

«7 и 5-дольные метры — только со старшими, ни в коем случае не давать детям до 15-16 лет. Я уверен, что, если мы станем их использовать с детьми до 15 лет, музыкальное чувство придет в расстройство. Я не думаю, что этому нужно учить тех, кто не имеет особого дарования и не собирается становиться музыкантами. Достаточно дойти до 4-дольных. Следует позаботиться, чтобы музыкальное чувство как можно дольше сохраняло прозрачность восприятия, чтобы дети могли чувствовать все различия. Но прозрачность исчезает при 7 долях. Повышать активность детей, привлекая их к дирижированию, активизировать их участие посредством такого рода динамики — разумеется, педагогически чрезвычайно привлекательно, но принимать в этом участие должны все».

Далее учитель спросил: «Можно ли заниматься сольным дирижированием также и с младшими?» На это Штейнер ответил:

«Я полагаю, с 9-10 лет можно начинать. В этом возрасте играют роль особые отношения, складывающиеся между отдельным ребенком и группой. Для других дисциплин, например для арифметики, также может оказаться полезным, что один из детей берет на себя ведущую роль. Здесь это может быть делом инициативы, но в музыке это становится составной частью самого искусства». 18.9.23

ЭВРИТМИЯ И ГИМНАСТИКА

В брошюре «*Воспитание ребенка с точки зрения духовной науки*», изданной в 1907 году, Рудольф Штейнер написал о гимнастике и юношеских играх следующее:

«Духовная наука обеспечивает правильную основу не только духовному, но и физическому воспитанию. В качестве характерного примера можно указать на гимнастику и подвижные игры. Подобно тому как первые годы детства должны проходить в окружении любви и радости, так в более позднем возрасте благодаря телесным упражнениям эфирное тело должно чувствовать свой собственный рост, воспринимать свою постоянно возрастающую силу. Занятия гимнастикой следует организовать так, чтобы при каждом движении, при каждом шаге у ребенка возникало чувство: «Я ощущаю, как во мне растет сила». Это чувство должно вызывать у него удовольствие, наполнять его здоровой радостью. Разумеется, для того, чтобы построить гимнастические упражнения соответствующим образом, недостаточно рассудочных знаний из области анатомии и физиологии человеческого тела. Необходимо обладать интимным, интуитивным, эмоциональным знанием о связи между удовольствием, радостью и определенными положениями и движениями тела. Необходимо, чтобы составитель таких упражнений сам мог пережить, как одни движения и положения членов тела возбуждают радостное чувство силы, а другие — своего рода бессилие и т.п. Проводить занятия гимнастикой и телесными упражнениями подобным образом возможно только с помощью духовной науки, и прежде всего духовно-научного миросозерцания. Для этого не нужно непременно обладать действительным прозрением в духовный мир, достаточно представлять себе, как могут быть употреблены в жизни данные духовной науки». *Воспитание ребенка с точки зрения духовной науки*, М., 1993.

Когда эти слова были написаны, эвритмии еще не существовало. Она появилась только в 1912 году.

После первой мировой войны эвритмия была представлена общественности, а при основании вальдорфской школы она сделана обязательным предметом для всех классов. В первой из

«Лекций по школьной педагогике», прочитанной 11 мая 1919 года, то есть за несколько месяцев до открытия школы, Штейнер, подняв вопрос о современной «культуре тела», сказал следующее:

«То, что мы желаем преподавать детям вместо существовавшей до сих пор чисто телесной гимнастики, явится подлинной **одухотворенной культурой тела**. С помощью этой культуры может быть развита такая воля, которая останется у человека на протяжении всей его жизни, в то время как всякий иной способ развития воли имеет ту особенность, что с течением жизни она слабеет вследствие различных событий и происшествий». *Школьная педагогика, 1-я лекция*

Когда осенью 1919 года вальдорфская школа открылась, вначале, из-за внешних обстоятельств, были организованы только занятия эвритмии, гимнастику же ввели год спустя. Эти предметы часто сравнивали, и это побуждало Рудольфа Штейнера снова и снова возвращаться к их сходству и различию. Впервые он обратился к этому в 1-й лекции «*Методико-дидактического курса*», в которой содержатся важные указания о значении эвритмии для ребенка до смены у него зубов:

«Человек рождается с потребностью придать своему телу музыкальный ритм, привести его в музыкальное созвучие с миром. Чаще всего эта внутренняя музыкальная способность имеется у ребенка в возрасте от 3 до 4 лет. Родители могли бы сделать необычайно много, если бы замечали это и ориентировались не столько на то, что определяется музыкой, приходящей извне, сколько на то, что определяется самим телом, на танцевальный элемент. Как раз в этом возрасте можно было бы достигнуть бесконечно многоного при помощи пронизывания тела элементарной эвритмии. Если бы родители научились заниматься с детьми эвритмии, в детях развивалось бы нечто совсем особенное. Они могли бы преодолевать некую присущую членам тела тяжесть». *Метод.-дидакт., 1-я лекция*

В 4-й лекции того же курса имеется следующее замечание о слушании:

«Процесс слушания, особенно если мы слушаем глаголы, — это

всегда совместная деятельность. Духовное в человеке всегда со-участует, хотя его деятельность и подавляется. А в эвритмии эта деятельность разворачивается во внешнем мире. Помимо всего прочего в эвритмии представлено также и слушание. Когда один человек что-то рассказывает, другой его слушает так, что то, что физически живет в звуках, действует и в его **я**, хотя и оказывается подавленным. Я всегда участвует в эвритмическом движении, и то, что эвритмизируется физическим телом, — это слушание, превращенное в зримый процесс. Таким образом, вы эвритмизируете всегда, когда вы слушаете, а занимаясь эвритмиею, в действительности вы только делаете видимым то, что остается у вас невидимым при слушании. Откровение деятельности слушающего человека и есть эвритмия, и посредством эвритмии люди учатся по-настоящему слушать. Происходит определенное оздоровление душевного существа. И особенно важно, чтобы к материалистически-гигиеническому воздействию гимнастики и ко всем заботам о физиологии телесных отправлений была присоединена гигиена души, чтобы постоянно уроки гимнастики чередовались с уроками эвритмии. Притом что эвритмия — это прежде всего нечто художественное, ее гигиенический потенциал делает ее особенно важным средством воспитания. С помощью эвритмии детские души учатся тому же, чему учатся их тела при помощи гимнастики; оба воспитательных средства будут прекрасным образом дополнять друг друга». *Метод.-дидакт., 4-я лекция*

В 10-й лекции «*Общего учения о человеке*», в которой человек рассматривается как трехчленное существо, мы читаем:

«Таким образом, ваша голова успокаивает в вас то, что могло бы стать движением ваших конечностей. Область груди находится посередине. Она опосредует движения внешнего мира и покой головы. Представьте себе, что мы намерены посредством наших членов подражать движениям мира, воспроизводить их. И что же мы делаем? Танцуем. На самом деле танцуем. Прочие танцы — только фрагментарны. Все танцы берут свое происхождение из подражания движениям членов человеческого тела движениям планет, других небесных тел, самой Земли. Но что же происходит с головой и грудью, когда мы, танцуя, повторяем в наших движениях движения космоса? Движения, которые мы осуществляем в мире, приостанавливаются в голове и в груди. Они не могут

