

Rhythmisieren

Inhalt

Der Frühling auf der Nordhalbkugel.....	1
Die aufbauenden Kräfte	1
Die Kräfte im Umkreis der Erde	2
Die neue Aktivität	3
Der Bach mäandert, wenn man ihn lässt..	3
Rettung des Frühlings	4
Wozu lässt sich rhythmisiertes Wasser verwenden?	4
Die Rhythmusformen des Frühlings	4
Die Kraft der liegenden Acht	5
Die aufgehende Blüte.....	5
Die Löwenpranke.....	5
Der Ausgleich der Kräfte	6
Rhythmisieren kann nicht geschützt werden.....	6

Der Frühling auf der Nordhalbkugel

Die Kirschbäume im Rebland von Peter G. standen in voller Blüte, als Mitte April die Temperaturen in der Nacht auf minus 4 Grad sanken. Der Kälteeinbruch zu diesem Zeitpunkt war besonders heikel, da die Blüten erfrieren konnten. Überspannte Netze schützten die Obstanlagen ein wenig vor der Kälte, als aber gleichzeitig Schnee fiel, erhöhte sich die Gefahr, dass die Schneefahne die Konstruktion zusammenbrechen ließ. Einige Weinbauern beregneten deshalb ihre Rebstöcke. Das hält die Kälte von der Blüte für eine gewisse Zeit fern. Andere Weinbauern

stellten großflächig in den Rebgrärten Ölfässer auf und brannten darin Feuer ab, um ihre Reben mit einer Wolke aus Wärme zu schützen. Was Peter G. und seinen Kollegen geschehen war, kannten sie schon aus früheren Jahren. Sie fürchteten schon etliche Male, ihre Blüten im Frühling zu verlieren.



Im Umkreis der Erde erscheinen ab Januar auf der Nordhalbkugel aufbauende Kräfte überall da, wo es Wasser gibt. Diese bilden den Frühjahrs-Impuls. Der Herbst-Impuls stellt im Wasser Struktur- und Formkräfte her, die sich ab Mitte des Jahres über die Nordhalbkugel ausbreiten.

Die aufbauenden Kräfte

So wie den Rebbauern geht es heute vielen Menschen, unabhängig davon, ob sie nun Wein produzieren oder nicht, denn sie brauchen wie auch die Pflanzen den Frühling mit seinen aufbauenden Kräften. Trotz der alljährlich steigenden Lichtintensität, sorgten zuletzt Kälteeinbrüche zur Unzeit, Dürren, Starkregen, ausgetrocknete Böden und fehlender Regen für Verunsicherung. Es verbreitet sich einfach keine gute Laune, wenn im Januar die Schneeglöckchen in der Erde bleiben. Die Erde in Verbindung mit der Sonne markiert zwar noch immer exakt zum 21. Juni das Ende des Frühlings und den Beginn

des Sommers, aber all das geschieht gewissermaßen nur auf dem Papier, die Realität auf der Erde ist eine andere.

Normalerweise beginnt in Mitteleuropa der Vorfrühling mit den ersten Blüten der Schneeglöckchen, der Vollfrühling wird mit dem Blühbeginn der Apfelbäume erreicht. Dieser Zeitraum, in dem die Natur erwacht und heranwächst, wird in den letzten Jahrzehnten immer häufiger von Extremwetter heimgesucht. Zwar wird der Tagbogen der Sonne vom 21. Dezember an zuverlässig größer, aber die zu erwartenden Temperaturen und Wetterlagen des neuen Jahres bleiben aus. Das Wetter hält sich in manchen Jahren kaum noch an den natürlichen Jahresablauf. Unter dem Eindruck von Hagel im März, Schneestürmen im April und Überflutungen im Mai hat es den Anschein, als sei das Leben aus dem Gleichgewicht geraten.

Die Kräfte im Umkreis der Erde

Es besteht kein Zweifel, dass für den vollen Verlust des Frühlings der weltweit wirksame Wandel beim Klima verantwortlich ist. Lindern kann diese Not nur, wenn die Menschen lernen, stärker auf den wahren Zustand der Erde zuzugehen. Was immer das Leben auf dem Planeten klimatisch gefährdet, muss vom Menschen als Chance verstanden werden. Deshalb fragen wir danach, wie die noch übrig gebliebenen Jahreszeitenkräfte aufgefangen und verstärkt werden können. Diese befinden sich im Umkreis der Erde, wenn auch bereits in abgeschwächter Form. Was an Lebenskräften zum

