

Werner Barfod

# BRONNEN VAN DE EURITMIE

Het wezen van de mens  
in dierenriemgestiek en planeetgebaar  
Scholingsmotieven en nieuwe vertolkingsmiddelen  
in de euritmische kunst  
op basis van de antroposofische menskunde

bewerking – samenstelling – vertaling – annotatie

Paul Peter Vink



UITGEVERIJ KABEIROI

De druk van deze band  
werd mogelijk gemaakt door  
schenkingen van  
de Antroposofische Vereniging in België  
de Antroposofische Vereniging in Nederland  
de Federatie Steinerscholen in België  
de Iona Stichting  
de Stichting Euritmie  
de Stichting Podium Euritmie

KaBeiRoi Verlag — Uitgeverij KaBeiRoi  
[www.kabeiroi.ch](http://www.kabeiroi.ch)

Teksten en illustraties met vriendelijke toestemming van

Verlag am Goetheanum  
Dornach, Zwitserland

Verlag Freies Geistesleben  
Stuttgart, Duitsland

ISBN 978-90-828204-0-9  
NUR 743

© Uitgeverij KaBeiRoi  
Arlesheim – Den Haag 2018

Omslag  
Christine Cologne  
Opkomst van de Zon in het dierenriembeeld Ram

Zetwerk en vormgeving: KaBeiRoi  
Druk en bindwerk: Druckhaus Nomos  
Sinzheim / Duitsland

## INHOUD

Vanuit de scheppende kracht van het Woord . . . . .	IX
Voorwoord . . . . .	XIII
Verantwoording . . . . .	XV
Inleiding . . . . .	XXI
Boek I	
De euritmische dierenriemgestes en het wezen van de mens . . . . .	23
Twaalf oeruitdrukkingvormen van het menselijk zielelichaam in zijn wisselwerking met de wereld	
Boek II	
De euritmische planeetgebaren en het wezen van de mens . . . . .	43I
Zeven streefrichtigen van het Ik in de ziel	
Boek III	
Het bovenzinnelijke wezen van de mens in de euritmie . . . . .	615
Scheppend vormgeven vanuit het Ik	
Boek IV	
Euritmie en innerlijke ontwikkeling	
Euritmische oefeningen en meditaties als brug tussen Ego en Ik . . . . .	817
Appendices . . . . .	883
Glossarium . . . . .	1215
Enkele begrippen uit de antroposofische geesteswetenschap	
Referentielijst Nederlandse vertalingen . . . . .	133I
Rudolf Steiner Gesamtausgabe — [GA ---]°	
Literatuur . . . . .	134I

‘Het Woord stroomt werkzaam door de wereld,  
en de vormen van de wereld houden het Woord vast.’

Rudolf Steiner

# BOEK I

DE EURITMISCHE DIERENRIEMGESTES  
EN HET WEZEN VAN DE MENS

TWAALF OERUITDRUKKINGSVORMEN VAN HET MENSELIJK ZIELELICHAAM  
IN ZIJN WISSELWERKING MET DE WERELD

# INHOUD

## INLEIDING

- 43 -

## DEEL I

### GESTALTE EN BEWEGINGSMOGELIJKHEDEN VAN DE MENS ALS OPENBARING VAN HET WOORD

Dierenriem – Mensenwezen – Kosmische gestiek – Woordeuritmie

— 45 —

I

Dierenriem en menselijke gestalte . . . . .	49
1.1. De werking van de dierenriem in de embryonale vormingspro- cesen. De drie mensen in de mens: de hoofd-, borst- en ledematenmens. . .	50
1.1.1. Ram – Stier – Tweelingen – Kreeft. De mens wordt gevormd vanuit het universum. Het hoofd ontstaat als het bovenste deel van de menselijke gestalte . . . . .	52
1.1.1.1. Samenvatting – De vierledige opbouw van de hoofdmens . . .	54
1.1.2. Leeuw – Jonkvrouw – Weegschaal – Schorpioen. De mens wordt van binnenuit gevormd. Het middelste gedeelte van de gestalte vormt zich; de borst en het onderlichaam ontstaan . . . . .	55
1.1.2.1. Samenvatting – De vierledige opbouw van de borstmens . . .	58
1.1.3. Boogschutter – Steenbok – Waterman – Vissen. De krachten afkomstig uit deze vier gebieden van de dierenriem werken van onderen af door tussenkomst van de aarde indirect vormend aan de menselijke gestalte; de ledematen ontstaan . . . . .	59
1.1.3.1. Samenvatting – De vierledige opbouw van de ledematenmens. .	61
1.1.4. Terugblik – de kosmische geboorte van ‘de drie mensen’ in de mens. . . . .	62
1.2. De werking van de dierenriem in het evolutionaire scheppingsproces. De geleding van de menselijke gestalte. Dagboog en nachtboog van de dierenriem . . . . .	63
1.2.1. De nachtboog van de dierenriem. De voeten, de onderbenen, de knieën, de bovenbenen, het geslachtsorgaan, en het bekken in samenhang met de wezenswerkingen van het dierenriemgebied Vissen tot en met het dierenriemgebied Weegschaal . . . . .	68

