

Manuella Moema da Silva Pombo

Eurythmie

Witten/Annen Institut für Waldorf Pädagogik



### **Die Nebenübungen und die Eurythmie**

Die Nebenübungen und die Eurythmie: Das sind die beiden Hauptthemen dieser Forschung. Die sechs Übungen bilden einen Weg der menschlichen Selbsterziehung und sind anthroposophisch begründet. Sie wurden von Rudolf Steiner als Mittel zur Harmonisierung und Entwicklung der Seele angegeben und sind wichtig für diejenigen, die eine spirituelle Schulungsweg gehen wollen.

Die Eurythmie ist eine Kunst, die auf dem anthroposophischen Boden entsteht und eine direkte Beziehung zum ganzen Menschen hat. Sie hat das Individuum selbst und seine Bewegungen als Ausdrucksmittel, drückt die Elemente der menschlichen Seele aus, verbindet sich mit dem geistigen Menschen und dem geistigen Wesen der Welt.

Beide - die Nebenübungen und die Eurythmie - sind breite und haben vielschichtige Bereiche, die es zu verstehen und zu erforschen gilt. Beide beziehen sich direkt auf die gegenwärtige Zeit der menschlichen geistigen Entwicklung. Ausgehend von diesem Panorama versucht diese Arbeit, Antworten auf die folgende Frage zu finden: **Warum sind Nebenübungen besonders für diejenigen, die Eurythmie betreiben?**

Die Arbeit befasst sich mit den sechs Übungen, von ihren allgemeineren Aspekten bis zum spezifischen Verständnis jeder Nebenübung; die Eurythmie: ihre direkte Beziehung zum Menschen und ihre Verbindung mit dem Geistigen; und versucht, die Zusammenhänge zwischen den beiden herzustellen.