продолжиться в голове, потому что, покоясь на плечах, голова не дает этим движениям проникать в душу. Душе приходится каким-то образом участвовать в движениях, притом что она вынуждена пребывать в покое. Что же делает душа? Она начинает отражать то, что члены выполняют в танце: она ворчит, когда члены движутся беспорядочно; мурлычет, когда они движутся согласованно; и начинает петь, когда они производят гармонические космические движения. Так извне танцевальное движение переносится внутрь и становится пением, музыкой... Внешние движения человека в душе успокаиваются и переходят в звуки, — то же самое можно сказать и в отношении всех чувственных восприятий. Поскольку органы головы не принимают участия во внешних движениях, они передают движения в грудь и превращают их в звук и другие чувственные восприятия». *Общее учение о человеке, 10-я лекция*

Важное указание относительно значения осознанных и бессознательных движений человека содержится в 13-й лекции *Общего учения о человеке*:

«Омысленная деятельность — это должно пронизать наше существо уже постольку, поскольку мы становимся воспитателями ребенка. Человек действует неосмысленно, когда он выполняет что-либо лишь потому, что этого требует его тело. Омысленно он действует, когда этого требует его окружение, а не просто его собственное тело. Имея дело с ребенком, мы должны принимать это в расчет. С одной стороны, если исходить из потребностей тела, можно внешнюю телесную деятельность ребенка все в большей и большей степени переводить в то, что относится к чисто телесному элементу, к физиологической гимнастике. Но мы можем сделать движения ребенка омысленными, так что он, двигаясь, будет не просто плескаться в духе, но следовать указаниям духа. И это значит, что мы преобразуем телесные движения в эвритмию. Чем больше ребенок занимается чисто телесной гимнастикой, тем больше мы развиваем в нем склонность к преувеличенной сонливости, преувеличенной предрасположенности к ожирению. И чем больше эту устремленность к телесному движению (но, разумеется, нам не следует совершенно им пренебрегать) мы переориентируем на движения, наполненные смыслом, как это бывает в эвритмии, где всякое движение выражает звук, имеет смысл, чем в большей степени мы чередуем гимнастику с эвритмий, тем в

большой степени мы приводим в согласие потребность в сне с потребностью в бодрствовании и тем более нормальной делается также и жизнь ребенка с точки зрения воли». *Общее учение о человеке, 13-я лекция*

В 6-й лекции Базельского курса для учителей снова рассматривается эвритмия в сравнении с гимнастикой. Здесь она называется «одухотворенной гимнастикой» и противопоставляется «физиологической гимнастике», которая «опирается на изучение человеческого тела».

«Эвритмия отличается тем, что всякое движение, совершающееся ребенком, одухотворено и является выражением происходящего в душе, как выражением происходящего в душе является звук речи».

Здесь Рудольф Штейнер в немногих словах коснулся эвритмии как таковой и противопоставил ее сновидению:

«Когда человек спит и видит сны, он спит лишь наполовину; занимаясь эвритмиею, человек бодрствует в большей степени, нежели в своей обычной деятельности».

Это достаточно обширное сообщение об эвритмии, воспроизвести которое полностью мы не станем, завершается следующими словами:

«Гимнастика не укрепляет инициативу воли! Инициатива укрепляется, когда в детстве человек выполняет движения, которые являются душевными, то есть каждый их элемент одновременно является душевным». *Базель 1920, 6-я лекция*

В 13-й лекции того же курса содержится важное указание о *детских играх*, с которым мы также рекомендуем ознакомиться.

Уже в первый год работы вальдорфской школы много говорилось о необходимости введения гимнастики. В июле 1920 года, говоря о преподавании музыки, Рудольф Штейнер заметил:

«Кроме того, нам нужно при первой возможности ввести гимнастику, а в характеристики и почасовом плане ввести графу:

«Гимнастика и эвритмия». Упоминать их вместе нужно, чтобы было видно, что мы помимо психологической эвритмии занимаемся также и физиологической гимнастикой. И мы всегда, если возникнут вопросы, ответим: гимнастика включена в учебный план*».

В тот же самый день, после обсуждения возможности проводить совместные уроки гимнастики для мальчиков и девочек, Рудольф Штейнер сказал:

«В первых трех классах нет необходимости вводить уроки гимнастики. В 1-2-м классах вполне можно удовлетвориться эвритмиею. Однако далее нужно ввести уже и гимнастику. Было бы очень хорошо, если бы гимнастика следовала за эвритмиею, чтобы дети вначале занимались эвритмиею, а потом уже — гимнастикой. Один урок эвритмии, а затем полчаса гимнастики — и этого достаточно». 24.7.20

В 1920 году о гимнастике говорилось лишь как о необходимости, которую никак не обойти.

Очень важное замечание относительно эвритмических выступлений в школе было сделано Рудольфом Штейнером на конференции 23 марта 1921 года:

«Если в школе организовываются особые занятия, выделяется особая группа для того, чтобы делать специальные выступления, то это является противоречием общешкольному принципу. Появляется нечто, что выходит за рамки обычного преподавания. Выделение школьной аристократии наносит педагогический вред. Среди учащихся должны быть такие, которые могут выступать. А что-то готовить в особой группе — непедагогично». 23.3.21

Того же рода проблема рассматривалась еще раз 26 мая 1921 года, а также 16 ноября того же года в отношении тон-эвритмии. В указанных местах читатель может ознакомиться с соответствующими материалами.

*Гимнастику очень хотели видеть в программе родители и дети. — Прим. сост.

26 мая 1921 года преподавание гимнастики все еще не началось. На конференции Штейнер сказал:

«В 5-м классе много мальчишек, которым надо заниматься гимнастикой. В нашей школьной программе должен быть предусмотрен один урок гимнастики».

Таким образом Штейнер заявил о своем намерении видоизменить преподавание гимнастики. Анесколькими неделями позднее, в так называемом «Дополнительном курсе» июня 1921 года, Рудольф Штейнер говорит о гимнастике: какова она теперь, какой она должна и могла бы быть, и о том, как она может «непосредственно следовать за эвритмиею». Становится понятным, что имеет для него значение. Эвритмия — это уже вполне предмет (насколько так вообще можно сказать о чем-то живом и развивающемся); при основании вальдорфской школы она была включена в учебный план. Гимнастику тоже надо было включить в программу, так как этого желали родители и дети; однако принять ее без изменений не представлялось возможным. Тогда Штейнер взял на себя задачу перестроить гимнастику так, чтобы занимающийся гимнастикой сопровождал каждое движение сознательным переживанием. Эта новая цель постепенно приобретает все более конкретный облик.

В 1-й лекции «Дополнительного курса» Рудольф Штейнер говорит о тех физиологических процессах в детском организме, которые вызывает преподавание, осуществляемое, с одной стороны, в устной форме, а с другой — в форме какой-либо активной деятельности:

«В некоторой, ослабленной степени, устная форма преподавания пробуждает в организме те же самые явления, которые происходят и во сне, — определенным образом органическая деятельность поднимается снизу вверх. В организме ребенка, которому мы рассказываем истории, имеют место те же виды органической деятельности, что и в спящем человеке, — в мозг поднимаются продукты обмена веществ. Мы должны ясно понимать, что все болезненное в нашем организме удерживается на месте и не может взойти наверх из-за **бодрствующей деятельности** верхних органов. Если же у нас что-то заболело во сне, то происходит поднятие вверх. Подобное можно наблюдать и тогда, когда ребенок слушает объяс-

нения: поднимается все то, что в детском организме не в порядке. Когда же мы занимаемся с ребенком эвритмией, пением, гимнастикой или рукоделием, даже когда он пишет, — имеет место его самостоятельная деятельность, которая совершается в состоянии повышенного бодрствования.

