

Eurythmy4you – Eurythmie für Millionen



Auf der Website www.eurythmy4you.com präsentieren wir seit Oktober 2017 mehr als 300 Lehrvideos zu den Grundlagen der Eurythmie. Sie sind in 19 deutschsprachigen und 16 englischsprachigen Kursen zusammengefasst, wo sie mit Übungslisten, Vertiefungsfragen und Bildmaterial ergänzt werden. Die beiden ABSR-Kurse (Aktionsbasierte Stressreduktion) sind eine auf R. Steiners Vortrag «Nervosität und Ichheit» basierende Alternative zu den bekannten MBSR-Kursen auf buddhistischer Grundlage. Von der Kursreihe für Hochsensibilität ist der erste Kurs veröffentlicht.

Methodisch holen die Videos die Menschen dort ab, wo sie heute stehen. Jeder Mensch, unabhängig vom Alter, ist heute in der Lage, ätherische Strömungen, Gegenströmungen und sogar die Gegenströmung zur Gegenströmung in sich zu erleben. Wichtige Grundlagen der Selbsterkenntnis wie der Unterschied von Strömen und Strahlen, die Unterscheidung des oberen und des unteren Systems usw. sind heute für jedermann und jederfrau erlebbar und auch handhabbar geworden.

Wichtiger als die Demonstration der äusseren Bewegung ist die Anleitung zur inneren Aktivität. Dazu benutzen wir die Sprache, Untertitel und animierte Illustrationen des ätherischen und seelischen Erlebens. Die Inhalte werden so vermittelt, dass man mittun und trotzdem ganz bei sich bleiben kann. Es gibt regelmässig Pausen zum Nachklingenlassen und selbständigem Wiederholen. Grosses Gewicht wird darauf gelegt, dass man Bewegungen nicht selber «macht», sondern dass sie, wie in allen feineren Therapiemethoden, durch die innere Orientierung und Wahrnehmungstätigkeit hervorgerufen werden. Den Hintergrund unserer Schulungsmethode bildet der viergliedrige Mensch. Darauf deutet auch die 4 in unserem Namen.

Warum Eurythmie-Unterricht im Internet?

1912 gab R. Steiner den ersten Eurythmie-Unterricht für die 17jährige Lory und ihre Freundinnen. «Lernen Sie empfinden A als Abwehr und drücken Sie es durch nach oben umgebogene Hände aus. Lernen Sie V empfinden als etwas in der Hand haben oder auch nur berühren.»ⁱ So geht es seitenweise weiter: lernen Sie Empfinden! Genauso war es beim Anlegen des IAO in München.ⁱⁱ Es war eine Schulung der Seele, des Wahrnehmungsmenschen. Der untere Mensch, der Strömungsmensch, war kein Thema, er stand diesen jungen Mädchen in voller Blüte zur Verfügung.

Im gleichen Jahr unterrichtete Rudolf Steiner in Berlin seine esoterischen Schüler und vermittelte ihnen eine ganz andere Art von Eurythmie: «Kreuzen = E : die rechte Hand über die linke legen, ebenso den rechten Fuß über den linken kreuzen, so wie die Sehnerven im menschlichen Haupte gekreuzt sind. Ihr sollt die Bewegungen aber nicht ausführen, sondern die Bewegung hemmen, die Gliedmaßen fest an den Leib pressen, aber dasselbe fühlen, wie wenn ihr die Bewegungen ausführen würdet! ...» Eine Schulung des unteren Menschen, des Ätherleibs, des Körpergefühls, des Denkens mit dem Körper.^{iii,iv}

Prof. Horst Wedde, ehem. Professor für Betriebssysteme an der Universität Dortmund, hat entdeckt, warum Rudolf Steiner das so wichtig war:^v

Seit der Renaissance haben sich Technik und Kunst als einander bedingende, polare Spannungsfelder weiterentwickelt. Durch seine wechselnde Auseinandersetzung mit Malerei und Mechanik förderte Leonardo da Vinci seine Fähigkeit zur Imagination. Beethoven entwickelte neue musikalische Ausdrucksmöglichkeiten zur Zeit der entstehenden Elektrotechnik. Zu einer Zeit, als die Grundlagen für die moderne Computertechnologie entwickelt wurden, erweiterte Rudolf Steiner durch die Eurythmie Inhalt und Bedeutung der Bewegung.

