

Abschlussberichte & Reflexionen der IAE Substanzgruppe

1. Vera Koppehel
2. Alhaga Seiler
3. Benedikt Krappmann
4. Morten Klinkvort
5. Alexander Seeger
6. Rebecca Ristrow
7. Emmanuel Rechenberger
8. Rebecca Ristov und Emanuel Rechenberg Kerngruppe Erwachsenenbildung

1. Reflexion Vera Koppehel

"Wenn ein komplexes System weit entfernt ist von einem Gleichgewicht, haben in einem Meer von Chaos kleine Inseln der Kohärenz die Kapazität, das gesamte System auf eine höhere Ebene der Ordnung zu heben." Ilya Prigogine (Russischer Nobelpreisträger)

Die Sinnhaftigkeit von Bildungen von Substanzgruppen, im Sinne der im Zitat beschriebenen Inseln der Kohärenz, hat sich für mich erneut bestätigt. Ergänzend zu allem was in den Reflexionen und im Abschlussbericht formuliert ist, und dem ich mich anschliese - war für mich besonders der Ausstieg aus 'Meinungsräumen' zugunsten von Einstiege in 'Wirkfelder' das Aufbauende und für mich belebende Prinzip. Die Auswirkungen im Gestaltungsfeld unserer Biografien haben sich für mich in einem leisen Unterstrom jeweils bis zum nächsten Treffen erstaunlich konkret und transformatorisch gezeigt. Zusätzlich zu einem Substanzgruppentag einen weiteren zweiten Forschungstag zur Verfügung zu haben betrachte ich auch für zukünftige Formate als erstrebenswert. Aus meiner Sicht haben wir dieses Potenzial nicht voll ausgeschöpft, da wäre noch Luft und Spielraum nach oben. Ich habe erlebt, dass alle Formen (von 'check-in', spontan teaching, durchdesignte Bewegungsangebote etc..) möglich sind, wenn es mit Bewusstsein umschlossen, gestaltet, gehalten, vorbereitet ist. Konzentration aufbauen und halten zu können und gleichzeitig sich flexibel auf Tages-, Raumbedingungen wie Seelenlagen einlassen zu können - sind Grundbausteine sozialer Skulpturprozesse. Den Zeitraum von drei Jahren habe ich im Rhythmus von 3-4 Treffen pro Jahr für unser Team als realistisch erlebt. Wenn Substanzgruppentreffen über 3 Zusammenkünfte hinausgehen sollen, ist eine Finanzierung unumgänglich. Mit Subventionierungen sind meistens Bedingungen verbunden, die auf den Substanzbildungsprozess Einfluss nehmen. In unserem Falle, hat das in Aussicht stehende Symposium bereits ab Oktober 2023 den 3. Teil der Tagesstruktur 'Öffnung des Willens' mitgeprägt. Bedingungslose Förderungen haben Seltenheitswert und tragen natürlich dann andere Herausforderungen mit sich. Bezüglich unseres Fokus auf die Lage der Eurythmie im aktuellen Kontext haben sich für mich innerhalb der drei Jahre einige Beobachtungen, die wir im Antrag formuliert haben, konkretisiert:

- die Eurythmie als substanziell wirkende Kraft muss bzw. braucht nicht erneuert werden.
- Sehr wohl aber die Methoden und Wege wie sie in der Welt zur Erscheinung kommen kann.
- Dies betrifft in erster Linie (uns) praktizierende aktive EurythmistInnen, wie auch Ausbildungen, Institutionen und Anbieter von Eurythmieangeboten.
- die Berufe, die Einsatzfelder von Eurythmisten werden sich grundsätzlich wandeln und erweitern.
- Schon heute können nur diejenigen Kollegen von dieser Profession leben, die sich mit der Eurythmie eine eigenständig authentische Methode erarbeitet haben und zudem über Unternehmergeist und viel Mut zur Selbstständigkeit verfügen.
- Heileurythmisten angestellt oder in freier Praxis und Eurythmisten die in Schulen langjährig angestellt sind, haben bis auf wenige Ausnahmen kein ausreichendes Jahresgehalt und nachwievor sehr wenig Altersvorsorge in Aussicht.
- die EurythmieAusbildungen haben in ihrer gegenwärtigen Ausrichtung & Infrastruktur keine tragfähige Zukunft.
- die Zielgruppen von Menschen, die Eurythmie zum Beruf machen wollen, ändern sich – hin zu mehr Bedarf an Teilzeitangeboten mit direktem Fokus auf Einsatzorte und Fachrichtungen. Alter ab 35 Jahren aufwärts mit Erwartung an professioneller Erwachsenenbildung und transparenter Ausbildungsstruktur.
- aktuell sind weder die Ästhetik der Bühnenkunst, noch die Ausstrahlung der 'Szene', noch die Zukunft (Berufsfelder) nach einer sehr aufwendigen und hochwertigen Ausbildung attraktiv.
- **all dies spricht für mich dafür sich noch intensiver für vielfältige Erprobungsfelder für Angewandte Eurythmie, Pilotprojekte, Substanzgruppen etc... einzusetzen.**
- **Nach 100 Jahren hat es vielleicht die zur Zeit etablierte Eurythmie nicht geschafft ein Kulturfaktor zu werden, aber Spannungsreiches und Konfliktbehaftetes wird jetzt von ihr abfallen und dadurch Blicke freigeben auf noch viel unentdecktes Potenzial welches Freude machen wird damit Realität zu gestalten.**

2. Reflexion Alhaga Seiler

1. Meine Erfahrung mit der Substanzgruppe IAE

Die Arbeit in der Substanzgruppe IAE unter der Impulsgebung von Vera Koppehel war für mich eine tiefgreifende und prägende Erfahrung. Sie bot einen Raum für die Essenz der Eurythmie – frei von äußeren Anforderungen und Zwängen, geprägt von Stille und der Offenheit Eurythmie und ihre Anwendungsgebiete neu zu erforschen.