Поэтому занятия пением и эвритмией оказывают гигиеническое, даже, можно сказать, терапевтическое воздействие. И, пожалуй, это гигиеническое и терапевтическое воздействие бывает наиболее оздоровляющим тогда, когда мы не ставим перед собой дилетантских терапевтических целей, а исходим из наших здравых представлений, из нашего здравого понимания жизни. Однако нам, учителям, полезно знать, какое именно действие мы производим, как влияет эвритмия или пение на обучение другим предметам». *Штутгарт, 1921, 1-я лекция*

Здесь гимнастика оказывается впервые причисленной к ряду «областей преподавания, осуществляемых через деятельность».

Во 2-й лекции того же курса вновь заходит речь об эвритмии и вновь звучит то, о чем говорилось в лекции «*Воспитание ребенка от 1906 года: занимающийся гимнастикой человек должен душевным образом принимать участие в том, что он выполняет телесно*». Только тогда возможно включить гимнастику в качестве воспитательного средства в учебный процесс вальдорфской школы. Приведем это столь важное место дословно:

«Дело обстоит плохо, можно даже сказать, отвратительно; в нашей так называемой цивилизации совершился глубокий перелом, в результате которого человеческое оказалось практически изгнанным — не только теоретически, посредством науки, но и практически, посредством этой самой гимнастики. Человек стал похож на фигуру из папье-маше. Поэтому для воспитания очень важно, чтобы человек, занимаясь гимнастикой, принимал такие положения, выполняя такие движения, которые он также переживал бы внутренне. И он их переживает. Возьмем, к примеру, дыхательные функции. Ребенка следует привести к тому, чтобы при вдохе он испытывал что-то вроде удовольствия от вкусной еды, которая прикасается к его небу. Однако это не нужно доводить до реального вкусового восприятия. Ребенок должен ощутить легкий отзвук этого. Дети при дыхании должны ощущать что-то от

свежести мира. Надо спрашивать детей: как окрашено то, что ты вдыхаешь? И когда ребенок будет действительно чувствовать дыхание, он скажет примерно так: «Оно зеленое, обычного зеленого цвета». Желаемое будет достигнуто, когда ребенок воспримет вдох зеленым. Мы увидим, что теперь ребенку требуется для вдоха определенное положение тела, вследствие внутреннего переживания формируется верное положение для вдоха. Тогда возможно заняться упражнениями. Также ребенка можно привести к переживанию соответствующего чувства и при выдохе. Когда при выдохе он скажет: «А стоящий я парень», когда он воспримет выдох таким образом, что сам себе покажется славным малым, словно бы он ощутил свои силы и пожелал передать их миру, — тогда он, как нечто естественное, переживает движение рук и ног, положение головы и рук. Испытав полное ощущение выдоха, он переживает также и верное движение... Мы достигаем того, что ребенок движется в соответствии с душевно-духовными переживаниями. Во всем, что ребенок может почувствовать: в любых движениях рук и ног, положениях тела, в беге, — должны мы развивать это душевное переживание, которого требует само его тело. Таким образом гимнастика смыкается с эвритмии. Эвритмия непосредственно является взору душевно-духовное, она наполняет все движения душой и духом. Исходной точкой ей служит то, что выработал человек в ходе развития человечества в душевно-духовной области. Однако и физически-телесное может быть пережито духовно. Если достаточно далеко продвинуться в этом направлении, станет возможным переживать дыхание, обмен веществ. Человек может пережить самого себя, свою телесность. Тогда то, что в более высокой сфере преподается ребенку как эвритмия, может перейти в гимнастику. Вполне возможно навести мосты между эвритмии и гимнастикой». *Штутгарт, 1921, 2-я лекция*

Очень большое значение для понимания взаимодействия сна и бодрствования и их отношения к разным видам преподавания имеет цитата из 3-й лекции «*Дополнительного курса*», уже в главной своей части приведенная в главе о преподавании музыки. Там указано, что школе следует принимать во внимание сон ребенка в качестве фактора обучения, имеющего большое значение. От воспроизведения этого места здесь, к сожалению, приходится отказаться.

В 4-й лекции *Дополнительного курса*, дается весьма важное, исходящее из учения о человеке указание, которое имеет практическое значение для преподавания, в особенности для занятий, сопровождающихся телесной деятельностью:

«Когда ребенок занимается эвритмиеи, он движется, и в процессе движения духовный элемент, находящийся в членах, перетекает из органов вверх. Когда ребенок занимается эвритмиеи или поет, происходит освобождение духовного. То духовное, которым насыщены члены, оказывается освобожденным. Это вполне реальный процесс. Таким образом, я действительно извлекаю из ребенка духовное. Когда же ребенок прекращает выполнять упражнения такого рода, духовный элемент пребывает в ожидании какого-то для себя употребления... Однако духовный элемент стремится к тому, чтобы стать прочнее. Я действительно пронизал ребенка духом, проведя с ним занятия **гимнастикой, эвритмиеи или пением**. Ребенок стал совершенно иным существом; теперь в нем намного больше духовного. Однако это духовное желает упрочиться, оно желает остаться в ребенке; и нам следует его сохранить. Для этого есть простейшее средство: после того как ребенок попел или позанимался эвритмиеи, гимнастикой, мы на короткое время переводим его в состояние покоя. Вся группа немного отдыхает, и мы стараемся обеспечить этот покой, пусть даже он продолжается только несколько минут. Чем старше дети, тем это более необходимо. Нам надо это учесть, иначе на следующий день мы не получим того, что нам нужно». *Штутгарт, 1921, 4-я лекция*

В последней лекции *Дополнительного курса*, рассмотрев переход ребенка в возрасте смены зубов от подражания к «красивому воспроизведению», Штейнер сообщил следующее:

«Когда ребенок занимается эвритмиеи или поет — что он на самом деле делает? В определенном смысле продолжает подражать, хотя он и отошел уже от подражания. Ребенок двигается. Пение и слушание в музыке представляют собой внутреннее движение. Занимаясь эвритмиеи с ребенком — что мы на самом деле делаем? Вместо того чтобы дать ребенку в руки мел или ручку и попросить его написать то, что мы называем А и Е и к чему ребенок может иметь только познавательное отношение, мы предлагаем ему всей статью его тела вписать в мир то, что является содержанием языка. Мы не приводим его сразу к некоему абстрактному знаку, а

предоставляем самому человеку нечто вписать в мир посредством его собственного организма. Таким образом мы в известной мере предоставляем ему продолжить ту деятельность, которую он осуществлял в жизни до рождения. И когда мы в обучении письму и чтению обращаемся не к абстрактному знаку, но к образу, мы не уводим ребенка от его сущности». *Штутгарт, 1921, 8-я лекция*

Важным поворотным событием для гимнастики является *Рождественский курс для учителей в 1921/22 году*. В 3-й лекции он говорит о спорте, родственнике гимнастики:

