



Verband Rhythmische Massage Schweiz

## **Ita Wegman und die Entstehung der Rhythmischen Massage Therapie**

**Referat von Ricarda Zawadzki zum 150. Geburtstag Ita Wegmans  
Tagung vom 20. – 22.02.2026**

Der Beginn der Entwicklung der Rhythmischen Massage liegt ja nun gut 100 Jahre zurück und ich durfte selber niemand mehr erleben, die mit Ita Wegman zusammen in dieser Zeit an der Klinik tätig gewesen war. Wobei ich in ganz jungen Jahren bei Els Eichler in einem Kurs gewesen war. Leider war ich damals aber noch nicht weit genug, um zu wissen, welche Fragen ich ihr stellen könnte.

So möchte ich keinen Versuch machen, darzustellen, wann und wie Frau Dr. Ita Wegman die Rhythmische Massage entwickelt hat, sondern lieber darauf eingehen, was sie dazu gebracht hat, die Massage abzuwandeln, was mit dieser Behandlungsform erreicht werden kann, was an ihr neuartig ist und warum die Rhythmische Massage Therapie essentieller Bestandteil der anthroposophischen Medizin ist. Weiter möchte ich darauf schauen, wie wir heute versuchen können, die besondere und einzigartige Qualität der Rhythmischen Massage Therapie jedes Mal neu zu erfüllen – um dem gerecht zu werden, was Frau Dr. Ita Wegman uns an die Hand gegeben hat.

Der Name Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman wurde von Frau Dr. Margarethe Hauschka gegeben. Vor einigen Jahren haben wir uns international darauf geeinigt, die Bezeichnung in Rhythmische Massage Therapie zu ändern, da unter Rhythmischer Massage alles Mögliche in Erscheinung trat, was weder mit Frau Dr. Ita Wegman noch mit der anthroposophischen Medizin zu tun hatte.

Ita Wegman hat ja vor ihrem Medizinstudium eine Ausbildung als Gymnastiklehrerin absolviert und dann die Klassische Schwedische Massage erlernt. Sie war ausgebildet in der Methode nach Thure-Brandt, die sie ebenfalls in der Praxis ihrer frauenheilkundlichen Klinik in Zürich anwandte.

Es gibt eine Beschreibung zu ihren Massagebehandlungen: «Ita Wegman hatte schmale aber kräftige Hände» und: «wer einmal von ihr massiert wurde, vergass das nie mehr».

Schon in Zürich arbeitete sie zunehmend und immer intensiver medizinisch-therapeutisch mit Dr. Rudolf Steiner zusammen. Sie tauchte ein in das Wesen des Menschen und merkte, dass sie auch die Art der Berührung verwandeln muss, um dem gerecht zu werden, was der Mensch als Ganzes IST.

Um die Wesensglieder in ihrer Gesamtheit bewusst anzusprechen und nicht nur den physischen Leib zu erreichen, braucht es eine ganz neue Qualität der Berührung, der Griffe und Abläufe.

1920 werden im Frühjahr auf Anregung des Pharmazeuten Herrn Schmiedel Kurse für Ärzte und Medizinstudenten begonnen. Ita Wegman hat daran teilgenommen. (GA 312, Geisteswissenschaft und Medizin, XVI. Vortrag am 5. April 1920)

Im Verlauf der Vorträge legt Dr. Rudolf Steiner die Grundlagen für ein neues medizinisches Menschenverständnis. Öfters weist er in den Vorträgen darauf hin, dass er nun bald mit der Beantwortung der Fragen beginnen werde, die die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihm zu Beginn übergeben hatten ... doch es brauche noch Grundlagen, und er entschuldigt sich mehrmals dafür.

Dann spricht er im XV. Vortrag (GA 312) über die Milz und ihre Aufgabe, zwischen dem Atemrhythmus und der so unregelmässigen Nahrungsaufnahme einen Ausgleich, einen heilenden Rhythmus her zu stellen. Der 16. Vortrag beginnt dann so: «Sie werden sehen, dass nun allmählich die Fragestellungen, die sie so gut waren, mir zu geben, im Vortrage auftauchen werden.»

