

Eurythmie in Bewegung,therapeutische Entwicklungen in turbulenten Zeiten

Wie alles begann

Ab 2006 gab es immer wieder Kontakt zwischen anthroposophischen Ärzten, Eurythmisten und Heileurythmisten einerseits und Geistwesen andererseits. Dabei ging es um die Frage, ob die durch Rudolf Steiner gegebene (Heil-) Eurythmie zu erweitern ist. Nach Meinung der Ärzte und Eurythmisten hatten sich die Menschen und deren Krankheiten in den vergangenen Jahrzehnten so sehr verändert, dass neue, zeitbezogene Krankheitsbilder entstanden sind. Erfordern diese Veränderungen eine Erweiterung der Eurythmie?

Die Gespräche fanden auf Einladung der Geistwesen hin statt, welche großes Interesse an der Kommunikation mit Menschen haben. Vermittlerin dieser Kommunikation ist Verena Staël von Holstein, die seit ihrer Jugend in Verbindung mit Geistwesen steht und sich jahrzehntelang im begrifflichen Austausch von Informationen mit diesen Wesen geschult hat. Verena Staël von Holstein ist kein Medium. Sie ist in der Lage, bei vollem Bewusstsein mit den Geistwesen zu kommunizieren, wobei sie simultan zwischen der deutschen Sprache und der ätherischen Sprache der Geistwesen übersetzt. Sie tut dies im Verständnis und unter Berücksichtigung anthroposophischer Begriffe und Inhalte, in deren Kontext sie aufwuchs und die sie bis heute erfüllen.

Ab 2015 wird dieser Impuls zur Erweiterung der Heileurythmie unter dem Namen „Eurythmie in Bewegung“ fortgeführt und von Wieger Veerman, Heileurythmist, und Liesbeth Kuhlemajër, anthroposophische Allgemeinmedizinerin, geleitet. In den letzten 9 Jahren haben 140 Heileurythmisten und 13 Ärzte aus 15 verschiedenen Ländern Europas am 6-teiligen Ausbildungszyklus „Eurythmie in Bewegung“ teilgenommen: Island, Norwegen, Schweden, Finnland, Lettland, Estland, Dänemark, Polen, Deutschland, Niederlande, England, Schottland, Belgien, Schweiz, Österreich. Die vielen Kurstreffen für Einsteiger und Fortgeschrittene werden neben Wieger und Liesbeth auch von Martine Meursing (Heileurythmistin) und Sjaak Groot (Heileurythmist) betreut.

Ein neuer Impuls für die Eurythmie – warum?

Die Wesensglieder des Menschen waren in der Vergangenheit noch ziemlich eng miteinander verknüpft. Es zeigt sich mittlerweile, dass dies bei immer mehr Menschen nicht mehr der Fall ist. Rudolf Steiner weist auch mehrfach auf das Zusammenwirken der Wesensglieder für die gegenwärtige, aber auch für die zukünftige Zeit hin.

Einerseits unterliegt der physische Leib immer mehr der Verhärtung und der Ätherleib wird durch den Einfluss der modernen Kommunikationsmittel geschädigt, auf der anderen Seite flüchtet sich der Mensch mit seinen Gefühlen immer mehr in seine eigene Gedankenwelt. Auch kommt, durch alle virtuellen Möglichkeiten unserer heutigen Zeit, die innige, feinfühligte Verbindung des eigenen Körpers und der wirklichen Welt immer weniger zustande. Dadurch wird die Trennung zwischen den höheren und niedrigen Wesensgliedern immer größer. Die niedrigen verhärten sich, während sich die höheren auflösen.

Die Folgen davon in unserer Aura sind, dass die Verbindung zwischen Körper und den Planeten- und Tierkreishüllen gestört wird. Die Organe unseres Körpers wurden vorgeburtlich von diesen Planeten- und Tierkreishüllen aufgebaut und werden zeitlebens von diesen versorgt. Eine Störung zwischen diesen Hüllen und unserem Körper würde bedeuten, dass die Organe ihre Elastizität und Wirksam-

Wieger Veerman



(*1959 Niederlande) arbeitete seit 1978 als Krankenpfleger bei verschiedenen Arbeitgebern, u.a. im Krankenhaus und in einem Heilpädagogischen Institut.

