HeilEurythmie
BERUFSVERBAND SCHWEIZ

Associazione Professionale Svizzera Euritmia Terapeutica

Euritmia Terapeutica

Identificazione del metodo

10-2015

Indice

1. Definizione del metodo 5
2. Breve descrizione del metodo. 5
3 STORIA E FILOSOFIA. 6
3.1 STORIA 6
3.2 Filosofia 8
3.2.1 Approccio goetheanistico. 8
3.3 Approccio antroposofico scientifico spirituale 9
3.3.1 Gli archetipi dell'organismo umano 9
3.3.2. Il Verbo quale principio creatore 10
4 Modello teorico di base 11
4.1 Immagine dell'uomo 11
4.1.1 Arti costitutivi 11
4.1.2 Tripartizione funzionale 12
4.1.3 Concetto di costituzione 12
4.1.4 Aspetti evolutivi 12
4.2 Malattia e salute 13
4.3 Basi e fondamenti dell'Euritmia Terapeutica 13
4.3.1 Denominazione 13
4.3.2 Forze formatrici 13
4.3.3 Linguaggio udibile 14
4.3.4. Linguaggio visibile 15
4.3.5. Canto visibile 15
4.3.6. Elementi del movimento euritmico 16
4.3.7 Gamma di competenze 16
4.4 Caratteristiche dei movimenti di Euritmia Terapeutica 16
4.3.1 Movimento delle gambe e aspetti temporali 16
4.4.2 Movimento e coscienza 17
5 Modalità per rilevare lo stato di salute 20
5.1 Colloquio 20
5.2 Rilievo generale dello stato di salute a livello di linguaggio non verbale 20
5.3 Analisi del movimento dal punto di vista specifico dell'Euritmia Terapeutica 21
5.3.1 Accenni di sguardo generale sugli aspetti di formazione e di analisi del movimento 21
5.4 Valutazione 21

6. Concetto terapeutico 22
6.1 Linee guida per una sistematica dell'Euritmia Terapeutica 22
6.2 Spettro di azione delle consonanti/ con-sonanti....23
6.3 Spettro di azione delle vocali/sonanti 24
6.4 Ulteriori elementi del linguaggio 25
6.5 Spettro di azione degli elementi musicali....25
6.5.1 Battuta (tempo) 25
6.5.2 Ritmo 25
6.5.3 Melodia 26
6.5.4 Intervalli....26
6.5.5 Armonia, tonalità 26
6.5.6 Possibili applicazioni terapeutiche....26
6.6 Incontro e conduzione della relazione 27
6.6.1 Elaborazione e integrazione....28
6.6.2 Attività personale....30
6.6.3 Persistenza nel tempo degli effetti benefici....31
6.6.4 Transfer....31
7. Limiti dell'uso di questo metodo Controindicazioni....32
8 Risorse specifiche di metodo....33
8.1 Fondamenti filosofici di teoria della conoscenza....33
8.2 Educare la percezione....33
8.3 Fondamenti scientifico-spirituali della medicina antroposofica....33
8.4 Fondamenti di euritmia....34
8.5 Competenze euritmico-terapeutiche....34
9 Posizionamento....34
9.1 Rapporto di questo metodo con la medicina olistica e allopatica. 34
9.2 Circoscrizione del metodo rispetto ad altri metodi e professioni 34
9.2.1. Euritmia Artistica 34
9.2.2 Euritmia Sociale ed Aziendale....35
9.2.3 Euritmia pedagogica 35
9.2.4. Arte-terapia, sezione movimento e danza 36
9.2.5 Terapia del movimento fisioterapica....36
9.2.6. Astrologia....36
9.2.7 Psicoterapia e terapia del dialogo....37
10 Articolazione ed estensione della parte metodica specifica della formazione TC 37
10.1 Fondamenti del metodo- Qualificazione base....37

10.1.1 Conoscenze teoriche....37
10.1.2 Capacità pratiche....38
10.2 Approfondimento del medoto-qualificazione professionale terapeutica. 38
10.2.1 Conoscenze teoriche....38
10.2.2 Abilità pratiche....39
10.3 Materie complementari....39
10.4. Facoltative 39
10.5 Conoscenze medico-specialistiche 39
10.6 Conoscenze di quanto sta dietro all'Euritmia 40
10.7 Estensione della formazione 40
10.7.1 Formazione di base: contenuti e ore di studio 41
10.7.2 Specializzazione: contenuti e ore di studio....41
10.7.3 Durata complessiva della formazione....42
11 Bibliografia....42

1. Definizione del metodo

In Svizzera la denominazione di questo metodo è Euritmia Terapeutica.

A seconda della regione cambia la dicitura, sui titoli di Diploma o sulle brochure illustrative si possono trovare le seguenti scritture: “Euritmia Terapeutica” cosi come “Terapia euritmica” oppure “Euritmia Curativa”, tutte queste diciture hanno un equivalente valore.

2. Breve descrizione del metodo.

L’Euritmia Terapeutica appartiene, in quanto terapia del movimento che si fonda sulla Scienza dello Spirito, alle proposte terapeutiche della Medicina Antroposofica. Questa (M.A.) fu sviluppata dal Dott. In Filosofia Rudolf Steiner in stretta collaborazione con la Dr.ssa. in Medicina Ita Wegman insieme ad altri medici, all’inizio del XX° sec.

Gli esercizi di Euritmia Terapeutica si contraddistinguono dal fatto che il loro movimento prende il via dalle leggi dinamiche conformanti e plasmanti il linguaggio umano e quello musicale. Le stesse leggi sono attive nella nascita e nello sviluppo dell’organismo umano come anche nelle sue funzioni organico-fisiologiche.

Gli esercizi di Euritmia Terapeutica agiscono in modo sistemico ed attivano direttamente le forze autoregolatrici a livello corporeo, animico e spirituale.

Normalmente i movimenti di Euritmia Terapeutica vengono eseguiti con braccia e gambe, mani e piedi, con l’uso di salti, ritmi, cambiamenti di tempo (lento, veloce, ecc.) e possono essere arricchiti con movimenti spaziali che creano figure nello spazio. Generalmente non si usa il contatto diretto con il cliente. In caso di necessità i movimenti possono essere fatti anche stando seduti o distesi e il terapeuta può accompagnare e guidare i movimenti richiesti al cliente, per attivare l’autopercezione.

L’Euritmia Terapeutica può essere usata come unica misura oppure come supporto a sostegno di un trattamento medico.

Può essere eseguita a qualsiasi età, dal neonato fino a tardissima età. Le sedute sono sempre individuali.

Vengono curate malattie organiche che possono avere carattere degenerativo, infiammatorio o tumorale; vengono anche però curati disturbi di carattere funzionale e i sintomi che sono la manifestazione di tali disfunzionalità. Grazie all’azione reciproca tra processi organici e animici possono essere trattate anche malattie psicosomatiche e psichiche nonché disturbi dello sviluppo.

Gli esercizi di movimento dell’Euritmia Terapeutica incentivano le auto-competenze e le competenze di guarigione. Il cliente viene condotto, secondo le sue possibilità e le sue necessità individuali, ad imparare e portare ad efficacia, i movimenti di Euritmia Terapeutica.

L’educazione all’attenzione e alla percezione di sè, parte integrante di ogni movimento, influisce in modo sostanziale sull’efficacia ed è caratteristica specifica di questo metodo.

Attraverso l'esecuzione regolare ed autonoma si rafforza l'iniziativa della persona, l'autoresponsabilità e la partecipaziona attiva nell'alleviare i propri disturbi. In tal modo l'Euritmia Terapeutica diviene efficace sia a breve, sia a lungo termine.

Il cliente sviluppa la coscienza della stretta relazione esistente tra i suoi disturbi ed il suo stile di vita, tra il contesto sociale ed i fattori geografici-climatici. Egli viene incitato a prendere coscienza delle propri abitudini comportamentali, a metterle in discussione, ad accettare le sfide che i suoi disturbi e le sue malattie gli portano incontro. La persona inizia a porsi nuovi obiettivi, nuove motivazioni e cerca di trovare strategie di cambiamento. Durante questa forte confrontazione con se stesso ed il proprio stile di vita, gli viene offerta la possibilità di riconoscere modalità per raggiungere un equilibrio stabile, uno stato salutare. Può iniziare a comprendere la causa della malattia e quanto egli stesso possa fare per sostenere un processo di guarigione.

Grazie all'incontro con lo sfondo sistemico della medicina antroposofica, si possono aprire nuove prospettive per comprendere la propria biografia; tutto questo incentiva sicuramente un atteggiamento di coerenza, liberando in tal modo forze di resilienza.

3 STORIA E FILOSOFIA.

3.1 STORIA

Sistemi di medicina di remote epoche di cultura, avevano una sapienza profonda dell'azione congiunta esistente tra essere umano, natura e cosmo.

In Europa, a cavallo tra l'epoca medioevale e quella successiva, vediamo agire il medico nonché ricercatore scientifico Paracelso (1493-1541), questi è un eccezionale rappresentante di questa sapienza e di questa capacità medica.

Alla ricerca di una nuova comprensione dell'azione congiunta esistente negli organismi viventi, Johan Wolfgang Goethe(1749-1832), sviluppa un nuovo metodo di osservazione dei fenomeni naturali e di ricerca delle relazioni esistenti tra Uomo, Natura e Cosmo. I suoi studi lo portano a sviluppare una scienza dei sistemi viventi. Oltre a questo, egli giunge nel corso delle sue ricerche, ad ampliare la comprensione dell'arte.

1884-1897 Rudolf Steiner (1861-1925) pubblica a Weimar gli scritti scientifici di Goethe. Nella sua introduzione a questi scritti, pone la base di pensiero filosofico considerando la visione di Goethe condizione indispensabile per comprendere ed ampliare l'orientamento esclusivamente materialistico delle scienze naturali verso una ricerca scientifica delle leggi di sviluppo degli organismi viventi.

Nel 1894 Rudolf Steiner, nel suo libro "La filosofia della libertà-risultati di osservazioni dell'anima secondo il metodo scientifico-naturale", descrive sotto forma di pensiero filosofico come il postulato posto da Immanuel Kant, il quale sosteneva esserci dei limiti alla ricerca conoscitiva, possa essere superato grazie ad un cammino conoscitivo, questo cammino conoscitivo ci permette di cogliere quanto di spirituale si nasconda dietro alle manifestazioni visibili del mondo apparente.

Elementi di questo cammino sono i gradini di conoscenza quali: Immaginazione, Ispirazione ed Intuizione, così come vengono descritte dalla scienza dello spirito antroposofica. (vedi capitolo 3.3)

Quello che dal 1900 descrive, in libri e conferenze, i risultati delle ricerche scientifico-spirituali condotte da Rudolf Steiner, mette in luce quanto già tramandato da Paracelso: le vecchie relazioni tra uomo, terra e cosmo che vengono riprese e poste su nuove basi conducendo ad una visione più moderna e più vasta dell'intero essere umano e della sua antropologia.

Tale visione ampliata, scientifico-spirituale-cosmologica, permette una nuova comprensione dell'essere umano e del mondo. Essa costituisce la base della medicina antroposofica e dell'Euritmia Terapeutica.

Nel 1912 Rudolf Steiner sviluppa l'arte del movimento, che chiama Euritmia, ed inizia a dare i primi consigli per l' applicazione di singoli elementi in pedagogia ed in terapia.

Nell'ambito dei primi cicli di conferenze tenute per i medici, Rudolf Steiner cita, durante una dimostrazione di euritmia, quale tipo di azione si va ad esercitare sui diversi settori funzionali dell'organismo umano, a seconda che vengano eseguiti movimenti euritmici corrispondenti a vocali o a consonanti.

Nel 1921, Rudolf Steiner tiene a Dornach un ciclo di sette conferenze sull'Euritmia Terapeutica per un pubblico composto da medici, studenti di medicina ed alcune euritmiste, questo ciclo di conferenze è conosciuto come "Corso di Euritmia Terapeutica". Qui vengono poste le basi per poter lavorare con sistematicità in questo campo.

Nel 1922, nel contesto della settimana medica a Stoccarda, su grande richiesta di alcuni partecipanti, si tiene una conferenza aggiuntiva sull'Euritmia Terapeutica.

Dopo poco tempo il lavoro dell'Euritmia Terapeutica viene inserito ed applicato nella prima scuola Waldorf a Stoccarda fondata nel 1919, così come nell'istituto clinico-terapeutico fondato nel 1921 da Ita Wegman: questo istituto si trova ad Arlesheim in Svizzera (oggi si chiama Clinica Arlesheim AG). Nel 1924 viene inaugurata l'apertura dell'istituto di pedagogia curativa "Sonnenhof", anch'esso ad Arlesheim.

In tutte queste istituzioni si pratica e si applica fin dalla loro nascita l'Euritmia Terapeutica. In stretta collaborazione con il Dott. in Filosofia Rudolf Steiner e il Dott. in medicina Ita Wegman vengono continuamente formati medici ed euritmisti terapeutici, sviluppando sempre più nuovi elementi in stretta relazione con la pratica.

Nel 1924 viene tenuto un ciclo di conferenze sui presupposti spirituali che sono alla base del linguaggio gestuale euritmico. Sempre in questo ciclo ci si ricongiunge alle immagini archetipiche che scaturiscono dalle forze dello zodiaco e dei pianeti, che come tali, si manifestano nel linguaggio

Nel 1924 segue un nuovo ciclo di conferenze sull'applicazione di elementi musicale in campo euritmico. Poco prima, (1906,1920-1923) erano state tenute conferenze sull'essenza della musica e sull'esperienza tonale nell'uomo. Poco dopo la morte di Rudolf Steiner, avvenuta nel 1925, parte il primo corso di formazione in Euritmia Terapeutica, tale corso si svolse all'interno dell'istituto clinico-terapeutico di Arlesheim.

