

# **Vom Ort zum Wort**

Ein Weg zu den Potentialen  
der Heileurythmie

**Theodor Hundhammer**

[www.bewegte\*\*w\*\*orte.ch](http://www.bewegte<b>w</b>orte.ch)

# Worte sind bewegte Orte

## Sprechen zwischen Himmel und Erde

Wenn ein Mensch spricht, dann schauen Himmel und Erde zu. So, wie ein Vater und eine Mutter zuschauen, wenn ein Kind spielt oder gehen lernt.

Beim Sprechen stehen sich Laute und Worte auf der einen Seite und Gedanken und Begriffen auf der anderen Seite gegenüber. Aus dem Körper kommen die aus Lauten gebildeten Worte. Sie haben einen Bezug zum Körper, zu allem, was in der Evolution und während unserem Leben entstanden ist und gelernt wurde. In die Worte senken sich die gedankentragenden Begriffe hinein. Begriffe und Gedanken sind Träger geistiger Inhalte. Es sind Inhalte des individuellen Bewusstseins.

In unseren Worten fließen viele Qualitäten aus verschiedenen Ebenen unseres Seins zusammen. Mit ihnen sprechen wir unser Inneres aus: Erlebnisse, Gedanken, Absichten usw. Das geht nicht immer einfach. Manchmal ringen wir um die richtigen Worte. Oder wir schweigen, weil wir eine innere Hürde nicht überwinden können.

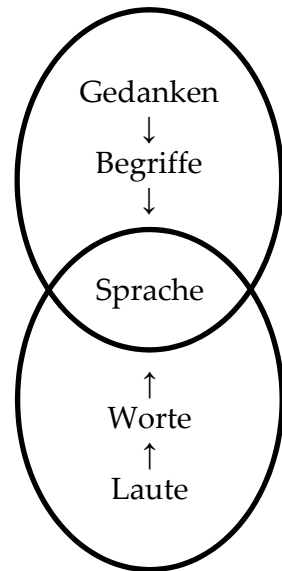
Sprechen ist immer mit innerer Bewegung verbunden. Ohne dass ich es weiss, bewege ich mich innerlich von Ort zu Ort und löse das Aufsteigen der Laute aus, um damit die Worte zu bilden. Dieses Loslösen und Verweben der Laute zu Worten im Innern ist eine Voraussetzung zum Sprechen. Am besten kann man sich bei dieser inneren Reisetätigkeit beobachten, wenn man versucht, sich an einen dringend benötigten Namen zu erinnern.

Jedes Wort hat seine Laute. Mit anderen Laute ist es ein anderes Wort. Haus und Hans sind zwei verschiedene Worte. Bei

Begriffen und Gedanken ist es ähnlich. Der Gedanke „nach Bern ist es weit“ ist gebildet aus den Begriffen, die mit den Worten nach, Bern, weit verbunden werden. Wenn jemand mit dem Begriff Bern die Hauptstadt der Schweiz verbindet und jemand anders die gleichnamige Gemeinde in Kansas, USA, sind es zwei verschiedene Gedanken. Die beiden Menschen denken an etwas anderes.

Die hier behauptete Trennung der Sprache in relativ feste Laut-Wort-Gebilde auf der einen Seite und relativ stabil vernetzte Begriffs-Gedanken-Gebilde auf der anderen Seite ist also nicht unbegründet. Es sind Ebenen zweier Welten, die jede in sich eine Gesetzmässigkeit haben, denen ihre Elemente folgen müssen.<sup>1</sup> Die Verbindung zwischen den beiden Welten ist dagegen erstaunlich labil. Verschiedene Sprachen haben für denselben Begriff verschiedene Worte: Head bedeutet in England mehr oder weniger dasselbe wie Kopf in Deutschland und Testa in Italien.

In der Schweiz und in Deutschland haben dieselben Worte manchmal eine verschiedene oder sogar die entgegengesetzte Bedeutung.



---

<sup>1</sup> Während der Entwicklung einer Sprache gibt es systematische Wandlungen von Lauten innerhalb desselben Wortes, z.B. von englisch water zu deutsch Wasser. Weil Laut und Wort zu derselben Welt gehören, erfolgt diese Lautverschiebung gesetzmässig.

- Riechen in Deutschland heisst in der Schweiz Schmecken.
- Gehen in Deutschland heisst in der Schweiz Laufen.
- Laufen in Deutschland heisst in der Schweiz Springen.
- Wischen in Deutschland heisst in der Schweiz Fegen.
- Fegen in Deutschland heisst in der Schweiz Wischen.

