

Dr. Steiner: Man muss sich beim Sprechen von Wort zu Wort fortgetragen fühlen. Man wird frei werden im Sprechen, wenn man spricht mit der Luft so, dass man sich selbst hören kann bei jedem Wort. Das Sprechen muss sein ein Weben in der Luft. Vor sich hört man sich, und man gibt nur eine Art Echo auf das, was man vor sich wie unpersönlich draussen hat. Jeder kann sprechen, der hören kann! Die Menschen können nicht hören. Der Sprachorganismus lebt sich hinein in ein richtiges Hören. Für das Ueben viel Geduld, die Anfänge sind etwas ganz anderes, als das, was nachher wird. Keine Silbe, kein Laut darf verloren gehen. Daher ist es gut, die Silben, die sonst beim Sprechen mehr verschwinden, Uebend hervorzuheben, indem man spricht z.B nicht "Freundrl" sondern "Freund e r l". *In jede Silbe muss man mit dem Ton hineingehen.*

Protzig preist

Bäder brünstig

polternd putzig

bieder bastelnd

Puder patzend

bergig brüstend.

II.

Mittwoch, 19. Juli 1922

Uebung für allmählich herauszugebenden Atem:

In den unermesslich weiten Räumen

in den endenlosen Zeiten

in der Menschenseele Tiefen

in der Welten Offenbarung

suche des grossen Rätsels Lösung.

(Vor jeder Zeile einatmen. Die vier ersten Zeilen in sich steigernder Erwartung, die fünfte ganz zusammengefasst gesprochen.)

Lalle Lieder lieblich, lipplicher Laffe,

lappiger, lumpiger, laichiger Lurch.

(Kontraste herausbringen zwischen erster und zweiter Hälfte. Das l anders modulieren vor jedem anderen Vokal. Reale Vorstellung eines vor dem Sprechenden sitzenden Frosches.)

Dr. Steiner: Es kommt darauf an, einen Konsonanten in seinen verschiedenen Varianten zu erfühlen. Jeder Konsonant macht sich plastisch, wenn man fühlt, wie die Sprachorgane sich anders bewegen durch die Nachbarschaft verschiedener Vokale. Dann erst bekommen die Konsonanten die freie Möglichkeit, zwischen Vokalen gehört zu werden.

Alles, was unter dem Kehlkopf geschieht, hat nur die Aufgabe, die Luft zuzubereiten, hat mit dem Sprechen nichts zu tun.

Stark Stossiges in der Stimme kann weggeübt werden durch runde eurythmische Bewegungen.

Beim Rezitieren muss das Gedankliche weg. Nur im Laut leben! Der Gedankeninhalt muss bei der Rezitation als etwas Selbstverständliches leben. Gedankliches in der Rezitation zu verlangen, ist, wie wenn man verlangt, eine Statue solle einem entgegengehen.

Es schnappt in der Deklamation erst ein, wenn man die Sache nicht mehr abzulesen braucht. "Auswendig Gelerntes" wird man (allerdings) nie deklamieren können. Nur was einem selbstverständlich in der Seele lebt, kann deklamiert werden. Diesen Moment des Einschnappens muss man erleben. Am besten rezitieren kann man, was man vor dreissig Jahren auswendig gelernt hat.

Wenn man den Ton sehr spitz hat, ist es gut, die Ahrimanszenen zu üben, wobei Gelegenheit ist, den Ton in die Backe zu pressen.

Gut ist es, zu versuchen, gegen Hindernisse, die man sich selbst macht, zu sprechen (Demosthenes), damit man beim Ueberwinden dieser Hindernisse umso mehr Kraft entfaltet.

Und um sich vom Sinne der Worte, vom rein Gedanklichen frei zu machen und in den Laut hineinzukommen, ist es gut, die Worte zuerst richtig aussprechen zu lernen, dann aber gleich darauf sie umgekehrt zu sprechen, besonders solche Worte, die Doppelkonsonanten haben, z.B. wollen - nellow, Seele - eless, Ave - eva. Das ganze Innige, was im Ave lautlich liegt, bekommt man dadurch. - Den eigenen Ton miterleben lernen beim Ueben.

Für die folgende Uebung stelle man sich vor, dass die Zunge beim Laut s eine Art Kahn bildet, der den Laut nach vorn trägt. Die Stimme stellt sich ganz von selbst, wenn man in die richtigen Laute hineinkommt:

Sende aufwärts - sehrend Verlangen  
sende vorwärts - bedachtes Streben  
sende rückwärts - gewissenhaft Bedenken.

(Steigernd bis zur Festigkeit am Schluss.)

-----  
III.

Donnerstag, 20. Juli 1922

Uebung für Sinnabteilung:

Nimm mir nicht, was - wenn ich freiwillig  
dir es reiche - dich beglückt.

(Den Nebensatz im Ton etwas fallen lassen, den Schluss vom Hauptsatz im gleichen Ton wieder aufnehmen. - Lippen spielen lassen!)

Weitere Artikulationsübungen, die allmählich immer schneller gemacht werden müssen:

Pfiffig pfeifen  
pfäffische Pferde  
pflegend Pflüge  
pferchend Pfirsiche.