«Религия утратила внутреннюю силу, способную укреплять физическую сторону человека. И поскольку всему в жизни находится противовес, мы обнаруживаем, что утраченное человеком в области религии, он инстинктивно желает получить внешним образом. Я, конечно, вовсе не желаю критиковать занятия спортом, я даже убежден в том, что дальнейшее развитие спорта будет иметь здоровые формы. Однако в будущем спорт займет в человеческой жизни другое место, сегодня же он является заменителем религии. Такие вещи в наше время могут казаться парадоксом. Но ведь и сама истина представляется сегодня парадоксальной, поскольку мы с нашей современной цивилизацией в столь многих отношениях попали впросак». *Дорнах, 1921/22, 3-я лекция*

В 6-й лекции того же курса, сразу за обширным сообщением о подсознательных процессах, совершающихся между ребенком и воспитателем, в особенности **о сверхчувственной мудрости ребенка и земном рассудке воспитателя**, говорится о гимнастике:

«Если нам необходимо для процесса обучения, чтобы ребенок какое-то время неподвижно сидел на месте, — пусть даже на устроенных с учетом гигиенических требований скамьях, нам надо понимать следующее. Ребенок сидит спокойно — значит деятельность разворачивается не в «организме конечностей и обмена веществ», а в голове, и все, что приводится в действие, из головы надо извлечь. Положение, в котором оказывается ребенок, страдает односторонностью. Мы достигаем равновесия, когда затем (и правильно, что мы делаем это затем) разгружаем голову и приводим в движение организм конечностей и обмена веществ, направляя ребенка на занятия гимнастикой.

Если мы хорошо поймем, насколько противоположны процессы, происходящие в организме головы и в организме конечностей и обмена веществ, тогда станет понятной и необходимость их надлежащим образом чередовать. Но вот дети занимались гимнастикой, попрыгали, поделали всевозможные упражнения, а потом вернулись в класс и опять начали заниматься — что происходит тогда?

Когда человек приводит в движение организм конечностей и обмена веществ, те мысли, которые искусственным образом были введены в голову в период между рождением и смертью, оказываются вне головы. Ребенок прыгает, двигается, приводит в движение организм конечностей и обмена веществ, — а мысли, пришедшие к нему во время физической земной жизни, отступают на задний план. Однако то, что обычно фигурирует в сновидениях, эта сверхчувственная мудрость, теперь бессознательным образом оказывается в голове, проявляется в ней. Поэтому, если после гимнастики мы снова приводим детей в класс, то мы навязываем ему нечто такое, что в бессознательном ребенка имеет меньшее значение, чем пережитое им во время гимнастических упражнений. Ведь во время гимнастических упражнений на ребенка оказывает воспитательное воздействие не только внешнечувствственный элемент, но также и сверхчувственный, которому тогда предоставлены для этого особенно благоприятные условия. Поэтому на следующем уроке ребенок оказывается внутренне безвольным. И мы ему вредим, мы развиваем в нем предрасположенность к болезням, когда громоздим вслед гимнастическим упражнениям обычновенные занятия...

В будущем, по достижении нами более зрелого возраста, мы в нашей человеческой организации должны укрепиться настолько, чтобы нечто, привнесенное нами себе в голову естественно-рационалистическим образом в качестве внешней мудрости, отразилось надлежащим образом в представлении, находящемся в памяти. Если же этого не случится, оно впоследствии вытечет вниз, растечется по всему организму. А когда то что, при нормальной организации человека должно оставаться в голове, как бы парадоксально это ни звучало, стекает вниз, в организм конечностей и обмена веществ, оно делает человека больным, действует подобно яду. Рассудочная мудрость, попадая в неподходящее для

нее место — в организм конечностей и обмена веществ, оказывается своего рода ядом. Мы в состоянии жить с рассудочной мудростью лишь постольку, поскольку этот яд (я говорю это в чисто техническом смысле, но ни в коем случае не в смысле морального осуждения) не проникает в наш организм конечностей и обмена веществ, где он может оказать чрезвычайно разрушительное воздействие.

Однако в ребенке еще не произошло отвердения. И когда мы приходим к нему с нашей взрослой мудростью, этот яд проникает вниз и отравляет организм конечностей и обмена веществ... Когда ребенка желают сделать особенно смысленным в отношении требований теперешней жизненной мудрости, его усаживают на место и начинают пичкать, сколько возможно, причем все время ребенок сидит, — и таким образом воздвигается препятствие действию бессознательной мудрости. Ибо она действует именно тогда, когда ребенок растет, совершает более или менее ритмические движения; ведь организм связывается с бессознательной мудростью именно с помощью ритма, в силу присущего ритмическому организму срединного положения между организмом головы и организмом обмена веществ и конечностей». *Дорнах, 1921/22, 6-я лекция*

В 15-й лекции того же курса Рудольф Штейнер вновь говорит о свободных играх детей и гимнастике:

«Если мы воспитываем ребенка, опираясь на учение о человеке, нам следовало бы понять, каким образом ребенок желает свободно играть. Стереотипные, выдуманные игры, которые мы навязываем ребенку, ему на самом деле чужды; они подавляют в нем то, что должно в нем оставаться внутренне подвижным. Ребенок постепенно становится ленивым в своей собственной внутренней деятельности, а когда его принуждают к внешней деятельности, он не чувствует к ней никакого интереса. Это особенно заметно, если наблюдать за тем, как свободные детские игры усиленно переведутся в гимнастические занятия. Вообще говоря, гимнастические упражнения составляются так, что остаются для ребенка чем-то внешним. Поэтому тот, кто обладает действительным знанием человека, с большим удовольствием наблюдает за тем, как дети на свободе и без оглядки на кого бы то ни было занимаются на брусьях, на турнике, на веревочной лестнице, нежели за тем, как

учитель гимнастики распоряжается их движениями и они приспособливаются к ним как к чему-то внешнему.

Свободная игра — вот что следовало бы изучать! Нужно понять ребенка, тогда мы найдем возможность побудить его к свободной игре. В свободных играх должны принимать участие как мальчики, так и девочки. Таким образом, благодаря той внутренней подвижности, которая сопутствует подвижности внешней, будет гармонизироваться деятельность всех внутренних функций. С этой точки зрения оказывается возможным также правильно понять, например, причину анемии, малокровия у молодых девушек, которое в большинстве случаев развивается от того, что девочек отгораживают от мальчиков, словно их порядочности будет нанесен ущерб, если они порезвятся в свободных играх с мальчиками. Они могли бы играть точно так же, как и мальчики, — лишь с небольшими поправками». *Дорнах, 1921/22, 15-я лекция.*

Таким образом, в данном курсе занятия движением рассматривается с трех различных точек зрения: как спорт в отношении к религии, как свободное движение во взаимодействии с интеллектуальным обучением и как свободная игра в ее гигиеническом значении.

У вальдорфской школы все еще не было учителя гимнастики. Мальчикам очень сильно недоставало этого урока. По этому поводу Штейнер сказал на конференции 14 января 1922 года:

«Я полагаю, что следовало бы проявить большую заботу в отношении личности учителя гимнастики. Гимнастическое воспитание нужно развернуть более широко и организовать занятия разумным образом. Нужно найти человека в этом заинтересованного. Я показал, как постепенно весь организм можно направлять душевным элементом. Именно в гимнастике этим и следует воспользоваться. Я желал бы, чтобы этот курс напечатали как можно скорее. **Вот где можно будет наводить справки о подобных вещах.** Прежде у меня не было возможности обсудить все это с такой тщательностью, чтобы учитель гимнастики мог войти в курс дела. Я займусь этим вопросом». *14.1.22*

«Этот курс» — это цитировавшийся последним «Дорнахский

рождественский курс», в котором речь идет только о гимнастике в широком смысле слова, но не об эвритмии. Благодаря этому курсу, гимнастика в ее новом обличье, в новом стиле была принята в круг позитивной воспитательной работы.

