Zeitgestaltungen etc. hinzugefügt. Ergreifend ist manchmal die Wahrnehmung, dass gerade durch diese methodischen Bewegungsprinzipien die lautlichen Urbilder, unsere Eurythmiefiguren ätherisch im unteren Menschen bis in die Füße herunter, sich oft erst jetzt bilden. Am Ende von diesem vierten Vortrag wird jedoch deutlich verlangt, „diese Dinge, wenn sie die Kunstheileurythmie üben, natürlich gründlich zu vergessen“(8).

Die Beziehung von Sprache und Eurythmie wird im fünften Heileurythmie-Vortrag (10) durch eine weitere Polarität beschrieben. Auf eine Frage im Zusammenhang mit der Rechts- oder Linksbetonung, bzw. dem Jambus- oder Trochäusgefühl, antwortet Rudolf Steiner: „Es ist schon richtig, es handelt sich nur darum, daß, wenn umgesetzt wird dasjenige, was also im Atmungssystem lebt, ins Bewegungssystem, so wird es umgekehrt. Oberer Mensch und unterer Mensch ist ja umgekehrt.“ (10) Dabei komme es weniger auf das Rhythmische, „lang-kurz an, sondern es kommt auf diese besondere Bewegung an.“ (10) Jeder gesprochene Jambus müsse deshalb in der Bewegung ein Trochäus werden, deshalb, weil der obere und untere Mensch umgekehrt zusammengesetzt ist. Auf diese grundsätzlich gegebene menschliche Konstellation sei „die ganze Eurythmie gebaut ..., nicht etwa nach dem Gesichtspunkt der Ähnlichkeit, wenn sie ausgeführt wird, sondern sie entspricht nach dem Bilde der Polarität.“ (10)

Die Mysterien der Zukunft sind Willensmysterien

Die zentrale Bedeutung einer Willenschulung und dessen Umgang in Sprache und Eurythmie wurden von Rudolf Steiner in unterschiedlichsten Zusammenhängen dargestellt. Hierzu einleitende Worte zur Eurythmie-Aufführung in Wien: „In der menschlichen Sprache kommt Gedanke und Wille zum Ausdruck. Der Gedanke ist dabei das unkünstlerische Element. In der dichterischen Sprachbehandlung wird die Kraft des Gedankens zurückgeführt auf das willensartige Element, in Takt, Rhythmus, Bildhaftigkeit und so weiter. Die Eurythmie führt diese Umwandlung bis zum Ende durch.“ (11) Oder in *Allgemeine Menschenkunde* heißt es: „Gefühl ist werdender, noch nicht gewordener Wille; aber im Willen lebt der

ganze Mensch ... [M]ehr unbewußtes Wiederholen kultiviert das Gefühl; vollbewußtes Wiederholen kultiviert den eigentlichen Willensimpuls, denn dadurch wird die Entschlußkraft erhöht.“ (12) Alles Üben im Künstlerischen wirkt in diesem Sinne auf die Willensbildung. In der Heileurythmie gehört die bewusste Wiederholung zur Methode.

Eine therapeutische Komposition, wann, welche und wie lange eine Therapieform sinnvoll ist, wird weiter an Bedeutung gewinnen. Das gezielte, interdisziplinäre Zusammenwirken von anthroposophischen Therapien und Künsten wird wirkungsvoller, je besser wir die einzelnen Therapien verstehen, was wiederum ein kompetenteres Wirken der Anthroposophischen Medizin in der Welt bedeutet.

Kontakt:

Kaspar Zett

Heileurythmie-Ausbildung für Ärzte am Goetheanum

www.heileurythmie-ausbildung.ch

kaspar.zett@gmail.com