## INHOUD BOEK I

1.2.2. De dagboog van de dierenriem: De buik, het hart, de borst, de schouders, de nek en het hoofd in samenhang met de wezenswerkingen van het dierenriemgebied Jonkvrouw tot en met Ram . . . . .	68
2	
De dierenriem in de euritmie . . . . .	75
2.1. De dierenriemgestes . . . . .	76
2.2. De kosmische vormprincipes van de dierenriemgestes . . . . .	79
2.2.1. De vormkrachten van de twaalf dierenriemgestes nader beschreven . . . . .	82
2.2.2. Het kosmisch-etherische evenwicht tussen enerzijds, de spiralende en de stralende vormprincipes van de euritmische dierenriemgestes, en anderzijds de enkelvoudige en de tweevoudige beweging van de daarbij behorende euritmische klankgebaren . . . . .	87
2.2.2.1. De euritmische dierenriemgestes opgebouwd uit het spiralende vormprincipe en de bewegingseigenschappen van de daarbij behorende euritmische medeklinkergebaren . . . . .	88
2.2.2.2. De euritmische dierenriemgestes opgebouwd uit het stralende vormprincipe en de bewegingseigenschappen van de daarbij behorende euritmische medeklinkergebaren . . . . .	89
2.2.2.3. Het kosmisch-etherische evenwicht tussen euritmische dierenriemgestes en medeklinkergebaren . . . . .	90
2.2.2.3.1. Het kosmisch-etherische evenwicht tussen gestes en medeklinkers in de groep gestes waarvoor de straal kenmerkend is . . . . .	90
2.2.2.3.2. Het kosmisch-etherische evenwicht tussen gestes en medeklinkers in de groep gestes waarvoor het vormprincipe van de spiraal bepalend is . . . . .	91
2.3. De dierenriemgestes en het wezen van de mens . . . . .	92
2.3.1. De twaalf dierenriemgestes openbaren oerbeeldig de twaalf relationele kwaliteiten en competenties waarover de menselijke ziel beschikt in wisselwerking met de wereld . . . . .	93
2.3.1.1. De beweging door de nachtboog van de dierenriemcirkel – de sfeer van het denken ontvouwt zich . . . . .	94
2.3.1.2. De beweging door de dagboog van de dierenriemcirkel – de sfeer van de wil ontvouwt zich . . . . .	96



# BOEK II

DE EURITMISCHE PLANEETGEBAREN  
EN HET WEZEN VAN DE MENS

ZEVEN STREEFRICHTIGEN VAN HET IK IN DE ZIEL

# INHOUD

## INLEIDING

- 443 -

## DEEL I

### DE EURITMISCHE PLANEETGEBAREN

- 447 -

I

Rudolf Steiners karakterisering van de euritmische planeetgebaren – 1914 en 1924 . . . . . 451

2

Het opbouwen van de zeven planeetgebaren uit kleur, vormkracht en bewegingssignatuur . . . . . 457

2.1. De specifieke vormkrachtensignatuur van elk van de zeven planeetgebaren . . . . . 457

2.2. De specifieke plaats van het bewegingscentrum van elk van de zeven planeetgebaren . . . . . 458

2.3. De specifieke kleurendrieklank vanwaaruit elk van de zeven planeetgebaren wordt gevormd . . . . . 459

3

De menskundig-kosmologische basis van de zeven euritmische planeetgebaren . . . . . 461

3.1. De zeven zijnswijzen, respectievelijk streefrichtingen van het Ik in de ziel vinden hun uitdrukking in de planeetgebaren. . . . . 462