Ein Raum jenseits von Raum und Zeit

Die Substanzgruppe schuf einen besonderen Zwischenraum, der jenseits von Raum und Zeit existierte. In dieser Stille konnte die Eurythmie lebendig werden. Besonders eindrucksvoll war das innere Zusammenklingen der Gruppe, das fast wie eine unsichtbare, musikalische Dimension spürbar wurde. Diese Poesie der Bewegung ließ die Substanz der Eurythmie in ihrer reinsten Form erfahrbar werden.

Der Prozess der Theorie U

Der Arbeitsprozess, geprägt von der *Theorie U*, war für mich ein fruchtbarer Rahmen. Er ermöglichte es, Fragen und innere Bewegungen ohne Druck und vorgefertigte Antworten zu erkunden. Dieser Prozess schuf eine Gemeinschaft, die sich dem Suchen widmete und in der das individuelle und das gemeinsame Erleben miteinander verschmolzen.

Ein Impuls für die Zukunft

Die Arbeit in der Substanzgruppe hat in mir den Wunsch geweckt, diese Art des Forschens auf eine langfristige Basis zu stellen. Es war ein Raum, in dem Tiefe und Freiheit zugleich möglich waren, und ich sehe es als eine wesentliche Aufgabe, solche Räume auch in der Zukunft zu schaffen.

2. Bericht zum Symposium

Das abschließende Symposium mit 22 Eurythmistinnen und Eurythmisten war ein Höhepunkt dieser Reise. Es brachte die Möglichkeit, die gemeinsame Arbeit in einem größeren Kreis zu teilen und zu vertiefen.

Die Vorbereitung des Symposiums war von einer großen Verantwortung geprägt, die wir als Gruppe mit Sorgfalt getragen haben. Trotz unterschiedlicher Perspektiven gelang es uns, den Tag strukturiert und harmonisch zu gestalten. Diese achtsame Vorbereitung ermöglichte es, dass der Tag in einer klaren und geordneten Form stattfinden konnte.

Besonders berührend war für mich die Begegnung mit Menschen, die ich lange nicht gesehen hatte oder von denen ich nur gehört hatte. Das gemeinsame Improvisieren und die Arbeit im Rahmen der *Theorie U* zeigten die Kraft der Eurythmie, wenn sie in der Gemeinschaft erlebt wird.

Ein oft geäußelter Wunsch war mehr Zeit für Austausch, was ich gut nachvollziehen kann. Gleichzeitig empfand ich die stillen Momente des Symposiums als besonders wertvoll. Sie schufen Raum für tiefergehende Erfahrungen und ermöglichten ein konzentriertes Arbeiten. Der „Durst nach mehr“, der an diesem Tag spürbar wurde, ist für mich ein wertvoller Impuls, der in zukünftige Projekte einfließen sollte.

3. Forschungsfragen

Aus meinen Erfahrungen und Reflexionen sind drei zentrale Forschungsfragen entstanden, die für die Zukunft der Eurythmie von großer Bedeutung sein könnten:

3.1. Achtsame Bewegung in der Pädagogik

Wie kann achtsame Bewegung als Bestandteil moderner Pädagogik gestaltet werden? Welche Wege gibt es, Kinder und Jugendliche durch Bewegung in ihrer Wahrnehmung, Präsenz und Persönlichkeit zu fördern? Diese Frage schließt die Entwicklung neuer Berufsbilder ein, die Eurythmie in einen erweiterten Kontext stellen. Begriffe wie *Tanzpädagogik*, *Bewegung und Kunst* oder *achtsame Bewegungspädagogik* könnten die Eurythmie einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich machen und auch außerhalb anthroposophischer Institutionen Anerkennung finden.

3.2. Vielfalt der Berufsfelder

Welche beruflichen Wege haben Menschen gefunden, die Eurythmie studiert haben? Viele ehemalige Eurythmisten sind heute in Bereichen wie Achtsamkeitstraining, Resilienzförderung oder gesunder Bewegung tätig. Diese Forschung könnte untersuchen, welche Elemente der Eurythmie als Grundlage für diese Entwicklungen dienen und wie sie in unterschiedliche Berufsfelder integriert werden können.

3.3. Vergleich mit anderen Tanzstilen

Was verbindet und unterscheidet die Eurythmie mit anderen Tanz- und Bewegungsformen wie Ballett, Breakdance oder Volkstanz?

Ein solcher Vergleich könnte die Bewegungsphilosophie, Ästhetik und soziale Wirkung der Eurythmie beleuchten und zeigen, wie sie durch Impulse aus anderen Tanzstilen bereichert werden könnte – sei es durch Improvisation, Bühnenpräsenz oder technische Elemente.

Dankbarkeit und Ausblick

Die Arbeit in der Substanzgruppe IAE und das abschließende Symposium haben mir gezeigt, wie lebendig die Eurythmie sein kann, wenn sie sich den Fragen unserer Zeit öffnet. Sie haben in mir eine klare Vision geweckt, wie die Eurythmie sich in neuen Formen weiterentwickeln könnte, ohne ihre Essenz zu verlieren.

