

Vom Ort zum Wort

Ein Weg zu den Potentialen
der Heileurythmie

Theodor Hundhammer

[www.bewegte**w**orte.ch](http://www.bewegteworte.ch)

Die Organe sind so gross wie der ganze Mensch

Die zwei Seiten unserer Organe

Im Kapitel „Der obere und der untere Mensch“ habe ich das Grundprinzip der Verbindung von oben und unten beschrieben. Dieses Prinzip gilt auch für jedes einzelne unserer Organe. In jedem Organ haben wir diese Zweiheit, in jedem muss oben und unten gut gemischt sein. Ich wohne nicht nur in meinem Körper, ich wohne auch in jedem meiner Organe.

Die erste Aufgabe der Organe ist, dass sie unseren Körper aufbauen, am Leben erhalten und fortpflanzen. Jedes Organ deckt eine andere Lebensfunktion ab. Das Zusammenwirken unserer Organsysteme gibt uns die Lebensqualität in unserem Körper. Diese kann bekanntlich leicht gestört werden.

Die zweite Aufgabe der Organe ist, unsere Lebensprozesse so zu organisieren, dass unsere geistige Seite im Körper leben kann. Erst hört sich das komisch an, aber wenn man sich daran erinnert, wie es einem geht, wenn die Verdauung nicht funktioniert oder wenn man Kopfweh hat, dann merkt man schnell, dass nicht funktionierende Prozesse uns regelrecht aus unserem Körper hinauswerfen.

Erst erkrankt die geistige Seite eines Organs, danach die physische. Die Leber erkrankt nicht unmittelbar am stofflichen Alkohol, sondern daran, dass ihre geistige Seite vom Alkohol ausser Kraft gesetzt wird. Wer nicht mehr gefragt ist, zieht sich zurück. Ein nicht bewohntes Haus verfällt.

Beispiel Niere

Die Niere ist eines unserer wichtigsten Organe. Ein 70 Kilo-

gramm schwerer Mensch hat etwa fünf Liter Blut in seinem Körper, die pro Tag 40 Mal durch die Nieren befördert und gereinigt werden. Minütlich kommen die Informationen des ganzen Zellstoffwechsels in der Niere an. Durch Aus- und Wiedereinscheidung regelt die Niere den Salzgehalt und den Säurewert in unseren Blut- und Plasmaströmen. Enthielte unser Blut zu viel oder zu wenig Salz, würde unser Zellstoffwechsel degenerieren oder ganz zum Erliegen kommen. Auf diese Weise sind die Niere und deren Harnstoffwechsel intensiv mit den Aufbauprozessen des unteren Menschen verbunden.

Die Niere ist aber auch das Organ in uns, das besonders intensiv mit unserem oberen Menschen verbunden ist. Sie strahlt ihm quasi entgegen, nimmt sein Wesen in sich auf, versucht sich mit ihm zu harmonisieren. Sie übernimmt die Aufgabe, unsere Stoffwechselprozesse so zu steuern, dass der Zellhaufen Körper für uns attraktiv wird, dass wir von ihm angezogen, ja angesaugt werden und uns zuhause und aufgenommen fühlen.

Die Niere ist ein Organ mit Venus-Qualitäten. Sie hat auf der einen Seite eine tiefe Verbindung zur Erde, zum Salz. Auf der anderen Seite ist sie Vermittlerin für unsere Hingabefähigkeit an die Welt. In der Zweiheit von Niere und Nebenniere kommt die doppelte Ausrichtung auch physisch zum Ausdruck.