Studierte Eurythmie in Den Haag (1993–1998), Heileurythmie ebenfalls in Den Haag (2006–2008).

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

w-veerman@hetnet.nl

keit verlieren. Sie würden sich verhärten und im schlimmsten Fall teilweise oder gar ganz ausfallen.

Einige Beispiele aus der Praxis

Das oben beschriebene „Warum“ wird u.a. in den folgenden Beispielen sichtbar:

- Heutzutage ist es durchaus möglich, Menschen, die einen Organersatz erhalten haben, durch die Heileurythmie durch den radikalen Prozess der Organtransplantation zu begleiten. Auch wenn man eine neue Hüfte oder ein neues Knie bekommen hat, gibt es hierfür eine eurythhmische Unterstützung.
- Während der Covid-19-Pandemie wurden Übungen entwickelt, die vielen Menschen mit Long-Covid-Erkrankung sehr geholfen haben.
- In den letzten Jahren wurde zum Thema „Fruchtbarkeit und Schwangerschaft“ gearbeitet. So wurden beispielsweise Lautreihen komponiert, um der sinkenden Fruchtbarkeit von Männern und Frauen in unserer Zeit entgegenzuwirken. Auch zur gezielten Behandlung verschiedener Schwangerschaftskomplikationen mit Heileurythmie (teils begleitend zu bestehenden medizinischen Eingriffen) wurden Lautreihen zusammengestellt. Darüber hinaus wurden auch kontraktionshemmende und kontraktionsfördernde Lautreihen entwickelt und auch die Themen Beckeninstabilität, Stimmungsstörungen und Nachsorge für Mutter und Kind wurden mit neuen Lautreihen thematisiert.

Die neue Arbeitsweise

Der Kerngedanke dieses Eurythmieimpulses betont zunächst, wie wichtig das strömende Element in der Eurythmie ist:

Das strömende Element kann dem Menschen helfen, durch seine Hüllen hindurch in Verbindung mit seinem tiefsten Kern zu gelangen: dem Ätherherzen – dort, wo Christus wirkt.

Man arbeite also so viel wie möglich mit sanften, strömenden Bewegungen, welche alle im Aura-Feld des Menschen gemacht werden sollten. Alles muss zum Strömen gebracht werden, alle Lautbewegungen können aus einer Wasserbewegung heraus erlebt werden – nicht zu schnell, nicht zu hart, nicht zu luftig. Eine strömende Bewegung hilft dabei, einfacher durch die Hüllen hindurch nach innen zu gelangen.

Der Prozess, welcher zu einer Lautbewegung führt, hat nun eine Vertiefung durchgemacht. Das Erspüren eines ätherischen Ansatzpunktes am Körper erfolgt, bevor die Lautgebärde gestaltet wird. Hier liegt die eigentliche Willensaktivität, nicht im Formen der Lautbewegung an sich. Das Lautwesen kann durch die Lautgebärde in die Wesensglieder des Menschen einfließen. Wenn man diesen Prozess beachtet, verhindert man, dem Lautwesen ungewollt 'im Weg zu stehen'.

Die Erfahrung zeigt, dass die Arbeit mit den ätherischen Ansätzen auch den Wesensgliederzusammenhang des Menschen unterstützt. Astral- und Ätherleib bekommen an dieser Stelle des Körpers eine stärkere Verbindung miteinander.

Man kann sich das Arbeiten mit den Ansätzen langsam zu eigen machen, ohne Stress oder Verkrampfung. Übung macht den Meister. Man sollte übend den ätherischen Ansatz ins Bewusstsein nehmen, bis dieser zu einer Selbstverständlichkeit geworden und im Unterbewusstsein, und dadurch im Ätherischen, verwurzelt ist. Mit 5 ätherischen Ansätzen kann man basal arbeiten, genug für ein erstes Kennenlernen dieser Thematik. Im therapeutischen Arbeiten sind aber noch viel mehr solcher Punkte am Körper zu finden.

- Das Ätherherz, welches auf dem Altar des Sonnengeflechtes ruht, ist das Eintrittstor für die Lautwesen der Vokale, auch der zusammengesprochenen.
- Der Ansatz für die Lautwesen der Konsonanten liegt zwischen den Schulterblättern, auch Flügelansatz genannt (zwischen Th7 und Th8).
- Der Ansatz für dreiteiliges Schreiten liegt zwischen den Wirbeln L5 und S1.
- Der Ansatz für das rhythmische Laufen ist der Nabel.
- Der Ansatz für alle Planetengebärden und Tierkreiszeichen ist die große Fontanelle.