Mein besonderer Dank gilt Vera Koppehel, deren Leitung und Begleitung diese tiefgehende Arbeit ermöglicht hat, sowie der Software AG Stiftung, deren Unterstützung uns den Raum und die Freiheit gab, in die Tiefe zu gehen.

Für die Zukunft wünsche ich mir, die in der Substanzgruppe erfahrene Tiefe und Offenheit weiterzuführen – sei es durch die Entwicklung neuer Berufsbilder, die Verbindung mit anderen Bewegungsformen oder die Förderung von Selbstständigkeit in der Eurythmie.

Abschließend stelle ich die Frage: **Wer fühlt sich inspiriert, zu einem dieser Themen weiterzuforschen? Wer könnte sich vorstellen, eine solche Forschung zu unterstützen oder in Auftrag zu geben?**

Es bleibt ein Weg voller Fragen, Möglichkeiten und Begegnungen, der noch viel zu entdecken bietet – ein Weg, den ich mit Freude und Neugier weiterführen möchte.

3. Reflexion Benedikt Krappmann

Über nun 3 Jahre konnte ich den Substanzgruppenprozeß begleiten und mitgestalten. Meine Expertise als langjähriger Eurythmist und Heileurythmist stand der Substanzgruppe inhaltlich zur Verfügung. In der Substanzgruppe war ein Gestalten nach einem Dreischritt als Form und Gestaltungsvorlage gegeben; Öffnung des Denkens, das eigene Potenzial anvisieren. Öffnung des Fühlens, das Potenzial der Eurythmie für die aktuellen wie zukünftigen Herausforderungen ausloten. Öffnung des Willens, konkrete Wirkfelder für die Eurythmie erschließen und ermöglichen.

In dem Öffnen des Denkens entstand eine intensive Besinnung und Wahrnehmung des eigenen Potenzials mit der Eurythmie; im Moment konnten sich Bilder und Ideen auftun, welche nur unbewusst in mir schlummerten. Meist dergestalt, welche zeitgeschichtliche Notwendigkeit sich in dem Ausüben der Eurythmie zeigt. Eine Art sich bildendes Selbstbewusstsein für mich selber in Zusammenhang mit der Eurythmie konnte ich erleben. Ein sich Öffnen und Betrachten können der eigenen Fähigkeiten, der noch auszubildenden und der Vorhandenen Kräfte in Verbindung mit der Eurythmie zur Welt.

In dem 2. Schritt, Öffnung des Fühlens, konnte ich eine große Einsamkeit erleben mit der Eurythmie in der Welt. Dies konnte sich aber bei jedem weiteren Treffen der Substanzgruppe verringern, ein Wahrnehmen der gegenseitigen Situationen mit sich und der Eurythmie zeigte gewisse Gemeinsamkeiten im

Umgang mit der Eurythmie in der Welt. Gleichsam entstand ein Kraftfeld im Fühlen, welches sich weit über die Treffen hinaus trug. Zu Wissen, dass viele weitere Menschen mit der Eurythmie in Verbindung mit sich selber, der geistigen Welt und der physischen Welt stehen, schaffte einen „Teppich“ von geistiger Vernetzung.

Im Öffnen des Willens geschah es, dass durch 1 Jahr IAE Arbeit mein persönlicher Tätigkeitsbereich mit der Heileurythmie sich verändern konnte; neuer Ort, neues Umfeld. Es konnte sich ein Bereich auftun, in dem ich viel mehr mein Potenzial zur Entfaltung bringen kann als es bisher gewesen ist. Gleichsam durch eine andere Selbstverständlichkeit im Umgang mit der Eurythmie in der Welt schaffte mir Freiraum im Seelischen und physischen Handeln.

Insgesamt konnte ich forschend an der Gangdiagnostik in der Eurythmie tätig werden, übend in der Gruppe testen und für mich selber weiterentwickeln. Einsetzend in der Therapie und der Eurythmie brachte mir diese Methode viele Wahrnehmungen und Erkenntnisse über den Menschen und dessen Zusammenhänge mit dem Seelischen und Geistigen.

Dieser Bereich der Forschung mit der Eurythmie sollte in einer zukünftigen Arbeit intensiviert werden, da gleichsam das Erkennen der Zusammenhänge der Eurythmie mit dem Menschen und dem Kosmos stattfindet und dadurch ein gezielter Einsatz der Heileurythmie am Menschen möglich wird. Das sich immer wieder Treffen und Arbeiten mit den eurythmischen Bewegungen mit mehreren Menschen, schafft ein Vertrauen zueinander und zu der Notwendigkeit die Eurythmie als Friedensstifter in der Welt.

Ein großer Dank geht an die Stiftung der Software AG und Peter Augustin, ohne die es in dieser Form nicht möglich gewesen wäre.

4. Morten Klinkvort

Ein übergeordnetes Bild zum Kontext: Die Verwirklichung von Stufen oder Aspekten des höheren Selbst bei einem Teil der Menschheit bildet Voraussetzungen dafür, dass die gesamte Menschheit das Zeitalter der Bewusstseinsseele fruchtbar und transformierend entfalten und durchleben kann. Ähnlich verstehe ich ein freies Visionieren - Visualisieren als förderlich für die Entwicklung von Gedankenformen und neuen Praxen innerhalb wohl allen Lebensbereichen.

