

## **Die Grundgebärde der Sprache als Weg zur Verwandlung der Doppelgänger in bezug auf die 4 Ätherarten**

von Enrica Dal Zio

Wenn wir von Gebärde sprechen, meinen wir die Äußerung des Menschen durch seine Gliederbewegung und seinen mimischen Ausdruck. Es gibt Länder, in denen die Volkseele sehr nach außen gerichtet ist. Das zeigt sich in starken und differenzierten Bewegungen der Hände, der Arme und aller Glieder, wie zum Beispiel beim italienischen Volk.

Beim Beobachten der Gesten eines Menschen können wir viel von seiner Persönlichkeit erfahren. Wir können uns auch fragen was ist die Geste einer Pflanze und dann bei genauer Beobachtung entdecken, dass die Gebärde der Pflanze uns viel über ihren Ursprung sagt, ihre botanische Familie, ihre Umgebung und die Wirkung der Substanzen die in ihr enthalten sind.

Die Gebärde offenbart uns etwas, das verborgen, hinter der Erscheinung liegt, und sehr stark mit der inneren, tiefen, ursprünglichen Seite eines Wesens zu tun hat.

Beim Menschen können wir an der Gebärde tiefere Einsichten in sein Wesen entdecken aber auch die intime seelische Beschaffenheit eines Menschen sehen.

“In der Gebärde lebt eine vom Gefühl durchdrungene Willensoffenbarung des Menschen. Das Seelisch-Geistige ist als Bild in der Gebärde vorhanden. Insofern das Seelisch-Geistige das Gefühl in die Bildhaftigkeit der Gebärde ausströmen lässt, offenbart sich die Menschenwesenheit in der Kraft des Willens nach außen. Man hat es da mit einem Sichtbarwerden der Menschlichen Wesenheit so zu tun, dass das Innere nach außen getragen wird.

Aber der Mensch kann seine eigene Gebärde, sein eigenes Mimisches empfinden, vorstellen, wie er Dinge und Vorgänge der Außenwelt vorstellt. Es liegt in dem Vorstellen der Gebärde dann eine Art Erfüllung des Bewusstseins mit der inneren menschlichen Wesenheit vor” (Rudolf Steiner- Marie Steiner von Sievers: Methodik und Wesen der Sprachgestaltung, G.A.280, Rudolf Steiner Verlag, Dornach, CH 1975, Seite 216)

Dieses Gewährwerden können der eigenen Gebärde beim Menschen bildet den Hintergrund für eine heilende Wirkung der Arbeit an der Gebärde, auch in der Sprachgestaltung.

Rudolf Steiner beschreibt in seinem Vortrag “Nervosität und Ichheit”( Sonderdruck aus G.A.143) das es gut ist, “wenn der Mensch versucht, sich zuzuschauen, wie er geht, wie er die Hände bewegt, seinen Kopf bewegt, bei der Art und Weise, wie er lacht, und so weiter, kurz, wenn er versucht, sich von seinen Gebärden eine bildhafte Rechenschaft zu geben...”.Diese Aktivität hat eine günstige Wirkung auf

den Ätherleib, auf seine Festigung, außerdem aber auf die Beherrschung des Ätherleibes durch den Astralleib.

Die künstlerische Arbeit an der Gebärde heißt ein Gefühl zu entwickeln für die Gebärde die in der Sprache lebt - in diesem Fall - und eine Durchdringung der eigenen Gebärden mit Ich Bewusstsein, mit einer neuen Führung bis hin zu einer Erweiterung der selben mit neuen Ich geführten Gebärden, dass kann zu einer ordnenden reinigenden Wirkung führen. Wir können zum Beispiel festgefahrene, angelernte, alte Gewohnheiten mit neuen Gebärdebewegungen ergänzen, verändern und erneuern.

Hier spreche ich von Gebärdebewegungen die eine Verbindung mit unserer Atmung haben, die durchgeatmet sind, das heißt Ich durchdrungen sind und nicht willkürliche impulsive oder harte und vom Kopf vorgestellte Gebärden. In der Sprache haben wir eine Laut-, Wort-, Satz- und eine Grundgebärde. Mit der letzten " wird uns deutlich vor Augen geführt, dass der Mensch sein inneres Erleben erst dann zur größten Wirkung nach außen bringt, wenn er es bis in seine Hand hineinfließen lassen kann. Der menschliche Ausdruck der Gebärde lebt in dem seelischen Erlebnisstrom, der bis in die Hand reicht und von ihr die sichtbare Prägung erfährt. Von da aus wirkt dann die Gebärde auf die Sprache zurück, so dass sie in der Sprache hörbar wird." (Christa Slezak-Schindler, 'Der Schulungsweg der Sprachgestaltung', Verlag am Goetheanum, Dornach/Schweiz, 1994, Seite 58)

Nun wir werden von Rudolf Steiner in 6 Grundgebärden der Sprache eingeführt die von den alten Griechen in deren Mysterien als die 6 Nuancen der Sprachgestaltung gepflegt wurden. Man übt diese Gebärde durch Gliederbewegungen und Sätze die aber nicht an eine Volkssprache gebunden sind. Es sind Urbewegungen die hinter der Sprache liegen, die aus einer geistigen Region stammen wo es noch nicht die Gliederung in Volkssprachen gibt. Außer diesen 6 Offenbarungen der Sprache gibt es keine weiteren. Wir finden sie fast nie als reine Gebärden aber immer gemischt in unendlichen Möglichkeiten.