Летом 1922 года граф **Фриц фон Ботмер** пришел в школу в качестве первого учителя гимнастики. Он взял на себя исполнение тяжелой задачи перевести основные требования Рудольфа Штейнера в практику конкретного преподавания. От этого времени в материалах конференций сохранилось несколько кратких замечаний Штейнера:

«По гимнастике должна проводиться работа со всем преподавательским составом. Тут среди прочего следует учесть также и суждения с позиции вкуса». *21.6.22*

«Я доволен преподаванием гимнастики. Оно и дальше должно развиваться, будет приглашен еще один преподаватель. Младшие у нас на самом деле застоялись». *15.10.22*

«Гимнастическое воспитание, в особенности для мальчиков, чрезвычайно полезно, когда им занимаются параллельно с эвритмиею, причем не педантическим образом, но так, чтобы оно на самом деле способствовало обретению телесной силы». *15.10.22*

Во время подготовки почасового плана осенью 1922 года Рудольф Штейнер сказал:

«**Гимнастика** — по возможности в послеобеденное время. Это не отдых. Проводить гимнастику между других уроков — плохо. Можно одновременно заниматься с двумя классами. Я должен буду как-нибудь обсудить методику с учителями гимнастики. Пока я только кое-что намечаю. Однако в гимнастике всегда можно образовать две большие команды. Совсем неплохо, что в последнее время гимнастика проводилась на открытом воздухе. Очень отчетливо проявилось, что юноши совсем не владеют своими телами, что все у них разболтано. Они не владеют своим телом, потому что в течение трех лет они были лишены гимнастики. Это невозможно отрицать». *28.10.22*

Вот ответ на пожелание детей заниматься гимнастикой утром, с половины восьмого до половины девятого:

«Дети приходят на главный урок усталыми. Они устают точно так же, как после обычного урока». 9.12.22

Преподавание гимнастики стало постепенно налаживаться, оно было отделено от свободных игр.

«В первых двух классах пока мы мало что можем сделать, а в будущем будем поступать так. Преподавать гимнастику в полном смысле слова в первых двух классах — слишком рано, однако следует систематически заниматься играми. Нам следовало бы ввести регулярные игры, как только мы сможем выйти на открытый воздух, а в 3-м классе от игр перейти к преподаванию гимнастики. Дети должны двигаться, правильно двигаться». 17.1.23

Новый характер гимнастики, а также отделение игр в первых классах от собственно гимнастики сформулировали новые требования к стилю преподавания. Так они были изложены Рудольфом Штейнером в январе 1923 года:

«Нужно учитывать следующее: преподавание гимнастики в школе типа нашей может складываться только постепенно... Вполне возможно, уже на следующий год преподавание гимнастики в 12-м классе будет у нас построено особым образом. Пока что гимнастика ходит у нас в падчерицах. Мы должны здесь еще поработать сообща. Преподавание гимнастики еще поставит перед вами много трудноразрешимых задач. Прежде всего, начиная с какого-то определенного класса, на уроках гимнастики будет выполняться совершенно определенное сознательное упражнение, направленное на укрепление организма, **своего рода общий гигиенический массаж человеческого организма**. Я полагаю, теперь на это вам и следует в большей степени ориентироваться. А что касается младших классов, я думаю теперь о том, как построить игры, чтобы с детьми в основном могли играть учительницы. Учителям гимнастики не следует поначалу играть с детьми, чтобы не ронять своего авторитета. Они должны вступать в дело только с началом занятий гимнастикой, чтобы у детей не возникало ощущения, что «наш учитель по играм теперь преподает нам гимнастику». Речь не идет

о пренебрежительном отношении к играм. Если в 1-м и 2-м классах будет учительница игр, она не должна переходить на занятия гимнастикой. При таком переходе у детей будет создаваться превратное отношение. Под играми я понимаю подвижные игры». 17.1.23

Важным этапом в преподавании гимнастики и эвритмии было 1 марта 1923 года. В этот день учитель гимнастики сообщил, что он, после краткого знакомства с работой, наметил себе в качестве цели, а Рудольф Штейнер изложил свои соображения по этому поводу. Приводим здесь лишь слова Штейнера, поскольку рассуждения учителя гимнастики в несколько измененном виде будут помещены ниже.

«Коллизии между гимнастикой и эвритмии возникнуть не должно. Проблема заключается в том, что гимнастические упражнения, их построение будут выглядеть как бы продолжением эвритмических упражнений (разумеется, лишь в общем). Но если мы возьмем какое-либо движение рук в эвритмии и соответствующее ему движение рук в гимнастике, то можно будет заметить, что для образа, получающегося в результате эвритмического движения, характерно большее сближение с центром тела, чем в случае гимнастики. Однако коллизии здесь быть не может.

Лучше всего это можно понять, приняв во внимание следующее. В эвритмии мы в основном имеем дело с тем в человеческом организме, что разыгрывается в непосредственной связи с процессом дыхания. То, что в эвритмии выполняется рукой или ногой, находится в непосредственной связи с тем, что внутренне разыгрывается как процесс дыхания, когда воздух переходит в кровь. А гимнастика — это такой процесс, основой которого в человеческом организме является попадание крови в мускулы. Таково главное физиологическое различие. Оно проливает свет на то, к чему следует стремиться.

Чем ближе мы будем подходить к пониманию (это должно происходить на инстинктивном, интуитивном уровне) того, что во всяком гимнастическом движении мы имеем дело с укреплением, ростом, повышением упругости мускула вследствие впрыскивания в него крови, тем больше мы сможем использовать наши

собственные творческие способности для изобретения упражнений.

То же самое может быть сказано и при взгляде с другой стороны. Эвритмия — это, по существу, пластическое формообразование организма, или, лучше сказать, эвритмия живет в пластическом формообразовании организма, а гимнастика живет в статике и динамике организма. Вы почувствовали это, когда говорили, что в гимнастике переживается пространство. Лучше всего это можно почувствовать, если выработать вспомогательные представления — как располагается в пространстве рука или нога, в каком отношении она находится к силе тяжести.

Что здесь не возникает коллизии с эвритмией, можно убедиться, если в эвритмии обращать внимание на «характер». В педагогике ему следует уделить совершенно особое внимание. Если вы видели эвритмические фигуры, вы могли заметить, что мы проводим различие между движением, чувством и характером. С движением и чувством все обстоит хорошо, но что такое характер в эвритмическом движении — это еще не освоено. И это вполне естественно, ведь при художественном исполнении эвритмии, когда за ней наблюдают зрители, он не имеет такого большого значения.

В дидактическом отношении характер движения является существенным элементом. Занимающийся эвритмиией должен ощущать противоток выполняемому движению, давление одного члена на другой и противоток давлению в сторону центра тела. Чтобы это пояснить, я подготовил цветную разметку фигур. Повсюду на эвритмических фигурах вы здесь видите три цвета: один для движения, другой для чувства (он переходит в шляер), и третий — для характера, то есть для обозначения того места, в котором мускулы должны быть особенно напряжены, и это напряжение имеет определенное направление. Так эвритмия живет во внутренней пластике тела.