3.1.1. Het Zongebaar – de gehele mens wordt tot uitdrukking gebracht . . . . . 462

3.1.2. Het Venusgebaar – het liefhebbende, toegewijde wezen van de mens wordt tot uitdrukking gebracht . . . . . 463

3.1.3. Het Mercuriusgebaar – het egoïstische wezen van de mens wordt tot uitdrukking gebracht . . . . . 463

3.1.4. Het Marsgebaar – het agressie vermogen van de mens wordt tot uitdrukking gebracht . . . . . 463

## INHOUD BOEK II

3.1.5. Het Jupitergebaar – de wijsheid schenkende activiteit van de mens wordt tot uitdrukking gebracht . . . . .	464
3.1.6. Het Saturnusgebaar – de diepzinnigheid van de mens als vermogen wordt tot uitdrukking gebracht . . . . .	464
3.1.7. Het Maangebaar – het scheppingsvermogen van de mens wordt tot uitdrukking gebracht . . . . .	464
3.2. De mens leeft enerzijds sferisch en anderzijds centrisch in de euritmische planeetgebaren . . . . .	465
3.3. Twee werkingsrichtingen van de menselijke wezensdelen . . . . .	468
3.3.1. Fysieke lichaam: vorm en substantie . . . . .	469
3.3.2. Etherlichaam: gerichtheid naar binnen en naar buiten . . . . .	469
3.3.3. Astraallichaam: streefrichting en zijswijze . . . . .	469
3.3.4. Ik: hoger Ik en Ego . . . . .	472
4	
De euritmische planeetgebaren nader beschreven . . . . .	475
4.1. Het Zongebaar. . . . .	475
4.2. De benedenzonnige planeten: Venus, Mercurius . . . . .	476
4.2.1. Het Venusgebaar . . . . .	477
4.2.2. Het Mercuriusgebaar . . . . .	478
4.3. Het Maangebaar . . . . .	479
4.4. De bovenzonnige planeten: Mars, Jupiter, Saturnus . . . . .	481
4.4.1. Het Marsgebaar . . . . .	481
4.4.2. Het Jupitergebaar . . . . .	482
4.4.3. Het Saturnusgebaar . . . . .	483

## DEEL II

### DE EURITMISCHE KLINKERGEBAREN

– 485 –

## 5

Het ontstaan van de klinkers in weerklank op de geestelijke werking van de planeten in het gebied van de menselijke organen . . . . .	489
5.1. Hoe kan het ontstaansproces van de klinkers euritmisch worden beluisterd? De overgang van planeetgebaar naar vocaalgebaar . . . . .	491

# BOEK III

HET BOVENZINNELIJKE WEZEN VAN DE MENS  
IN DE EURITMIE

SCHEPPEND VORMGEVEN VANUIT HET IK

I N H O U D

INLEIDING

- 625 -

DEEL I

HET BOVENZINNELIJKE WEZEN VAN DE MENS IN DE EURITMIE

- 629 -

I

De wetmatigheden van het fysiek lichaam, het etherlichaam,  
het astraallichaam en het Ik scheppen de voorwaarden  
voor het euritmisch bewegen in ruimte en tijd . . . . . 633

2

De euritmische beweging menskundig beschouwd . . . . . 637  
2.1. Het objectgerichte bewegen en het euritmische bewegen . . . . . 637  
2.2. De euritmische beweging heeft zijn draagvlak in het etherlichaam . . 640

3

De tweevoudige woordwerking van de Logos in het menselijke  
etherlichaam . . . . . 643

4

De twaalf wetmatigheden van het astraallichaam . . . . . 645

5

De tweevoudige werking van de Logos in verbinding met het Ik. . . . . 649

6

Door alle vertolkingsmiddelen tezamen openbaart zich de gehele  
mens als woordwezen . . . . . 651

7

Het geheel van de vertolkingsmiddelen in zeven stappen . . . . . 655

## DEEL II

### HET ADEMEN VAN HET IK IN DE WEZENSDLEN

— 659 —

8

Het ademen van het Ik in de wezensdelen schept de voorwaarden voor het vormgeven van euritmische processen vanuit de kosmische woordkrachten . . . . .	667
8.1. Bezielde bewegen vanuit het Ik in verbondenheid met de elementen <i>licht, warmte en lucht</i> . . . . .	667
8.1.1. Het microkosmische mensenwezen en de ontwikkelingsweg van het Ik in de euritmie . . . . .	667
8.1.2. De verschijningsvormen van het oerbewegingspaar uitbreiden ⇔ samentrekken binnen de vier zijslagen van het mensenwezen . .	670
8.1.3. Het Ik in denken, voelen en willen en zijn verhouding tot het complementaire bewegingspaar uitbreiden ⇔ samentrekken binnen de vier wezensdelen . . . . .	673
8.1.3.1. De verhouding van het Ik in denken, voelen en willen tot de bewegingsrichtingen van de driedimensionale euclidische ruimte en de wetmatigheden van het fysieke bewegingsorganisme. . . . .	673
8.1.3.2. De verhouding van het Ik in denken, voelen en willen tot de drie dimensies van de polaireuclidisch-etherische ruimte en de wetmatigheden van het etherische bewegingsorganisme. . . . .	673
8.1.3.3. De verhouding van het Ik tot de bewegingswetmatigheden van het astraallichaam en de geestelijke werkingssferen van de dierenriem. .	674
8.1.3.4. De bewegingswetmatigheden van het Ik in zijn verhouding tot de drie wezensdelen en tot de geestelijke werkingssferen van de planeten. . . . .	675
8.2. De drie oerfenomenen licht-adem, warmte-adem en levens-adem . .	676
8.2.1. Het oerfenomeen van de licht-adem . . . . .	677
8.2.2. Het oerfenomeen van de warmte-adem . . . . .	678