Beispiel Leber

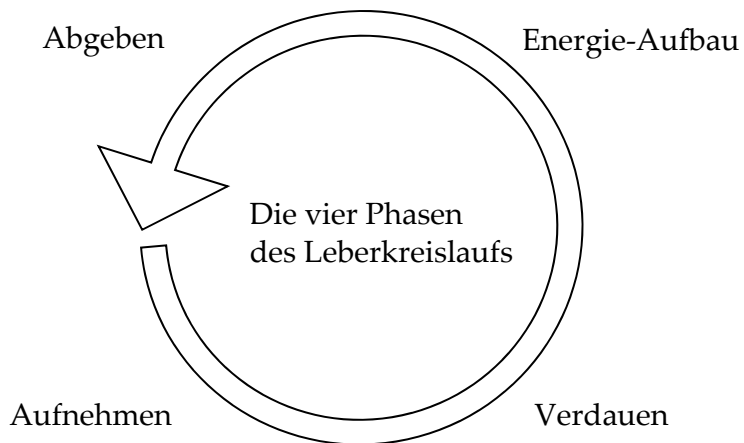
Bei der Leber ist das verborgener. Sie hat einen starken Bezug zu unseren Aufbau- und Lebenskräften und stellt aus den zuvor vom Verdauungssystem denaturierten Nährstoffen neue Bausteine für unseren Stoffwechsel her. Das ist eine riesige Intelligenzleistung mit ausgeklügelten Strategien ohne die wir bald ein ohne jede Lebenskraft wären.

Geistig hat die Leber einen starken Bezug zu unserer Weltverbundenheit, zu dem, wie wir uns in die Welt stellen. Beim Alkoholkonsum ist der Zusammenhang zu spüren. Der Alkohol steigert das Selbstwertgefühl und man meint, voll in der Welt zu stehen. Alkohol vermittelt Lebensfreude und das Gefühl von Verbundenheit mit den anwesenden Freunden.

Eigentlich wäre das die Leistung der geistigen Seite Leber. Der Alkohol ersetzt diese Leistung und drängt die eigene Individualität zurück. Beim Alkoholiker geht das so weit, dass die geistig-individuelle Seite der Leber so ausser Kraft gesetzt wird, dass als Folge davon auch die Stoffwechselfseite verkümmert und die Zirrhose entsteht.

Die Grundgebärde der Leber

In der Eurythmie drückt man die geistige Energie der Organe mit den sogenannten Planetenbewegungen aus. Bei der Leber ist das z.B. die Jupiter-Gebärde. In einer vereinfachten Form bildet man mit den beiden Händen eine Schale und macht damit vor dem Körper eine grosse Kreisbewegung in der Sagittalebene, der Ebene, die links und rechts trennt.



Unten strömt die Gebärde zum Körper hin. Das ist die Region des Verdauungsbereichs. Hier wird die Nahrung durch die Darmwand in den Körper aufgenommen. Dann steigen die Hände vor dem Körper nach oben, was von einem innerlichen Aufstrom begleitet wird. Der Atem geht mit und der Brustkorb füllt sich mit Energie. Es entsteht überschüssige Energie, die etwa in Herzhöhe nach vorne an die Umgebung abgegeben wird. Danach folgt eine Phase des Loslassens, denn das, was man geschenkt hat, kann man nicht festhalten. Dann beginnt der Kreislauf von vorne.

Diese Gebärde spiegelt den physiologischen Prozess des Stoffaufbaus und der Energiefreisetzung im Körper. Wird sie als Übung in der Heileurythmie angewendet, zeigt sich, dass jeder Mensch diese Gebärde anders macht. Dem einen fällt es viel schwerer, im unteren Bereich die aufnehmende Bewegung mit Überzeugung zu machen. Ihre Tendenz ist ihm viel zu egoistisch, er fühlt sich da gehemmt. Andere haben Schwierigkeiten, den inneren Aufstrom und Energieaufbau kräftig zu vollziehen, da ist ihnen zu viel Selbstgefühl drin. Manche gehen bei der gebenden Bewegung im Herz-Bereich so mit, dass sie sich entweder verlieren oder nicht ins Loslassen kommen. Wieder andere kommen mit den Händen gar nicht richtig runter bis in ihren Stoffwechselbereich usw. Man sieht also an der Ausführung einer solchen Gebärde, wie der Leberprozess in einem Menschen wirkt.