...Поскольку это имеет большое значение для психофизиологии, учителям вальдорфской школы следовало бы заняться этими фигурами; таким образом они могут познавать человеческий организм. Одновременно это является основой для развития общего художественного чувства, для познания внутренней жизни

человеческого организма. Итак, учитель гимнастики — это человек, духовному взору которого явлены статика и динамика организма, у которого имеется отчетливый образ того, что означает поднять ногу, опустить и поднять руку, — все это во взаимодействии с силой тяжести. У занимающегося эвритмиией должно быть отчетливо выраженное чувство того, как тело стремится пластиически оформить свои члены. Это неверно, что учитель гимнастики находится в положении скульптора перед статуей. Это можно сказать об учителе эвритмии. Перед учителем гимнастики стоит задача — иметь перед собой образ идеального человека, который состоит из линий, форм и движений, и стараться довести пришедшего к нему запущенного, искаженного, вывихнутого человека до этого идеала. Вы были правы, говоря, что дети должны нести свои тела. В то время как эвритмист должен стремиться к тому, чтобы мускул ощущал сам себя, чтобы его уплотнение ощущалось как характер движения, учитель гимнастики должен чувствовать, верно ли человек воспринимает тяжесть или легкость того или иного члена. Всякий раз, когда ребенок поднимает руку или ногу, он должен ощущать действие силы тяжести — не на уровне рассудка, а инстинктивно. Например, в нем должно возникать чувство того, какой тяжелой становится ступня, если, стоя на одной ноге, поднять другую. Таким образом, в душе учителя гимнастики живет динамический образ идеального человека, и он желает привести к этому идеалу того реального человека, которого имеет перед собой. Разумеется, подлинной динамики можно достичь только с помощью художественного чувства. Если в эвритмии художественное чувство играет большую роль в пластике, то у учителя гимнастики художественное чувство должно предшествовать тем конфигурациям, которые он создает в статике и динамике.

Что касается вопроса о дыхании, то дело в том, что эвритмия находится ближе к дыханию, а гимнастика ближе к процессу кровообращения. Очень важно так методически построить гимнастику, чтобы процесс дыхания вообще не был затронут — за исключением учащения дыхания, что является процессом физиологическим. Гимнастическое упражнение, при выполнении которого дыхание при правильной осанке затрудняется, следует считать неправильным. Такие гимнастические упражнения должны быть исключены...

Это верно, что в гимнастике возникает вопрос о воле, и поэтому учителя гимнастики должно быть развито инстинктивное, интуитивное восприятие взаимосвязи между движением тела и проявлением воли. У него должно быть чувство: движение и воля находятся в определенной зависимости. В случае эвритмии также имеется определенная культура воли, но совсем на другом уровне, опровергнуто, через внутреннее чувство. То, что я называю характером, и есть переживание чувства в волевом акте. Учитель гимнастики имеет дело непосредственно с волевым актом, учитель эвритмии — с переживанием чувства в волевом акте. Повсюду может быть проведено строгое разграничение. На это надо будет обратить внимание, когда мы будем разрабатывать учебный план...

Вероятно, не сразу удастся воплотить высшие идеалы. Но мы, конечно, увидим, что у девочек эвритмия легче переходит в гимнастику, чем у мальчиков. У мальчиков они существуют раздельно. Поэтому нужно устроить так, чтобы мальчики и девочки занимались гимнастикой в одном помещении, но в различных командах, и придумать разные вольные упражнения. Все это прояснится, когда мы будем обсуждать в подробностях учебный план. Также имеются различия и по возрастам.

Что касается упражнений на снарядах, то форма снарядов может быть изменена и усовершенствована. Но вообще-то говоря, по крайней мере в каком-то приближении, уже существующие снаряды не настолько уж ужасны, чтобы ими нельзя было пользоваться. И еще: я, хотя и не являюсь фанатическим приверженцем шестов для лазания, не стал бы так уж их поносить»

Затем были упомянуты ярмарочные шесты для лазания:

«Это очень сильно связано с воздействием воли на тело. В этом возможно упражняться на гимнастических шестах. Конечно, лазанье по канату имеет некоторые преимущества. Шест — это, я бы сказал, снаряд ограниченного значения. Но я бы не стал так уж решительно отказываться от них. Брусья, турник, козел и прочее могут быть полезными, если правильно ими пользоваться.

Я согласен, что упражнения следует разнообразить при помощи комбинирования снарядов; упражнения на снарядах развивают

присутствие духа. С другой стороны — укрепляются мускулы, они приобретают надлежащую крепость и упругость. Вот простейшее полезное упражнение: подпрыгнув, ребенок должен ухватиться за турник и удержаться в воздухе. Это упражнение можно проделывать на одних кистях или с участием рук в целом. Движения только тогда приобретают смысл, когда они осуществляются при помощи всей руки. Начинать же можно с кистей. Упражнения, направленные на то, чтобы ребенок воспринимал снаряд всем своим телом, способствуют и развитию у детей симпатии к снаряду. Кроме того, очень важно, чтобы ребенок учился работать ногами. Упражнение может быть построено таким образом, чтобы, вися на турнике, он как бы шагал по воздуху.

Я сейчас просто намечаю подход. Полагаю, теперь нет необходимости говорить о том, что снаряды мертвы, что в предмете господствует рутиня. Никакой рутины не будет, если по-настоящему переживать снаряд. На брусьях ноги могут работать совершенно удивительным образом». 1.3.23

Я бы хотел поделиться здесь одним воспоминанием, связанным с вышеприведенными указаниями Рудольфа Штейнера. Оно, вероятно, дополнит сказанное им относительного гимнастики и турника. Как-то он дал совет — упражнения для рук выполнять не с вытянутыми руками, а сгибая их в локтях и отчасти таким образом укорачивая их. Мне думается, что он имел в виду как раз занятия на турнике. Но может быть, подразумевались также и вольные упражнения. Чтобы прояснить этот вопрос о сгибании рук, можно обратиться также к указаниям из *Курса Илкли от августа 1923 года*, которые будут приведены ниже. Стоило бы подумать и о том, что, когда человек вытягивает руки в стороны, его активность излучается, при сгибании рук — он как бы возвращается к себе. Здесь на ином уровне происходит то же, что и в чувственном восприятии, а при переходе к представлению в момент «рефлексии» совершается сгибание*.

Но прежде всего лекция из *Курса Илкли*, прочитанная 6 августа 1923 года, поражает нас имеющим большое значение описанием древнегреческого идеала воспитания и процессов, совершившихся в воспитательных учреждениях той эпохи.

*По-латински *reflecto* значит «загибаю» — Прим. перев.

«То, что мы видим, в этих учебных и воспитательных учреждениях*, еще и сегодня, с учетом современных импульсов, может составить основу для понимания того, что в наше время необходимо для воспитания и обучения». *Илкли, 1923, 2-я лекция*

Но, как бы ни были важны для учителей гимнастики и эвритмии эти описания, их невозможно привести целиком, они слишком пространны. Вообще при подборе цитат Рудольфа Штейнера приходится по возможности приводить такие места, в которых в немногих словах дается конкретное указание и обрисовывается его связь с другими вопросами. Из этого материала трудно выстроить цельную последовательную систему знания, и поэтому предполагается, что читатель не ограничится прочтением цитаты, но обратится к указанным сочинениям, лекциям и конференциям.