In Essenz von den 3 Jahren IAE Inspirationstreffen sowie vom Symposium steht für mich, dass wir - neuartig unter uns Eurythmiekollegen - die Zukunft und unser individuell Höheres befragen, belauschen konnten. Dass wir bei einem möglichen frisch-freien EIN-FANG und AN-FANG von Kultur mit Eurythmie stehen. Die Arbeit hat Wesen-Lichtes verdichtet. Die Arbeitsart mit Gewicht auf suchender Bildhaftigkeit und fragender Vertiefung ohne Diskussion, liess mich an aussergewöhnlich viel konkret-visionärer Substanz teilhaben. Statt Zitate, Schriftstellen, Erfahrungen, trugen uns die eigenen - oder gemeinsamen - Annäherungen an Zeitaktuelles oder potentiell Kommendes in einer für mich sehr

hoffnungstragenden Weise, weil von Authentizität ganz umgeben. Haben wir eine neue 'Sektion' als Keim gesetzt?!

Ich visualisiere in jedem Fall eine natürliche Fortsetzung durch die Kreation von Foren, die für bestehende und kommende Projekte, Initiativen, Innovationen - wie Satelliten - Funkstationen sein können. Dies im besten Fall eine stärkere 'Verkörperung' der Angewandten Eurythmie ermöglichend. Die Eurythmie der ersten 100 Jahren darf jetzt zielhaft Anpassung und Anwendung in Kultur und Gesellschaft anstreben. Und so als natürliche und sinnvolle sozialitätsschaffende und inspirierte Bewegungsart blühen.

Wichtig scheint für mich, dass ausgehend von dem IAE-Impuls neue und genügende Gesprächsräume für zeitgemäße Anwendung der Eurythmie aktiviert werden. Think Tanks u.Ä. mit Teilnahme von Entrepreneurs, Vereinen und Verbänden, Fonds, Nutznießer und Förderer der Eurythmie - auch ausserhalb der Szene, wo Management und wirtschaftliche Kompetenzen vorhanden sind, sehe ich als wesentlich um neue Kontexte zu erschaffen, worin Eurythmie aktiv begriffen und gewollt ist in der Perspektive >praxisorientierte Anwendung<.

Die Inspirations-Treffen über die 3 Jahre haben für mich öffnend und praktisch-hoffnungstragend gewirkt.

Ich bin ermutigt Neues zu wagen und zu erzielen, sowohl innerhalb der dänischen Ausbildung als auch für die Verwirklichung der Perspektive 'Angewandte Eurythmie' in neuen internationalen Zusammenhängen.

5. Reflexion Alexander Seeger

Die Initiativgruppe verdankt unseren Projektbegleitern ein großes Vertrauensgeschenk. Wir durften explizit **nicht** Endresultaten, sondern dem Werdenden, der Kraft, die im Prozesshaften liegt, nachgehen. Mittels der Öffnung des Denkens, des Fühlens und des Willens, haben wir zwölfmal nachhaltige Entdeckungstouren machen dürfen. Den „Motor“ zur Zukunftskraft konnten wir erfahren, erüben, erahnen. Mit meinem Überblick über unsere geschenkte Zeit, möchte ich hier einen Einblick in das geben, was mir persönlich an dieser Arbeit Erfahrung geworden ist. Dieser Bericht mag vielleicht „zu persönlich“ erscheinen, doch kann an dieser Stelle es „nicht persönlich genug sein“, denn wir gelangten über diese Arbeit an das innerste unserer Seele.

Einige miteinander verflochtene Gedanken in Form von **Zitaten von Rudolf Steiner**, mögen hierzu einen größeren Verständnishintergrund bilden. Diese Vorträge, diese Äußerungen von Rudolf Steiner haben mich seit einigen Jahren begleitet und tauchten jetzt in diesem Kontext sinn-verdichtet auf. Ein Flensburger Heft Nr. 24 fiel mir erst kürzlich unerwartet „in meine Hände“. Damit habe ich unsere Arbeit, dank Frank Linde, umfassender sehen können.

Zitate:

„Mit dem Ende des 19. Jahrhunderts (1879) war diese Arbeit (vom Erzengel Gabriel) am physischen Leib des Menschen (von Bildungen feiner Strukturen am Vorderhirn) abgeschlossen. Seitdem ist es prinzipiell möglich, das Organ zur Rückerinnerung an frühere Inkarnationen zu benutzen.“

„Und dann werden in unserer Epoche, in derjenigen Epoche an deren Anfang wir eigentlich erst stehen, die übersinnlichen Kräfte nicht verbraucht, um Strukturen im Gehirn zu bilden, sondern um unmittelbar in die Seelen einzufließen, durch **Imaginationen** und **Inspirationen** (und **Intuitionen**) zu wirken, einzufließen in die menschlichen Seelen. Das ist das Michael-Regiment.“

„Organisiert zur Rückerinnerung werden die Menschen sein, aber sie werden diese Organisation zunächst als **Krankheit** empfinden, als Nervosität, als einen furchtbaren Zustand, wenn sie sie nicht gebrauchen können. ... sie haben nichts, woran sie sich erinnern können. Wenn der Mensch Eindrücke hat, die er nicht verwerten, Organe in sich hat, die er nicht gebrauchen kann, dann erkrankt er...“ (GA 152/S.59) „...so erfüllt von inspiriertem, von intuitivem Wesen werden die wirklich lebendigen Kulturimpulse der folgenden Zeit sein.“ (GA 152/S. 56)