Negli anni seguenti, la medicina antroposofica, la pedagogia, la pedagogia curativa, nonché la socioterapia, l'Euritmia Terapeutica e l'agricoltura biodinamica iniziarono a diffondersi in altri paesi superando anche i confini europei. Oggi questi impulsi di rinascita culturale, sono presenti in oltre 50 paesi.

Nel 1969 viene fondata l' Associazione Professionale Svizzera di Euritmia Terapeutica, la prima Associazione Professionale di Euritmia Terapeutica nel mondo .

3.2 Filosofia

Alla base dell'Euritmia Terapeutica troviamo un pensiero estremamente ricco di immagini e colmo di connessioni processuali. Questo rende possibile un approccio conoscitivo su tre livelli (vedi cap.3.3): processi organici viventi, formazione di spazi animici interiori e capacità di integrare il mondo spirituale.

Nei capitoli successivi si indicheranno le sorgenti storiche di questo pensiero.

3.2.1 Approccio goetheanistico.

3.2.1.1 Comprensione della natura.

Il metodo di ricerca originario sviluppato da Goethe, porta verso un cammino di sguardo interiore, uno sguardo rivitalizzato rivolto verso le manifestazioni organiche in natura, questo conduce ad una comprensione maggiore degli organismi viventi, delle loro relazioni con i mondi circostanti della natura e del cosmo.

Studiando lo sviluppo di piante annuali Goethe sviluppò il pensiero che durante la formazione di singole parti organiche (Tipo e archetipo) l'essere della pianta si manifesta nella sua unità archetipica, con differenziate forme e sequenze temporali. Seguendo questa strada Goethe coglie gli stadi evolutivi nella sequenza di formazione del seme, stelo, foglia, fiore e formazione del frutto, come una sequenza evolutiva che si metamorfosa passando da uno stadio a quello successivo (nell'intergioco tra il tipo- archetipo e la sua interazione con l'ambiente, trasformandosi secondo leggi regolari). Poiché tutti gli organi si formano seguendo la stessa immagine primordiale, va da sé che in ogni dettaglio, in ogni particolare sia contenuta la potenzialità della manifestazione globale.

3.2.1.2 Comprensione dell'arte.

La cosa fondamentale nella comprensione dell'arte, sviluppata da Goethe, è il vedere che nel modo in cui ci appaiono uomo, terra e cosmo, agiscono delle leggi nascoste, leggi del vivente e dello spirituale, di cui si può avere percezione ed esperienza.

Rudolf Steiner si allacciò a questo concetto artistico sviluppandolo e arricchendolo ulteriormente attraverso le sue ricerche. Basandosi su di esse, sviluppò l'euritmia come arte del movimento e diede impulsi per un'antropologia plastico-musicale-linguistica come strumento educativo in pedagogia ed in medicina antroposofica.

Ed è per questo motivo che si parla della medicina antroposofica come arte terapeutica e della pedagogia steineriana come arte dell'educazione.

3.3 Approccio antroposofico scientifico spirituale

Nel 1914, Rudolf Steiner formula durante le sue conferenze sugli "Enigmi della Filosofia", la domanda esistenziale che gli permetterà di sviluppare la scienza dello spirito antroposofica. La domanda suona così: " Come si può giungere ad avere un immagine del mondo, nella quale siano ancorati in egual misura il mondo interiore umano nella sua vera essenza e la Natura nel contempo?

Portando avanti il metodo di osservazione e di pensiero di Goethe, Rudolf Steiner descrive tre livelli di conoscenza che rendono possibile una comprensione ampliata della relazione esistente tra essere umano, processi della natura e cosmo:

Il primo gradino è quello dell'immaginazione che ci permette di approcciare le forze formatrici della vita con uno sguardo interiore in immagini. Il secondo gradino, quello dell'ispirazione ci conduce nella regione dell'ascolto interiore. Il terzo gradino conduce, attraverso un'intensa attività spirituale, alla comprensione di come lo spirituale agisca nel mondo che si manifesta tramite i sensi.

Quanto viene creato e conquistato attraverso questi tre gradini di percezione e viene espresso in forma di pensieri, è accessibile al pensiero libero da pregiudizi, può venire afferrato e considerato ipotetico punto di partenza anche da coloro cui questi campi di percezione non si sono ancora schiusi.

3.3.1 Gli archetipi dell'organismo umano

Caratteristica dello spirito umano è la necessità di comprendere a pieno la relazione tra il senso della propria esistenza e quella del mondo che lo circonda. Se riesce a trovare una di queste relazioni, egli appaga l'elementare bisogno intrinseco di coerenza.

Partendo da fenomeni sensibili, le ricerche scientifico-spirituali dirigono lo sguardo verso ciò che sta alla base del divenuto, i processi formativi di sviluppo che si possono scoprire tramite un'attività spirituale. Su questa via la molteplicità delle manifestazioni presenti in natura, può venir compresa come interconnessione interna e sovrastante e si può riconoscere che alla base sta un principio unitario (prototipo, immagine originaria, archetipo).

In questa prospettiva anche l'organismo umano può essere compreso come una "Idea vivente", come una potenzialità.

Sullo sfondo di uno sviluppo che segue le leggi evolutive comuni all'essere umano, alla terra e al cosmo, Rudolf Steiner riprende il concetto cosmologico che prende in considerazione i segni zodiacali e i pianeti, in modo tale da poter caratterizzare l'uomo nella sua archetipica forma spirituale.

Alla base di tutte le manifestazioni spaziali corporee, per il loro formarsi, sta una legge polare. Si tratta della collaborazione sistemica tra elementi formativi di carattere processuale-temporale e di carattere formativo-spaziale.

I dodici segni delle stelle fisse, dello zodiaco, corrispondono all'aspetto delle più differenziate forme consolidatesi nello spazio e alle loro corrispondenti funzioni e qualità. I sette archetipi dello spazio planetario in movimento, corrispondono all'aspetto processuale che avviene nel tempo tramite movimenti in grado di dare la forma.

Esempio:

Con l'archetipo "Pesci" si indica la capacità di base, che un essere ha di potersi muovere. Questa si forma per adattamento alla vita sulla terra solida, nella formazione di piedi adatti al Tipo Uomo (prototipo).

All'archetipo "Sole" appartiene la capacità basilare di poter instaurare uno scambio tra un centro ed una periferia, che nell'essere umano prende forma nel movimento del sangue, nella costruzione del cuore e dei vasi sanguigni. Si sviluppa così un sistema circolatorio in sé conchiuso, comprendente un'apertura in alto verso la respirazione ed in basso verso quanto si svolge nel metabolismo.

Rudolf Steiner collega all'ambito della costruzione archetipica formativa e funzionale del Tipo Umano, una caratterizzazione delle capacità e degli atteggiamenti potenziali animico-umani.

Esempio:

All'immagine del Leone corrisponde la capacità umana dell'entusiasmo, a quella del Toro la capacità di azione, allo Scorpione la capacità di poter pensare. All'immagine dell'Acquario corrisponde l'essere in grado di tenere in un equilibrio le tre capacità di base: pensare, sentire, volere.

Altrettante diverse connessioni sono base dello studio dei sette organi vitali interni e del loro rispecchiarsi nel mondo dell'anima.

Esempio:

La denominazione "Mercurio" corrisponde alla possibilità umana di sperimentarsi come un Sé ed un Ego. A questo appartiene l'organo dei polmoni, grazie ai quali l'essere umano può apparire sulla Terra come individuo in grado di respirare.

Nell'antropologia euritmica questi atteggiamenti e capacità sono state trasformate in gesti e stanno a disposizione delle euritmiste/euritmisti, quale materiale di studio empirico.

3.3.2. Il Verbo quale principio creatore

Tutte le grandi culture della storia dell'umanità hanno i miti della Creazione. In immagini grandiose, si descrivono le potenze spirituali alla base del mondo attuale e dell'essere umano stesso nonchè le forze che in entrambi agiscono.

L'uomo viene considerato un microcosmo, manifestazione delle forze formatrici che agiscono nel macrocosmo.

Nelle antiche culture del Vecchio e del Nuovo Testamento, nella cultura dell'antica India con i suoi Veda, queste forze creatrici colme di sapienza, vengono descritte e sentite quali azioni sonore della Parola e del suono.

Nell'Euritmia Terapeutica si ricerca intorno alla forza formatrice della parola nella sua relazione con lo sviluppo e le funzioni dell'organismo umano, si ricerca quindi anche come la parola agisce sulla formazione della figura umana (Gestalt). L'azione efficace di tutto questo si applica e si utilizza poi a scopo terapeutico.

4 Modello teorico di base

4.1 Immagine dell'uomo

4.1.1 Arti costitutivi

Sotto la denominazione "Arti costitutivi" vengono raccolte le componenti dell'essere umano a livello fisico-energetico e animico-spirituale.

Il concetto generale di "corpo" indica una individualizzazione nel senso di un'organizzazione che diventa autonoma e si distacca dall'ambiente che la circonda, quindi è in una continua osmosi con questo ambiente circostante.

Con il concetto di "corpo fisico" viene rivolto lo sguardo alle regioni della percezione sensoriale nelle sue quattro categorie: le sostanze minerali, i liquidi, tutte le varie forme gassose e di calore. Il corpo fisico umano conchiude queste parti in un organismo individualizzato e pone così l'essere umano nel rapporto spaziale-terrestre e nell'esperienza sensoriale.

Sotto il concetto di "corpo di forze formatrici" o "organizzazione di forze formative" viene indicato tutto ciò che prende forma nel tempo, processi ritmici-dinamici, quali possono essere processi nutrizionali di crescita, di rigenerazione e riproduzione. Questa parte dell'essere umano, manifesta un'organizzazione molto complessa, che si trova a casa propria nell'organismo liquido (fluido) e accompagna tutti i processi organici che hanno a che fare con la formazione di sostanza. Da questi circoli di funzioni partono tutti i processi di auto guarigione di un organismo. Una parte di questa organizzazione sta alla base dei processi di pensiero e di rappresentazione, così come dei processi di memoria che avvengono nell'essere umano.

Col termine "corpo astrale", si intendono forze di differenziazione e di strutturazione. Queste forze avvolgono, contengono e regolano la vitale attività del "corpo di forze formatrici". Dal corpo astrale partono gli impulsi, che guidano le correnti di sostanze prodotte dall'organizzazione delle forze formative, che regolano e differenziano in modo particolare gli organi interni nella loro funzione e nella loro forma. Il corpo astrale agisce in tutti i processi che hanno a che fare con l'aria, così come nelle strutture dei neuroni. A livello animico il corpo astrale è il responsabile della formazione di uno spazio interiore, comprendente percezioni, brame, emozioni e sentimenti così come la coscienza in tutte le sue gradazioni, dallo stato di veglia, al sogno, al sonno.

L'io dell'essere umano è di natura puramente spirituale e si sviluppa attraverso le ripetute incarnazioni. Nell'organismo terreno umano si crea uno strumento, l'organizzazione dell'io appunto, che è attiva in tutti i processi del calore. L'io ha una funzione integrativa non interscambiabile con gli altri ambiti umani. Ciò che nel campo animico viene vissuto come percezione dell'io e coscienza dell'io, e viene inteso come personalità, comprende quanto si manifesta all'interno di una incarnazione.

La completezza dell'essere umano nasce dall'interazione reciproca dei corpi costitutivi qui accennati con le parti organiche, avendo riguardo del permanente interscambio con il mondo circostante naturale, cosmico e psicosociale.

4.1.2 Tripartizione funzionale

L'organismo umano si differenzia a misura dei circoli funzionali-organici dei tre sistemi: sistema neuro-sensoriale, sistema ritmico e sistema metabolico. Su queste basi organiche poggiano tutte le funzioni fondamentali animiche del Pensare, Sentire e Volere, con l'aggiunta dei gradi di coscienza a queste connessi.

In modo molto differenziato, questi tre sistemi organici, che pervadono tutto l'organismo umano, vengono compenetrati e formati dai tre arti costitutivi menzionati più sopra. La tripartizione funzionale permette la comprensione delle relazioni psicosomatiche.

4.1.3 Concetto di costituzione

Dalla cooperazione diversificata fra arti costitutivi e funzioni organiche si deducono i punti di vista fondamentali.

Dominano le forze del corpo fisico, si manifesta il tipo melanconico; con la dominanza del corpo vitale si manifesta il tipo flemmatico; con la prevalenza dell'organizzazione astrale si giunge al tipo sanguigno; predomina l'organizzazione dell'io, appare il tipo collerico.

Quando prevalgono i processi che partono dall'organizzazione neuro-sensoriale, si ha un'azione "iperformante", ed appaiono processi di sclerotizzazione.

Se prevalgono processi metabolici, si può giungere alla formazione di sostanze poco gestibili che possono arrivare fino alla manifestazione di processi infiammatori e di dissoluzione.

Il sistema ritmico ha, in rapporto agli altri due sistemi, una funzione compensativa. Se non può più adempiere a questa funzione compensativa in maniera adeguata, appaiono allora, a seconda della costituzione, preponderanze più o meno pregnanti dell'uno o dell'altro sistema.

Fenomeni riguardanti l'aspetto costitutivo possono manifestarsi sia a livello della sfera fisiologica sia nella sfera animica del pensare, sentire e volere.

Gli aspetti costituzionali non determinano l'essere umano, ma costituiscono la base su cui l'individualità può svolgere la propria biografia.

4.1.4 Aspetti evolutivi

Nell'ambito della sua costituzione, la complessa relazione tra gli arti costitutivi si trasforma durante il percorso di vita. Così ad esempio in un lattante i processi metabolici e di crescita sul piano corporeo sono prevalenti, nelle persone anziane al contrario [pag.13], prevalgono stagnazione e processi di invecchiamento, come processi contrari rispetto al progredire dello sviluppo animico-spirituale.