# BOEK IV

# EURITMIE EN INNERLIJKE ONTWIKKELING

EURITMISCHE OEFENINGEN EN MEDITATIES  
ALS BRUG TUSSEN EGO EN IK

# INHOUD

## INLEIDING

— 823 —

1

Scholingsmotieven in de euritmie . . . . .	827
1.1. De eerste oefeningen die Rudolf Steiner gegeven heeft om zowel de bewegende als de sprekende mens in de euritmie tot ontwikkeling te brengen. . . . .	827
1.1.1. De eerste oefening . . . . .	827
1.1.2. De tweede oefening . . . . .	828
1.1.3. De derde oefening . . . . .	829
1.1.4. De vierde oefening . . . . .	830
1.1.5. De vijfde oefening . . . . .	831
1.1.6. De zesde oefening . . . . .	832
1.1.7. De zevende oefening . . . . .	833
1.2. IAO – het octaaf. . . . .	834
1.3. De weg door de eerste acht oefeningen in vogelvlucht . . . . .	836

2

Zeven euritmische meditaties . . . . .	839
2.1. De IAO-meditatie. . . . .	840
2.2. Licht stroomt opwaarts – zwaarte drukt neerwaarts . . . . .	841
2.3. De pentagram-meditatie . . . . .	843
2.4. De euritmische kleurgestes . . . . .	845
2.4.1. De blauwgeste . . . . .	846
2.4.2. De groengeste. . . . .	846
2.4.3. De geelgeste. . . . .	846
2.4.4. De oranjegeste . . . . .	847
2.4.5. De roodgeste . . . . .	847
2.4.6. De donkerpaarsgeste. . . . .	847
2.5. Hallelujah . . . . .	848
2.6. De zes lichaamshoudingen van Agrippa von Nettesheim – ‘Ik denk het spreken ...’ . . . . .	850
2.7. De TAO-meditatie . . . . .	855

## INHOUD BOEK IV

3

Het met elkaar verbinden van de aardse en de kosmische mens

IAO en TAO . . . . .	857
3.1. Euritmie als bewegende, bewogen woordkunst is de mens . . . . .	858
3.2. De euritmische klankmeditaties IAO en TAO . . . . .	861
3.2.1. Verwondering, medelijden, geweten . . . . .	861
3.2.2. De IAO-meditatie . . . . .	862
3.3.2. De TAO-meditatie . . . . .	864

4

Euritmische oefeningen en meditaties als brug tussen Ego en Ik . . . . .	869
4.1. De rechtopstaande mens tussen hemel en aarde. . . . .	869
4.2. Licht stroomt opwaarts – zwaarte drukt neerwaarts . . . . .	870
4.3. Aarde, water, lucht, vuur . . . . .	870
4.4. Gebondenheid aan de aarde . . . . .	870
4.5. Het oergebaar van het zich samentrekken en het zich uitbreiden . . . . .	871
4.6. Het inwerken van de zielekrachten op de gestalte . . . . .	872
4.7. Licht-adem, warmte-adem, levens-adem . . . . .	874
4.8. De drie euritmische uitdrukkingvormen voor het Ik in de ruimte . . . . .	875
4.9. De zes lichaams-houdingen van Agrippa von Nettesheim als euritmische meditatie . . . . .	876
4.10. De IAO-oefening . . . . .	877
4.11. Twee sleuteloefeningen: Schouw in je – schouw om je / Wij zoeken de ziel – Voor ons straalt de geest. . . . .	878
4.12. De kleurgestes . . . . .	879
4.13. De metamorfosen van de klinkers als incarnatieweg van het Ik . . . . .	880
4.14. TAO . . . . .	880
4.15. De euritmie meditatie-spreuk . . . . .	881