В лекции *Курса Илкли* от 17 августа 1923 года еще раз характеризуются взаимоотношения гимнастики и эвритмии, причем гимнастика рассматривается в той форме, в которой она была введена в вальдорфской школе:

«Эвритмия потому применяется в воспитании и образовании, что в ней мы находим чудесное дополнение для внешней гимнастики. А телесным упражнениям, как уже говорилось, в нашей вальдорфской школе уделяется достаточное внимание. Рассмотрев то, что называют гимнастикой в Германии, вы увидите, что эта гимнастика построена так, что в каждом упражнении человек прежде всего воспринимает пространство, его направления. Человек ощущает направление в пространстве и вкладывает в него руку. Так, занимаясь гимнастикой, он отдается пространству.

Это путь создания здоровых гимнастических упражнений. Пространство различно по всем направлениям. Наше абстрактное представление о пространстве подразумевает три перпендикулярных друг другу направления, которые совершенно одно от другого не отличаются. Но так обстоит в одной только геометрии. На самом деле вверху у нас находится голова, а внизу — ноги; это суть верх и низ. Далее, у нас имеется правая и левая сторона. Мы переживаем это направление, когда вытягиваем руки в стороны. Неважно, где находится абсолютное направление; ведь мы можем

* Учебные и воспитательные учреждения для детей, начиная с семилетнего возраста. — *Прим. сост.*

поворачиваться. Затем у нас еще есть направление спереди назад. Все прочие пространственные направления сориентированы на эти основные. Только с таким представлением о пространстве возможно прийти к здоровым движениям в гимнастике. Человек отдается пространству. Когда же человек занимается эвритмий, то характер движений извлекается из самого организма. Вопрос тогда состоит в следующем: что переживает душа, когда она совершает то или иное движение? Отсюда и происходят отдельные звуки. Что происходит, когда вы направляете свою силу в члены? Мы предоставляем человеку две возможности: посредством внешних гимнастических упражнений он «вкладывает» себя в пространство, а в эвритмии он может двигаться, как того требует собственная сущность. Дать возможность внутреннему проявиться во внешнем движении — в этом сущность эвритмии. Человек заполняет внешнее собой и тем самым связывает себя с внешним миром — в этом сущность гимнастики». *Илкли, 1923, 13-я лекция*

Далее следует указание об **эвритмических фигурах**. Оно связано с заданным на одной конференции вопросом об их устройстве.

«Прежде чем ребенок научится соответствующим жестам, он не в состоянии понять фигуру. После того как он соответствующим жестам научился, он должен соотносить их с фигурами. Он должен понять существующую связь в отношении движения, но не характера и не чувства. Чувство выражается в шляере. «Ты еще слишком мал для шляера». Что такое характер, можно доносить до ребенка постепенно, начиная с того момента, когда он научится внутренним образом себя переживать. Когда дети поймут принцип выполнения фигур, это окажет благотворное воздействие на преподавание эвритмии. С течением времени развивается художественное чувство. Когда его возможно развивать, это следует делать». *18.9.23*

Подробное рассмотрение этих фигур имеется в *8-й лекции от 24 августа 1922 года Оксфордского курса*. Однако это место из-за его обширных размеров привести здесь невозможно. Читатель может ознакомиться с ним самостоятельно.

В последнем курсе, который Рудольф Штейнер прочитал специально для учителей вальдорфской школы в октябре 1923 года, он следующим образом завершает рассмотрение господствовавших в

разные периоды истории идеалов воспитания — гимнаста, ритора и доктора:

«Именно сегодня настало время осуществить синтез трех элементов человека (ведь это — та же трехчленность человеческой природы: гимнаст, ритор и доктор), и наиболее насущно это в области образования. Поэтому, если бы имелась возможность действовать в соответствии с идеалом, то в идеале педагогу следует заниматься с детьми, во-первых, гимнастикой, в благороднейшем смысле слова; в благороднейшем же смысле — риторикой, со всем тем, что сюда относится в старинном понимании; и также в благороднейшем смысле — тем, на что указывает звание доктора; впоследствии эти элементы должны соединиться. Вероятно, я слишком сухо характеризую то, что вам следует знать в этой связи и что должно запасть в вашу душу: я боюсь, как бы все это не выродилось, как вырождается многое из того, что должно было быть произнесено. Нельзя, чтобы это выродилось. Учителю в его искусстве воспитания и преподавания требуется соединить внешнее движение — то есть одухотворенного гимнаста, одушевленного ритора и, в-третьих, духовный элемент живой, а не мертвый, выродившийся в абстракцию. И вот с тем, что мы назвали гимнастикой в благороднейшем смысле, что представлено у нас в гимнастике и в эвритмии, — с этим весь педагогический состав постоянно должен работать, делать это своей собственностью. И если вам удастся проникнуться эвритмии по-настоящему, внутренним образом, вы сами почувствуете, что во всяком эвритмическом движении заложен душевный и воздействующий на дух элемент. Всякое эвритмическое движение вызывает из самых глубинных основ человеческого существа душевный элемент, а всякое гимнастическое движение, если, конечно, оно правильно применено, создает в человеке ту духовную атмосферу, в которую духовный элемент может войти не как нечто абстрактное и мертвое, но как живое». *Штутгарт, 1923, 1-я лекция*

В Арнгеймском курсе 1924 года говорится чрезвычайно ярко о месте, занимаемом эвритмии между изобразительными и акустическими искусствами. Гимнастика же рассматривается только в ее традиционной форме:

«Когда мы в свободной форме лепим с ребенком, мы доносим до него изобразительное в искусстве — то, что находится в

глубинной связи с эфирным телом. Это делает ребенка способным правильным образом сориентироваться в мире, поскольку он внутренне постигает свою сущность. Музыкальным же элементом формируется у ребенка астральное тело. И если то и другое объединить, — пластический элемент переходит в движение, а движение становится пластическим, — то возникает эвритмия, как проявление отношения эфирного тела к астральному телу у ребенка. Теперь ребенок учится эвритмии, звучщей в жестах речи, так же как в предыдущие годы он выучился языку. Если ребенок здоров, то, обучая его эвритмии, мы не столкнемся ни с какими затруднениями, потому что в эвритмии он просто проявляет свою собственную сущность. Вы видите: эвритмия возникла из целостного человека: из физического, эфирного и астрального тела; ее возможно изучать только посредством антропософского метода познания. Современная гимнастика обращена односторонне-физиологически к физическому телу. При помощи гимнастики мы воспитываем не человека в целом, а только одну его часть. Поэтому мы не против гимнастики, но в настоящее время ее переоценивают. По этой причине в процессе воспитания эвритмия должна занять место гимнастики». *Арнгейм, 1924, 4-я лекция*

Последнее обобщающее рассмотрение эвритмии и новой гимнастики содержится в *Курсе Торки 1924 года*:

«Гимнастика в той форме, как она существует сегодня, как и занятия спортом и прочее, — это нечто иное, нежели эвритмия. Оба рода движения прекрасно могут и должны уживаться друг с другом. Ибо очень часто понятие пространства воспринимается человеком как нечто абстрактное, люди не сознают, что пространство конкретно».

Затем следуют рассуждения о понятии верха в различных точках земной поверхности. И далее:

«Пространство — это нечто вполне конкретное, человек переживает себя в пространстве и чувствует необходимость ориентироваться. Когда он достигает равновесия, принимая различные положения в пространстве, тогда и возникает элемент спортивный, гимнастический, физкультурный. Тогда человек стремится вложить себя в пространство. К примеру, у того, кто, выполняя гимнастическое упражнение, вытягивает руки в стороны, возни-

кает чувство, будто он вкладывает обе руки в горизонтальное направление. Прыгающий переживает, будто его тело под воздействием присущей ему силы движется вверх. Такова гимнастика.