Nachdem die ahrimanischen Wesenheiten aber durch Michael und seine Scharen besiegt und auf die Erde gestürzt worden sind, versuchen sie, ihre Ziele auf der Erde zu verwirklichen. Dabei wirken sie unmittelbar in den Seelen der Menschen, sie haben „in den menschlichen **Gemütern** ihre Festungen begründet“ und wollen „ihre Aufgabe mit Hilfe der Köpfe, der Gehirne der Menschen erfüllen“ (GA 177/S. 175)

„Unter den Menschen werden sie **Verwirrung** stiften, denn das ist nach dieser Besiegung ihre Absicht: Verwirrung zu stiften mit alledem, was aus allerlei Begriffen und Ideen, die mit Blutsbanden, **Blutsverwandtschaften** zusammenhängen, gezogen werden kann.“ (GA 174/S.286)

„Aber dieser Teufel ist schon dasjenige Wesen, das der **Träger der Kultur der Zukunft sein wird und muss**. Es ist eine herbe, aber eine wichtige Wahrheit. Diese Wahrheit hängt innig zusammen damit, dass sich **in diesen Kulturgang in die Zukunft hinein zerstörerische Kräfte mischen müssen**. Insbesondere... müssen sich zerstörerische Kräfte, wenn die nicht in weiser Art geleitet wird, in **alles Erziehungswesen**, namentlich in die Kindheitserziehung mischen. Aber auch in das ganze **soziale Zusammenleben** der Menschen werden sie immer mehr und mehr wegen der allgemeinen Kultur, wegen der Usancen, wegen der **Emotionen** der Menschen zerstörerische Kräfte mischen, Kräfte, welche vor allen Dingen die Verhältnisse unter den Menschen selber immer mehr zerstören werden. ...Das führt aber dazu, dass überhaupt die Schwierigkeit besteht, heute in die Menschheit **verbindende Wahrheiten** hineinzuführen.“ (GA 177/S.72)

Doch: „Niemals war der Mensch so nahe der geistigen Welt, wie er heute ist, trotzdem er äußerlich im Materialismus versumpft“ - **nur merken es die Menschen nicht!** (GA 192/s. 211)

„**Bilder** (die in der geistigen Welt empfangenen Imaginationen), wenn sie (bei der Geburt) mitgebracht werden aus dem geistigen Leben in dieses physische Leben herein, müssen unter allen Umständen, wenn das **Heil** für den Menschen und für ein soziales Leben entstehen soll, unbedingt **sich mit dem astralischen Leib verbinden**“ (GA 199/S. 258)

Diese Imaginationen wollen in uns heraufsteigen.

„Verloren gehen diese Kräfte nicht; sie breiten sich aus, sie gewinnen Dasein, sie treten doch in die Gedanken, in die Gefühle, in die Willensimpulse hinein. Und was entstehen daraus für Menschen? **Rebellen, Revolutionäre, unzufriedene Menschen**, Menschen, die nicht wissen was sie wollen, weil sie etwas wollen, was man nicht wissen kann, weil sie etwas wollen, was mit keinem möglichen sozialen Organismus vereinbar ist, was sie sich nur vorstellen, was in ihre Phantasie hätte gehen sollen, da nicht hineingegangen ist, sondern in ihre sozialen Treibereinen hineingegangen ist. ... Wenn heute die Welt revolutioniert, da ist es der Himmel, der revolutioniert, das heißt **der Himmel, der zurückgehalten wird in den Seelen der Menschen**, und der dann nicht in seiner eigenen Gestalt, sondern in seinem Gegenteile zum Vorschein kommt, der in Kampf und Blut zum Vorschein kommt, STATT IN IMAGINATIONEN. Es ist daher kein Wunder, wenn jene Menschen, das Gefühl haben, sie tun was Gutes. Denn was spüren sie in sich? Den Himmel spüren sie in sich. Er nimmt aber nur karikaturhafte Gestalt an in ihrer Seele.“ (GA 199/S.260)

„(Diese) Bilder (Imaginationen) werden im menschlichen astralischen Leib (durch die Angeloi) (ge)formt. ... aus diesen Bildern wird dann später die umgestaltete Menschheit, die (zukünftige) Wirklichkeit.“ (GA 182/S.144)

In unserer Forschung handelte es sich nicht um das Bilden von **fertigen Bildern**, sondern um die Art und Weise **wie** diese Imaginationen in uns entstehen. Diese Suche, die wir gemeinsam gegangen sind, um **lebendige Bilder** durch die Kraft der **anwesenden** Gemeinschaft entstehen zu lassen, versuche ich hier zu beschreiben.

Meine Gedanken Skizzen

Im Folgenden möchte ich aus meinen Aufzeichnungen mir wichtige Stationen, die ich von Januar 2022 bis Oktober 2024 innerhalb unserer IAE-Treffen erfahren und durchleben durfte, zusammentragen. Es sind Gedankenkeime, die aus dem Hören, aus der Stille, entstanden sind. In der Kraft gesteigert durch die Aufmerksamkeit und Lauschaktivität aller IAE-TeilnehmerInnen. Diese Gedanken Skizzen zeigen meine inneren Entwicklungsschritte auf, die ich während dieses Zeitraumes machen durfte.

Anfang Januar 2022 als wir mit unseren IAE-Treffen begonnen haben, kurz nach der Trennung meiner langjährigen Festanstellung in Alanus / Alfter, war ich noch arbeitslos, zurückgezogen und beschäftigt mit der Pflege meiner Mutter.

Seitdem ist sehr viel – vielleicht auch indirekt durch die IAE-Treffen - in meinem Leben geschehen.

