

Zeitschrift: Schweizer Spiegel
Herausgeber: Guggenbühl und Huber
Band: 8 (1932-1933)
Heft: 2

Artikel: Kann man Rhythmus lernen?
Autor: Schoop, Trudi
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1064897>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 18.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

KANN MAN RHYTHMUS LERNEN?

Von Trudi Schoop

In der Sehnsucht nach Rhythmus will der einzelne Mensch sich dem Zusammenhang der umfassenden Bewegtheit alles Lebens einfügen, will er die Last der Einsamkeit von sich werfen und die Lust der Allverbundenheit aufsuchen. Wenn man nun den Menschen als Einzelwesen, die tausendfältigen Eigenarten betrachtet, durch die er sich absondert und isoliert, könnte man jedoch leicht an dieser «Sehnsucht nach Rhythmus» irre werden und zu der Vermutung gelangen, dass sie nicht allen Menschen eigen sei.

Ist es möglich, dass es Menschen gibt, die nicht teilhaben an dieser Sehnsucht nach Rhythmus? Menschen, die leben und sozusagen ausserhalb des Lebens stehen? Menschen ohne Rhythmus?

Wenn wir uns umblicken, sehen wir sie in Legionen, die ein anscheinend typisch rhythmusfeindliches Verhalten aufweisen. Es sind jene Menschen, die körperlich oder seelisch krank sind. In den Spitälern begegnen wir ihnen, sie leiden und stöhnen, durch ihren persönlichen Schmerz absorbiert, ans Bett und nicht mehr an die Welt gefesselt. Und überall im Leben begegnen wir jenen andern rhythmusfeindlichen Typen, die aus Hemmungen, Ängsten, Verbitterungen, Hass und Rachegefühlen, aus Minderwertigkeiten, Rechthabereien und Gewalttätigkeiten heraus jene Harmonie mit dem Leben verloren haben, die für ein rhythmisches Wesen charakteristisch wäre. Klafft nun nicht ein Widerspruch zwischen unserer Anschauung, dass Rhythmus das Wesen alles Lebendigen ist und der Erfahrung, die überall rhythmusfeindliche Elemente zeigt?

Dieser Widerspruch ist in gewissem Sinne das Leben selbst. Wir leben nicht anders, denn im Rhythmus, und doch stören wir den Rhythmus immer wieder, so lange wir leben. Der Ausdruck dieser widerspruchsvollen Situation ist denn auch unsere ständige Sehnsucht nach Rhythmus.

Darin liegt vielleicht eine Tragik aller körperlichen und seelischen Krankheit, die Tragik, dass wir durch sie den Rhythmus

stören und den Zusammenhang mit dem Leben verlieren. Vielleicht ist aber dieser Beziehungsverlust nicht nur eine Begleiterscheinung der Krankheit, sondern das Wesen der Krankheit selber.

So allgemein ich meine Überlegungen hier auch formulieren muss — sie sind durch eine Fülle von Einzelerfahrungen während meiner Unterrichtspraxis veranlasst worden. Wenn ich im Schülerkreise meiner Dilettanten- und Berufsklassen mich umblicke, waren es immer wieder Motive einer grossen Unzufriedenheit, des «Etwas-überwinden-müssens», eines heissen Befreiungswunsches, welche die einzelnen Schüler bestimmten, rhythmische Gymnastik zu betreiben. Nicht die «reine» Freude an rhythmischer Gymnastik, sondern das Leiden an einer Störung des rhythmischen Lebensgefühls bildete immer, bald mehr, bald weniger, das Motiv der «Begeisterung» für rhythmische Gymnastik. Und je mehr solche Menschen an der Störung ihres rhythmischen Lebensgefühls leiden und je mehr Kraft sie aufbringen, diese Störung überwinden zu wollen, desto stärker ist auch ihr Bedürfnis, im Symbol eines harmonisch bewegten Körpers ihre Sehnsucht nach Rhythmus auszudrücken, Rhythmus darzustellen.

Kann man denn Rhythmus lernen? Diese Frage hat ihre Antwort bereits erhalten. Rhythmus ist nicht zu erlernen. Rhythmus ist auch nicht zu lehren — Rhythmus ist höchstens zu befreien. Aber auch diese Befreiung setzt eine ganz andere Beziehung zwischen Lehrer und Schüler voraus, als man vermuten könnte. Der Lehrer für rhythmische Gymnastik will dem Schüler nichts beibringen, er will ihm vielmehr helfen im Kampf gegen die rhythmusfeindlichen Störungsquellen, er will ihm beistehen in der Verwirklichung seiner rhythmischen Sehnsucht. Dieser Lehrer ist einem Arzt zu vergleichen, der weniger Rhythmus doziert, als vielmehr die Elemente beseitigen hilft, die den Rhythmus hemmen.

Die Verschiedenartigkeit des menschli-

chen Charakters bedingt nun verschiedene Methoden, durch die des Menschen Sehnsucht nach Rhythmus verwirklicht werden soll. Ich glaube nicht, dass es bessere oder schlechtere, sondern lediglich für den einzelnen Menschen mehr oder weniger geeignete Methoden gibt. Wenn ich verallgemeinern darf, so möchte ich die bestehenden Methoden zur rhythmischen Erziehung des Menschen in drei Gruppen teilen:

I. Man versucht, den Schüler mehr von der körperlichen Seite her zu erziehen, indem man seelische Störungsquellen durch ein gestärktes Körpergefühl überbaut. Die Methoden dieser Gruppe eignen sich für alle jene Charaktertypen, welchen eher durch Beeinflussung zu helfen ist als durch Auseinandersetzung mit ihren inneren Problemen. Sie dienen auch in jenen Fällen, in denen es gilt, körperliche Mängel zu korrigieren, träge Körper zu beleben. Zu dieser Gruppe gehören die Systeme Menzler, Mensendiek, Müller, Matthias und Bode, also des üblichen Gesundheitsturnens.