L'intero sviluppo fisico e animico può venir considerato a partire dai differenti rapporti fra gli arti costitutivi inerenti alle diverse fasi evolutive, nell'ambito della tripartizione funzionale così come anche nell'ambito dei ritmi dei settenni. Ritardi o anticipazioni nello sviluppo, oppure malattie, possono venir così interpretate e venir quindi accompagnate e risolte sia dal punto di vista pedagogico, sia medico-terapeutico.

4.2 Malattia e salute

La predisposizione individuale ad una malattia si basa sulla costituzione dell'individuo.

La malattia sorge quando all'interno del complesso di relazioni dei fattori costitutivi, avvengono degli spostamenti che portano l'intero sistema al di fuori del suo equilibrio specifico.

Ci sono due principali possibili direzioni di perdita funzionale e di cambiamento strutturale: quella dell'indurimento/sclerosi e quella dello scioglimento/infiammazione. Entrambi possono manifestarsi sul piano corporeo-funzionale così come su quello animico-spirituale.

In ogni essere umano, la salute si forma così, costantemente ed individualmente, tramite un processo attivo di auto bilanciamento fra tutte le latenze patologiche interne ed i fattori esterni di stress.

Da questa prospettiva la guarigione diviene un atto creativo individuale, che comprende l'essere umano nella sua integrità di corpo, anima e spirito e che può essere sostenuta con misure terapeutiche.

In questo ci si focalizza sul momento biografico individuale, sulla ricerca del senso della propria vita, sulla mobilitazione di forze proprie, in modo da permettere una gestione sensata della malattia.

4.3 Basi e fondamenti dell'Euritmia Terapeutica

4.3.1 Denominazione

La denominazione "Euritmia" deriva dal greco e significa tanto quanto "armonico, equilibrato e perciò bel Ritmo".

L'intero fondale di movimenti (vedi cap.4.3.3 e 4.3.6) sgorganti secondo leggi precise dall'organismo delle forze formatrici e della parola, si definisce col termine "Euritmia".

Quando vengono usati elementi linguistici, si parla di euritmia della parola, se si applicano elementi musicali si parla di euritmia musicale.

4.3.2 Forze formatrici

Le forze formatrici sono il mezzo curativo dell'Euritmia Terapeutica.

Sul piano fisico-sensorio, le forze formatrici sono così poco afferrabili come lo possono essere la forza di gravità, il magnetismo, l'elettricità o l'energia nucleare. Nei loro campi d'azione queste forze possono tuttavia venire descritte ed essere fonte di ricerca.

Le forze formatrici, a primo acchito, sono di natura generica, così come i regni naturali dei minerali, dell'acqua, dell'aria e del calore. Nel formare un singolo organismo si raccolgono costituendo un'organizzazione di forze formatrici.

Le forze formatrici agiscono grazie a processi temporali, loro caratteristica è quella di dare forma, sostanze inorganiche vengono gestite in modo da poter essere innalzate ad un ordine superiore in grado di reggere un organismo vivente. Queste forze, all'interno degli organismi viventi, dirigono sia i processi catabolici che quelli anabolici, cioè creano morfologie viventi che poi nuovamente decadono. Durante il corso di un' intera vita, le sostanze vengono continuamente scambiate, le forme ed i processi invece rimangono attivi e vengono conservati grazie all'attività delle forze formatrici. Una volta che l'organismo muore, le leggi proprie delle singole sostanze inorganiche tornano ad agire e quindi l'organismo si decompone.

Le ricerche embriologiche ci mostrano ad esempio come l'organo del cuore umano si formi lentamente, durante più settimane, grazie al pulsare e allo scorrere ritmico del sangue. (Fonti : Appenzeller, Blechschmidt)

Le forze formatrici sono strettamente collegate ai fenomeni vitali e fisiologici di un organismo vivente, come sostiene anche il famoso Chi (Qi) della filosofia orientale. Esse attraversano i campi del minerale, del fluido e dell'aria, fino a compenetrare tutta la sfera del calore che a sua volta compenetra ed avvolge tutto.

Forze formatrici scorrono in formazioni plastico-dinamiche e ritmico-musicali, così come si sà dalla ricerca sull'aereodinamica e sulle correnti dell'acqua.

In tal modo le forze formatrici appartengono al corpo energetico-vitale tipico degli organismi viventi e possono venir considerate le formatrici dei processi di regolazione. Posson venir quindi anche considerate come quelle forze che inducono l'autoguarigione nell'organismo.

Le forze formatrici umane agiscono globalmente, ciò vuol dire che agiscono sia sul piano fisico-organico, sia su quello animico-spirituale. Un pensiero chiaro e ben strutturato ha una forma definita, così come un osso o un altro organo. Un processo fisiologico ha una figura temporale definita, così come una sequenza di pensieri ben pensati.

A partire da una prospettiva ideale, globale-figurativa, le forze formatrici posson venir viste come le artigiane degli archetipi (prototipi), (vedi cap.3.3.1).

4.3.3 Linguaggio udibile

Il linguaggio umano risuona grazie alla collaborazione complicatissima di tutte le parti dell'organismo del linguaggio. (Respiro, laringe, corde vocali, cavo orale ed organi di articolazione).

Mentre si parla si formano, intorno e davanti alla bocca, forme in movimento. Già nel 1924 Rudolf Steiner suggerì ad alcuni ricercatori di studiare e di rendere visibili tramite il fumo, le figure delle correnti d'aria che si formano quando si parla. Oggi è effettivamente provato che esiste una relazione tra l'organismo del linguaggio umano, la pronuncia di singoli suoni, e le forme che essi creano spostando l'aria intorno alla bocca.

Il linguaggio è suddiviso in vocali e consonanti. Dietro le consonanti si trovano dodici prototipi, dietro le vocali se ne trovano sette che, a seconda dell'idioma che si parla, si costituiscono e si collegano nei modi più svariati.

Ognuno di questi fonemi tipo o prototipo (consonanti e vocali), genera una forza vivente a lui propria, cinetica e figurante (che ha il talento di creare una forma).

La complessità dei vortici dinamici e turbolenti che risultano dall'attività del parlare, trova una sua corrispondenza con i risultati delle ricerche svolte sui movimenti delle correnti dell'acqua e dell'aria. (Fonte: Maintier).

Anche l'odierna ricerca sul Caos si occupa di questi sistemi dinamici, in cui non avvengono relazioni lineari. Sinora non è stato ancora possibile misurare matematicamente queste complicatissime forme di processi dinamici. Alla base dei processi di energia cinetica stanno quelle forze che nellla scienza dello spirito vengono chiamate " forze formatrici". (Fonte: Maintier)

4.3.4. Linguaggio visibile

Secondo il pensiero goetheanistico della metamorfosi, in ogni particella di un organismo si ritrova l'insieme delle leggi che hanno formato-figurato l'intero organismo.

Su questa base, si può vedere come nella formazione e funzione degli organi del linguaggio, si manifesti un riassunto, una condensazione di tutte le tendenze e le forze formatrici che agiscono nell'intero organismo umano.

Con questo, l'organismo umano del linguaggio rappresenta un microsistema all'interno dell'intero organismo, nel quale il singolo suono emesso, nella sua forma specifica, diviene la traccia udibile delle forze formatrici che in esso agiscono.

Secondo il pensiero metamorfico, ampliato dalla scienza dello spirito, nel momento in cui i micromovimenti dell'organismo vocale e quindi anche le forze formatrici che ne stanno alla base, vengono trasferite sull'intero organismo motorio umano, nascono i movimenti dell'euritmia.

4.3.5. Canto visibile

Nel campo del mondo sonoro e musicale regnano leggi che si schiudono allo spirito pensante tramite la matematica e che possono essere sentite profondamente da un animo musicale. Questo insieme ritmico di leggi sonore ed armoniche, compenetra portando ordine, tutte le manifestazioni della natura e quindi anche l'intero organismo umano.

Nel senso della teoria metamorfica goethiana e della sua visione dell'arte, i movimenti euritmico-musicali si capiscono sia come un rendere visibile la musica, sia come quell'insieme di leggi musicali costituenti (formanti) l'organismo umano.

Consideriamo ad esempio, il rapporto proporzionale 2:3. Nell'organismo umano troviamo una relazione con la formazione delle ali polmonari, l'una verso l'altra: 2 sul lato sinistro, 3 sul lato destro. Questo rapporto si manifesta a livello musicale nell'intervallo di "quinta".

Il canto ritmico è una delle sorgenti dello sviluppo del linguaggio umano, perciò nell' euritmia musicale si parla di "canto visibile".

Nella regione di passaggio tra linguaggio e canto, nascono le molteplici modulazioni delle vocali e la loro scala armonica.

Mentre gli elementi della parola, soprattutto le consonanti (vedi cap. 4.4.1.3), hanno un carattere di immagine-plastico-figurativa (vedi cap. 3.3.Immaginazione), gli elementi musicali ed anche le vocali (vedi cap.4.4.1.2.) si schiudono nel loro aspetto qualitativo ad un udire interiore attivo spiritualmente. (vedi cap.3.3. Ispirazione).

4.3.6. Elementi del movimento euritmico

Un elemento euritmico si basa su tre elementi: aspetto del movimento e della forma, aspetto tonico della muscolatura, percezione dell'aria che viene mossa intorno al proprio corpo quando si svolge un movimento. Nel linguaggio specifico euritmico questi tre aspetti vengono denominati: "movimento", " carattere", e "sentimento".

Secondo la teoria dei colori sviluppata da Goethe, i colori dell'arcobaleno si sviluppano nella tensione tra luce e tenebra. Un movimento teso irraggia luminosità, un gesto ricurvo si scurisce.

L'educazione al movimento euritmico si basa sul fatto di imparare a visualizzare e sperimentare in modo colorato i tre aspetti del movimento con un atto interiore sinestetico. Così ogni gesto è un accordo di tre colori, accordo appartenente solo a quel gesto e a nessun altro. Esempio: nel gesto della lettera B abbiamo un colore blu avvolgente per lo spazio intorno al corpo, un giallo raggiante per il movimento proprio ed un rosso forte per la tensione, il tono muscolare.

Da quanto svolto sin qui, si può dire che il movimento euritmico si basa sulla fisiologia dell'organismo umano e sulle forze formatrici in esso presenti. Da ciò si capisce che queste stesse esercitano un'azione rigeneratrice e salutogenetica non specifica, sull'organismo umano. Informazioni su possibili applicazioni dei movimenti euritmici vedi cap.9.2.1.3.

4.3.7 Gamma di competenze

I terapeuti complementari del metodo Euritmia Terapeutica, vengono formati in modo da poter applicare, a scopo di salutogenesi e di cura, sia il movimento euritmico-salutogenetico (vedi cap.9.2.1-3), sia i movimenti rafforzati caratteristici dell'Euritmia Terapeutica. Tali movimenti rafforzati verranno descritti nei capitoli seguenti.

4.4 Caratteristiche dei movimenti di Euritmia Terapeutica

Nell'Euritmia Terapeutica i movimenti euritmici, estrapolati dalla fisiologia delle forze formatrici dell'organismo umano, vengono portati in caratteristiche modificazioni e rafforzamenti a scopo terapeutico.

Di seguito verrà descritto il modo in cui avviene tutto questo.

A differenza di altre terapie, l'Euritmia Terapeutica si esegue in sedute individuali (vedi cap.9.2.1-3). La scelta e la decisione degli esercizi da svolgere, avviene tenendo conto della diagnosi specifica e degli aspetti individuali della persona.

4.3.1 Movimento delle gambe e aspetti temporali

I movimenti euritmici di vocali e consonanti vengono indirizzati e rafforzati, nella loro azione terapeutica sull'organismo, tramite movimenti specifici delle gambe comprendenti anche saltelli. Esempi al riguardo si trovano nei paragrafi successivi.

Per attivare l'azione fisiologica collegata agli organi, si ripetono gli esercizi per alcuni minuti. In tutto questo la ritmizzazione, l'accelerazione, i rallentamenti mirati giocano un ruolo importante.

Nell'Euritmia Terapeutica i movimenti di singoli fonemi possono venire combinati col camminare forme nello spazio (figure curvate o lineari, geometriche o libere che si camminano nella stanza).

4.4.2 Movimento e coscienza

La coscienza particolarmente attenta che accompagna il movimento di Euritmia Terapeutica è un fattore essenziale di questo metodo.

Quando l'attività spirituale della persona si dirige alla percezione dello svolgersi qualitativo di un movimento, avviene una chiarificazione interiore e contemporaneamente si rafforza l'effetto che stimola la guarigione.

Questa chiarificazione interiore avviene da un lato grazie all'attività spirituale che crea e visualizza immagini, dall'altra grazie alla capacità di orientare verso il proprio corpo la percezione del sistema muscolare e del tono muscolare connesso ai movimenti.

In quanto segue verranno esposti i principali punti di vista. In particolare vale qui il presupposto, che in ogni essere umano, esistano dormienti, le facoltà potenziali in grado di attivare risorse spirituali, in grado di guidare la propria attenzione. Così si dialoga, si accompagna e si incita ogni singola persona secondo le sue possibilità.

4.4.2.1 Esercizi di vocali e di consonanti.

Quando parliamo, esprimiamo tramite le vocali (le sonanti) l'esperienza interiore suscitata in noi dalle impressioni del mondo esterno.

Esempio:

Nell'esclamazione "Ah" può venir espressa l'ammirazione meravigliata per quanto si è percepito, ma anche l'esser stati completamente e dolorosamente sopraffatti da un'impressione.

I gesti euritmici delle vocali hanno un aspetto strutturale molto determinato che si sviluppa nella polarità dell'arrotondare e del raddrizzare.