Und nun spricht Dr. Rudolf Steiner weiter, wiederum ausgehend von der Milz und «wie bedeutungsvoll die Milzfunktionen in dem menschlichen Organismus sind», «diese Milzfunktionen sind nun geradezu anzusprechen als wesentlich das unterbewusste Seelenleben regelnd» und «es ist ein Verkennen der ganzen menschlichen Wesenheit, wenn man die Milz für ein untergeordnetes Organ hält» (GA 312, XVI. Vortrag, S. 296)

Hier spricht Rudolf Steiner erstmals davon, dass man die Milz äusserlich massieren kann, um sie in ihrer Tätigkeit zu unterstützen. Er sagt: «Aber sie werden sich überzeugen können, wie die Milzwirkung merkwürdiger wird, wenn sie gerade aus dem Unterbewussten mehr heraufgehoben wird in das Bewusstsein. Da kommen wir merkwürdigerweise gerade an der Milz zu der Betrachtung einer gewissen Heilungsmethode, die ja in der neueren Zeit interessant geworden ist. Das Sonderbare ist nur, dass wir hier von der Milzwirkung ausgehen. Sie können sich nämlich überzeugen, dass **schwache Massagen in der Milzgegend** möglichst ausgleichend auf die Instinktätigkeit des Menschen wirken. In einer gewissen Weise bekommt der Mensch bessere Instinkte, also ein leichteres Finden zum Beispiel der ihm tauglichen Nahrungsmittel ...» (GA 312, XVI. Vortrag, S. 296)

Dr. Rudolf Steiner weist dann gleich auch darauf hin, dass diese Milzmassage nicht übertrieben werden darf, da sie sonst in ihr Gegenteil umschlagen kann «Man darf mit der sanften Milzmassage nicht allzu weit vorgehen». Englisch heisst die Milz «spleen» – und im Deutschen bezeichnet "einen Spleen zu haben", wenn jemand «um sich selber kreist», mit etwas in sehr engem Rahmen beschäftigt ist.

Dr. Rudolf Steiner: «Man wird, möchte ich sagen, schön hingewiesen auf die Beziehungen der das Unterbewusste vermittelnden Organe des Menschen und der das Bewusste vermittelnden Organe, wenn man gerade auf so feine Massagen, wie die Milzmassage innerlich und äusserlich ist, etwas aufmerksam wird, **denn dadurch kommt man auf die Bedeutung der Massage**, wenigstens versteht man die ganze Bedeutung der Massage leichter. Die Massage hat eine gewisse Bedeutung und sie hat auch unter Umständen eine stark heilende Wirkung, obwohl sie vor allen Dingen wirkt auf das Regulieren der rhythmischen Tätigkeit im Menschen. **Sie wirkt vorzugsweise auf das Regulieren der rhythmischen Tätigkeit im Menschen.**» (GA 312, XVI. Vortrag, S. 298)

«Es ist, so sonderbar das klingt, eine starke Wechselwirkung zwischen jeder *unbewussten* Verstandes- und Vernunfttätigkeit, die im menschlichen Organismus durch die Milz, mehr durch die Milzfunktionen vermittelt wird, und dann den bewussten Funktionen des menschlichen Organismus. Nun, die bewussten Funktionen des menschlichen Organismus, was sind sie denn eigentlich? Alles was im Or-

ganismus so vor sich geht, dass die physischen Vorgänge begleitet sind von höheren Bewusstseinsvorgängen namentlich von den Vorstellungsvorgängen, sind im Organismus Giftwirkungen.... Der Organismus vergiftet sich fortwährend gerade durch seine Vorstellungstätigkeit. Er gleicht diese Vergiftungszustände eigentlich fortwährend durch die unbewussten Willenszustände aus. In der Milz liegt das Zentrum für die unbewussten Willenszustände. Durchziehen wir nun die Milz mit Bewusstsein dadurch, dass wir sie massierend beeinflussen, dann wirken wir in einer gewissen Weise gegen die starke Giftwirkung, die von unserem höheren Bewusstsein ausgeht.» (GA 312, XVI. Vortrag, S. 297)

Dr. Rudolf Steiner regt auch an, rhythmisch zu massieren: «Massage ist überhaupt immer rhythmisch». So haben wir gewissermassen als erste Grundqualität der Massage **den Rhythmus, das rhythmische Tun.**

Sehr besonders ist für mich die Tatsache, dass Dr. Rudolf Steiner in seiner ERSTEN Fragenbeantwortung zur Massage spricht. Ich weiss nicht, ob noch andere massierende Ärzte im Publikum waren, doch hat sich mir der Eindruck ergeben, dass seine erste Fragenbeantwortung für Ita Wegman war.