Die Leber ist nicht auf den Bauchraum und nicht auf den Körper beschränkt. Ihre geistige Seite ist so gross wie der ganze Mensch. Darum beeinflusst ihr Zustand die Bewegung des Menschen. Umgekehrt kann durch ein Aufgreifen und gezieltes Verändern der organspezifischen Bewegungsgewohnheit auf die Prozesse der Leber zurückgewirkt werden. Für die Heileurythmie ergeben sich daraus vielfältige, individuell zu entwickelnde Übungsaufgaben.

Die geheime Kommunikation der Organe

Über den Stoffwechsel und über die Hormone besitzen die Organe ein umfangreiches Kommunikationssystem auf der stofflichen Seite. Geistig betrachtet sind das Herz, die Niere und die Leber gleich gross. Sie sind so gross wie der ganze Mensch. Die Organe stecken wie grosse Kugeln ineinander, nur ihre Schwerpunkte haben sie an verschiedenen Orten, nämlich da, wo die physischen Organe sitzen. So werden auch die Akupunkturpunkte und die geheimnisvollen Reflex-Verbindungen zwischen den verschiedenen Organen und Körperteilen verständlich. Diese Verbindungen laufen in den geistigen Teilen der Organe auf energetische Weise ab. Auch wenn das nicht direkt messbar ist, sind diese Kommunikationskanäle auf eine reproduzierbare Weise beeinflussbar. Das ist die Domäne der sogenannten Erfahrungsmedizin.

Machen – oder machen lassen?

Unser Körper macht immer alles selber. Kein Medikament wirkt unmittelbar. Sonst wären unsere Medikamente kleine Roboter, die durch unseren Körper fahren und dort ihre Baustellen haben. Medikamente können dem Körper nur einen Impuls geben, etwas Bestimmtes zu tun. Oder sie stellen ihm, wo noch etwas fehlt, die nötigen Bausteine zur Verfügung. Handeln aber tut der Körper. Der grosse Unterschied ist, ob er freiwillig oder gezwungen handelt.

Zwang zum Machen

Arzneistoffe können den Körper zwingen oder ihm verbieten, etwas Bestimmtes zu tun. Aspirin hemmt z.B. die Blutgerinnung. Letztendlich hängt es vom Körper ab, wie er reagiert. Darum sagt man auch, ein Medikament schlägt an oder es

schlägt nicht an.

Mich persönlich zwingt das Aspirin zu nichts, es zwingt meinen Körper. Zwang hat in der Regel seine Schattenseiten. Auf Menschen ausgeübter Zwang hat negative Verhaltensfolgen, auf den Körper ausgeübter Zwang hat die sogenannten Nebenwirkungen.

Hilfe zum Machen

Ich kann einem Jugendlichen einen erzieherischen Rahmen geben, damit er sein Abitur schafft. Entscheidend sind das Motiv und die Art und Weise, wie ich das mache. Es ist ein Abwägen, ob die eingesetzten Mittel die Entwicklung wirklich fördern und ob die von mir gesetzten Ziele auch die des Individuums sind.

Genauso kann ich in eine schwache Wirbelsäule stützende Elemente einbringen, die das schmerzfreie Bewegen ermöglichen. Oder für eine gewisse Zeit ein Antibiotikum verabreichen, wenn kein anderes Mittel zur Verfügung steht.

Selbermachen

Krankheiten sind ein Aufruf, etwas in meinem Leben oder in meinem Verhältnis zum Körper zu ändern. Wenn mir das jemand abnimmt, ist das schön und gut. Eigentlich will die Krankheit aber, dass ich mich selber ändere und dabei etwas lerne.

Wenn ich den Heilungsprozess selber bewirke, dann komme ich in meinem Leben einen Schritt vorwärts. Sonst ist die Wahrscheinlichkeit gross, dass ich dieselben Fehler wieder mache. Es ist ein Unterschied, ob ich den Berg selber hinaufgelaufen bin oder mit der Gondel hinaufgefahren wurde. Was ist wohl gesünder?