"Und derjenige, der das Sprechen zum Bewusstsein heraufheben will, muss versuchen, diese Nuancen in Bezug auf die Sprachgestaltung zu studieren. Nun ist es zweckmäßig, zunächst das Studium nicht mit dem Wort zu beginnen, sondern zunächst durch die Gebärde vorzubereiten, und dann erst das Wort an die Gebärde anzuknüpfen.

Geht man so vor, dann bekommt man durch solches Vorgehen den Sinn für Sprachgestaltung, während umgekehrt immer etwas Willkürliches herauskommt, wenn man vom Wort ausgeht, wo schon die Gebärde verschwunden ist, und dann erst zur Gebärde übergehen will.

Ist man sich aber klar, dass der Sprachgenius durch diese sechs Tätigkeiten wirkt, und studiert diesen Sprachgenius an der Gebärde, dann kann man von der Gebärde in eindeutiger Weise zum Worte zurückgehen" (Rudolf Steiner, Dramatischer Kurs, G.A.282, Rudolf Steiner Verlag, Dornach/Schweiz, 1981, Seite 82)

Diese 6 Grundgebärden sind:

| <i>Sprachlicher Ausdruck</i>          | <i>Gebärde</i>                            | <i>Stimmqualität</i>    |
|---------------------------------------|---|-------------------------|
| 1. Wirksam                            | Deuten                                    | schneidend              |
| 2. Bedächtig<br>Entschlussunfähigkeit | an sich halten<br>Stillhalten der Glieder | voll<br>langsam gezogen |
| 3. Fragend                            | Vorwärtstasten der Hände                  | zitternd                |
| 4. Antipatisch                        | Wegschleudern der Glieder                 | hart                    |
| 5. Sympathisch                        | Ausholen zum Berühren                     | sanft                   |
| 6. Zurückziehen auf sich Selbst       | Abstoßen der Glieder                      | kurz abgesetzt          |

Nun möchte ich versuchen, einige Möglichkeiten der Arbeit mit den 6 Grundgebärden an den verschiedenen Doppelgängern in bezug auf die 4 Ätherarten zu zeigen.

Wenn wir an der Problematik der Doppelgänger die im Wärme Äther leben denken, dann sehen wir dass hier alles Ich bezogen ist, es handelt sich aber um ein Schein Ich das einen starken Geltungstrieb hat, oder es wird eine Persönlichkeit als Stellvertreter des Ich gesucht wie das z.B. bei einem Guru Anhänger der Fall ist. Man hat keine echte Wahrnehmung von sich selbst und schwankt zwischen einem Minderwertigkeitsgefühl und einer Selbstüberschätzung. Hier könnte das Erleben der sechsten Grundgebärde eine gute Hilfe sein, um in der Einseitigkeit des Egozentrismus ein neues Gleichgewicht zu finden. **Das Zurückziehen auf sich selbst** ist eine Gebärde die ein starkes, ruhiges und friedvolles begrenzen und wahrnehmen der eigenen Aufrichtekraft, ein zu sich selber stehen, so wie man im Moment ist, erfordert.

Und wieder um die Echtheit der Situation wahrzunehmen, ist auch die erste Grundgebärde eine Hilfe. **Das Bedächtig** werden führt wieder zur Ruhe, zu uns selbst, zur Vertiefung der Lage, wo wir uns befinden. Die Sprache wird in dieser Gebärde voll und ist erfüllt, wenn sie gut ausgeführt ist, mit unserer individualisierten Weisheit..

Und noch eine letzte Gebärde kann hier helfen sich zu überwinden, dass ist die dritte, **die Fragende Gebärde**. Beim echten Fragen habe ich den Mut mich meiner Umgebung zu öffnen, ich weiß selber nicht alles und bin deswegen nicht weniger wert.

Wenn wir uns jetzt an die Problematik der Doppelgänger, die im Licht- und Luft-Äther leben wenden, dann stehen wir hier zwischen der Gefahr der Verwirrungen durch Assoziationen, die durch zu viel Licht entstehen können, und der Gefahr der Verhärtung, der Austrocknung der Gedanken durch zu viel Luft.

Im ersten Fall kann das Üben mit **der Antipathie Gebärde**, die Abstand, Klarheit und Festigkeit in sich enthält, eine schnelle, verwirrende Gedankenassoziation zur Ruhe bringen und Raum schaffen, um die echte Lage wahrnehmen zu können. Im zweiten Fall kann **die Bedächtige Gebärde** die voll, warm und weisheitsvoll ist –die Härte der Gedanken liebevoll schmelzen.

Und auch hier ist **das Zurückziehen auf sich selber**, eine Gebärde die sehr stark die Geistesgegenwart und die echte Selbstwahrnehmung im Jetzt erfordert, eine gute Hilfe um die Tendenz in einer Scheinwelt leben zu wollen umzuwandeln.