Gehen wir weiter in unserer Suche nach den Grundlagen für die Verwandlung der Massage-Qualitäten:

Rudolf Steiner betont in verschiedenen Zusammenhängen, dass das Ätherische, der Ätherleib im Menschen, die gesundmachenden Kräfte in sich trägt. Nun, wie erreichen wir den Ätherleib in der Berührung? Wie ist die Massagequalität zu gestalten, um diesem Anspruch gerecht zu werden?

Die erste Qualität, die es zu entwickeln gilt, ist der schwerelose, hüllende Kontakt. Die warme, entspannte Hand passt sich der Körperform weich hüllend an. In der klassischen Massage und anderen Techniken wird Kraft benutzt um ins Gewebe eindringen zu können. Kraft und Druck hat Dr. Ita Wegman für die Rhythmische Massage umgewandelt in Sog. Dazu überwinden wir erst einmal die Schwere in den Armen und den Händen: die Hand berührt also in vollem, warmem Kontakt, entspannt und ohne zu lasten.

Das Ätherische wagt in der Leichtkraft, im Auftrieb. Wir können mit Staunen feststellen, dass unsere Lymphe und unser venöses Blut entgegen der Schwerkraft zum Herzen zurückfliessen, nicht in der Peripherie versackt. In der Aufrichtkraft stellt sich der Mensch der Schwerkraft der Erde entgegen – auch das hat mit der Leichtkraft zu tun. Für die Berührungsqualität bedeutet dies, dass wir Sog zu erzeugen haben, wenn wir den Ätherleib ansprechen wollen. Alles Lastende, alles Schwere wird überwunden; aller Druck wird vermieden. Um im anderen Menschen das Ätherische anzuregen, müssen unsere Hände selber diese Qualität des Getragen-Seins, der Leichte, in sich erhalten. Wie aber kommen wir nun in die Tiefe des Gewebes? Wie können wir eintauchen?

Aus dieser Grundhaltung der Leichte tastet die Hand weich ein, sie lauscht gewissermassen in die Schichten und Strukturen des Gewebes, um eintauchen zu können. Unsere Hände haben gleichsam Ohren oder Augen – und diese Punkte in den Händen sind unsere Sinnes- und Wahrnehmungsorgane. So kann man, ohne Druck, ins Gewebe eintauchen.

Im wellenartigen Durchschwingen, Durchtasten des Gewebes in der Hand wird ein Sog erzeugt, der das Gewebe in die Weite mitnimmt, nach aussen zum Atmen bringt – dies ist die Basis für die gänzliche Umwandlung der Grundgriffe der klassischen Massage. So wird der Grundgriff des Knetens in

neuer Qualität ausgestaltet und diese saugende Qualität findet sich nun in allen unterschiedlichen Griffen und Gestaltungen.

Eine erste Stufe ist dabei, sich in der Streichung, der Effleurage, weich mit dem Strömenden zu verbinden, und es mitzunehmen, zu verstärken, es atmend wieder in Fluss zu bringen. Diese Qualität birgt in sich ein Musikalisches, ein Crescendo-Decrescendo, An- und Abschwollen, damit das Fließende atmend angesprochen und wieder verlebendigt wird.

Eine nächste Stufe ist, wie vorhin beschrieben, das Ansaugen des Gewebes in der Mittelhand. Nachdem in das Gewebe eingetastet wurde, geht eine Wellenbewegung durch die Mittelhand, die das ermöglicht. Dieses durchtastende Kneten kann unterschiedlich intensiv gestaltet werden – von weichem Durchwellen bis hin zu sehr weich luftigen oder sogar kräftigen, Bewusstseinerzeugenden Griffen.

Dieses Ansaugen kann vor allem aber auch zwischen den beiden Händen erzeugt werden, denn bei der flächigen Muskulatur ist es nicht mehr so einfach, das Gewebe in einer Hand aufzunehmen. Hier hilft die Wirbelbewegung zwischen den Händen. Aus dem Wirbel entsteht Sog, saugendes Abheben, abhebendes Verdichten, ein Atem im Gewebe, der intensiviert und gesteigert werden kann. Wie ein offenbares Geheimnis im Flüssigen ist die Wirbelbewegung: durch sie, in ihr, entsteht Sog. Dies machen wir uns in der Rhythmischen Massage zunutze. Wenn wir mit beiden Händen das Gewebe in gegenläufigen Kreisen aufeinander zuführen, so entsteht zwischen den Händen eine Wirbelbewegung, und dadurch eine nach Aussen saugende, weitende Wirkung: das «abhebende Verdichten».