Um diese Entwicklungskeime im rechten Licht sehen zu können, werde ich eine kurze Übersicht meiner biographischen Signatur voranstellen. Es sind drei Phasen, die sich wesentlich unterscheiden. Sie zeigen mein Verhältnis auf, die ich zu meiner Biographie und zur geistigen Führung, die ich eben so erfahre, habe:

- Mit 21. Jahren wusste ich immer mit visionärer Klarheit: „wo es lang geht“, „worum es in meinem Leben handeln wird“, und „was genau bis zu meinem 40. Lebensjahr mich erwarten wird“. Es zeigte mir eine beruflich glänzende Zukunft auf. Dann aber war da vor meinem inneren Auge, eine Wand der Finsternis. So dachte ich: „zu diesem Zeitpunkt würde ich wohl früh sterben müssen“. Es kam aber etwas anders.
- Ja das „Sterben“ war tatsächlich ab etwa dem 40. Lebensjahr mein vorherrschendes Lebensthema. In verschiedenen Schichten meiner Persönlichkeit, in meinem Sein, in meiner Ausrichtung und Planung. Es kam eine Zeit des „Nicht Wissens“, „des nicht Wissen Wollens“. Ein schmerzhafter Weg über einem Abgrund des Nichts und jeder Schritt war ein unsicheres Tasten.
- Dann kam eine Zeit der Reduzierung äußerer Aktivitäten, ein Hinhören auf mein Herz. Ein Angebundensein an etwas zu fühlen, was bereit ist mich zu führen. Meinen Willen, meine Kontrolle, meine Planung konsequent loszulassen, und in den Fluss des Lebens einzusteigen. Jeder Moment wurde mir ein Neubeginn. Ich erlebte: Ich bin immer ein „Anfangswesen“.

Dies ist nun der Moment, an dem die IAE-Initiative im Januar 2022 begann:

07.01 2022 „Ich sehe innerlich in mir eine vor mir sich ausbreitende Goldspur, in einem sonst dunklen Raum. Ich fühle: dieser Weg wurzelt in meinem Herzen. Aus der Dunkelheit schauen Augen auf mich und es strömt mir Tragekraft und Vertrauen zu. Blindes Vertrauen

in jedem Schritt. Ich gehe in Liebe durch das Lebensdunkel: Alles wird sich fügen und mir klar werden. Immerwährendes Jetzt."

06.05.2022 „Ich fühle: alles ist miteinander verwoben. Alles bezieht sich auf das Jetzt, auf das „Ich Bin“. Ich bin ein Keim, die Eurythmie aber darf sich universell entfalten und groß erscheinen. Leben in Gegensätzlichkeiten und stetiger Gleichgewichtssuche. Nicht nur Augen schauen auf mich – ich darf im Gespräch mit dem belebten Raum sein. Gelebter Leer.stand für Kreativprozesse: an der Krankheitsgrenze wird Geistiges real."

21.01.2023 „Ich erkenne: Ich bin zu allem fähig, zu Gutem und zu Schlechtem, das ist meine selbstgewählte und -gefügte Erden.Heimat. Meine Aufgabe: emotionale Gefühle durch.sichtig werden zu lassen, denn dahinter , denn da drin lebt ein Engel, der befreit werden möchte: Lerne mit achtsamer Aufmerksamkeit diese verdichtete, abgedunkelte Energie zu transformieren. Nichts geht verloren. Liebt das Böse Gut."

14.04.2023 „Hier nun das aktuelle Schlüsselwort: Erweiterung. Raus aus der eigenen Friedhofswirklichkeit in ein sprossendes Leben, was tatsächlich DA IST. Dies bejahen lernen, mich darin eingebettet fühlen und darf mich darin beheimaten. Das Sprossende sagt mir: Die Aufgaben fließen dir im Lebensverlauf in Fülle zu. Fange sie in Dankbarkeit und Besonnenheit ein. Freude!"

20.01.2024 „Es geht darum einen inneren Schritt zu tun, denn der ist mehr als viele äußere Schritte. So wie in jedem Gelenk in unserem Körper ein Zwischenraum der Leere ist und damit die Beweglichkeit der Gliedmaßen ermöglicht wird, so schaffe ich in meinen Herzen einen Leerraum der Achtsamkeit, in dem die Welt, meine Aufgaben, und die mit mir verbundenen Menschen **in mich** zur Begegnung eintreten dürfen. Dies geht nur, wenn ich innerlich selbst in meinen rückwärtigen Raum zurücktrete, und das Sein, sein lasse. Der Drehpunkt zur geistigen Welt liegt in mir. Das Leben tut seinen Teil. Beziehungsgeflecht: ich bin nicht allein."

19.04.2024 „Ich trete wahrnehmend in die Lichtpräsenz des Bezeugenden ein und nehme vibrierende Körper. Energie.Landschaften wahr. In Stille lausche ich auf die Energieschichten in mir: **dahinein schlüpft Eurythmie**. Sie strömt in mich ein, doch nur wenn ich entsprechend vorbereitet bin. Eurythmie ist: Ich Bin im tätigen Zwiegespräch."

28.09.2024 „Habe dies im Blick: dein Drache als Nadelöhr führt dich zur bedingungslosen Liebe. In jeder kleinsten Handlung Luzifer und Ahriman im Blick haben: beide erahnen, sehen lernen, in erkennender inneren Gleichgewichtssuche."