Die Verbindung der beiden Komplexe Laut/Wort und Begriff/Gedanke ist offensichtlich labil. Es sind zwei Schichten, die innerhalb gewisser Grenzen gegeneinander verschoben werden können. Die Schraube, die diese beiden Schichten fest miteinander verbinden würde, gibt es nicht. Ich selber muss die Verbindung im Innern herstellen und nach den Worten suchen, die das ausdrücken, was ich sagen will. Ich muss damit leben, dass ich mich manchmal nicht klar genug ausdrücke, und ich arbeite daran, dass es das nächste Mal besser gelingt. Jeder von uns setzt sich damit auseinander, die babylonische Sprachverwirrung zu überwinden und seinen innerlichen Turm von Babel in lebensvoller Weise aufzurichten.

Dafür, wie sich Laut/Wort und Begriff/Gedanke miteinander verbinden können, gibt es alle Varianten. Beim Channeling werden der Körper und seine Wortfähigkeit einem Wesen der geistigen Welt wie ein Tableau hingehalten, damit es Worte aus ihm herauslösen und mit ihnen zu uns sprechen kann. Vielleicht so, wie die Luft die Feuchtigkeit an der Oberfläche des Meeres aufnimmt, in Form von Wolken über Land trägt und als lebenspendenden Regen niedergehen lässt. Dann gibt es Menschen, die von ihren Ideen so ergriffen werden, dass sie diese wie ein Prediger auf die Leute loslassen. Ähnlich wie der Wind auf einer bewegten Seeoberfläche Gischt erzeugen und an die Küste blasen kann.

Auch die andere Seite, der Körper, kann die Führung übernehmen. Wenn sich die in meinem Körper gespeicherten Erlebnisse und Frustrationen ausleben, wenn ich emotional werde, platzen die Worte aus mir heraus. Eine Welle folgt auf

die andere wie bei der Brandung am Meeresstrand. Es gibt kaum eine Möglichkeit, diesen Ausbruch von Urgewalt zu stoppen, denn eine emotionale Welle lockt unausweichlich die emotionale Gegenwelle des anderen hervor. Dann empfiehlt es sich, körperlich aktiv zu werden, z.B. Holz zu hacken oder joggen zu gehen. Das aktiviert die Orte der Worte und verbindet sie mit ihrer inneren Ordnung. Dann kann ich sie hören, ohne sie gleich aussprechen zu müssen. Das Zerschlagen eines Stuhls vor den Augen des anderen ist die verzweifelte Variante eines solchen Beruhigungsversuchs.

Auf der einen Seite bestimmen Ideen oder vielleicht sogar Wesen das, was ich sage. Auf der anderen Seite trage ich vieles in meinem Körpergedächtnis, das nach draussen will und mein Verhalten und meine Worte bestimmt. Wann spreche ich eigentlich selber?

Solange nur oben und unten in mir sprechen, hat das zwar etwas mit mir zu tun, aber ich verberge mich noch dahinter. Erst wenn ich beim Sprechen in meinem Herzen zentriert bin, wenn ich mich persönlich öffne, wenn ich mich zeige, spreche ich mich aus und gebe dem anderen die Chance, mir von Mensch zu Mensch zu antworten. Es ist das Herz, das die von oben aus dem Kopf und von unten aus dem Körper kommenden Ströme alten, verbrauchten Blutes umlenkt in das Links und Rechts der Lungen, wo der erfrischende Austausch mit der Umgebung stattfindet.

## **Sprechen zwischen links und rechts**

Sprechen heisst sich öffnen. Das sich Öffnen für einen andern Menschen ist eine horizontale Geste, keine vertikale. Wenn ich meine Arme vom Herzen aus nach links und rechts ausbreite, entsteht vorne und hinten ein Raum. Der Raum für das Du und das Ich.

Von Rudolf Steiner gibt es einen Meditationspruch für die horizontale Qualität des sich ausbreitenden Wortes:

Das Wort wallt durch die Welt  
und die Weltenbildung hält das Wort fest.



Dass das Sprechen mit einem Hineingehen in die linke und rechte Dimension zusammenhängt, ist bedeutungsvoll. Wir sind links und rechts nämlich viel verschiedener, als es äusserlich aussieht. Wenn Sie Ihr Gewicht auf Ihr rechtes Bein verlagern, können Sie dort eine tragende Säule aufbauen, die von den Füßen bis unter die Schulter reicht. Genauso auf der linken Seite. Wahrscheinlich werden Sie die beiden Säulen verschieden erleben.