Es gibt eine Notizbucheintragung Rudolf Steiners aus dem Jahre 1906 mit einer Zeichnung von zwei mal vier ineinandergreifenden Wirbelbewegungen. Der Länge nach sind die Epochen der Weltentwicklung numerisch eingetragen. Wir befinden uns in der heutigen Zeit in der mittleren Bewegung, in der die Strömungen ineinandergreifen. Aus der einrollenden wird eine ausrollende Bewegung. Zu diesem Bild schreibt er noch: «die Welt ist eine Wirbelbewegung» und «jede Einrollung muss sich in Ausrollung verwandeln (das Leben soll Lection sein)». Für mich bedeutsam im Bezug auf unsere Massage ist seine Notiz dazu: «der Mensch soll eine Wirbelbewegung sein», und vor allem: **«alles, was im Sinne der Wirbelbewegung vollbracht wird, ist Magie»**. Magie, weil im Wirbel das Eingreifen eines höheren Geistigen ermöglicht wird.

Je nach Stelle, an dem dieser Wirbel angewendet wird, bewegt die volle Mittelhand das Gewebe oder nur die Fingerbeeren spielen in den phasenverschobenen Kreisen zusammen. Auch an den Gliedmassen werden Muskelverläufe, nun von Beginn an im dreidimensionalen gestaltet, zwischen beiden Händen aus der gegenläufigen Bewegung saugend vom Knochen abgehoben; die gesamte Bewegung wird luftiger, und das Spiel mit dem Wässrigen oder Luftig-Wässrigen steigert sich zur Möglichkeit, Raum zu bilden, den gesamten Muskel zu weiten. Es entsteht das Walken als Massagequalität, als Grundgriff.

So kommen wir im Verlauf der Abwandlung vom Wässrigen zum Luftigen, immer durchzogen mit Wärme als Grundelement, zur Möglichkeit, mit dem Astralleib direkt zu sprechen.

Und hierin stehen nun alle Möglichkeiten des Bindens und Lösens, in fast endloser Vielfalt zu unserer Verfügung.

Dazu Frau Dr. M. Hauschka-Stavenhagen: «Seit Hippokrates spricht man von Binden und Lösen in der Massage – aber einen vernünftigen Sinn bekommt diese Ausdrucksweise erst wieder, wenn man erkennt, dass es der astralische Leib ist, der gebunden oder gelöst wird. Der astralische Leib ist bei zu tiefer oder zu lockerer Eingliederung im Ganzen oder partiell die Ursache der Erkrankung, und daher kann man leicht einsehen, dass eine sachgemässe Behandlung durch Binden oder Lösen wesentlich zur Heilung beitragen kann. Man muss aber dazu den Organismus sehr gut kennen.»

Es gibt von Frau Dr. Ita Wegman in einem natura-Heft vom Juli 1926 eine Beschreibung des alten Initiationsweges, in dem sie sich stützt auf Darstellungen von Rudolf Steiner. Der Mensch wurde auf diesem Wege dazu geführt, die Naturreiche um sich und die Elementen-Bereiche zu erfassen, um so auf diese Weise vordringen zu können zum Geistigen, zum Wesenhaften. So wurde der Schüler aus der Welterkenntnis zur Selbsterkenntnis und zum Erkennen des schaffenden Geistigen geführt:

«...Wenn der Mensch die physische Welt betrachtete, so hatte er um sich herum die Elemente Erde, Wasser, Luft und Feuer, die er dann erleben konnte in den Empfindungen trocken, kalt-feucht, luftig und warm. Hatte er sich eine genaue Vorstellung davon gemacht, dann wusste er auch, dass das Luftig-Warme eigentlich zu ihm gehört, dass darin seine ureigene Wesenheit lebt, während er das Kalt-Feuchte, das Trockene als ausser ihm und als fremd empfand. In die Wärme sich versenken gab dem Menschen das Gefühl, das ihn verband mit dem Gott in ihm, er geriet in Begeisterung, und in Begeisterung wurde er über sich erhoben. In dem Kalt-Feuchten fühlte er das Unangenehme, bis Schauererregende, das er nicht als zu sich gehörig empfand, sondern ausser sich, und von dem er wusste, dass ein solches Gefühl nicht zu den Göttern der Oberwelt, sondern zu denjenigen der Unterwelt führte. Man erlebte in dem Kalt-Feuchten die Furcht, im Gegensatz dazu in der Wärme die Begeisterung. Durch diese Gegensätze von Warm und Kalt, von Begeisterung und Furcht wurden die Beziehungen des Menschen zu den Elementen hergestellt, und das führte ihn tief zum Hinschauen in das Leben der Naturreiche.»

Dieses Warm-Luftige also ist der Bereich, in dem der Mensch sein eigenstes Wesen in sich erlebt. In der Rhythmischen Massage ist die Wärme zentrales Element: einerseits durch die warme hüllende Hand, andererseits durch die Tatsache, dass alle Teile des Körpers, an denen gerade nicht gearbeitet wird, warm eingehüllt werden. Über das Wesenhafte des Luftigen in der Qualität haben wir vorhin ja schon gesprochen.

Hören wir hier nochmal Frau Dr. Margarethe Hauschka-Stavenhagen, die über 12 Jahre im klinisch-therapeutischen Institut die Entwicklung der Rhythmischen Massage miterlebte, auch daran mitarbeitete, und dann auch von Frau Dr. Ita Wegman beauftragt wurde, die Didaktik für die Ausbildung auszuarbeiten: «...Von Frau Dr. Ita Wegman wurde eine Massage entwickelt, die schon in der Art der Handgriffe zeigt, dass sie ausgebildet ist, um entweder zu fest gebundene Kräfte zu lösen oder zerrissene Zusammenhänge im lebendigen Geschehen liebevoll wieder zusammen zu führen. Man wird den Menschen dabei als einen in allen seinen Teilen in lebendigem Zusammenhang stehenden Organismus erleben, wo jede Teilbehandlung ihre Reaktion auf das Ganze ausübt. Durch Rhythmus, Tempo, Charakter des Handgriffs und Tiefe und Dauer der Behandlung hat man es in der Hand, in des Wortes eigenster Bedeutung der Inkarnation des Menschengeistes zu dienen ....»

Hören wir Frau Dr. Margarethe Hauschka weiter:

«Das rhythmische System stellt das gesunde Gleichgewicht zwischen den abbauenden Nerven-Sinnes-Prozessen und den aufbauenden Stoffwechselprozessen dar und ist somit die Grundlage der Gesundheit im ganzen funktionellen Gebiet. Atmung und pulsierender Kreislauf sind das Resultat eines rhythmischen Zusammenspiels der höheren Wesensglieder des Menschen mit den niederen im Sinne eines Bindens und Lösens, eines tieferen Eintauchens des astralischen Leibes, der im Luftorganismus verankert ist, in den ätherischen Leib, der die Flüssigkeiten belebend durchzieht. Die Rhythmische Massage wirkt zunächst stärkend auf das ganze Rhythmische System, in welchem die Selbstheilungskräfte verborgen sind, wenn es aus eigener Kraft gelingt, Unregelmässigkeiten wieder zur Harmonie zu bringen.»

«... es kommt vor allem darauf an, solche Bewegungen am Körper auszuführen, die der Persönlichkeit die Wege zu aktivem Eingreifen in den Organismus ebnen und ihr, soweit als möglich, die Herrschaft über den Organismus zurückgeben. Die Massage ist in dieser Hinsicht ein wirksames Mittel der Reaktivierung seelischer wie körperlicher Energie.»

Dies ist oftmals vorbereitend zur Ermöglichung einer aktiven Bewegungs- und künstlerischen Therapie sinnvoll und wirksam. Oft können wir erleben, dass bei Patientinnen und Patienten, die zunächst für eine aktive Therapie zu schwach oder noch nicht bereit sind, selber tätig zu werden, nach einigen Behandlungen mit der Rhythmischen Massage diese Eigenaktivität wieder ermöglicht wird, und Heileurythmie, Plastizieren, Malen, oder was immer auch verordnet war, ergriffen werden konnte.