II. Man versucht den Schüler mehr von der seelischen Seite her zu erziehen, indem

man die rhythmusfeindlichen Probleme seines Wesens in rhythmisierten Ausdruck umsetzt. Dieser Angriff auf die Störungsquellen selbst bedeutet eine Erziehung zum Rhythmus von innen heraus und zur rhythmischen Individualität. In diese Gruppe gehören die Systeme Laban, Wigmann und meine Schule.

III. Die verschiedenen Schulen innerhalb der gleichen Gruppe weichen mehr oder weniger voneinander ab und es gibt ferner eine ganze Reihe von Schulen, die zwischen diesen Grenzbegriffen steht, die wir hier skizziert haben, als da sind die typisch musikalischen Systeme: Dalcroze, Laxenburg, Günther, und das ausserdem noch weltanschaulich bedingte System Loheland.

Es ist nun für den einzelnen Menschen Sache des Instinktes, eine Schule zu wählen, die seiner persönlichen Veranlagung entspricht.

Dies ist der zweite Artikel einer Serie, welche die bekannte Tänzerin für den «Schweizer-Spiegel» schreibt. Das Thema des nächsten Beitrages lautet «Wie lerne ich richtig atmen?».

Hollywoods Schönheits-Geheimnis!

MEHR GROSSAUFNAHMEN . . . EIN
ÜBERAUS REINER TEINT BEDINGUNG.
DARUM IST LUX TOILET SOAP SO BELIEBT

Grossaufnahmen — erbarmungslos werden die starken Lichtstrahlen der Jupiter-Lampen von allen Seiten auf das Gesicht des Film-Stars gerichtet, und sie weiss ganz genau, dass sich in einer solchen Beleuchtung der kleinste Fehler im Teint zeigen würde. Nur ein natürlich reiner, vollkommener Teint kann einer solchen Probe standhalten, und darum sind die Film-Stars so überaus vorsichtig in der Wahl der richtigen Toilettenseife.

*9 von 10 Hollywood-
Filmstars verwenden*

LUX TOILET SOAP

65 Cts. per Stück

Sunlight A.G. Zürich. LTS 84a -0312 SG



RUTH CHATTERTON



Für die neuen Tonfilme ist ein reiner Teint unentbehrlich. Ich verwende einzig Lux Toilet Soap, denn sie erhält meinen Teint so rein, dass ich die starke Beleuchtung nicht zu fürchten brauche.

Politik und Wirtschaft

verderben Ihre ganze Lebensfreude!

Weg damit!

Befassen Sie sich mit den Fragen der

Kultur und Literatur

und Sie lassen die Alltagssorgen
hinter sich

Die Literarische Welt

zeigt Ihnen dazu den Weg

Vollkommen kostenlos

erhalten Sie die letzten vier Nummern
gegen Einsendung des Portos (30 Rp.)

Bitte ausschneiden!

An die Literarische Welt, Verlagsges. m. b. H.
Berlin-Halensee, Westfälische Strasse 38-52

**Ich ersuche um kostenlose Lieferung
der letzten vier Nummern gegen
Einsendung des Portos (30 Rp.)**

Falls ich nicht innerhalb von 14 Tagen auf
den Weiterbezug verzichte, abonniere ich bis
auf Widerruf zum Preise von Fr. 5.— viertel-
jährlich (13 Nummern)

Name:

Beruf:

Ort:

Strasse:

REKLAME FÜR REKLAME

Als Grossvater ein kleiner Junge war

JEDEN Herbst kam die Zeit, wo die Mutter zum Vater sagte: « Wir müssen jetzt wegen der Schuhe der Kinder sehen. » Schuhe waren eine wichtige Sache in Urgrossvaters Familie. Ein Rind musste geschlachtet werden. Das Fell wurde in die Gerberei am Flusse gebracht und dann kam der Schuhmacher auf die Stör. Hans Jakob, der Schuhmacher, war ein Freund der Familie, alle kannten seine Arbeit, alle kannten die Qualität des Leders, das ihm geliefert worden war. So wussten sie, wie lange die Schuhe des kleinen Ernst halten würden.

LANG, lang ist's her. Heute kennen Sie den Hersteller Ihrer Schuhe nicht mehr persönlich. Auch Ihre Kleider, Ihre Nahrung, Ihre Möbel werden hergestellt durch Personen, welche Sie nie sehen werden.

DAS Element des Vertrauens indessen, welches in frühern Tagen durch den persönlichen Kontakt zwischen Nachbar und Nachbar, zwischen Freund und Freund geschaffen wurde, ist immer noch da. Heutzutage ist die Reklame das Band zwischen Produzent und Konsument, zwischen Händler und Kunde.

DURCH Reklame suchen diese das Vertrauen des Kunden zu erwerben.

DURCH Reklame bauen Fabrikanten und Händler ihre Reputationen auf. Für sie ist das Vertrauen des Kunden das wichtigste Aktivum der Bilanz. Jeder Fabrikant wird sich deshalb ängstlich hüten, dieses Vertrauen zu missbrauchen. Er wird dafür sorgen, dass die Ware so ist, wie er sie in der Reklame dargestellt hat. Sein guter Ruf steht ja auf dem Spiel. Er ist ein Inserent, d. h. man kennt sein Produkt mit Namen, und wenn es den Kunden nicht befriedigt, so verliert er einen Käufer.

FABRIKANTEN, die keine Reklame machen, können auch gute Ware produzieren, Fabrikanten, die Reklame machen, *müssen* gute Ware produzieren.

Wer INSERIERTE PRODUKTE
KAUFT,
SCHALTET DAS RISIKO AUS.