Diese Säulen haben einen Bezug zu den beiden Säulen Jakin

und Boas des Salomonischen Tempels.<sup>1</sup> Die rechte Seite ist mehr unsere Denk- und Tatseite, sie wirkt primär von oben nach unten. Die linke Seite hat als Gefühlsseite Bezug zum gefühlten Wissen, zum Weiblichen, zum Erdhaften. Sie ist primär aufströmend.

Wenn Sie andere Menschen daraufhin beobachten, werden Sie merken, dass bei fast allen Menschen eine Seite stärker ausgebildet oder grösser ist als die andere. Im Gespräch mit anderen Menschen nehmen wir oft die eine oder die andere Seite zurück oder wir präsentieren sie mehr oder weniger. Wer versucht, die Seite, die eher zurückgenommen wird, etwas nach vorne zu bringen, wird bemerken, dass das zunächst unangenehm und anstrengend ist. Mit der Zeit werden Sie bemerken, dass es etwas mit Ihnen macht und dass Sie spürbarer anwesend sind als sonst.

Die Eurythmie-Gebärde des E ist dem Mars zugeordnet und auf der Polarität dieser Säulen aufgebaut. Äusserlich sieht sie aus wie zwei sich kreuzende Arme. Innerlich ist sie eine gegenseitige Komplettierung der linken und rechten Säule. Deshalb wird man von der Gebärde des E wach, innerlich aufgerichtet und gestärkt. Der Raum des Ich und des Du wird erlebbar. Man macht sich bereit für die Begegnung mit dem anderen Menschen. Eine entsprechende Übung ist auf Seite 161 beschrieben.

Das dem Mars zugeordnete Chakra ist das Kehlkopfchakra, das Organ unserer Sprach- und Ausdruckskraft. Es sitzt am Hals, der Kopf und Körper verbindet. Der Laut W, der die Orte zu W-orten macht, ist dem Widder, unserem Durchsetzungswillen und somit auch dem Mars zugeordnet.

---

<sup>1</sup> Die Säulen sind beschrieben in 1. Könige 7,15–22. Jakin bedeutet: Ich (Gott) werde aufstehen! Boas bedeutet: In ihm (Gott) ist Stärke!

## Sprechen von innen nach aussen

Klatschen Sie mit dem Handrücken ihrer aktiven Hand möglichst satt in die Handfläche der anderen Hand. Dort wo sie ineinander stossen, bildet sich ein stabiles Gefüge. Diese Gebärde ist eine basale Form des B. Führen Sie diese Bewegung einmal unter gleichzeitigem Sprechen von B aus. Normalerweise setzt man das B begleitend zur Bewegung an und spricht es beim Ineinanderschlagen der Hände aus. Versuchen Sie aber, das B zuerst nur zu denken und den Gedanken beim Ausführen der Bewegung loszulassen. Dann kann das B beim Ineinanderdringen der Hände wie eine Art Echo von selber aus dem Körper kommen. Greifen Sie diesen Moment auf, bleiben Sie im Körpergefühl und geben Sie ihm Ihre Stimme. Je nachdem wie es gelingt, bekommt der Laut dadurch einen überraschenden Klang und eine besondere Kraft. Dann spricht sein Ort.

Dasselbe Prinzip gilt auch für Worte. Ich habe einen Gedanken, lasse ihn los, mache meine inneren Ohren auf und lasse mich überraschen, wie das Wort aus meinem Körper, von seinen Orten, zurückkommt. Das klingt vielleicht etwas mysteriös, aber es ist der einzige Weg, dass der Gehalt des Wortes selber sprechen kann. So etwas ist nicht selbstverständlich und braucht etwas Übung.

Viele unserer Worte kann man wörtlich nehmen. Der Turmalin ist der Turm-all-in, der Turm, wo alles drin ist. Das bin ich! Die dienenden Wasserelementarwesen heissen Undinen, Und-dienen. Christus heisst nicht Christ-denk's oder Christ-fühl's sondern Christ-tu's! Solche wesentlichen Bedeutungen eines Wortes erschliessen sich meistens unerwartet, wenn man mit den Worten im oben gemeinten Sinn bewegungsmässig umgeht. Es ist jedes Mal eine Überraschung. So oft hat man ein Wort schon gebraucht, und dann fängt es plötzlich an, etwas zu bedeuten.



## 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: *Lilium 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)<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>

cc	Creative Commons: <a href="http://creativecommons.org/licenses">http://creativecommons.org/licenses</a>
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