Aus dem Verständnis des prozessualen Ungleichgewichtes ist also die Qualität, die Grifffolge und der Behandlungsablauf zu gestalten, in Richtung eines neuen Gleichgewichtes.

Für die Findung eines Behandlungsablaufes sind nun Prinzipien in Betracht zu ziehen, die in anderen Techniken nicht zum Tragen kommen, da sie nur in der Rhythmischen Massage Therapie auf dem Verständnis des Ineinanderwirkens der Wesensglieder basieren.

Im genannten XVI. Vortrag im Osterkurs spricht Rudolf Steiner dann weiter über die Massage: «Man muss, wenn man mit Erfolg massieren will, den menschlichen Organismus gut kennen». Und nun erklärt er, dass ein wesentlicher Unterschied besteht zwischen Armen und Beinen. Und dass ein wesentlicher Unterschied besteht in der Wirkung der Massage von Armen und Händen gegenüber der Behandlung von Füßen und Beinen.

Die Arme des Menschen haben ihren Astralleib in viel loserer Verbindung mit dem physisch-ätherischen Leib, gewissermassen einhüllend. Im unteren Organismus, namentlich in den Beinen, ist der Astralleib stärker eingebunden, untergetaucht in die Prozesse und wirkt hier zentrifugal, stark ausstrahlend von Innen nach Aussen.

«...Und die Folge davon ist, dass, wenn man eines Menschen Beine und Füsse massiert, man dann im Grunde eine andere Tätigkeit ausübt, als wenn man des Menschen Arme und Hände massiert. Wenn man des Menschen Arme massiert, so zieht die Massage das Astralische aus dem Äusseren in das Innere. Die Arme werden dadurch viel mehr, als sie es sonst sind, Willensapparate, und es wird dadurch regulierend gewirkt auf den inneren Stoffwechsel, der zwischen Darm und Blutgefässen verläuft.»

Massieren wir die Arme, weich und träumend, sanft einwärts strömend, so binden wir den Astralleib in die unbewussten Willensprozesse, den aufbauenden Stoffwechsel. Massieren wir hingegen die Beine, so wecken wir dort das Bewusstsein, wir verstärken die bewussten, die abbauenden Prozesse und die

Ausscheidung. Auch die Anwesenheit im unteren Organismus kann so verstärkt werden – und beispielsweise Schwindel, der durch «Herausgezogen-Sein» entsteht, entgegengewirkt werden.

Es gibt noch weitere Grundlagen, die in der Rhythmischen Massage zum Tragen kommen: sehr häufig wird nicht am Ort der auftretenden Beschwerden direkt behandelt.

Wir können im ableitenden Behandeln nutzen, dass wir die Aufmerksamkeit des Astralleibes woanders hinziehen, wenn er an einem Ort zu starkem Bewusstsein oder sogar Krämpfe verursacht, weil er sich gleichsam verhakt an einer Stelle. Bei Schmerzen wird das angewendet, beispielsweise bei Ischialgie oder bei Krämpfen (z.B. in der Lunge oder im Herz). Dazu sind kräftige, bewusstseinserzeugende Griffe nötig. Auch diese Griffe beginnen mit sanftem Eintasten und werden in ihrer Qualität so gesteigert, dass sie Weite und starkes Bewusstsein erzeugen. Das ist beispielsweise ableitende Qualität. Weiters gilt das Prinzip der Polarität. Wir können uns eine Spiegelachse im menschlichen Organismus vorstellen: was oberhalb des Zwerchfells angewendet wird, wirkt unterhalb und umgekehrt. Je weiter wir dann abwärts gehen, umso weiter oberhalb ist die Massage wirksam: Griffe am Bauch vertiefen die Atmung, Behandlungen am Oberbauch wirken in der Verdauung. Diese Spiegelachsen können aber auch verschoben werden. Nehme ich den Bezug vom Arm zum Körper, und nehme die Spiegelebene in der Schulter an, so hat die Behandlung des Oberarmes direkten Bezug zu Atmung und Herz, der Unterarm wirkt mehr in der Darmtätigkeit.