Frühjahr und im Herbst noch vorhanden ist, wird jeweils an den Wasserkörper der Erde weitergegeben. Das Wasser der Erde nimmt zum Anfang des Jahres die Frühjahrskräfte in sich auf, zum Beispiel gelöst

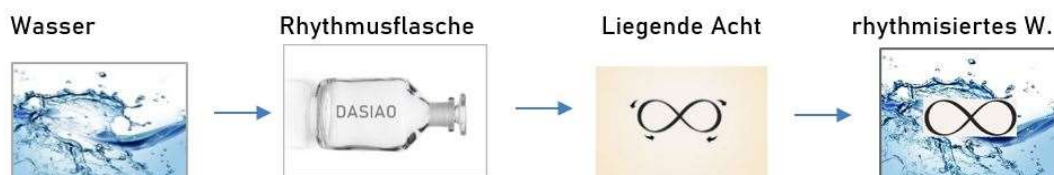
als Wasserdampf in der Atmosphäre oder flüssig im Erdreich als Grundwasser oder als Oberflächenwasser. Dasselbe geschieht mit den Herbstkräften ab der

Jahresmitte. Die Übertragung der Eigenschaften reicht bis ins Trinkwasser der Menschen und Tiere und in das Gießwasser der Pflanzen. Mit jedem Schluck Wasser nehmen wir einen Teil der verfügbaren Aufbaukräfte im Frühjahr in uns auf oder aber assimilieren die Formkräfte, die uns im Herbst Struktur und Richtung verleihen. Was an diesen Kräften durch den Klimawandel schon verloren gegangen ist, lässt sich erahnen, wenn wir von einem nicht rhythmisierten Wasser kosten. Es wird uns fad und kaum lebendig erscheinen.

Aber wir können den Verlust ersetzen, wenn wir bereit sind, den Schaden durch die Rhythmisierung von Hand wettzumachen und frisch schmeckendes DASIAO-Wasser herzustellen. Dies geschieht mithilfe einer Schüttelflasche. In ihr wird das eingefüllte Wasser den speziellen Rhythmen des Frühjahrs bewegt, in Formkurven, die dem Lebendigen abgelascht sind.



Wie kann ich mein
Verständnis für Wasser
an die Umstände
des Klimawandels
anpassen?



Die neue Aktivität

Wir nehmen zum Rhythmisieren Wasser in Zimmertemperatur. Damit befüllen wir die DASIAO-Flasche bis zur Hälfte. Die Flasche verschließen und das Wasser, das in der Flasche eingeschlossen ist, für 5 bis 10 Minuten rhythmisieren. Die Rhythmusflasche mit 1000ml Volumen ist aus hochwertigem, stabilem Kalk-Soda-Glas. Mitgeliefert wird ein eingeschliffener Glasstopfen. Er schließt die Flasche dicht ab. Die Flasche ist supereinfach in der Handhabung.

Der Bach mäandert, wenn man ihn lässt

Das Geschäftsmodell hat ausgedient, nach dem die Natur zu 100 Prozent liefert und der Mensch zu 150 Prozent den Nutzen davonträgt. Wenn wir dieses Verhältnis der Realität nicht anpassen, geht das Klimasystem vollends den Bach runter.



Die liegende Acht als Beispiel für die Rhythmusformen des Frühlings, die dem Mäander des Bachlaufs ähneln – Mehr dazu auf Seite 4 und 5

gewillt, aus der Gerade heraus- und in das Gebogene hineinzugehen, also fortwährend Kurven zu bilden. Die Neigung des Wassers zu Kehren bleibt bestehen, wann immer auf der Erde das Wasser ins Fließen kommt. Es gehört wie das Fließen selbst zu seinem Charakter. Weitere Merkmale sind das Durchscheinende des Was-

Wie der Mensch, alle Tiere und Pflanzen unterliegt auch der Bach der Gravitation. Nur dieser Urkraft wegen fließt das Wasser zwischen den Wiesen talwärts. Aber warum macht der Bach diese seltsamen Kurven? Warum mäandert er? Das fließende Wasser eines Bachs bildet den Anfang eines Wirbels nach rechts und lässt diesem den Anfang eines Wirbels nach links folgen. Beide Figuren fügen sich aneinander und wiederholen sich, sodass der natürliche, typisch gewundene Bachverlauf entsteht. Voraussetzung dafür ist, dass man den Bach nicht zwingt, von seiner Vorliebe abzuweichen. Er scheint konstant

sers und die Spiegelung der blauen oder grauen Farbe des Himmels auf seiner Oberfläche.