Esempi:

Il gesto della lettera "A", si esprime nell'apertura ad angolo delle braccia o delle gambe. Quello della lettera "E", in un solido incrociare. La "I" viene formata nel raddrizzare entrambe le braccia a partire dal centro del cuore in due direzioni. Nel far questo le due forze polari, che attirano verso l'alto nella leggerezza e verso il basso nella pesantezza, vengono ribilanciate con cura. La lettera "O" viene formata con un gesto arrotondato, avvolgente e circoscritto. La "U" si esprime nel formare una parallelità restringente-stabilizzante.

Durante la pratica dell'Euritmia Terapeutica, tramite il sentire differenziato delle tensioni muscolari nel dar forma con le braccia o con le gambe, si accentua la percezione cosciente dell'aspetto strutturante di questi gesti e di queste forze formatrici.

Inoltre gli esercizi di vocali nell'Euritmia Terapeutica hanno una sequenza determinata, nella quale il pronunciare, il muoversi e l'attività spirituale dell'ascolto interiore, vengono coltivate attivamente.

All'inizio il cliente pronuncia più volte ad alta voce, ascoltando attentamente, la vocale presa in questione. Poi forma il gesto tipico della vocale, dapprima con le braccia nelle diverse zone dall'alto verso il basso, 3,5,7, volte o più. Poi seguono movimenti corrispondenti con le gambe. Questi movimenti possono venir rafforzati (a seconda delle possibilità della persona) con piccoli saltelli che portano verso la leggerezza. Dopo questo si ripete la parte eseguita con le braccia. Alla fine, si guida il gesto della vocale (raddrizzamento, arrotondamento ecc.) ad oscillare dall'alto verso il basso, passando quindi da tutte le zone. L'oscillazione si esegue all'inizio lentamente ma si va poi sempre più accelerando fino a raggiungere la massima velocità ancora controllabile.

A conclusione di questa attività esteriore, potenziata con molta presenza di spirito, vi è l'ascolto silenzioso, interiore ed attivo della vocale.

Nel rapporto 2:1 fra i movimenti delle braccia e delle gambe, si evidenzia l'azione rinforzante sul sistema del centro, il sistema ritmico umano (cavità toracica con respirazione e battito del cuore).

4.4.2.2. Esercizi con le consonanti

Quando parliamo, le consonanti (con-sonanti) imitano in modo plastico-pittorico gli elementari avvenimenti nella Natura, nei suoi quattro regni del solido, del fluido, dell'aereo e del calore. Per questo i gesti delle consonanti hanno un carattere processuale figurativo.

Esempio:

Il gesto della lettera "R" rende visibile un movimento rotolante in avanti, pulsante ritmicamente fra condensazione e dissoluzione. Una tale movimento si ritrova ad esempio, nei cavalloni di onde giganti che si susseguono su una spiaggia.

Esempio:

La lettera "B" si manifesta con un gesto che si distacca da una totalità e costruisce una nuova unità, imitando in tal modo il processo necessario per la costruzione di un involucro protettivo consolidato. Questo principio formativo si ritrova ad esempio in natura nella formazione delle gemme (boccioli) o nell'ordine delle foglie avvolgenti un cavolo verza.

Esempio:

Il gesto della lettera "L" vive in uno scambio ritmico fra un'accoglienza comprimente addensante ed una secrezione che si espande e si scioglie, dove la direzione spaziale tra sotto e sopra integra anche l'aspetto del trasformare la pesantezza in leggerezza. Questa azione formante si trova in molti processi naturali, ad esempio nel ciclo vitale delle piante annuali. Allla compressione nella formazione del seme, segue un'espansione ritmica differenziata in stelo, foglia e fiore. A questo segue la riduzione del suo aspetto, nell'appassimento invernale da un lato e la rinnovata condensazione nella formazione del frutto e del seme.

Nell'Euritmia Terapeutica il cliente ha il compito di visualizzare interiormente la qualità a carattere figurativo della morfologia dinamica di una determinata consonante in movimento, questa attività all'inizio verrà fatta prima o dopo l'esecuzione del l'esercizio stesso, poi dovrà avvenire durante l'esecuzione del movimento.

Esempio:

Gesto della "B": nel caso ideale la persona compie il gesto avvolgente come sopradescritto con entrambe le braccia e usando alternativamente prima una gamba poi l'altra. All'inizio lentamente, poi sempre più velocemente per alcuni minuti. Mentre esegue l'esercizio non deve rappresentarsi il cavolo-verza nominato più sopra, ma creare un collegamento tra la sua attività corporea e l'immagine interiore dei processi formativi che sono tipici e propri del gesto della B.

Esempio:

Gesto della "L": immaginarsi di essere in una stanza, la stanza è colma di "acqua della vita". I piedi sono aperti tanto quanto sono larghi i fianchi, la punta dei piedi è leggermente rivolta verso l'interno. Partendo da una posizione orizzontale delle braccia si prenda di quest'acqua con entrambe le mani, che sono rivolte verso il basso. Mentre si esegue tutto questo, le ginocchia si abbassano e giungono a toccarsi reciprocamente Poi si afferri questa sostanza acquosa con una gestualità che raccoglie e condensa e la si porti sù con le mani fino circa all'altezza del cuore. Prima che giunga l'impulso a capovolgere le mani vi è una breve pausa, quindi il gesto continua fino all'altezza della fronte dove questa "acqua" viene effusa- rilasciata nell'ambiente circostante verso destra e verso sinistra. Questo impulso al capovolgimento viene accompagnato da un piccolo e leggero saltello eseguito tenendo le ginocchia ancora unite. Mentre le braccia scendono lentamente a destra e a sinistra, i piedi lentamente partendo dalle punte si appoggiano completamente, accompagnati dall'immagine di "gocce d'acqua" illuminate dalla luce del sole, che vengono effuse ovunque come fossero perle. Si ha l'impressione di essere avvolti da un vestito di madreperla, luccicante fatto però di tante gocce d'acqua. Questa immagine permette di entrare in quel mondo precedentemente descritto dell'immaginazione collegata alle forze formatrici intrinseche al suono B.

Nel processo qui dipinto immaginativamente, appare in una visione interiore, la forza che permette di dare forma alla lettera "L"; un processo vitale che si trova alla base di tutti i movimenti di circolazione, quindi il gesto di assorbire, di integrare nel proprio organismo e quello di espellere e lasciare che delle sostanze si dissolvano.

Nel rafforzamento terapeutico è fondamentale includere la sopradescritta attività delle gambe per poter dispiegare un'azione all'interno dei processi metabolici.

Stadi di auto-percezione collegati ad un'attività immaginativa: Sono io in grado, durante l'esecuzione di un unico movimento, di sviluppare una percezione completa del mio movimento corporeo? Sono in grado di percepire come cambia la tensione muscolare nelle varie parti del corpo durante lo svolgimento di un esercizio? Che rapporto ha il mio movimento con l'ambiente circostante? Come appare il movimento da me svolto, che figura e che dinamica ha? Sono in grado di sviluppare una percezione completa, ed un immagine interiore della sua dinamica e figura?

Il cliente acquista così, attraverso lo sviluppo della capacità di introspezione, un'immagine delle forze formatrici alla base del fonema, questo va a rafforzare in modo essenziale l'azione fisiologico-terapeutica.

La connessione fra movimento e coscienza qui descritto, sostiene l'auto-percezione e rafforza il legame con i processi formativi delle sostanze energetiche raffinate e sottili (forze formatrici) sui quali si fondano le sue funzioni corporee-organiche e quelle animico-spirituali.

Tutto questo permette di avere un accesso esperienziale ai potenziali interiori, all'autoriflessione così come alla comprensione della propria situazione individuale ed offre in tal modo vie e strumenti per prendere in mano il proprio processo di guarigione in modo completo. .

Il sentimento di coerenza interiore ed il rafforzamento della propria identità che scaturiscono da tutto ciò, sono parte fondamentale del processo di cura che si innesca con l'Euritmia Terapeutica.

4.4.2.3 Composizioni

A seconda delle indicazioni e necessità, le singole gestualità dei fonemi possono essere combinate in sequenze, tenendo conto che la composizione di impulso a dar forma ed impulso a creare sostanza, si relazionino con la triade: sintomo, capacità individuali e necessità del cliente. Anche il come si svolge un trattamento e la scelta della sua durata devono essere vagliati attentamente.

4.4.2.4 Pause

Il mirato inserimento di pause (ad esempio, tra i singoli esercizi o dopo una seduta) e l'elaborazione che avviene grazie al sonno durante la notte, sono altri fattori essenziali per sviluppare e sostenere l'azione terapeutica all'interno dell'organismo.

5 Modalità per rilevare lo stato di salute

5.1 Colloquio

Durante il colloquio vengono presi in considerazione tutti i fattori ed i dati precedenti al colloquio stesso, inclusi reperti medici, esami clinici e diagnosi, disturbi attuali, preoccupazioni, paure e risorse del cliente, si considerano anche il contesto familiare e quello sociale lavorativo.

5.2 Rilievo generale dello stato di salute a livello di linguaggio non verbale

Prima impressione generale: voce e conduzione del respiro, contatto visivo, pressione e calore della stretta di mano, colore e mimica del viso, postura, modo di camminare e gestualità, movimenti spontanei e abitudinari, atmosfera emozionale di base e spontaneità, modalità di comunicare e di relazionarsi.

Analisi fisiologica del movimento dal punto di vista della motricità fine e grossolana, tenendo conto dell'età, della costituzione e dei disturbi rispettivi alla malattia.

5.3 Analisi del movimento dal punto di vista specifico dell'Euritmia Terapeutica

L'educazione di metodo specifica del terapeuta complementare di Euritmia Terapeutica guida allo sviluppo del proprio intero organismo come strumento di percezione empatica e di risonanza.

Per l'occhio così educato, il movimento di una persona può diventare lo specchio del suo stato psichico e fisico.

Dal modo in cui i movimenti vengon formati, diviene visibile quanto di invisibile si è sviluppato nei processi vitali del ricambio dell'organismo in maniera unilaterale. Per questo si dirige l'attenzione, soprattutto alla sottile, a volte appena accennata, ma evidente unilateralità presente nel compiere un movimento,.

5.3.1 Accenni di sguardo generale sugli aspetti di formazione e di analisi del movimento

- Preferenza di zone e direzioni: centro-sopra-sotto; ampiezza del gesto o vicinanza al corpo; solo mani o tutto il braccio; integrazione dell'uso delle dita. Direzione dei movimenti: centrifughi - centripeti; differenze di lateralità.
- Rapporto tra pesantezza e leggerezza nel quadro di movimento e nella sua conduzione, modo in cui si coinvolge lo spazio vicino al corpo.
- Dinamica di un movimento e collegato a questo, capacità di una modulazione tonica flessibile (ipotonico o ipertonico).
- Qualità dei movimenti: spigolosi o morbidi, flessuosi o rigidi, pieni e tondeggianti oppure spezzati, meccanici, appuntiti.
- Ampiezza della capacità di sperimentare il proprio movimento e quello estraneo (auto-percezione del proprio corpo).
- Agilità, presenza di spirito, capacità di concentrazione e coordinazione.
- Pianificazione del movimento e capacità di integrazione, capacità di tenere e formare un ritmo, capacità di cogliere una figura processuale che si manifesti nel tempo.

5.4 Valutazione

Nel caratterizzare e giudicare i movimenti svolti dal cliente dell'Euritmia Terapeutica, accanto al punto di vista anatomico-fisiologico, si tiene d'occhio la processualità ritmica e la qualità di un movimento o di una sequenza di movimenti. Inoltre si prende in considerazione anche il campo emozionale, l'ampiezza del gesto e la capacità di direzionare la propria coscienza.

Ci si focalizza su quanto si manifesta tramite la costituzione, fastidi e malattie, tendenze a movimenti unilaterali, soprattutto sul come si cammina, come si conduce il passo, sulla postura ed il rapporto con lo spazio nonché la formazione del gesto stesso.

Per la valutazione, i fenomeni che si manifestano, vengono compresi quale espressione dell'attività degli arti costitutivi e messi in relazione con gli sbilanciamenti tipici degli arti costitutivi e dei circoli di funzioni organiche.

Entrambi gli arti costitutivi “corpo astrale” ed “organizzazione dell’Io”, hanno, sia sul piano fisiologico, sia su quello animico, una funzione capace di differenziare ed integrare. Entrambi gli arti costitutivi “organizzazione delle forze formanti” e “corpo fisico”, sono attivi nella costruzione di materia (vedi Cap. 4.1.1).

Le tendenze latenti nell’una o nell’altra direzione, che vediamo dal quadro generale di movimento, indicano la via da seguire nella scelta degli esercizi specifici di Euritmia Terapeutica.

Esempio:

Vene varicose come sintomo e fastidio. Se la vena degenerata viene tolta tramite operazione chirurgica, il fastidio viene allontanato. Ma se non si lavora sistematicamente sulla causa alla base della degenerazione, apparirà, più o meno a breve termine, la prossima vena varicosa. Nel sistema terapeutico di lavoro con le forze formatrici, si pone il seguente compito: sullo sfondo di questa patologia vi è una preponderanza delle forze di gravità. Nella corrente sanguigna lo scorrere dinamico viene quindi rallentato nel sistema venoso. Contemporaneamente si è manifestata una perdita di tensione, fin nella muscolatura delle gambe, che crea spazio per l’insaccamento delle vene.

Questo stato può rispecchiarsi in un movimento pervaso di pesantezza sino a giungere ad una lentezza e agilità ridotta, ad una debolezza nel dar forma ai singoli gesti, in una periferia di cui si è poco padroni, questo significa una scarsa compenetrazione di mani/dita, piedi/dita eventualmente con mani e piedi freddi.

Lavorando con esercizi specifici di Euritmia Terapeutica che da un lato collegano nuovamente alle forze di ascensione tutto l’organismo liquido e con esso la corrente sanguigna e dall’altro lato tonificano i muscoli che sostengono le vene, si può (a seconda dello stato degenerativo) bloccare l’avanzamento della degenerazione (vene varicose) o evitare la formazione di nuove vene varicose.