26.10.2024 „Orchesterler Lebensklang, mit Konkordanz und Dissonanz. Ein Zusammenklang vieler Farben, Gebärden und Sinnhaftigkeit. Blau: Sich eingebettet fühlen in einem Vertrauensgrund für alles Tun im Leben. Hier leben wir alle in Gemeinsamkeit. Gelb: Über allem endlose Kraft und Jubel: Zukunft ist schön! Rosa: Schale werden in hingebungsvoller Achtsamkeit. Grau: Brutal schiebt sich misstönend vor mir und den Lebensfarben, die Wirksamkeit von Luzifer und Ahriman. Integriere sie. Lerne mit ihnen. Erlöse dich durch die Kraft des Ausgleiches, der Harmonie. Zukunftsblick auf dasjenige, was bereits beruflich und biographisch werden will: Ausbildung in Dänemark: Aus dem Mentor, dem Coach, nun Verantwortung annehmen und die Ausbildung eine Zeit aktiv mittragen und gestalten.

Initiative IAE: Ein Forschungsverbund mit Kollegen an der Frage: was ist heute die Eurythmie in ihrer Angewandtheit?

Kurstätigkeit: Lerne durch und mit den TeilnehmerInnen wie Eurythmie im Leben wirkt und sich vielfältig differenziert. Angewandte Eurythmie denken und vermitteln lernen.

Fortbildungen: An dieser Baustelle muss immer gearbeitet werden: sich weiterentwickeln, sich entfalten und ausgestalten. Empowerment. Um weitere Menschen- und Wirkungskreise zu entdecken und um diese in mein berufliches Eurythmie-Leben einzubinden. Ein nächster Schritt wäre nun die Ausbildung zum zertifizierten „Potentialentfaltungsscoach nach Dr. Gerald Hüther“: anknüpfen an aktuelle Hirnforschung. Darstellung: Doch noch Lectureperformances um Eurythmie auf diesem Weg für einige erlebbar werden zu lassen?!”

Fazit:

Tatsächlich bin ich seit Januar 2022 bis Herbst 2024 mit einem Kreis von Kollegen einen inneren und äußeren Weg stückweise gemeinsam gegangen. Der Weg führte mich aus meiner Einsamkeit und Stille, zu einem orchestralen Zusammenklang von Überschneidungen einiger neuer Lebenskreisen. Aufgaben beginnen mir aus dem Leben zuzufließen, ohne dass ich diese „erwarten“ und „wollen muss“.

Was für mich gilt, gilt auch für alle anderen aus dem IAE-Team. Bei allen gab es mehr oder weniger durchgreifende Veränderungen im Leben.

Von diesem Prozess bin ich überzeugt und wünsche mir,

- **dass noch viele andere Kollegen und Menschen diesen Prozess in diesem Dreischritt: Öffnung des Denkens, des Fühlens, des Willens, durchlaufen mögen.**
- **Ich wünsche der Eurythmia, dass dieser Prozess in der kleinen Eurythmie-Familie und darüber hinaus, wie Hefe im Brot in zahlreichen befeuernden Impulsen aufgehen möge.**
- **Das wir als Team noch weitere Schritte gehen und gemeinsam Horizonte entfalten.**

Der Stiftung meinen herzlichen Dank, für ihre Vertrauen fördernde Unterstützung. Für ihre Einsicht, dass Prozesse wichtig und förderungswürdig sind. Dass Wege auch gefördert werden und nicht allein Endresultate.

Ich fühle mich beschenkt! Arnoldshain, 12.12.2024

6. Reflexion Rebecca Ristow

Das Forschungsprojekt IAE war für mich als Künstlerin und Dozentin für Eurythmie in vielerlei Hinsicht eine Bereicherung für meine weitere Arbeit.

Als erstes möchte ich hier die methodische Vielfalt herausstellen, mit der wir als Team versucht haben, einen konkreten Wahrnehmungs-Raum zu schaffen, um eurythmische Inhalte und zeitgenössische Fragestellungen (wie zum Beispiel Nervosität, soziale Vereinsamung, spirituelle Desorientierung etc.) gemeinsam zu bewegen. Hier nutzten wir verschiedene Kommunikationswege, zum Beispiel Zeichnung, Sprache, eurythmische Bewegung und Schrift. **Aufgrund meiner Erfahrungen bei diesem Projekt werde ich auch in Zukunft die oben**

beschriebenen künstlerischen Disziplinen in meiner weiteren Arbeit in verschiedenen Gruppen-Zusammenhängen nutzen. Sie ermöglichen mir als Prozessbegleiterin, noch genauer und adäquater auf die Bedürfnisse meiner Klientinnen und Klienten einzugehen, wenn es um das Thema der Reflektionen von eurythmischen Prozessen/Übungen und der Kommunikation innerhalb der jeweiligen Gruppe geht.

Als zweites möchte ich den Punkt der kollegialen Zusammenarbeit in einer sehr heterogenen Gruppe herausstellen. Die von uns gewählte Methode ermöglichte, dass verschiedene künstlerische und philosophische Positionen gemeinsam auf ein Thema schauen, ohne dass es zu dauerhaften sozialen Spannungen oder Irritationen führte. **Diese Tatsache erlebte ich als eine wirkliche Neuerung innerhalb der eurythmischen Szene.** Dies ermöglichte uns auch, regelmäßig einen Gast bei den Treffen als Bereicherung und in einer Weise konnten wir das Gelingen dieser konstruktiven Zusammenarbeit in heterogenen Gruppen auch im Symposium erleben.

Zusammenfassend kann ich sagen, dass das IAE-Projekt für mich einen sehr inspirierenden Anfang darstellt. Ich werde in verschiedenen Zusammenhängen die hier angefangene Methode weiterentwickeln.

