

bewegung. mar . . . sch; so entsteht " Marsch". Und nun denken Sie, Sie sagen zu einem Kinde: " Marsch, fort!" Das heisst, veräufte so schnell wie möglich, damit es . . . sch ist.

Suchen Sie mit dem r, was r macht am Anfang und am Ende. Das sind sehr gelungene Uebungen, besonders wenn man selbst solche Dinge findet.

Geübt mit Frau Dr.: Morgenstern: " " O Nacht, du Sternenbronnen" als Uebungen für o, o-Lautstimmung. Morgenstern " an Viele" " an Manche" " an Einige" auf e gestimmt.

Sau Ag, 27. Juli 1911 (2)

Dr. Steiner: Sie müssen versuchen, von den Lauten aus zurückzuwirken auf die Stimmbildung, indem Sie empfinden lernen, wie man sich bei gewissen Lauten innerlich halten muss. Wir hatten gesehen, dass a, o, u, so sind, dass sie im beruhigten Menschen entstehen, e und i im bewegten, erregten Menschen. Nun ist es wichtig, dass Sie e und i in ihren feineren Unterschieden auf den eigenen Organismus wirken lassen. Dann werden Sie bemerken, der Laut e, der etwas Nervöses hat, wenn er hineinverwoben wird in andere, der alles auf dieses Nervöse hin-

treibt, ist zugleich derjenige, der am besten einen feststehenden Gedanken ausdrückt, ein dictum, derjenige, der geübt werden soll bei Monologen; der am meisten dazu Veranlassung gibt, dass der Mensch sich zu tun macht mit sich selbst. Die in sich Hineinbrütenden lieben den e-Laut. Wichtig ist er daher für die Konsolidierung der Sprachorgane, denn er dient dazu, den Nervenstrom nach innen zu senden, dazu, dass der Mensch die Nervenkraft in sich selber hineintreibt. Folgende Uebung hundertmal in 14 Tagen geübt (ebenso die folgenden) ist mehr wert als alles Stellen der Sprachorgane.

Lebendige Wesen treten wesendes Leben hinaus.

Beim i ist es nun so, dass die Nervenkraft sofort der Ausatmung folgt und nach aussen wirkt. Diesen feineren Gegensatz muss man wirken lassen durch den Sprachorganismus.

i trainieren ist geeignet, mehr in das Ueberzeugende hineinzuwirken; während das innerliche Hinsinwirken der Nervenkraft bewirkt wird durch e. Sie werden herausfinden die unglaublich nette, vibrierende Wirkung der folgenden Uebung:

Wirklich findig wird Ich im irdischen Lebenswesen.
Im irdischen Lebenswesen wird Ich wirklich findig.

Fühlen können Sie, wie ein aufströmender Strom geht im i durch den Sprachorganismus, und Sie müssen dann bei " irdischen" die Nervenkraft umkehren, wenn Sie zum e übergehen. Wenn dem i ein e zugesetzt wird, so wird der Sprachorganismus zwar angeregt, nach aussen den Strom zu leiten, aber dann verdichtet er ihn, hält ihn fest, holt sich zurück:

Die Liebestriebe wertere nicht gering.