Trifft das Fließwasser auf ein Hindernis, so wirkt es wie ein Impuls, der das Wasser veranlasst, spiralförmige Wirbel zu bilden. Reiht man diese Wirbel aneinander, ergeben sie einen Rhythmus aus gebogenen Formen. Diese Formen bleiben dem Wasser eine Weile erhalten, solange nämlich, bis ein anderes Hindernis einen neuen Rhythmus setzt. Wir werden noch sehen, dass es diese Eigenschaft des Wassers ist, die es in die Lage versetzt, Lebenskräfte

in sich aufzunehmen und an den Menschen weiterzugeben. Mit seinen Wirbeln bewahrt es gleichsam, was sich auf seinem Weg in die Zukunft ereignet. Es ist nicht falsch, in diesem Zusammenhang vom Gedächtnis des Wassers zu sprechen.

Rettung des Frühlings

Jeder Mensch ist zwar nur ein Teil des Weltganzen, dennoch vermag es nur der Einzelne, das lädierte, wenn nicht bereits kaputte Klimasystem der Erde zu retten. Jeder auf der Nordhalbkugel ist daher gefordert, in sein Wasser Lebenskräfte hineinzuschaffen, um den ganz eigenen Frühling zu verlebendigen und damit zugleich den Frühling der nördlichen Erde ein Stückweit zu stützen. Voraussetzung dafür ist, dass wir uns dem Wasser auf neue, einfühlsame Weise nähern und das Impulsgeschehen und Wirbelverhalten des Wassers verstehen. Mit diesem Verständnis wird es möglich, zu sagen, wie das Wasser die Lebenskräfte aufnimmt und sie demjenigen zur Verfügung stellt, der es trinkt oder auf andere Weise verwendet. Bevor dieses Ritual im großen Maßstab mit vielen Menschen in vielen Ländern geschehen kann, ist das Rhythmisieren Sache jedes einzelnen. Jede und jeder ist willkommen, als „Rhythmusgeber“ die im Wasser vorhandenen Jahreszeitenkräfte selber zu verstärken.

Wozu lässt sich rhythmisiertes Wasser verwenden?

An erster Stelle steht die Verkostung des selbst gemachten Frühlingswassers und zum Beispiel das Gießen der Pflanzen mit diesem Wasser. Auch für Tiere ist es eine Wohltat. In Workshops lassen sich die

Fließeigenschaften des Frühlings- und Herbstwassers beobachten und für die bessere Erinnerung anschließend zeichnen oder malen. Das stärkt unsere Aufmerksamkeit und führt sie in die Begegnung mit der Welt und ihre Lebensbedingungen. Man kann bei einer Verkostung des rhythmisierten Wassers sensorisch die Verlebendigung des Wassers empfinden und schmecken. Zusätzlich lässt sich der positive Effekt anhand der verbesserten Fließeigenschaften des Wassers in bildgebenden Experimenten nachweisen.



*Schüttelflasche für Erwachsene:
1000 ml.*

Die Flasche für Schüler und Senioren hat 350 ml.

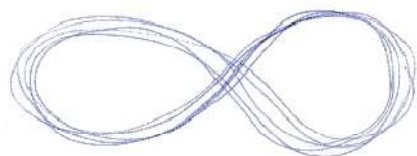
Die Rhythmusformen des Frühlings

In gutem Quellwasser und reinem Grundwasser befinden sich, für die Augen unsichtbar, die jahreszeitlichen Klimakräfte. Wenn wir Wasser in der Schüttelflasche rhythmisieren, verstärken sich diese Kräfte. Dabei kommen verschiedene Herangehensweisen in Betracht, die nach Frühjahr und Herbst unterschieden werden. Diesem Umstand tragen die DASIAO-Formen Rechnung. Im Folgenden konzentrieren wir uns auf die aufbauenden Lebenskräfte für das Frühjahr. Die Formen haben gemeinsam, dass sie runde Formen bilden, die sich wiederholen.

Die Kraft der liegenden Acht

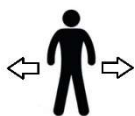


Diese Form ist auch unter dem Namen Lemniskate bekannt. Das griechische Wort bedeutet wörtlich übersetzt „Schleife“. Sie ist eine geometrische Kurve in der Form einer liegenden Acht. Sie ist das Symbol der immerwährenden Bewegung. Mit der rhythmischen, sich wiederholenden Bewegung werden die Kräfte des Frühlings verstärkt.