7. Reflektion Emmanuel Rechenberg

Für mich war das Forschungsprojekt IAE eine wichtige Erfahrung in meiner bisherigen eurythmischen Biografie. Einerseits lernte ich eine gute Methode kennen, durch die es möglich ist, mit Menschen anderer eurythmischer Sozialisierung sich über Eurythmie auszutauschen und andererseits sich mit dem eigenen Standpunkt hörbar und erlebbar zu machen.

Ich konnte in einer tiefergehenden und spirituellen Art und Weise über Eurythmie und den zeitgenössischen Menschen, mit seinen Entwicklungsnotwendigkeiten und grundsätzlichen anthropologischen Fragen, sprechen, ohne dabei unterbrochen, hinterfragt oder bewertet zu werden.

Auffallend war nach zwei Jahren regelmäßiger Zusammenkunft in diesem Setting, dass sich bei allen Teilnehmenden ein inhaltlicher roter Faden zeigte, und ich bei mir selber und bei den anderen geistige und persönliche Entwicklung erlebte.

Dieses punktuelle, aber regelmäßige Forum des "vertikalen" Austausches mit Kollegen diente mir auch als Verobjektivierung der eigenen Forschungsfragen, die dort aus dem Alltäglichen emporgehoben und aufgehoben werden konnten.

Das Forschungsprojekt diente auch einer Vertiefung in der Zusammenarbeit mit meiner Kollegin Rebecca Ristow. Wir hatten hier einen Rahmen, methodisch-didaktisch an eurythmischen Übungen und einer gemeinsamen "Anleitungssprache" zu arbeiten. **Und uns Fragen zu stellen, wie die Eurythmie im 21. Jahrhundert in Resonanz mit dem zeitgenössischen Menschen kommt.**

8. Reflexion IAE Team:

Kerngruppe Eurythmie in der Erwachsenenbildung

Rebecca Ristow, Emmanuel Rechenberg.

In unserer Subgruppe "Eurythmie in Erwachsenenbildung" war die Intention, ein universelles eurythmisches Angebot für den zeitgenössischen Menschen zu entwickeln. Unsere Idee ist, durch eine eurythmische Sensibilisierung die Ich-Entwicklung der Klientinnen und Klienten anzuregen, zu unterstützen und in Bezug auf ihre Leiblichkeit und ihren seelischen Organismus in Resonanz zum Mitmenschen und zur Umwelt zu stärken.

Wir erarbeiteten uns unter bestimmten Gesichtspunkten verschiedene Üb-Einheiten. Folgende drei Aspekte standen im Zentrum:

1. Entwicklung von Übungen und Übungsreihen zum Thema Körperwahrnehmung, Gruppenprozesse und individuelle Reflexion
2. Anmoderation und Durchführung der Übungen
3. Verknüpfung des spirituellen Hintergrunds der Eurythmie mit dem alltäglichen Leben.

Zu Punkt 1

Durch die tägliche künstlerische Auseinandersetzung in verschiedenen Zusammenhängen kommen wir als Dozentin und Dozent in Kontakt mit vielen Phänomenen des zeitgenössischen Lebens, wie zum Beispiel: Abwesenheit von Stille, Nervosität, Körperentfremdung, Depression, soziale Isolation ect. Neben diesem Phänomen steht bei vielen Menschen der Wunsch nach Stärkung der eigenen Souveränität in den Anforderungen des individuellen und beruflichen Lebens und nach einer gesunden Beziehungsfähigkeit in den jeweiligen persönlichen Zusammenhängen.

Im Hinblick auf diese Phänomene entwerfen wir unsere Üb-Einheiten dahingehend, dass wir einen Fokus auf stärkende Faktoren des menschlichen Seins legen. So untersuchen wir zum Beispiel mit den Teilnehmenden die differenzierte Wahrnehmung von Symmetrie und Asymmetrie an der eigenen Gestalt und in der gemeinsamen Gruppenbewegung. Ein weiterer Aspekt liegt in der musikalischen und lautlichen eurythmischen Arbeit, in denen die Teilnehmenden sich als Mitschöpfende des gemeinsamen Prozesses erleben können.

Zu Punkt 2/3

Eine wesentliche Arbeit unseres Duos war die begriffliche Vertiefung und entsprechende Sprachfindung in der eurythmischen Anleitung. Es war uns sehr wichtig, die feineren Ebenen des menschlichen Seins präzise anzusprechen, um so die Klientinnen und Klienten zu befähigen, sich unmittelbar in ihrer ganzheitlichen Wirklichkeit zu erfahren. Weiterhin suchten wir Wege, das individuell Erfahrene kommunizierbar für die jeweilige Gruppe werden zu lassen.

Um die Verknüpfung von Leben und Spiritualität noch greifbarer in der Reflexion einer eurythmischen Einheit zu gestalten, erarbeiteten wir uns verschiedene Formate, um den Gruppenprozess und die darin innewohnenden allgemeingültigen Prinzipien von Leben aufzuzeigen. Auch spielten die künstlerischen Disziplinen Freiheit und Form eine tragende Rolle in unseren Einheiten. Der Begriff des *Situativen Handelns* und der eurythmischen Improvisation wurden von uns weiterentwickelt und mit neuen Erkenntnissen verknüpft.

Es ist uns weiterhin ein großes Anliegen, an der Verschriftlichung unserer Arbeit und der eurythmisch-praktischen Forschung weiterzuarbeiten und das Entwickelte in verschiedenen kollegialen Zusammenhängen anzuwenden.