Ein weiteres Prinzip ist die Strömung des Ätherleibes im Pentagramm. Hier wird beim Ableiten eventuell dem ischialgischen Schmerz am Oberarm der gekreuzten Seite beigegeben. Oder wir nutzen die Spiegelung von rechter und linker Körperhälfte. So können die rechts-links Bezüge beim Ableiten zugrunde gelegt werden, aber auch bei aufbauenden Behandlungen genutzt werden. Ist eine Seite sehr schmerzhaft oder verletzt, frisch operiert oder eingegipst, so kann an der anderen Seite Schmerz abgeleitet oder von dort her aufbauende Kräfte zugeführt werden.

Ein für uns zentrales Prinzip ist die Lemniskate in ihrer Wirksamkeit. Sie verbindet rechts und links, oben und unten, vorne und hinten – und Vergangenheit mit Zukunft. Den Eurythmisten sagte Dr. Rudolf Steiner: «Das «E» fixiert das Ich im Ätherleib». Und so können wir mit jeder Lemniskatenkreuzung die Anwesenheit des Ich im eigenen Leib, das Ergreifen des Körpers, des Schicksals der Erkrankung unterstützen.

Immer aber gilt:

Ausgehend vom weichen lauschenden Kontakt beginnt die Bewegung «MIT dem Gewebe». Wie tief ein Griff sich mit dem Körper des Anderen verbindet und wie intensiv das Gewebe in die Bewegung mitgenommen wird, ist nun im Moment im Tun selber immer wieder neu zu entscheiden, anzupassen, abzuwandeln. Ausgehend vom Krankheitsgeschehen und der Wahrnehmung der individuellen Bedürfnisse wird andauernd metamorphosiert und angepasst. Ob starke Flüssigkeitsströme nötig sind oder ob örtlich zu arbeiten ist, wie oberflächlich, wie tief, wie luftig, wie bewusstseinserweckend – all das gibt es in tausenden Variationen zu finden und zu gestalten.

Dazu Frau Dr. Margarethe Hauschka im Vorwort ihres Buches: «Die eigentlichen Behandlungen sind Metamorphosen dieser Grundformen oder sogar Steigerungen im Goethe'schen Sinne und erwachsen aus ihnen als ganz individuelle Massnahmen. Die wirkliche Heilmassage ist eben eine Kunst – wie das

Heilen überhaupt – und keine Technik, wenn auch natürlich die Beherrschung einer besonders gearteten Technik wie bei jeder Kunst die Grundlage bildet.»

Mit jeder Griffabfolge, jedem Ablauf, verändert sich bereits das Gewebe. Darauf wird sofort metamorphosierend eingegangen, jede Veränderung wird aufgenommen.

Diese Fähigkeit, zu erfassen, wo ein Mensch steht, erwartete Ita Wegman auch von uns. Es gibt eine sehr schöne Anekdote, allerdings aus der Anwendung der Einreibungen: als eine Krankenschwester eine Einreibung an einem Patienten ausführte, betrat Ita Wegman das Zimmer, sah, was getan wurde und fragte scheinbar recht schroff: «Was machen sie denn da!». Daraufhin die Pflegende: «Ich mache nur, was Sie mir gestern gezeigt haben.». Und Ita Wegman: «Aber heute ist das doch ein ganz anderer Mensch!». Sie erwartete also, dass wir in jedem Augenblick die Veränderung wahrnehmen und unsere Anwendung anpassen an die Prozesse in ihrem Werden.

Wir wissen gar nicht, *wie sehr* wir uns glücklich schätzen können, dass Frau Dr. Ita Wegman uns die Grundlagen für diese unsere Arbeit gegeben hat – denn unsere Hände haben wir immer dabei.

Danke Ita Wegman.

Referat zur «Entstehung der Rhythmischen Massage» im Rahmen der Feier zum 150. Geburtstag von Ita Wegman, gehalten am 21. Februar 2026 in Dornach.

Ricarda Zawadzki

ricarda[at]bzawadzki.ch

#### Bibliographie:

Dr. Rudolf Steiner, Geisteswissenschaft und Medizin, GA 312, XVI. Vortrag am 5. April 1920

Dr. med. Ita Wegman, natura Heft, Juli 1926

Dr. med. Margarethe Hauschka, Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman – Menschenkundliche Grundlagen

Dr. med. Hilma Walter, Hrsg. Harald Isenmann, Einige Grundlagen aus geisteswissenschaftlicher Erkenntnis für ein Verständnis der auf äusseren Anwendungen beruhenden, physikalisch-chemischen Heilweisen