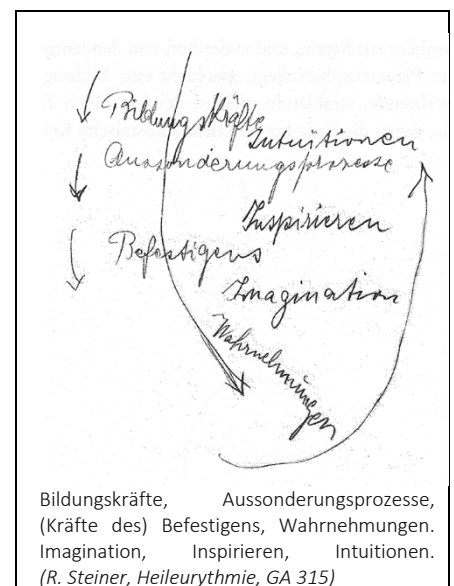
Jedes Mal bildet die Kunst den notwendigen Gegenpol zu den neu entstehenden Technologien. Die Technik steigt immer weiter ins Untersinnliche hinab, die polare Kunst immer höher ins Übersinnliche hinauf. Dabei

findet ein wichtiger Übergang statt. Vor der Zeit Leonardos war die Malerei Abbild göttlich geistiger Wirklichkeiten. Leonardo öffnet die Malerei für das imaginative Erleben des Menschen als individuelle Persönlichkeit. Bei Mozart, Händel und Co. geht einem der Himmel auf, bei Beethoven wird der ringende Mensch inspirativ erlebbar und bildet auf dieser Stufe das notwendige Gegengewicht zur Erschliessung der elektrischen Kräfte.

Auch Rudolf Steiner folgte diesem Gesetz und unterrichtete die Eurythmie zunächst als Abbild der Kräfte der geistigen Welt. Darauf wies er in seinen Ansprachen immer wieder hin. Gleichzeitig bereitete er in seinen esoterischen Stunden und in seiner Eurythmiemeditation schon die Zeit vor, in der Eurythmie nicht mehr ein Abbild göttlicher Kräfte, sondern der Ausdruck der individuellen, inneren Persönlichkeit des Menschen wird – die Zeit, in der die im Innern erlebte Eurythmie uns intuitiv wissen lässt, was ein Mensch ist, und so den unverzichtbaren Gegenpol zu der sich ins Unermessliche steigernden Computertechnologie bilden wird.

Künstliche Intelligenz, Virtual Reality und Robotik streben nach einer Beherrschung der äusseren und der seelischen Welt. Sie wollen die kreativen Kräfte des Menschen in die Hand bekommen, den Menschen nachbauen und wenn möglich übertreffen. Nicht umsonst heisst die Muttergesellschaft von Google für seine verschiedenen Unternehmen «Alphabet», also «Leib des Menschen».

Im Heileurythmiekurs beschreibt Rudolf Steiner (siehe Abbildung), wie heute tatsächlich eine Neuschöpfung des Menschen gefordert ist, aber nicht äusserlich wie in der Computertechnologie, sondern so, wie es gerade der Kulturauftrag der Heileurythmie ist: uns zu lehren, die Schöpfung innerlich nachzuvollziehen, zu ergreifen und zu gesunden, geistvollen Menschen zu werden.



Das ist heute möglich, denn die Eurythmie, die in den esoterischen Stunden mühsam geübt wurde, ist jetzt bei allen Menschen als Potential vorhanden. Solange diese Fähigkeiten unbewusst bleiben, treiben sie ein

Eigenleben und verschaffen uns viele der gesundheitlichen und seelischen Probleme, die uns heute beschäftigen. Darum entwickelt Eurythmy4you Lehrmaterial und sucht eine Sprache, die für Menschen aller Ausrichtung interessant ist. Unsere Lehrvideos zur Eurythmie und Menschenkunde sollen den Menschen zeigen, woraus sie gebildet sind und welche Kräfte in ihnen stecken. Wir möchten, dass jeder Interessierte diese Kräfte in seinem eigenen Körper entdecken, in Bewegung bringen und für sein Wohlbefinden und im Leben anwenden kann.

Wir wollen dem Alphabet von Google das Alphabet des Menschen gegenüberstellen.

Damit wir bis zum Jahr 2032 wie geplant 1'000'000 Nutzer unserer Videos erreichen, muss noch viel geschehen. Der Weg will gefunden werden, doch er besteht. Viele Kurse wollen konzipiert und viele Videos gedreht werden, die Art der Präsentation soll weiterentwickelt und ein innovatives Marketing aufgebaut werden. An Ideen mangelt es uns nicht.

Eurthmy4you freut sich auf alle Menschen, die durch persönlichen Einsatz oder Spenden mit dazu beitragen möchten.

Kontakt: Theodor Hundhammer, theodor@bewegteworte.ch, 0041 76 450 94 12, www.eurythmy4you.com

ⁱ Entstehung und Entwicklung der Eurythmie, dionysischer Kurs, 16.9.1912, GA 277a.
ⁱⁱ «Lernen sie, die Aufrechte als I zu empfinden, Verlegen Sie den Kopfpunkt der Säule hinter den Fusspunkt, und das lernen sie empfinden als A. Verlegen Sie den Kopfpunkt der Säule vor den Fusspunkt und lernen Sie so ein O empfinden.» (GA 277a, Kürzung T.H.)
ⁱⁱⁱ R. Steiner, Zu den Inhalten des vierten Grades, Instruktionsstunde Berlin, 10. Februar 1913, GA 265
^{iv} Zur Unterscheidung von Empfindung und Gefühl siehe Theodor Hundhammer, Vom Ort zum Wort, 2012
^v Die Aufsätze von H. Wedde können auf www.eurythmy4you.com auf der Seite Vision heruntergeladen werden.