Bilderverzeichnis

Umschlag: Gold auf Quarz, NHM-B 2012 (th); S.13: Taucher, Etruskisch, (gf), Text von (th); S.15: Stilles Mineralwasser, Walter J. Pilsak (wc, gnu V1.2); S.19, 25: Greek Black-figure Amphora with Herakles and Apollo, 4821 - Side A, Walters Art Museum (wc, cc, sa-3.0); S.19, 25: Cherub, San Marco, Venedig (gf); S.25: Die drei Kabiren, R. Steiner, 1917 (th); S.26: Ich bin Eins, 2012 (th); S.28: Pferdeskelett, Chauveau Auguste, Arloing Saturnin, *Traité d'anatomie comparée des animaux domestiques*, 1890, Paris (gf); S.28: Kreuzbein, Gray's Anatomy 1858 (gf); S.33: Der Mensch ist ein zweispaltiges Wesen, Steiner 16.6.1923, © 2003 RSN; S.36: Rosa 'Red Chateau', Hamachidori (wc, cc, sa-2.1JL); S.36: Liliun auratum, Kenpei (wc, cc, sa-2.1JL); S.43: Tango, Tanz der Herzen, Seite 108, Ralf Sartori, <http://tango-a-la-carte.de> (mfg); S.50: Venustransit am 06.06.2012, MakePictures (wc, cc, sa-3.0); S.34: Karfreitag, Rudolf Steiner © RSN; S.34: Auferstehung am Ostersonntag, Matthias Grünewald, Colmar (gf); S.51: Nut auf ägyptischem Sargdeckel, Lexikon der Astrologie (unbekannte Quelle); S.54: Feder, 2012 (th); S.56: Restoration of a *Diplodocus carnegii* skeleton, Hatcher 1901 (gf); S.56: Vorderläufe eines Afrikanischen Elefanten, NHM-B (th); S.58: Kugelfisch Aluterus, NHM-P (th); S.58: Rückgrat und Rückenflosse des Dorsch, NHM-P (th); S.58: Fisch von Monte Bolca, NHM-P (th); S.60: Sternum des Strauss, NHM-P (th); S.60: Sternum des Pferdes, NHM-P (th); S.62: Appareil hyoïdien des Windhunds, NHM-P (th); S.62: Brust und Schultergürtel der Wildgans, NHM-P (th); S.62: Felsentaube, NHM-P (th); S.63: Tierkreismensch, Heinrich von Laufenberg ca. 1450 (gf); S.65: Eurythmieübung Stabwerfen, 2011 (th); S.68: Tango am Meer, Gonzalo Alonso y Mariel Robles (mfg); S.73: Auf- und abstrebende Hände, 2011 (th); S.76: Torso Altes Museum Berlin, Marcus Cyron 4.1.2007 (cc by-sa-2.5); S.118: Wassertropfen, pjt56, 12 Dezember 2009 (gnu V1.2); S.125: Mona Lisa, Leonardo da Vinci (gf); S.127: Johannes der Täufer, Leonardo da Vinci (gf); S.130: Planetengebärden, R. Steiner, Eurythmie als sichtbare Sprache © RSN; S.87: Vitruvischer Mensch, Leonardo da Vinci (gf)¹

¹

cc	Creative Commons: http://creativecommons.org/licenses
gf	gemeinfreie Fotografien zweidimensionaler Bilder, deren Originale vor mehr als 70 Jahren geschaffen wurden
gnu V1.2	GNU Free Documentation License, Version 1.2
JL	Japan License
mfg	mit freundlicher Genehmigung des Rechteinhabers
NHM-B	Naturhistorisches Museum Bern
NHM-P	Muséum national d'Histoire naturelle de Paris
RSN	Rudolf Steiner Nachlassverwaltung Dornach
sa-3.0	Share Alike 3.0 Unported License
th	eigene Fotografie
wc	Wikimedia Commons