La composizione degli elementi che possono dare forma (vocali) o costruire sostanza (consonanti) o sostenere processi (musica) sottostanno alla competenza del terapeuta rispetto alla diagnosi da lui rilevata.

Se appaiono reazioni non desiderate o troppo forti, con i giusti esercizi di Euritmia Terapeutica, si equilibra e si correggono le tendente.

Nel Cap. 6.6 si descriverà come tener conto delle osservazioni, delle esperienze e delle domande del cliente durante il trattamento.

6. Concetto terapeutico

6.1 Linee guida per una sistematica dell’Euritmia Terapeutica

L’Euritmia Terapeutica rappresenta un sistema terapeutico che lavora tramite l’efficacia delle forze formatrici. Queste vengono considerate base essenziale delle forze di autoguarigione dell’organismo umano.

Dato che i movimenti euritmici terapeutici derivano dalla fisiologia dell’intero organismo di forze formatrici, essi hanno un’azione olistica–sistemica.

La regolazione dei processi vitali avviene concretamente fra la creazione di sostanza da un lato e la conformazione dei processi fisiologici dall'altro.

Le forze delle consonanti agiscono sulla costruzione di sostanza. Le forze delle vocali agiscono sulla forma; gli elementi musicali regolano aspetti processuali dell'attività organica vera e propria e della comunicazione fra gli organi.

6.2 Spettro di azione delle consonanti/ con-sonanti

In 12 diversi modi, i gesti consonantici rendono efficaci le forze formatrici nella disintegrazione delle sostanze estranee acquisite nel tratto digestivo. Questo riguarda sia l'espulsione di sostanze non integrabili, sia la costruzione delle proprie sostanze corporee. Nell'organismo infantile, durante il periodo di sviluppo, le forze formatrici consonantiche possono avere effetto fin nella conformazione della testa, nell'organismo adulto agiscono sulla rigenerazione e sul mantenere la forma sostanziale–plastica degli organi.

Il gesto consonantico dell'Euritmia Terapeutica sviluppa la sua efficacia primariamente a partire dal sistema delle membra e del ricambio. A seconda della scelta del gesto consonantico si focalizza il processo di formazione della sostanza in modo stimolante, calmante o equilibrante.

Sul piano energetico dell'essere umano, i gesti consonantici dell'Euritmia Terapeutica, hanno un'azione rivitalizzante, ricostituente, fino a giungere al fatto che l'individuo possa trovare un rapporto aperto, mobile, verso l'ambiente esterno. Nel campo della coscienza appare un rilassarsi e uno scioglimento.

I movimenti consonantici possono essere raggruppati sotto diversi punti di vista. Punti di vista sono il luogo in cui avviene l'articolazione nella cavità orale (fonemi labiali, gutturali o dentali), la loro coarticolazione vocalica (bi, effe, emme), la loro correlazione qualitativa col solido (consonanti dure, B, P, K), col liquido (consonanti fluide, L), coll'aeriforme (vibranti, R), o col calore (consonanti soffiate, F, S, Sch) dell'organismo umano.

Queste correlazioni si basano su rapporti fisiologici e hanno, nella loro azione sull'intero organismo umano, una funzione corrispettiva. Gesti di lettere dure (per es. B, G, D) hanno un'azione centrante, capace di definirsi e darsi un confine rispetto al mondo esterno; gesti di lettere soffiate (per es. F, S, H) hanno un'azione di scioglimento, di darsi, di regalarsi. I gesti delle consonanti mediane, R ed L, hanno carattere mediatore, ritmico, pulsante. Esse possono venire adoperate nella regolazione di processi ritmici dell'organismo come, ad esempio, quelli peristaltici (lettera L) oppure nella regolazione di processi ritmici di natura generale (lettera R, ad esempio l'alternanza veglia-sonno e l'insonnia).

Il luogo in cui avviene, nel cavo orale, la formazione di un fonema (labiale, dentale, gutturale) ha una correlazione con le forze animiche del sentire, pensare e volere.

Quando ad esempio, si adopera in modo euritmico terapeutico la S (lettera dentale), essa ha una forza simile a quella del pensiero, quindi una forte capacità di dare forma, e quindi è in grado di tenere a bada processi vitali troppo attivi.

***Esempi** sull'efficacia di consonanti terapeutiche.*

Il gesto della lettera L può venir impiegato, quando si manifestano disturbi nella peristalsi, soprattutto nell'intestino. Inoltre troviamo nel suo campo d'azione, anche la possibilità di sollevare verso la leggerezza processi caduti nella pesantezza; questi potrebbero essere, a livello intestinale, costipazione oppure ispessimenti fino a processi di deposito di sostanze all'interno dei vasi sanguigni o del sistema linfatico.

Il gesto della lettera B sviluppa la sua efficacia là dove le sostanze nutritive passano dall'intestino per venir accolte dal sangue ed avviene la regolazione delle proprie sostanze corporee. In questo contesto, la B viene preferita per regolare l'attività renale laddove, in contromossa alla costruzione delle proprie sostanze corporee vengono espulse dall'organismo sostanze non utilizzabili che devono divenire urina.

6.3 Spettro di azione delle vocali/sonanti

Come settemplice efficacia formante, i gesti vocalici stanno a sfondo di tutti i processi di respiro e di ritmo umani.

In tali processi, che strutturano l'elemento temporale, giacciono quelle forze che, mantengono la forma e la superficie degli organi nello svolgersi del ricambio dinamico, anche se le sostanze di un organismo vivente vengono continuamente scambiate.

Gesti euritmici terapeutici vocalici, sviluppano il loro effetto ordinante e strutturante, agendo in modo particolare attraverso gli organi del sistema ritmico.

Nel campo energetico dell'essere umano, i gesti vocalici dell'Euritmia Terapeutica hanno, nella loro complessità, un'azione restringente e rassodante. Supportano la capacità di consolidarsi organicamente e di formare forze di resistenza. Nel campo della coscienza hanno un'azione di risveglio.

***Esempi** di efficacia di gesti vocalici:*

I gesti delle lettere U ed I agiscono fin nelle leggi della statica e della dinamica dell'essere umano. Il gesto della I sostiene la capacità specifica dell'essere umano di contrapporsi alla forza di gravità e di assumere la posizione eretta. Inoltre migliora la stabilità e la vitalità della spina dorsale, innalza la capacità di stare in equilibrio e la sicurezza nel camminare. Questo gesto agisce, tramite la stimolazione della circolazione, riscaldando fin nelle estremità mani e piedi; in questo modo diviene possibile una maggiore percezione delle proprie membra. Il gesto della lettera U sostiene il rassodamento dei tessuti fin nella struttura minerale ossea e, grazie alla cosciente percezione ed attivazione della muscolatura delle gambe, manifesta un'azione benefica fin nel sistema muscolare–venoso– circolatorio. Questo fa aumentare, ad esempio, la sicurezza e la durata dello stare in piedi, poiché chi ha le gambe pesanti e ha dolori venosi non sta volentieri in piedi.

Il gesto della lettera A viene impiegato quando è necessario attivare le forze di resistenza dell'organismo umano. Capacità di resistenza significa anche farsi valere con quella calma solare legata alla libertà umana, rispetto ad impressioni che ci assalgono, (sia che queste agiscano dall'esterno attraverso i sensi, sia che agiscano dall'interno quando l'effetto di processi organici si spinge in su sin nello spazio interiore). L'effetto del gesto del suono A, si rivolge al campo della regolazione emozionale, alla guida dell'affettività, ed al controllo degli impulsi. L'emozionalità basale è

strettamente collegata a circoli di funzioni organiche (ad esempio, pericolo di vita per fame o pulsioni sessuali inappagate possono condurre ad azioni pulsionali sconsiderate).

I gesti delle lettere O ed E vengono usati quando si vuole agire sulla regolazione dei processi di crescita.

6.4 Ulteriori elementi del linguaggio

Forme mentali di base e atmosfere animiche di base sono immanenti al pensare e parlare umano e hanno fondamenta organico-funzionali.

Anche questa parte del linguaggio trova espressione in gesti euritmici, posizioni dei piedi, posture e figure mosse nello spazio.

Nell'uso terapeutico rafforzato, si possono collegare questi gesti a quelli di vocali o di consonanti.

6.5 Spettro di azione degli elementi musicali

Gli elementi musicali strutturano e suddividono la corrente del Tempo. In quanto questi sostengono la regolazione delle funzioni degli organi e la comunicazione tra essi, sono attivi in tutti quei processi dell'organismo umano che sottostanno all'elemento tempo.

Movimenti musicali di Euritmia Terapeutica scaturiscono dall'organizzazione umana in maniera così ordinata (regolata) quanto i movimenti del linguaggio. Se vengono eseguiti con intima partecipazione hanno la loro azione psicologica e psicosomatica anche senza un accompagnamento musicale udibile.

L'azione terapeutica avviene indipendentemente dal fatto che il cliente abbia avuto un'educazione musicale oppure no. Anche qui vale inoltre la regola d'oro che, affinchè si produca una risonanza nell'organismo, i singoli movimenti o sequenze di movimenti vanno eseguiti per alcuni minuti consecutivi.

I principali elementi usati nell'Euritmia Terapeutica musicale sono: tempo, ritmo, melodia, armonia/intervalli.

6.5.1 Battuta (tempo)

Polarità: pesantezza e leggerezza. I movimenti di Euritmia Terapeutica della battuta sono i movimenti del passo, dove la metà corporea sinistra (leggerezza) e quella destra (pesantezza) a seconda del tempo della battuta, sperimentano in modo alternato la pesantezza e la leggerezza. Essenziale è l'elevata attività interiore nel cosciente passaggio e nel bilanciamento tra queste due polarità.

6.5.2 Ritmo

Polarità: coscienza/presenza di spirito desta, e sonno/processi vitali. La nota lunga porta verso lo spazio dietro (ci si lascia andare) mentre le note brevi ci portano nello spazio anteriore e ci svegliano. Nelle lunghe, le braccia svolgono un movimento che si amplia, nelle brevi un movimento che risveglia consolidandosi sin nella postura delle dita.

6.5.3 Melodia

Polarità: luce e tenebra. In quanto si sperimenta interiormente il grado di lucentezza (altezza), le braccia seguono questa sensazione alzandosi quando la melodia sale (luce), quando la melodia scende (tenebra) scendono anche le braccia. La forza interiore di stare retti e tutta la schiena si integrano in questo alterno respiro fra luce e tenebra.

6.5.4 Intervalli

Per ogni intervallo c'è un movimento specifico e un rapporto con lo scheletro del braccio e delle spalle: ad esempio, la "prima" riposa nella clavicola, la "seconda" ci conduce dalla scapola alla parte superiore del braccio, la "terza" ci porta alle due ossa dell'avambraccio ulna e radio e così via.

6.5.5 Armonia, tonalità

Essa si manifesta attraverso un intessere dinamico tra processi di luminosa dispersione e di oscurità condensante. Così il movimento della tonalità maggiore inizia nella clavicola destra, quello del minore nella sinistra.

Relazione degli elementi musicali con funzioni organiche e capacità dell'anima:

Funzioni organiche	Capacità animiche	Elementi musicali
Organizzazione neuro-Sensoriale	Percepire e pensare	Melodia
Sistema ritmico comprendente respiro e circolazione sanguigna	Sentire simpatia/antipatia	Leggi e rapporti di Armonia musicale/ Intervalli, maggiore/minore
Ricambio e movimento	Forza volitiva e azione	Ritmo e battuta

6.5.6 Possibili applicazioni terapeutiche

6.5.6.1 Battuta

La battuta crea nella corrente del tempo una suddividere di pesi in parti di tempo pesanti, accentuate e parti leggere senza accento.

Così nella battuta, i movimenti specifici del passo, conducono ad un confronto differenziato fra peso e levità del proprio corpo in relazione al placido scorrere regolare del tempo.

Accanto alla sottile educazione dell'equilibrio, gli esercizi della battuta possono avere un'azione regolativa sugli aspetti di movimento dell'intestino (peristalsi, segmentazione e movimenti misti del tenue) sostenendo l'Euritmia Terapeutica consonantica già indicata per questo settore.

6.5.6.2 Ritmo

Con l'elemento ritmico si ha una sfaccettata suddivisione del tempo in suoni dalla durata breve e lunga. I movimenti eseguiti contemporaneamente con braccia e gambe, per quanto riguarda le note brevi, sono movimenti veloci e hanno un'azione tonificante, risvegliante, stimolante; di contro, i movimenti rallentati che si eseguono sulle note lunghe, hanno un 'azione calmante, rilassante, sedante. Nell'azione rilassante si crea uno spazio che permette all'organismo quella rigenerazione che avviene tramite il flusso sanguigno.

6.5.6.3 Melodia-altezza delle note

Nella conduzione del gesto melodico, la corrente temporale assume un aspetto qualitativo e può andare verso una direzione di luminosità e ampiamento o di oscurità e condensazione. I movimenti avvengono in direzione ascendente o discendente. Questo elemento musicale sviluppa la sua azione regolativa attraverso l'ambito respiro raggiungendo anche la corrente pulsante del liquido cerebro spinale.

6.5.6.4 Maggiore e minore

Nella condensazione armonica agiscono i processi della melodia sin qui descritti in maniera modificata e ancora più differenziata. La tonalità di Do maggiore ha una qualità chiara e radiante. Mib minore ha una qualità interiorizzante. Il movimento del maggiore ci conduce verso il lato destro, partendo dal centro verso la periferia con il braccio destro; il movimento del minore ci porta verso sinistra partendo dalla periferia verso il centro. Questo vuol dire che con il movimento maggiore si agisce per esempio sulle funzioni esocrine, di effusione e secrezione di liquidi, con i movimenti del minore vengono sostenute le distribuzioni endocrine. Il minore ha un effetto riscaldante e condensante, il maggiore porta freschezza ed un respiro liberatorio. In questo modo il calore dell'organismo umano può venir modulato sottilmente.