Dann die Schritte, um zu einer Lautbewegung zu kommen:

1. *Spreche oder erfahre den Laut durch denken, hören, schmecken, riechen oder sehen (das Lautwesen 'rufen', einladen)*

Man kann sich auch die Eurythmiefigur vorstellen, jedoch ist das einfache und klare Denken des Lautes für die geistige Welt schon ausreichend.

2. *Spüre den ätherischen Ansatz der Laute und öffne ihn willentlich (bereit sein zum Handeln)*

Konzentriere dich auf den Ansatz, erlebe ihn mit deiner Seele, kurz bevor die äußere Arm- oder Beinbewegung beginnt. Geistig bedeutet dies: Dem Lautwesen wird die Tür, das rechtmäßige Tor im Ätherleib geöffnet, und es kann über diesen Ansatz oder Tor-Punkt herein und im Ätherleib des Menschen ordnend arbeiten, wie es dem Karma-Willen des Menschen entspricht. Dies ist eine zutiefst dienende Rolle, die das Lautwesen, ein hohes Logos-Wesen, in dem Moment einnimmt. Es dient dem Christus auf dem Weg, das Karma des betreffenden Menschen zu erfüllen. Die Freiheit des Menschen ist der Tor- und Angelpunkt, aktiv an seinem Karma zu arbeiten. Die Freiheit steht jedes Mal im Mittelpunkt, wenn Ansätze verwendet werden.

3. *Das Lautwesen zulassen und es in der Gebärde leiten – nicht der Mensch formt den Laut, sondern er leitet das Lautwesen. Deine Gebärde formt einen ätherischen Pfad, auf dem sich das Lautwesen dann über deine Wesensglieder ausströmen kann.*

Das Lautwesen kann sich am besten tief und effektiv inkarnieren und entfalten, wenn die Lautbewegung ruhig, farbig und ohne Hast, durch das Ich geleitet, entsteht. Jegliches Gezappel zerstört ein klares Ätherbild. Im Bild gesprochen: Die Oberfläche des Wasserspiegels (z.B. eines Sees) wird unruhig, trübt sich und das Licht der Sterne kann dann nicht mehr hindurch scheinen, es verschleiert sich.

Das Arbeiten auf diese Weise kommt im folgenden Bild zum Ausdruck: Ich lade einen guten Freund zu Besuch ein. Wenn er angekommen ist, öffne ich die Tür und biete ihm einen Stuhl an, der zu ihm passt, denn ich weiß ja, in welchem Stuhl er gerne sitzt. Ich weiß, dass der eine Freund lieber auf einem hartem Stuhl Platz nimmt und der andere lieber in einem Sessel oder auf dem Sofa. Diese Bildsprache verdeutlicht: Meine Lautgebärde muss wie ein passender Stuhl für meinen Gast werden, das Lautwesen. Daran kann ich arbeiten, am Zustandekommen meiner Lautgebärde. Nicht mehr und auch nicht weniger.

Zusammenfassend könnte man auch sagen: „Nicht der Mensch 'macht' den Laut, sondern der Laut bewegt den Menschen“, und damit sind wir bei den Grundlagen der Eurythmie angekommen, wie wir sie von Rudolf Steiner erhalten haben.

Fortbildung für Heileurythmisten und Ärzte

Alle drei Jahre starten wir in den Niederlanden ein 6-teiliges internationales Wochenend-Arbeitstreffen: einen Zyklus für Heileurythmisten und Ärzte (auf Deutsch mit englischer Simultanübersetzung). Das erste Treffen (21.-23. Februar 2025) steht jedoch auch Eurythmisten offen, da das Thema in unseren Arbeitssituationen so hilfreich sein kann. Das Thema dieses Einführungstreffens zur Arbeit lautet: „Wie bleibe ich bei der Arbeit gesund?“

Wenn Sie mehr über unsere Fortbildungskurse erfahren oder sich für diese anmelden möchten, können Sie Wieger Veerman über die E-Mail-Adresse: irtha@kpnmail.nl kontaktieren.