Der Doppelgänger, der im Chemischen Äther lebt, kann den Stumpfsinn (eine Art Gleichgültigkeit) der durch ein zu starkes 'wasserartiges' Gefühlsleben entsteht, durch **die Sympathie Gebärde** langsam umwandeln. Diese Gebärde, wenn sie nach außen gerichtet ist, erfordert Interesse und ein Offensein für meine Umwelt und bringt mich in Bewegung.

Wenn man hier zu stark in Stimmungen schwankt und lebt ist **die Antipathie Gebärde** mit ihrem Abstand, leichter Kälte und Klarheit ein gutes Mittel um zu sich zu kommen.

Um auch aus der Trägheit, aus sich immer wiederholenden Gewohnheiten, aus mechanischem interesselosem Automatismus, der hier sehr stark erscheint, herauszukommen, kann man erst **die fragende Gebärde** üben, wenn sie mit einer echt fragenden Stimmung erfüllt ist; dann kann sie eine sanfte Hilfe sein um wieder in den Strom des Lebens durch Interesse zu kommen. Und noch als weitere Steigerung kann man hier **die Wirksame Gebärde** üben. Diese Gebärde hat eine starke Kraft, die sich nach außen richtet, - ich kann durch sie andere überzeugen, dass die Welt interessant ist.

Und wenn wir zum letzten Äther kommen, dem Lebens Äther, dann begegnen wir einem Doppelgänger, der sehr stark in die Machtproblematik verstrickt ist, sich auf den Zentralismus stützt um seine persönliche Macht durchzusetzen. Hier ist das Üben der sechste Grundgebärde, **das Zurückziehen auf sich selber**, eine Möglichkeit für ihn die eigene Aufrichtekraft und das eigene Zentriert-Sein zu erfahren. Und so ist das Pflegen **der Sympathie Gebärde** ein gutes Mittel die Selbstvernichtungskraft, in der er manchmal stark lebt, umzuwandeln. Und wieder sind **die Sympathie und die Antipathie Gebärden** sich selber und der Welt gegenüber, **die Bedächtige Gebärde** mit ihrer inneren Fülle und Wärme ein gutes Mittel um sich selber wahrzunehmen. Dieser Doppelgänger hat die Aufgabe ein neues Verhältnis zu seiner Umwelt, das nicht mit Macht, Kontrolle oder Gewalt zu tun hat, zu entwickeln. **Die**

**fragende Gebärde** erfordert eine ehrliche Zuwendung und ein sich öffnen dem anderen gegenüber und kann in diesem Sinne ein erster Schritt für ihn sein.

Diese Elemente und Zusammenhänge, die aus meiner Arbeit in der Sprachgestaltung und im Schicksalslernen langsam entstanden sind, wollen nur Anregungen sein um weiter zu Forschen in diesem so weiten und wichtigen Gebiet.

Padova, 4.1.2003

Diese Artikel wurde als Anhang III für Ausbilder in Coenraad van Houten „Der dreigliedrige Weg des Schicksalslernen“, s.69, Verlag Freies Geistesleben, Stuttgart 2003, gedruckt

Eine Bibliographie über die Gebärde:

*Werner Barfod*, "**Tierkreisgesten und Menschenwesen**", Verlag am Goetheanum, Dornach 1998

*Peter Bridgmont*, "**Liberation of the Actor**", Temple Lodge, London 1992

*Delaumosne, Joseph (detto Abbé)*, "**Pratique de l'art oratoire de Delsarte**", Paris, Joseph Albanet Librairie, 1874.

*Ilja Duwan*, "**Sprachgestaltung und Schauspeilkunst**", Verlag am Goetheanum, Dornach 1990

*Wilfried Hammacher*, "**Die Grundelemente der Sprachgestaltung und Schauspielkunst nach Rudolf Steiner**", **Band I**, Verlag am Goetheanum, Dornach 2005

*Kilian Hattstein*, "**Sympathie - Antipathie - Empathie. Vom dreifachen Spiegel der Seele**", Pforte Verlag, Dornach 2007

*Frieder Nögge*, "**Nögges Elementartheater - Therapie für Therapeuten**", Sonderheft Nr.11, Frühjahr 1993, Flensburger Hefte Verlag

*Christa Slezak-Schindler*, "**Vom Leben mit dem Wort - Fünf heilende Wirksamkeiten der Sprache und des Sprechens**", Verlag am Goetheanum, Dornach 1992

*Rudolf Steiner, Marie Steiner von Sivers*, "**Sprachgestaltung und Drammatische Kunst**", GA 282, 2 Vortrag 6.9.1924, Rudolf Steiner Verlag, Dornach 1981

*Rudolf Steiner, Marie Steiner von Sivers*, "**Sprachgestaltung e Arte drammatica**", OO.282, Parte prima, 2 Conferenza 6.9.1924, Editrice Antroposofica, Milano 1981

*Rudolf Steiner*, "**Speech and Drama**", Vol.282 BS, Lecture 2 6.9.1924, Anthroposophic Press, Spring Valley, New York 1986,(also Rudolf Steiner Press, London 1986)