6.5.6.5 Intervalli / Armonia / Relazioni

Si tratta qui di formare relazioni all'interno della corrente del tempo. Sia a livello di comunicazione tra gli organi interni, sia a livello metabolico di un organo (ad esempio il fegato) il creare e lo sciogliere di legami (relazioni) giocano un ruolo elementare.

Rapporti armoniosi o disarmonici non si trovano solo nella vita sociale bensì anche nella relazione orchestrale delle funzioni organiche dell'essere umano.

Con i movimenti degli intervalli e sequenze di intervalli, si può sostenere una relazione modulata nel rapporto dei processi organici tra loro così come anche all'interno di un organo.

Così per esempio il movimento dell'intervallo di "settima" discendente agisce regolando l'attività polmonare. Il gesto dell'intervallo di "quinta" agisce sulle malattie della pelle.

6.6 Incontro e conduzione della relazione

Nell'Euritmia Terapeutica il cliente si appropria del suo rimedio. Per questo è molto importante la comunicazione verbale e non verbale, l'accompagnamento interiore e l'interazione dialogica.

Nel momento in cui il cliente incontra l'Euritmia Terapeutica, sperimenta direttamente il suo stato a livello corporeo fisico animico e spirituale. Può anche giungere a percepire che attraverso il movimento egli manifesta completamente ciò che egli è.

Per questo motivo la grande arte metodico-didattica del lavoro euritmico-terapeutico sta nella conduzione e nell'accompagnamento valorizzante e motivante della persona

Il cliente viene accompagnato a riconoscere i suoi blocchi interiori e a superarli; a continuare lungo l'impervio percorso dell'auto percezione, attivando forze in grado di trasformare i movimenti unilaterali che gli erano diventati ormai consoni.

In questo processo di comune apprendimento, il terapeuta può solo avere il compito di accompagnare la persona con la massima cura, facendo sì che la collaborazione si basi sul reciproco rispetto e fiducia. Il cliente decide la quantità e la durata di cui ha bisogno per svolgere il suo percorso.

6.6.1 Elaborazione e integrazione

6.6.1.1 Elementi fondamentali

Una seduta di Euritmia Terapeutica si poggia sulle seguenti basi:

- Esercizi iniziali per centrarsi, stimolare l'auto-percezione, formulare lo stato di salute non verbale attuale.
- Indicazioni per l'esecuzione degli esercizi principali.
- Elaborazione insieme per usare correttamentre le pause necessarie.
- Sostegno per potersi allenare a casa in modo autonomo.

A inizio del percorso terapeutica, si osservano e si determinano i sintomi principali, questo permette poi di valutare ed adattare il set di esercizi in dialogo costante.

Nel corso delle singole sedute, tenendo conto delle necessità e possibilità della persona, si favorisce l'ampliamento dell'auto-consapevolezza valutando ed osservando con lei le diverse strategie per rendere efficaci gli esercizi di Euritmia Terapeutica, evidenziandone ed elaborandone gli aspetti essenziali.

In un processo interattivo l'osservazione, le esperienze, il vissuto e le domande che scaturiscono nel cliente giocano un ruolo centrale; ad esempio, la percezione di cambiamenti nei disturbi oppure nel suo stato generale.

6.6.1.2 Apprendere il movimento

In dialogo interattivo tra cliente e terapeuta vengono elaborati i singoli esercizi. Si tiene conto delle risorse del cliente; per cui, ad esempio, le richieste sul piano della coordinazione motoria e sul piano emozionale–cognitivo, vengono continuamente adattate al caso. E così ad esempio, sequenze complicate di movimenti possono venir spezzettate in singoli passaggi adatti al cliente. Il processo di appropriazione e, collegato a questo l'esperienza di sé, può venir prolungato su più settimane o mesi a seconda delle possibilità del cliente.

6.6.1.3 Auto-percezione

Sul piano corporeo il cliente viene incoraggiato a svolgere un'autoricerca per capire e prendere coscienza delle sue tensioni, della sua postura e dei suoi problemi di articolazioni.

Egli viene sostenuto in modo che possa sperimentare il suo corpo, i suoi movimenti, con totalità ed in modo che possa formare i suoi gesti, mettendoli in relazione con lo spazio circoscrivente il proprio corpo.

Per favorire la percezione di sé e lo sperimentare del movimento, il terapeuta sostiene la mobilità propria del cliente guidando il cliente in modo empatico-delicato.

Le persone che per un qualsiasi motivo non sono in grado di eseguire i movimenti, possono apprenderli, in un primo tempo, osservando il terapeuta mentre svolge gli esercizi di movimento. In seguito gli esercizi di Euritmia Terapeutica potranno essere messi in atto da lui stesso, grazie ad una pura forma di attività interiore spirituale e grazie alla tecnica della visualizzazione e della capacità di prestare attenzione.

Per i neonati, i bimbi molto piccoli o le persone morenti, il terapeuta può svolgere la maggior parte dell'attività motoria e anche quella animico–spirituale. In questo caso la persona "sogna" nel campo energetico del terapeuta e prende parte alla corrente energetica che muove le forze formatrici. Nei neonati si può coinvolgere la persona più vicina in modo che possa poi svolgere i movimenti anche a casa.

6.6.1.4 Movimento e coscienza

Insieme allo sviluppo di una maggior presa di coscienza corporea e motoria, il cliente viene invitato a percepire il contenuto qualitativo dei singoli gesti in modo che possa sperimentare e riconoscere le forze che formano e sostengono la salute.

Tramite l'aspetto figurativo dei singoli movimenti egli ha inoltre la possibilità di differenziare e divenire attivo nella capacità di crearsi delle immagini e di formarsi delle rappresentazioni.

Quando il cliente mette in moto le forze che dirigono le sua capacità di osservazione ed attenzione verso la dinamicità del processo, quando sviluppa l'attenzione rivolta non più solo ad un singolo esercizio, ma ad un'intero set di esercizi, allora egli sperimenta, in maniera positiva, un ampliamento delle sue capacità e della sua presenza di spirito. Quanto raggiunto diventa un bagaglio che gli rimane a disposizione anche per affrontare la sua vita quotidiana.

6.6.1.5 Autoconoscenza – conoscenza di sé

In vicendevole scambio, il cliente viene incoraggiato a prendere coscienza di impedimenti ed unilateralità insite nel suo movimento. Per aiutare questo, si possono usare descrizioni verbali o il terapeuta può fare dimostrazioni che rispecchino tali difetti.

La presa di coscienza di individuali restrizioni nel movimento (ad esempio, insicurezza ingiustificata nel camminare all'indietro) o di abitudini o qualità unilaterali nel muoversi (ad esempio difficoltà nel condensare o espandere durante una sequenza di movimenti) può condurre ad "un'accendersi significativo" della consapevolezza che può segnare una svolta catartica nello svolgersi dell'intera terapia.

Tenendo conto delle necessità del cliente, viene scoperta e valutata insieme la stretta relazione esistente tra i disturbi e le abitudini di movimento.

Il cliente viene infatti sostenuto nello sviluppare fiducia nelle proprie qualità, nello scoprire e direzionare le sue nuove risorse, in modo da aprirsi verso nuove forme di conduzione della vita e quindi trasformare abitudini di movimento sfavorevoli. Gli vengono indicate vie e strategie per condurre in modo salutare i propri movimenti, più fluidi e liberi.

6.6.1.6 L'esercitarsi quotidiano

Gli esercizi di Euritmia Terapeutica svolgono un'azione stimolante in grado di accordare in modo nuovo l'intero organismo. Una ripetizione regolare si rende perciò necessaria al fine di ottenere un'azione in grado di stimolare la guarigione.

Si spiega alla persona il valore dell'esercizio quotidiano che, oltre a stimolare la guarigione, favorisce ed approfondisce anche le esperienze individuali nel movimento. Esperienze e domande, che nascono dall'esercizio quotidiano, vengono discusse e, se ve ne è bisogno, si cercano insieme soluzioni possibili (ad esempio, come poter integrare la terapia nel corso della propria giornata o settimana). Con questo il cliente si assume la responsabilità rispetto al suo percorso di guarigione.

I cambiamenti nello stato di salute vengono valutati. I singoli esercizi o il set completo di movimenti vengono poi adattati al nuovo stato del cliente.

Il cliente percepisce se stesso come l'istanza in grado di stimolare passi evolutivi interiori a partire dalla propria iniziativa.

6.6.1.7 Pause e riposo dopo la terapia

Vengono fatte piccole pause (intervalli) durante l'esecuzione di un movimento; ogni gesto, ogni sequenza di movimenti respira, c'è "un prima e un dopo", un'anticipazione ed un rilasciare, un rilassare. La pausa è presente tra le sequenze di movimenti e viene creata anche alla fine di una seduta come vero e proprio riposo. È sensato far distendere e riposare la persona alla fine, per circa 10-15 minuti (senza leggere o ascoltare musica). Allora gli impulsi apportati all'organismo hanno modo di proseguire la loro azione benefica. In particolare il sonno notturno è di enorme importanza per rigenerarsi e riaccordarsi. Al cliente vengono raccontate in modo comprensibile tali connessioni. Lo si incoraggia a non sottovalutare questi aspetti della percezione e della rigenerazione di sé stesso.

6.6.2 Attività personale

L'Euritmia Terapeutica favorisce e richiede la partecipazione totale della persona. In ogni campo, nuove risorse vengono così richiamate e sviluppate.

I movimenti stessi sono risorse corporee che mettono in moto processi fisiologici spontanei quali riscaldamento, rilascio di tensioni, regolazione del respiro, distribuzione del calore e regolarizzazione della digestione

Potenzialità animiche sono quelle sensazioni che vengono a coscienza tramite il movimento, potenzialità animiche sono anche i sentimenti di simpatia ed antipatia che tali sensazioni producono.

Risorse spirituali sono quelle che, durante lo svolgimento del movimento, il cliente produce individualmente, capacità di attenzione, percezione di sé stesso, (qualità tipiche dell'Euritmia Terapeutica), così come anche le forze formatrici presenti nell'organismo, di cui il cliente può prendere coscienza tramite l'attività spirituale.

Tramite l'Euritmia Terapeutica, l'alleviamento dei disturbi e la guarigione divengono così un atto creativo del cliente stesso. Egli stimola le forze di autoregolazione interagendo con le forze formatrici della parola e della musica.

6.6.3 Persistenza nel tempo degli effetti benefici

Gli esercizi di Euritmia Terapeutica hanno un'azione immediata sulla percezione corporea di sé stessi, sulla regolazione del tono muscolare, sulla regolazione termica e sul respiro.

La sua azione sui disturbi più profondi, cronici o anche su processi di malattia, si sviluppa per settimane, mesi o anche anni, a seconda delle capacità di reagire e di trasformare dell'organismo.

Così frequenza e numero delle sedute necessarie, dipendono anche da quanto il cliente è in grado di raccogliere gli stimoli, di ricordare e di esercitarsi autonomamente.

Esperienze dell'efficacia di un esercizio aumentano la motivazione ad allenarsi a casa, rinforzando così l'azione duratura dell'intervento euritmico-terapeutico. Una volta che il cliente ha imparato gli esercizi corrispondenti alle sue problematiche e alle unilateralità della sua costituzione, ha a disposizione per sempre uno strumento di autoregolazione.

Rinfrescare l'esercizio tramite occasionali sedute di Euritmia Terapeutica, crea al cliente la possibilità per fare un resoconto della sua prolungata esperienza coi movimenti, per porre domande, per fare quindi il punto sullo stato attuale delle cose. Se necessario, il set di esercizi viene adattato alla situazione attuale (per esempio, cambiamento del quadro dei sintomi). Qualora si siano nuovamente presentate vecchie, sfavorevoli abitudini di movimento o superficialità nell'attenzione al gesto o nella capacità di visualizzare interiormente, le abitudini sfavorevoli possono venir valutate e riportate a coscienza. Insieme si possono trovare possibili soluzioni per superarle. Agendo in tal modo si sostiene e si aumenta ulteriormente l'effetto benefico della terapia.

6.6.4 Transfer

Come terapia di movimento olistica, l'Euritmia Terapeutica impegna il cliente a livello corporeo, animico e spirituale; essa favorisce il collegamento e lo sviluppo delle risorse presenti.

Nel momento in cui, grazie all'Euritmia Terapeutica, si formano e si impulsano le nuove capacità, queste rimangono a disposizione del cliente anche in qualunque altra situazione della sua vita quotidiana e possono divenire un terreno di supporto per le competenze su sé stessi e sul proprio risanamento.

Il terapeuta complementare, che usa il metodo dell'Euritmia Terapeutica, accompagna questo processo di trasformazione e di crescita incoraggiando il cliente ad applicare le nuove capacità anche nella routine quotidiana.

L’integrare gli esercizi nel corso della giornata rappresenta il primo gradino del Transfer. Al cliente si possono dare brevi appunti per aiutarlo a ricordare. L’ulteriore Transfer nella quotidianità avviene con “quell’accendersi significativo della consapevolezza” (Ah! adesso capisco!), con l’accorgersi di una riduzione dei fastidi, con l’integrazione di soluzioni scoperte dal cliente stesso, confermate e valorizzate dal terapeuta, che vanno a costituire un ulteriore competenza di vita. Insieme si possono trovare soluzioni per integrare l’esercizio quotidiano a casa.

Tramite l’esercizio e le sessioni di lavoro, il cliente sperimenta quotidianamente l’ampliarsi del suo movimento, sperimenta che egli può indurre cambiamenti nelle funzioni organiche e sperimenta la conquista di una maggior mobilità interiore emozionale-cognitiva. Tutto questo può far nascere un nuovo senso di libertà ed autostima e può aprire nuove possibilità di esperienza di sé e del mondo.