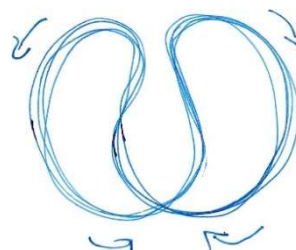
So geht's: Stelle die Füße und Beine schulterbreit auf. Nimm die Flasche waagrecht in die Hände und bewege sie in der Lemniskatenform zwischen rechts und links und von links nach rechts. Die wechselnde Richtung macht es erforderlich, dass wir oben und unten im Gleichgewicht bleiben. Die Mitte sollte genau im Schnittpunkt zwischen rechts und links sowie zwischen oben und unten sein. Die Bewegung kann auch in umgekehrter Richtung ausgeführt werden, da es auf den Ausgleich und die vollkommene Balance und Harmonie ankommt.

Die aufgehende Blüte



Die waagrecht gehaltene Flasche wird in der Mitte vor dem Körper so nach rechts und links bewegt, dass sie eine dem Bild gemäße Figur beschreibt.

Beide Hälften der Figur sind fast an der tiefsten Stelle miteinander verbunden. Der Kreuzungspunkt bekommt aufstrebende Kräfte von außen, steigt in der Mitte auf, öffnet sich und fällt auf der Außenbahn wieder in die Schwere. Vom Kreuzungspunkt aus wird die Bahn wieder in die Leichte gebracht. Wir stellen uns etwa schulterbreit auf und „wiegen“ mit dem Oberkörper. Das Gewicht leicht verlagern von rechts nach links und von links nach rechts. Die gedankliche Intention ist, der aufsteigenden Entwicklung einer Pflanze zu folgen. Die Form sollte 2 bis 5 Minuten bewegt werden.

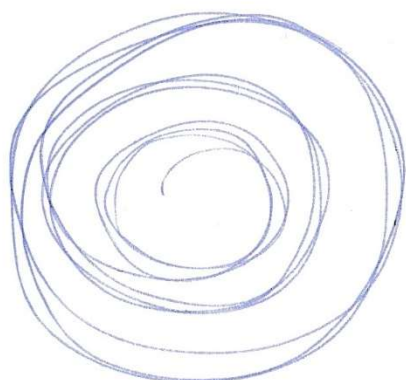


Die Löwenpranke



Mit den Händen jetzt die senkrecht gehaltene Flasche in Brusthöhe nahe am Körper halten. Von dieser Position aus führen wir die Flasche weg vom Oberkörper nach oben und nach vorne. Auf diesem Weg nach oben beschreibt die Bewegung einen Kreisbogen. So entsteht ein Kreisbogen, der klein begonnen wird und in einem zweiten Schritt vergrößert werden kann. Die Form ähnelt dem Weg der Vorderpranke eines vorwärts laufenden Löwen. Die Intention ist, die Pranke zu heben, um sie weit ausgreifend nach vorne zu bewegen, sie raumgreifend abzulegen und für den nächsten Schritt wieder heranzuholen. Bei dieser Figur können wir wahlweise im Schritt stehen

bleiben oder auch bei jeder Kreisbewegung langsam vorwärts gehen.



Der Ausgleich der Kräfte

Im Herbst zieht sich die Sonne vom Himmel zurück. Die Planeten packen ihre Sachen zusammen. Als Folge davon zieht sich die elementarische Welt zurück in die Erde. Die Erde nimmt die Elementarwesen auf und schließt sich allmählich von dem Umkreis ab. Frühlingsmenschen mit zu viel ätherischen Lebenskräften, können durch die das Leben abdämpfenden Kräfte des



Herbstes geheilt werden. Wenn man im Herbst noch zu viel an ungebändigtem Leben aus dem Frühjahr in sich hat, dämpfen

die formenden Herbstkräfte das Geschehen, d.h. es geschieht eine Umwandlung meiner Ausrichtung bis hinein ins eigene Selbstgefühl. Im Frühjahr beginnt das Leben mit der Hoffnung der Elementarwesen von neuem. Hängt der Mensch jetzt an Todesthemen wie den Strukturkräften fest und wendet er sich zu sehr dem Formgeschehen zu, dann hilft ihm die befreiende Kraft des Frühlings. Das Leben braucht Erneuerung, sonst wird es einseitig.

Rhythmisieren kann nicht geschützt werden

Rhythmisieren kann als Name nicht geschützt werden. Deshalb haben wir dem Rhythmisieren den Namen DASIAO gegeben. DASIAO ist eine eingetragene Marke, so wie auch Waldorfschule oder Goetheanum eine eingetragene, gewerblich geschützte Marke ist. Inhaber der Marke DASIAO ist Volker Rothfuß. Verwertet werden kann DASIAO beispielsweise von einem/einer für das Rhythmisieren zertifizierten Kursleiter/in.

