



Vědomé kráčení-gesto pohybu pro hlásku B-ochraňující gesto hlásky B během terapie

100 let léčebné eurytmie

„Když potřebuji trénovat své tělo, posílit své svalstvo a zlepšit si kondici, tak jdu do fitness studia. Když se chci uvolnit, své tělo uvést do harmonie, dostat se do klidu, tak cvičím jógu. Když se chci duševně a duchovně občerstvit, pohybovat se jako celistvý člověk a zažít spojení se silami přírody i kosmu, s řečí a hudbou, pak cvičím eurytmii.“

citát účastníka eurytmického semináře, architekta¹

Léčebná eurytmie (zvaná též terapeutická eurytmie) slaví sto let od svého vzniku. Její počátek datujeme od přednesení kurzu Léčebné eurytmie² v dubnu roku 1921, který pro posluchače z řad eurytmistů a lékařů uspořádal Rudolf Steiner. Tento kurz sestával ze šesti přednášek, tvořících metodicko-didaktický podklad pro terapeutickou práci. Hned v první přednášce se budoucí terapeut seznámí s fyziologií hrtanu a jeho souvislostí s utvářením gest řečových hlásek. Postupně se naučí, jak jednotlivé samohlásky a souhlásky souvisejí s procesy v lidském organismu a jaké mají terapeutické účinky. Oproti umělecké eurytmii, kde gesta často vyplňují celý okolní prostor, se léčebná eurytmie mnohem více zaměřuje na zvnitřnění pohybu a na jeho přiblížení k organismu. Také se klade větší důraz na práci s nohama: mnohem více se zde pracuje s hláskovými gesty a rozvíjí se pohyblivost nohou ve skocích, rytmech, pohybech v zaoblení nebo natažení, vše vícekrát za sebou, aby se v opakování zintenzivnilo působení léčebného procesu.

V České republice v oboru léčebné eurytmie aktuálně pracuje 16 terapeutů (Praha, Písek, Pardubice, Brno, České Budějovice, Semily, Plzeň), část z nich je členy Sdružení pro antroposofickou medicínu, které nedávno také vyvinulo profesní standardy pro léčebnou eurytmii.³ Na Slovensku pracují v oboru dvě kolegyně, stejný počet léčebných eurytmistek je i v Polsku. Aktuálně se na celém světě tomuto oboru věnuje kolem 2000 terapeutů.⁴

Studium léčebné eurytmie je možné absolvovat jako rozšíření dříve vystudované umělecké eurytmie. Cesta k tomuto povolání tedy trvá zhruba sedm let (základní studium eurytmie +

¹ Citováno z knihy: Zausch, Sonja; Heidekorn, Andrea: *Spielraum für Unerwartetes*, Alanus Hochschule 2017

² Steiner R. Heileurythmie. GA 315, Rudolf Steiner Verlag; 2003

³ <http://antroposofickamedicina.cz/sdruzeni/dokumenty>

⁴ Více informací najdete na mezinárodních webových stránkách léčebné eurytmie (v němčině a v angličtině): <https://eurythmytherapy-medsektion.net/>

studium léčebné eurytmie) a pokračuje celoživotním vzděláváním. Poslední studium léčebné eurytmie v Čechách bylo úspěšně zakončeno na podzim roku 2018.

Když se podíváme, jakou pozici má dnes ve světě antroposofická medicína (k níž léčebné eurytmie patří), najdeme problémy i úspěchy. Na jedné straně je antroposofická medicína často napadána a házena do jednoho koše s esoterními směry všeho druhu. Na druhé straně se uskutečňují jedinečné vědecké studie⁵, které se snaží prokázat působení duševně-duchovního rozměru člověka na jeho tělesnost, a tyto studie jsou pak standardně publikovány v mezinárodních odborných časopisech. Dalším velkým úspěchem je navázání aktivní spolupráce medicínské sekce v Dornachu se Světovou zdravotnickou organizací (WHO). Medicínská sekce se snaží získat od WHO uznání vzdělávání v antroposofických terapiích, tato žádost je podle všeho těsně před schválením. Pokud bude studium antroposofické arteterapie, léčebné eurytmie, rytmické masáže atd. uznáno ze strany WHO, bude to znamenat významnou pomoc při jejich budoucím uznávání legislativou jednotlivých států. Je zajímavé, že pro WHO se stala tato žádost zajímavou právě díky léčebné eurytmii, protože jde o zcela jedinečnou, novou metodu, vycházející čistě z antroposofických podnětů. (Ostatní terapie antroposofické medicíny jsou víceméně rozšířením a rozpracováním již známých terapeutických metod – masáže, muzikoterapie, arteterapie...)

Léčebná eurytmie si ovšem musí být vědoma svých kvalit a musí je rozvíjet nezávisle na tom, kolik uznání se jí od medicínských organizací aktuálně dostává. Její úspěch vytváří jednotliví pacienti společně s angažovanými terapeuty. Léčebná eurytmie umožní člověku opět zažít radost z pohybu a uvádí ho do procesu vývoje. Učí ho reflektovat, rozvíjet se, nadále se vzdělávat a učit se spolupracovat – sám se sebou, s druhým člověkem, se skupinou. K tomu patří i péče o to nejcennější, co antroposofie do terapií přinesla: důraz na lidskost, respektive vědomí, jakou roli hraje osobnost (já) terapeuta. Každá terapeutická metoda má jen omezené možnosti, její úspěch tváří v tvář jednotlivým pacientům do značné míry závisí na osobnosti toho, kdo s ní pracuje. V jaké míře je lidsky zralý a nakolik dokáže svou osobností oslovit u druhého člověka uzdravující síly jeho vlastní osobnosti. K tomu patří i vědomí vlastní nedokonalosti, vlastních hranic a bytostné lidské křehkosti. Léčebná eurytmie je jedním z mnoha prostředků, které může mít lékař a terapeut v rámci antroposofické medicíny k dispozici. Společně s ostatními může být součástí uzdravující symfonie, která vede člověk opět k celistvosti, harmonii a souladu se sebou a se světem.



Mezinárodní jubilejní logo (autor: Michal Bouček)

Hana Adamcová, M.A.

+420 728 220 206; hana.adamcova@eurytmie.cz

almastudio.cz/eurytmie.cz/antroposofickamedicina.cz/kpramenumzdravi.cz/eurythmytherapy-medsektion.net

⁵ <https://eurythmytherapy-medsektion.net/forschung-und-literatur/wie-forschen-wir>