

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 Üben 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, übend hervorzuheben, indem man spricht zum Beispiel nicht "Freundrl", sondern "Freund e r l".

Protzig preist

Bäder brünstig

polternd putzig

bieder bastelnd

Puder patzend

bergig brüstend.

---

II.

Mittwoch, 19. Juli 1922

Übung 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 steigern-der 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 verlangte, 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 Überwinden dieser Hindernisse um so 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, zum Beispiel wollen - nellow, Seele - elees, Ave - eva. Das ganze Innige, das im Ave lautlich liegt, bekommt man dadurch.

Den eigenen Ton miterleben lernen beim Üben.

Für die folgende Übung 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

Übung für die 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!)