Тот, у кого возникает определенное внутреннее чувство от звука *I*, может вложить это душевное переживание в движение. Таким образом человек делает видимым происходящее в душе. Это происходит в эвритмии. То есть эвритмия является откровением внутреннего. В эвритмии выражается то, что человек переживает в дыхании, в кровообращении, поскольку эти процессы одушевляются. Занимаясь гимнастикой, упражнениями, спортом, он ощущает, что пространство повсюду неоднородно, оно содержит направления. В них человек входит, по ним следует, в соответствии с ними пользуется гимнастическими снарядами...

Вот в чем состоит различие между гимнастикой и эвритмий. Эвритмия позволяет душевной жизни изливаться наружу и является таким же реальным выражением человека, как речь, она — зрячая речь. Посредством гимнастики, спорта человек включается во внешнее пространство, приводит себя в соответствие с внешним миром, проверяет, как он с ним согласуется. Это не язык, не откровение человека, а требование, предъявляемое ему со стороны мира, — чтобы он оказался пригодным для мира, чтобы он был в состоянии найти в мире свое место». *Горки, 1924, 6-я лекция*

Обращаясь к высказываниям Рудольфа Штейнера о гимнастике, зачастую весьма темпераментным, постоянно оказываешься поставленным перед необходимостью проверить, идет ли речь о гимнастике, существовавшей до сих пор, или о той, которая была введена в вальдорфской школе им самим. Читая эти высказывания, мы можем видеть, как все эти годы формирования вальдорфской школы Штейнер стремился поднять гимнастику на уровень, достойный человека, и сделать ее составной частью ответственного за будущее воспитания.

Здесь мы заканчиваем рассмотрение того пути, на котором педагогика будущего обрела совершенно новую культуру движения: эвритмию и новую гимнастику.

Далее следуют указания собственно по учебному плану.

ЭВРИТМИЯ

С 1-го по 4-й класс — 1 час в неделю.
С 5-го по 12-й класс — 2 часа в неделю.

Для классов с 1-го по 8-й указания содержатся в 3-й лекции по учебному плану:

«А вот кое-что в официальном учебном плане нам на руку. В первых трех классах там вообще отсутствует гимнастика. Так что мы можем ввести эвритмию.

И было бы очень хорошо:

в первом классе —

заниматься эвритмиеи в соответствии с музыкальным воспитанием, обращать особенное внимание на согласование эвритмии с геометрией и музыкой;

во втором классе —

начинать вводить звуки речи;

в третьем классе —

преподавать в постоянном согласовании с геометрией, музыкой и рисованием;

в четвертом, пятом и шестом классах —

формы, то есть конкретное, абстрактное и т.д. Это уже возможно для детей потому, что они продвинулись в грамматике;

в седьмом и восьмом классах —

то же для усложненных форм». *Учебный план, 3-я лекция*

«Девятый класс —

грамматические элементы». 22.9.20

«Десятый класс:

в преподавании эвритмии следует работать над постановкой групповых форм. Ведь это уже юноши и девушки; они могли бы исполнять настоящие групповые формы. В тон-эвритмии — дов-

дить однажды начатое до известной степени совершенства. Лучше три или четыре вещи за год довести до конца, чем браться за все подряд. Не беспокойтесь, что они заскучают, — как-нибудь обойдется». 17.6.21

Одиннадцатый класс:

«Хорошо провести параллели с другими предметами. По эстетике в это время на примере отдельных произведений рассматривается стиль. Если те же самые произведения взять для эвритмии, это было бы очень кстати. Или, например, вы выберете то или иное стихотворение для эвритмической работы, а в нем обнаружатся стилевые красоты, тогда учителю, преподающему искусство, следует заняться им на своих уроках. Вы увидите, что эвритмические формы совершенно различны — в зависимости от стиля». 21.6.22

Для двенадцатого класса

никаких указаний не имеется.

В 1938/39 году мною в сотрудничестве с учителями эвритмии вальдорфской школы, к тому времени уже распущенной гитлеровским режимом, был составлен следующий учебный план занятий:

1-й класс. Простейшие эвритмические движения и формы с опорой на несложные геометрические формы (ср. введение в письмо) и музыкальные упражнения.

2-й и 3-й классы. Упражнения, связанные с геометрией и музыкой, продолжаются. Дети должны твердо усвоить движения, соответствующие звукам речи.

С 4-го по 6-й класс. К выполнявшимся до сих пор упражнениям присоединяются формы для грамматических понятий и более сложные геометрические формы.

7-й и 8-й классы. Формы становятся еще сложнее, особенно групповые формы музыкальных и поэтических произведений.

9-й класс. Начинается систематическое введение в законы эвритмических форм и движений.

С 10-го по 12-й класс. В звуковой эвритмии исполняются в группах большие поэтические произведения. В тон-эвритмии — в основном групповые упражнения на многоголосие. При этом постоянно следует стремиться к взаимодействию с учителями других специальностей, особенно с преподавателями искусства.

ФИЗКУЛЬТУРА И ГИМНАСТИКА

С 1-го по 4-й класс — 1 час в неделю.

С 5-го класса и дальше — 2 часа в неделю.

Во всех классах мальчики и девочки занимаются совместно, хотя и выполняют различные задания.

При жизни Рудольфа Штейнера дело так и не дошло до конкретного учебного плана по гимнастике. Но принципы его построения имеются. Основываясь на этих принципах, учитель гимнастики **граф Фриц фон Ботмер**, еще до закрытия вальдорфской школы в 1938 году, собрал и обработал имевшиеся материалы.

Возникающая у детей, занимающихся другими предметами, потребность в движении должна удовлетворяться на уроках гимнастики. Детям при этом нужно двигаться таким образом, чтобы возникающие при этом импульсы соответствовали предшествовавшим занятиям и чтобы всякое движение ребенка сопровождалось ощущением радости. Очень важно, чтобы учитель побуждал детей, особенно маленьких, к настоящей **свободной игре**, постепенно вводя также игру на снарядах. Разумеется, в этих играх мальчики и девочки принимают равное участие.

Такого рода подвижность наиболее здоровым образом приводит функции организма в состояние гармонической активности, и у детей налаживается здоровый сон. Обратный эффект оказывают стереотипные движения, которые навязываются детям извне и препятствуют их собственной подвижности и их душевному участию. Поэтому они ослабляющим и болезнестворным образом действуют также и на функции организма.

Для детей постарше, примерно с **четвертого, пятого класса**, вводятся упражнения, требующие от ребенка **мужества, решительности и упорства**. Бег, прыжки, лазание, а также основы борьбы, метания и т.д. вместе с соответствующими играми могут составить основное содержание гимнастики в этом возрасте. Очень важно, чтобы дети участвовали в упражнениях всем своим существом.

Начиная приблизительно с **восьмого класса**, следует учитывать, что школьники и школьницы получают удовольствие от систематических упражнений во всех областях гимнастики, легкой атлетики, занятий на снарядах и способны отдавать себе отчет в их оздоравливающем действии. Упражнения (на снарядах и без) становятся тогда **сознательной гигиенической деятельностью, охватывающей все тело**, которая, благодаря сопутствующей ей радости, может стать привычкой всей жизни.

Обучение плаванию происходит обычным образом.