landläufigen Singens sich verhält, so wird man ohne weiteres einsehen und verstehen, warum man sowohl mit den Kindern als auch mit den Erwachsenen zu Beginn meistens einführende, allgemeine Übungen machen muss. Ja, es kommt sogar häufig vor, dass man lange Zeit hindurch mehrere besonders gestaltete Vorübungen machen muss, die dann ein richtiges Ausführen derjenigen Übungen, auf die man zielt, erst ermöglichen. Denn selbstverständlich kann man auch vereinfachte Regeln aufstellen, die allerdings nur aus dem praktischen Arbeiten heraus genommen werden können. Im Voraus sich etwa auszudenken, ist nicht möglich. Es zeigt sich aus der Praxis selber, was die verschiedenen Menschen brauchen und machen sollen.
Unsere Aufgabe heißt: Alles Unharmonische aufzufinden und zu durchschauen, um es auszugleichen. Das bedeutet aber nichts geringeres, als dass wir bis zu den Grundschwierigkeiten der einzelnen Fälle vordringen müssen.

Da ist das Erste, worauf wir unser Augenmerk richten müssen: ob der betreffende Mensch mehr in seinen Lautorganismus hinein inkarniert ist, als in seinen Klangorganismus; ob er auf Kosten seiner Lautorganisation sich mehr in seiner Klangorganisation auslebt. - Ob wir, wenn wir mit der Terminologie der Schule sprechen wollen, einen Klang- oder Lautmenschen vor uns haben.

Das Zweite, dem wir unsere Aufmerksamkeit zuwenden müssen, ist die ungeheure Verschiedenheit, mit der die Menschen, die zu uns kommen, gewohnheitsmäßig atmen. Gerade hierin dürfen wir eine von den allerersten Grundschwierigkeiten erblicken, mit denen wir in Berührung kommen. Bei einiger Sorgfalt im Beobachten der individuellen Atmungsart, erkennt man verhältnismäßig leicht drei Typen, die aus meist unbewusster organisch bedingter Einstellung zum Atmungsprozess, sich sehr verschieden darstellen.
Es sollte vom Atmungsprozess der ganze Mensch durchatmet werden, was aber heute zu den seltensten Ausnahmefällen gehört. Aus einem gewissen gesunden Gefühl für diese Tatsache und aus den Leiden, die eine falsche Atmungsart den Menschen wirklich verursacht, sind eine Unmenge Atmungssysteme erfunden und ausgebaut worden. Methoden, die aber leider oft mit dem Ausdruck `haarsträubend´ bezeichnet werden müssen.
Hat der Respirationsprozess von sich aus die Möglichkeit den ganzen Menschen zu durchfluten, so weiß der Mensch nichts von irgendwelchen Atmungsschwierigkeiten. Ist der Atmungsstrom aber von einem Organ, durch das er hindurchgehen muss, in irgendeiner Weise gebunden, festgehalten oder gehemmt, so wird sich der gesunde, normale Verlauf bald in eine falsche, krankmachende Atmungsart umwandeln.