Tramite l’incontro con l’essenza qualitativa dei singoli suoni-fonemi, il cliente ha la possibilità di riscoprire le connessioni fra lui ed i processi naturali che lo circondano sostenendo la sua vita, le connessioni con le forze formatrici che abitano anche la sua stessa interiorità. Ne nasce un senso di coerenza che lo fa sentire accolto sensatamente in quanto essere umano dal mondo circostante. Si forma anche una nuova coscienza ed un nuovo senso di responsabilità per la vita fra gli esseri umani e nella natura circostante. Durante il percorso terapeutico e dialogico, tali processi interiori di conoscenza e di trasformazione vengono stimolati, sostenuti ed accompagnati.

Gli atteggiamenti interiori, elaborati grazie all’esecuzione regolare degli esercizi trasferiti nella vita quotidiana, divengono amici di vita colmi di aiuto, come ad esempio: capacità di attenzione; calma interiore; rilassatezza e positività; trovare una certa distanza da sé stessi; possibilità di trasformazione, divenir in grado di attivare la propria volontà formante. Il terapeuta complementare del metodo Euritmia Terapeutica, riconosce e valorizza queste nuove facoltà, sottolinea la loro azione apportatrice di salute e porge sostegno alla loro applicazione nel quotidiano.

L’incontro con lo sfondo sistemico, spirituale dell’Euritmia Terapeutica e della medicina antroposofica può cambiare durevolmente l’immagine di sé stessi e del mondo. Si possono aprire nuove prospettive e possono nascere conoscenze, nei confronti della malattia, che danno un senso al suo manifestarsi. In questo modo possono venir mobilitate forze sin’ora nascoste e si rende possibile la resilienza. Il terapeuta del metodo Euritmia Terapeutica, si pone anche in questo come partner di dialogo e fa da specchio al cliente in modo attento, porgendo sostegno laddove questo viene richiesto.

7. Limiti dell’uso di questo metodo Controindicazioni

Esistono controindicazioni per singoli elementi di Euritmia Terapeutica nei seguenti casi: malattie accompagnate da febbri alte, processi infiammatori acuti, disturbi acuti di stati di coscienza, psicosi acute, emorragie gravi, fratture appena avvenute, gravidanza e allattamento.

In qualunque situazione acuta di emergenza, l’intervento della medicina d’urgenza ha la precedenza sui trattamenti di Euritmia Terapeutica. Ci sono tuttavia situazioni mediche

di emergenza, per esempio morenti e pazienti in coma, dove esistono evidenti esperienze sull'efficacia dell'Euritmia Terapeutica.

8 Risorse specifiche di metodo

8.1 Fondamenti filosofici di teoria della conoscenza

- Conoscenze: basi delle vie conoscitive della scienza dello spirito, sia dal punto di vista del metodo sia dei contenuti; soprattutto le capacità conoscitive di immaginazione, ispirazione ed intuizione.
- Abilità: ampliamento della conoscenza dell'umano e del mondo a partire dalla propria visione immaginativa, ispirativa ed intuitiva così come l'evoluzione della propria biografia lo permette.
- Atteggiamento: Queste qualità possono diventare un arricchimento per l'agire terapeutico e per la conduzione della propria di vita.

8.2 Educare la percezione

- Conoscenze : osservazione goetheanistica del mondo della natura e del suo sviluppo ulteriore in ambito scientifico-spirituale come antropologia plastico-musicale-linguistica.
- Abilità: Esercitazioni nei campi delle arti plastiche e musicali ad esempio l'arte della parola, come portali empirici agli ambiti sperimentabili dell'attività degli arti costitutivi; sensibilizzazione ed affinamento delle sensazioni ed dell'attività sensoriale, instaurando connessioni sinestetiche; a partire da fenomeni presenti e percepibili coi sensi nella natura e nell'uomo, crearsi un'immagine conoscitiva degli archetipi tipologici in senso goetheanistico.
- Atteggiamento: fondamenti per creare la diagnosi specifica del metodo, per pianificare ed accompagnare [il] processo terapeutico così come per procedere ulteriormente nel proprio sviluppo biografico.

8.3 Fondamenti scientifico-spirituali della medicina antroposofica

- Conoscenze: comprensione olistica dell'uomo, della terra e del cosmo, comprensione teorica degli arti costitutivi e del loro interagire nell'essere umano, ma anche della loro dimensione ampliata con l'azione dello zodiaco e dei pianeti; fenomenologia degli arti costitutivi all'interno della tripartizione funzionale sia in stato di salute, sia in stato di malattia; fenomenologia costituzionale, embriologia, fenomenologia e sistematica dello sviluppo infantile e dello sviluppo biografico in generale; comprensione di malattia e salute nella medicina antroposofica; comprensione ampliata del destino.

- Abilità: riconoscere le disfunzioni che si creano nel rapporto tra arti costitutivi e forze dell'anima sulla base del quadro dei disturbi e di come la persona si sente, sulla base del comportamento ed in particolare sulla base del quadro di movimento della persona; seguendo il modello degli arti costitutivi, interpretare fino a che punto i sintomi della malattia sono dovuti alla costituzione.
- Atteggiamento: fondamenti per poter definire lo stato di salute in base al metodo e per poter stilare un concetto dei trattamenti terapeutici, così come la capacità

di lavorare in modo interdisciplinare soprattutto con colleghi che sono in possesso di competenze mediche e pedagogiche antroposofiche.

8.4 Fondamenti di euritmia

- Conoscenze: degli elementi del linguaggio e della musica così come vengono trasformati in mezzi espressivi euritmici, secondo il pensiero goethiano metamorfico ed artistico.
- Abilità: Padronanza degli elementi euritmici; sensibilizzazione del proprio organismo per i movimenti delle forze formatrici che si manifestano attraverso il gesto del linguaggio e gli elementi musicali; applicazione degli elementi euritmici nella loro valenza artistica.
- Atteggiamento: applicare l'euritmia per mantenere la vivacità del proprio organismo e con questa un buon stato di salute.

8.5 Competenze euritmico-terapeutiche

- Conoscenze: contenuto del corso di Euritmia Terapeutica; tipologia delle vocali e degli aspetti tripartiti fisiologici-linguistici delle consonanti nella loro essenza; sistematicità nel seguire le indicazioni; trasformare gli elementi base dell'euritmia in strumenti terapeutici.
- Abilità: padronanza del patrimonio di esercizi di Euritmia Terapeutica; padronanza degli aspetti descritti nel cap. 4.4.1 (Movimento delle gambe, conduzione temporale, movimento e coscienza, composizione, pause); comprensione dei casi riportati come esempi nel corso di Euritmia Terapeutica.
- Atteggiamento: Uso del proprio organismo, educato a livello fisico-animico-spirituale, come strumento empatico per la formulazione di una diagnosi, per la dimostrazione pratica degli esercizi e per avviare il cliente alla terapia; tener conto delle indicazioni e adattare alla situazione gli esercizi di Euritmia Terapeutica.

9 Posizionamento

9.1 Rapporto di questo metodo con la medicina olistica e allopatica.

L'Euritmia Terapeutica può venir esercitata a completamento, ma anche a fianco o come collaborazione della medicina olistica/alternativa o allopatica.

L'Euritmia Terapeutica e la medicina antroposofica si fondano sul medesimo terreno filosofico.

9.2 Circoscrizione del metodo rispetto ad altri metodi e professioni

9.2.1. Euritmia Artistica

Euritmia Artistica:

- Tenendo conto di come Goethe intendeva l'arte (vedi cap. 3.2.1.2.), i gesti euritmici costituiscono il fondamento dell'arte del movimento chiamata euritmia.
- Attraverso l'arte del movimento euritmica vengono elaborate, interpretate e rappresentate in maniera artistica, opere liriche, epiche, drammatiche o di prosa, così come brani musicali.

- I movimenti euritmici-artistici sono espressivi ed orientati allo spazio circostante.
- Durante l'esecuzione, la coscienza e l'attività creativa dell'artista di movimento, sono dedite ed interiormente nutrite dal fatto di voler unire i molteplici elementi euritmici in una completezza fortemente espressiva.
- L'euritmia artistica quale arte da palcoscenico viene eseguita in gruppo, non escludendo anche degli assoli.
- I movimenti artistici non agiscono in modo specifico/diretto sull'organismo umano. Essi agiscono in modo rivitalizzante, rinfrescante e rafforzante; hanno quindi un effetto generale di salutogenesi. Per questo l'euritmia artistica viene anche proposta in corsi aperti a tutti.

Euritmia Terapeutica:

- L' Euritmia Terapeutica lavora con singoli elementi euritmici, trasformati e rafforzati sistematicamente (vedi cap.4.4).
- I movimenti dell'Euritmia Terapeutica sono orientati al corpo e diretti alla regolazione di processi fisiologici e psicosomatici.
- La coscienza che accompagna i movimenti dell'Euritmia Terapeutica è diretta ai processi corporei come ad esempio la tensione muscolare, il piegare o lo stendere delle braccia e delle gambe, alla forza di stare eretti così come alla capacità di visualizzare dei movimenti specifici.
- Gli incontri di Euritmia Terapeutica si svolgono in sessioni individuali.
- I movimenti di Euritmia Terapeutica seguono indicazioni specifiche ed individuali, sono adattati alle necessità del cliente ed al quadro dei suoi disturbi.

9.2.2 Euritmia Sociale ed Aziendale

Euritmia Sociale ed Aziendale:

- Si poggia su tutto il bagaglio dei movimenti euritmici-artistici e delle loro leggi, viene esercitata in gruppi.
- L'azione dei movimenti artistici sull'organismo umano non ha carattere specifico. Essi agiscono complessivamente rivitalizzando, rinfrescando e rafforzando. Sul posto di lavoro, essi controbilanciano sforzi e carichi unilaterali.
- Attraverso il muoversi con gli altri, si educano inoltre ulteriori competenze sociali, a buon ragione l'euritmia viene praticata nelle aziende anche per rafforzare la capacità di lavorare in squadra.

Euritmia Terapeutica:

- Si fonda su movimenti euritmici rafforzati, specifici del metodo e si esegue in setting individuale.
- I movimenti sono diretti specificatamente al quadro disturbi del singolo cliente.
- L'Euritmia Terapeutica educa la competenza/capacità di auto-guarigione e di guarigione in senso lato.

9.2.3 Euritmia pedagogica

Euritmia Pedagogica:

- L’Euritmia Pedagogica si basa sull’insieme dei movimenti e delle leggi artistico-euritmiche.
- In genere viene praticata in gruppi di coetanei e sostiene l’educazione di competenze sociali e di apprendimento a seconda della fase evolutiva.
- Essa sostiene una sana crescita ed un sano sviluppo degli organi interni, sostiene la psicomotricità infantile, attiva la creatività e la capacità di iniziativa nel bambino.

Euritmia Terapeutica:

- Si fonda su movimenti euritmici rafforzati, specifici del metodo.
- Si pratica in sedute individuali, non dipende da una fascia di età ed educa la competenze/capacità di auto guarigione e di salutogenesi in generale.
- I suoi movimenti o sequenze di esercizi sono diretti in modo specifico al quadro dei disturbi del cliente.

9.2.4. Arte-terapia, sezione movimento e danza

Queste si trovano nel quadro professionale delle terapie complementari.

9.2.5 Terapia del movimento fisioterapica

Esercizi fisioterapici di movimento:

- Si basano su movimenti fisiologici d’utilità dell’apparato motorio umano.
- Si orientano verso strutture fisiologiche (ad esempio muscoli, tendini, legamenti, articolazioni).
- Mirano alla mobilitazione dell’apparato motorio e alla riduzione dei dolori che accompagnano la restrizione di determinati movimenti.

Esercizi di movimento dell’Euritmia Terapeutica:

- Si fondano su movimenti nell’organismo delle forze formatrici che sta alla base di ogni processo vitale, tali movimenti vengono trasferiti sull’organismo motorio umano.
- Si orientano verso le forme e i processi dinamici-morfologici dell’organismo delle forze formanti umane.
- Mirano alla regolazione specifica delle forze formatrici che stanno alla base delle funzioni del corpo e degli organi; operano un’azione strutturante e consolidante della forma umana.

9.2.6. Astrologia

Astrologia:

- Lavora su consultazione
- Lavora con l’interpretazione di calcoli astrologici, di costellazioni, del quadro natale, dell’ oroscopo annuale e via di seguito.
- Serve per: conoscenza di se stessi, consulenza sulla vita e lavoro biografico.

Euritmia Terapeutica:

- lavora con movimenti che il cliente esegue autonomamente.
- Lavora con movimenti caratterizzabili, nel loro prototipo primigenio spirituale tramite la terminologia astrologica (zodiaco e pianeti).
- Mira al sostegno delle competenze/capacità di riconvalescenza ed alla guarigione dei disturbi corporei e psicosomatici.

9.2.7 Psicoterapia e terapia del dialogo

Psicoterapia e dialogo:

- Aiuta a trovare modalità di terapia o di alleviamento di disturbi e malattie psichiche.
- Ha influsso su disturbi del comportamento, stati di dolore e funzionamento socio-emotivo.
- Agisce in primo luogo con mezzi della comunicazione verbale, ma anche non verbale.

Euritmia Terapeutica:

- è una terapia attiva, di movimento, diretta alla regolazione dei processi organici e psicosomatici.
- supporta lo sviluppo delle proprie competenze/capacità di rigenerazione sul focus dei disturbi somatici e psicosomatici.
- il colloquio necessario, è parte integrante della formulazione diagnostica e dell'avviare la persona a divenir padrona degli esercizi da svolgere. Serve a chiarire le domande che nascono durante il percorso e costituisce la parte verbale della valutazione.

10 Articolazione ed estensione della parte metodica specifica della formazione TC

I seguenti contenuti di apprendimento, articolati in conoscenze e capacità, sono stati per la maggior parte descritti nel cap. 8, " Risorse", rispetto a " conoscenze, abilità ed atteggiamento". Ora, nel cap.10, verranno presentati nella loro struttura ed articolazione, per quanto riguarda la qualificazione di base e la specializzazione professionale.

10.1 Fondamenti del metodo- Qualificazione base

La parte pratica di questa formazione, serve a far sì che l'intero organismo del terapeuta complementare, metodo Euritmia Terapeutica, si sensibilizzi in modo da percepire il flusso delle correnti dinamiche delle forze formatrici che stanno alla base del linguaggio e della musica. Fa parte dell'evoluzione interiore del terapeuta ed è la base su cui si crea il rilievo dello stato di salute specifico del metodo, si pianifica la terapia e si accompagna il cliente.

10.1.1 Conoscenze teoriche

- Introduzione alla comprensione scientifico-spirituale dell'esser umano e del mondo: antropologia degli arti costitutivi (inclusa l'antropologia plastico-musicale-linguistica), tripartizione funzionale, ampliamento degli studi sui sensi.

- Fondamenti di anatomia e di fisiologia rispetto alla laringe e a tutto l'apparato dell'organismo del linguaggio. Fondamenti della teoria della metamorfosi sviluppata da Goethe.
- Studio dei movimenti euritmici: spazio fisico e contro-spazio delle forze formatrici; substrato cosmologico delle forze formatrici alla base del linguaggio e della musica, dell'euritmia delle parola e dell'euritmia musicale.

10.1.2 Capacità pratiche

- Studio dei movimenti euritmici generali: esercizi per la buona postura e l'abilità motoria con verghe e sfere di rame, esercizi sull'uso del passo, esperienza delle qualità spaziali, i tre piani dello spazio, movimenti eseguiti nello spazio e movimenti eseguiti sulla propria figura/Gestalt, saper condurre forme in movimento nello spazio.
- Elementi del movimento euritmico: Movimento, sentimento, carattere. Elaborarne la rappresentazione colorica, sulla base delle figure esistenti di consonanti, vocali, gesti dell'anima ed elementi musicali.
- Padronanza degli elementi euritmici nella loro applicazione professionale nel campo dell'euritmia della parola: vocali, dittonghi, consonanti; gestualità dei segni zodiacali e dei pianeti; gesti dell'anima e zone; gesti dei piedi e della testa; principi del formare lo spazio nell'apollineo e nel dionisiaco; forme grammaticali, forme delle rime, ritmi e metriche poetiche.
- Padronanza degli elementi euritmici e loro professionale applicazione nel campo dell'euritmia musicale: elementi di armonia musicale: maggiore, minore, dissonanze, cadenze; gradi, note, gesti e forme degli intervalli; battuta, melodia, ritmo; motivi/frasi m usicali e pause; concordanze.
- Didattica e metodica: introduzione all'euritmia di gruppo finalizzata all'incremento della salute, per bambini, adolescenti ed adulti.
- Esercizi di percezione e di concettualizzazione figurativa sulla base di movimenti umani e di fenomeni presenti in natura, di oggetti delle arti plastico-figurative e musicali (esercizi plastico-musicali-linguistici, lavori a progetto).
- Formazione ed educazione della voce tramite l'arte della parola e il canto.

10.2 Approfondimento del medoto-qualificazione professionale terapeutica.

10.2.1 Conoscenze teoriche

- Approfondimento della teoria goethiana della metamorfosi. Embriologia-gesti che formano l'organismo umano.
- Sviluppo continuo dell'antropologia plastico-musicale-linguistica.
- Conoscenza della fondamentale letteratura professionale dell'Euritmia Terapeutica (corso di Euritmia Terapeutica), della composizione di questo testo, connessioni e principi rilevanti di questo metodo.
- Conoscenza delle connessioni antropologiche in ogni elemento di Euritmia Terapeutica.
- Conoscenza delle caratteristiche dei movimenti di Euritmia Terapeutica, dei movimenti singoli e delle sequenze.

- Comprendere la sistematicità delle indicazioni date per le vocali e per i tre aspetti linguistici delle consonanti, nella loro trasposizione in movimenti di Euritmia Terapeutica e nelle posizioni specifiche.
- Conoscenza delle indicazioni esistenti e delle possibili applicazioni dei singoli esercizi di Euritmia Terapeutica. Conoscenza dell'effetto di esercizi specifici e delle controindicazioni.
- Sequenze di fonemi e composizioni varie così come vengono indicate nella quinta conferenza del corso di Euritmia Terapeutica.
- Composizioni per indicazioni specifiche (ad esempio le così dette "sequenze di fonemi"), e dosaggio dei vari elementi di Euritmia Terapeutica.

10.2.2 Abilità pratiche

Approfondimento dell'educazione all'auto percezione, approfondita sensibilizzazione del proprio organismo in modo che sia in grado di far vedere, come nei movimenti euritmico-terapeutici della parola e della musica, le forze formatrici vengano dirette al corpo.

- Educazione alla percezione ed alla caratterizzazione del quadro di movimento.
- Padronanza dei movimenti rafforzati dell'Euritmia Terapeutica.
- Padronanza degli esercizi base indicati nel corso di Euritmia Terapeutica.
- Saper differenziare gli esercizi euritmico-terapeutici nei diversi campi della medicina, come p.es. pediatria, oncologia, medicina palliativa, internistica, reumatologia, cardiologia, pneumologia, psichiatria, psicosomatica, preparazione e riabilitazione negli interventi chirurgici, oculistica e dentistica.
- Rilevare il quadro dei disturbi e delle circostanze di vita; formulare un rilievo dello stato di salute euritmico-terapeutico, basato sulla costituzione e sul modello di movimento della persona; interpretare fondandosi sul sistema degli arti costitutivi e della tripartizione funzionale.
- Formulare la meta terapeutica e sviluppare un piano esecutivo del trattamento.
- Applicazione della metodica dell'Euritmia Terapeutica nei diversi campi medici come pure nel campo dello sviluppo infantile, della pedagogia speciale e della pedagogia terapeutica.
- Adattamento degli esercizi di Euritmia Terapeutica alle esigenze della persona tenendo conto del lavoro focalizzato sul processo della terapia complementare.

10.3 Materie complementari

Continuare il lavoro di studio sull'aspetto plastico-musicale-linguistico e l'educazione della voce.

10.4. Facoltative

Introduzione alle basi dell'Euritmia Terapeutica musicale, oculistica e dentale.

10.5 Conoscenze medico-specialistiche

- Basi antropologiche della medicina antroposofica: embriologia, tipologie costitutive, sviluppo evolutivo-biografico in particolare sviluppo infantile, comprensione ampliata del concetto di destino (idea della reincarnazione).

- Concetto di salute e malattia nella medicina antroposofica in generale ed in particolare nei diversi campi specialistici incluso psicosomatica, psichiatria, disturbi dello sviluppo, medicina dell'adolescenza, pedagogia curativa.
- Riconoscere il quadro di movimento tipico di determinate patologie e riconoscere il modo in cui l'assunzione di medicamenti specifici influisca su tale quadro di movimento.

10.6 Conoscenze di quanto sta dietro all'Euritmia

- Basi delle vie antroposofiche di conoscenza e di esercizio.
- Storia dell'Euritmia Terapeutica e della medicina antroposofica.

10.7 Estensione della formazione

La formazione di Euritmia Terapeutica è suddivisa in due parti:

1. Formazione di base: questa prima parte di base, costituisce l'introduzione negli elementi dell'euritmia.
   Durata 2-3 anni, generalmente a tempo pieno.
2. Formazione specialistica: questa seconda parte è indirizzata all'approfondimento specialistico-terapeutico.
   Durata 1-2 anni, generalmente non a tempo pieno.

10.7.1 Formazione di base: contenuti e ore di studio

ORE DI 60 MINUTI; MINIMO DI ORE NECESSARIE	ORE DI IN-SEGNA-MENTO	ORE DI ESERCI-TAZIONE
Apprendimento dei movimenti euritmici (teoria e pratica)	200	400
Elementi fondamentali di euritmia della parola e delle sue basi cosmologiche: forze formatrici dei segni zodiacali e dei pianeti (teoria e pratica)	590	1200
Elementi fondamentali di euritmia musicale (teoria e pratica)	590	1200
Comprensione scientifico-spirituale del mondo e dell'essere umano; teoria goethiana della metamorfosi; fondamenti ed esercizi di percezione basati sull'antropologia plastico-musicale-linguistica; studio dei testi di base (teoria e pratica).	230	500
Metodica e didattica, educazione della voce (teoria e pratica)	100	200
Totale	**1710**	**3500**

10.7.2 Specializzazione: contenuti e ore di studio

ORE DI 60 MINUTI; MINIMO DI ORE NECESSARIE	ORE DI IN-SEGNA-MENTO	ORE DI ESERCI-TAZIONE
Approfondimento terapeutico ed euritmico-terapeutico (teoria e pratica)	450	900
Conoscenze mediche specialistiche	100	250
Materie complementari: studi artistici di modellaggio, musica e parola (teoria e pratica)	30	60
Totale	**580**	**1210**

10.7.3 Durata complessiva della formazione

ORE DI 60 MINUTI; MINIMO DI ORE NECESSARIE	ORE DI IN-SEGNA-MENTO	ORE DI ESERCI-TAZIONE
Formazione base	1710	3500
Formazione di specializzazione	580	1210
Totale	**2290**	**4710**

11 Bibliografia

Suddivisa in campi tematici ed anno di pubblicazione.

Goetheanistische Grundlagen

Goethe, J.W.: „Goethes naturwissenschaftliche Schriften“, Hrsg. Rudolf Steiner, 4. Auflage 2010

Goethe, J.W.: „Metamorphose der Pflanzen“ aus Goethes naturwissenschaftlichen Schriften, Hrsg. R. Steiner, 4. Auflage 1980

Husemann, Armin: „Der musikalische Bau des Menschen – Entwurf einer plastisch-musikalischen Menschenkunde“, 2. Auflage 1989, Verlag Freies Geistesleben

Suchantke, Andreas: „Metamorphosis – Kunstgriff der Evolution“, 2010 Verlag Freies Geistesleben

Blechschmidt, Erich: „Ontogenese des Menschen - Kinetische Anatomie“, 2012, Kiener Verlag

Glöckler, Michaela: „Dynamische Morphologie und Entwicklung der menschlichen Gestalt“, 2012, Persephone-Reihe, Veröffentlichungen der Medizinischen Sektion am Goetheanum

Anthroposophische Medizin und Menschenkunde

Steiner, Rudolf, Wegman, Ita: „Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst“, 1925, GA 27

Selg, Peter: „Vom Logos menschlicher Physis – die Entfaltung einer anthroposophischen Humanphysiologie“, 2000, Verlag am Goetheanum

Selg, Peter: „Texte zur Medizin“ Teil I (physiologische Menschenkunde) + II (Pathologie und Therapie), 1. Auflage 2004, Rudolf Steiner Verlag

Kienle/Kiene/Albonico: „Anthroposophische Medizin in der klinischen Forschung, Wirksamkeit, Nutzen, Wirtschaflichkeit, Sicherheit“ 2006

Heusser, Peter: „Anthroposophische Medizin und Wissenschaft“, 2011, Schattauer Verlag

Gierke, Matthias: „Innere Medizin – Grundlagen und therapeutische Konzepte der Anthroposophischen Medizin“, 2. Auflage 2012, Salumed Verlag

„Merkurstab“ (Journal) - Zeitschrift für Anthroposophische Medizin (6x/Jahr), Hrsg. Medizinische Sektion der freien Hochschule für Geisteswissenschaft, Internationale Koordination Anthroposophische Medizin, Gesellschaft anthrop. Ärzte in Deutschland e.V., Roggenstrasse 82, D-70794 Filderstadt

Luftlautformen, Strömunsgwissenschaft, Bildekräfte

Zinke, Johanna: „Luftlautformen sichtbar gemacht. Sprache als plastische Gestaltung der Luft“, Hrsg.: R. Patzlaff, 2001, Verlag freies Geistesleben

Maintier, Serge: „Sprache – die unsichtbare Schöpfung in der Luft“, Hrsg.: Rainer Patzlaff, 2007, Verlag Dr. Kovac

Schwenk, Theodor: „Das sensible Chaos“, 6. Auflage 1964, Verlag Freies Geistesleben

Lauterwasser, Alexander „Wasser Klang Bilder“, 2002, AT Verlag

Heileurythmie

Steiner, Rudolf: „Heileurythmie-Kurs“ (Sechs Vorträge vor Ärzten 1921), GA (Gesamtausgabe der Werke Rudolf Steiners, Bibliographienummer) 315

Steiner, Rudolf, Wegman, Ita: „Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst“, 1925, GA 27, Kap. 18

Kirchner-Bockholt, Margarethe: „Grundelemente der Heileurythmie“, 1962

Höller, Klaus: „Menschenkundliche Grundlagen der Tonheileurythmie“ 1999, Verlag CH. Möllmann

v. Laue, Hans-Broder und Elke: „Zur Physiologie der Heileurythmie “, 2007, Verlag am Goetheanum

Hachtel, Beatrix; Gäch, Angelika: „Bibliographie Heileurythmie, Veröffentlichungen 1920-2005“, Salumed-Verlag 2007

Hachtel Beatrix; Gäch Angelika: „Bibliographie Heileurythmie, Veröffentlichungen 2005-2012“, Salumed-Verlag 2012

Weisskircher A., Warning A.: „Forschungswege in der Eurythmietherapie“, Alfter 2010, ISBN 978-3-631-59867-2

„Journal für Heileurythmie / Eurythmietherapie“, (1 x jährlich), Hrsg. Internationale Koordination Anthroposophische Medizin, Fachbereich Heileurythmie