

Ungekürzter Text des Vortrages für den Kongress 2010
der ÖGPO Akademie in Linsberg, Österreich

„ Wie mischen Sie eigentlich Ihre Farben.“

Gedanken über Bewusstsein und heilsame Qualitäten in
der Begleitung kranker Menschen.
Kunsttherapeutische Fallbeispiele

Meine Damen und Herren,

Ich freue mich zu Ihnen sprechen zu dürfen. Ich habe
einen Titel gewählt, der viel Spielraum bietet.

Maltherapie ist nur ein Teil meiner Arbeit.

Interessant wird es, wenn wir uns überlegen, ob und
wie sich menschliches Bewusstsein entfalten kann.

Wer sind wir als Einzelwesen und wohin bewegen wir
uns als diese.

Wer sind wir als Teil einer Gruppe, wohin bewegen wir
uns.

Wer sind wir uns als Gruppe und wohin bewegen wir
uns.

Was macht uns krank, was stärkt uns.

oooooooo

Bilder geben Aufschluss darüber, was Menschen bewegt.
Wie mischen wir als Individuen die Farben in uns und
wie mischt das Leben uns?

Wenn uns eine schwere Krankheit oder ein bedeutender
Verlust trifft, können wir uns dann eingebunden in
einen größeren Zusammenhang sehen oder erleben wir
uns in der Vereinzelung, der Isolation.

Wir können unser Leben gestalten, aber wir können es nicht zähmen, --- auch wenn wir es immer wieder versuchen. Helfende Berufe kommen damit ständig in Kontakt, sowohl im Mitgefühl, als auch in Größenphantasien.

Also, man kann im Leben manches ändern, jedenfalls die Einstellung dazu. Dies sind Überlegungen, die meiner Arbeit mit Menschen zugrunde liegen.

Nun will ich Ihnen etwas über meine Arbeit erzählen, die sich klassisch multimediale Kunsttherapie nennt, die ich lieber noch als Ausdruckstherapie bezeichne.

Einen Menschen, der zu mir oder zu Ihnen kommt bewegt ja bereits etwas, da gibt es ein Symptom, das sich als Krankheit des Körpers darstellt, da ist ein Konflikt, da sind Träume, diffuses Unbehagen. Es ist dieser Mensch ja nicht immer ganz freiwillig da.

Es hat sich in ihm ja etwas vorbereitet. Manchmal eben eine schwere Krankheit. Der Mensch hat ja nun vor sich auf etwas einzulassen und so ist wichtig dies zu würdigen. Er oder sie hat ja begriffen, dass die Leiter an einen anderen Baum gestellt werden muss um wieder ernten zu können.

Was können wir nun gemeinsam bewegen, meine Klientin und ich und welche Mittel wählen wir. ---

Ich schlage dann meiner Klientin verschiedene Möglichkeiten vor und im Einverständnis mit ihr und nach den gegebenen Rahmenbedingungen setzen wir nun verschiedene Formen ein. Diese sind:

Zeichnungen, Gemälde
Skulpturen aus der Natur
Geschichten, Gedichte , Texte
Tanz, Bewegung,
Rituale
Spiel, Theater (Innere Bühne)
Imagination
Aufstellungen

Meist stelle ich eine Meditation voran, in vielen Fällen eine Körpermeditation.

Wesentlich ist es bei dieser Art des Vorgehens, Gefühle, Träume, Krankheit, die Symptome einer Depression, Verzweiflung, unablässige Ängste in den Ausdruck zu bringen.

In besonderer Weise kann es sich dabei um ein Gefühl, eine Empfindung handeln oder einen felt sense, wie Eugene Gendlin dies genannt hat. Letzteres können sie wahrnehmen, wenn *Sie* sich den Luxus gönnen und kurz nach innen spüren. Gehen Sie mit der Aufmerksamkeit in den Bereich der Brust, des Zwerchfells, des Bauches, dann bekommen sie vielleicht Kontakt mit der Ahnung einer Körperwahrnehmung. Diese Wahrnehmung, die in der Regel an ein Ereignis gebunden ist, wird nun in immer wechselnder Gestalt ausgedrückt, in Form eines Bildes, - in Bewegung und dann übergehend in ein Gedicht. Jedes Umgießen von einem Ausdrucksmedium in ein anderes kann heilsam sein. Wir bleiben beim Thema, wechseln aber die Form des Ausdrucks.

Wir folgen dem Prozess und verzichten, so gut es geht auf Deutungen, Interpretationen.

ooooooo

Dann kann die Auseinandersetzung mit den inneren Bildern einsetzen. So kommen wir wieder in Kontakt mit uns und die Selbstbeziehung beginnt sich zu entwickeln.

ooooooo

Es kann durchaus hilfreich sein, wenn man als begleitende Person Bilder, Geschichten, Bewegungsformen anzubieten hat. Diese sollen selbstverständlich lediglich ein Angebot sein und keinesfalls als Störfaktor fungieren.

Kunsttherapie baut im Wesentlichen darauf, dass Menschen prinzipiell erkennen, was für sie wünschenswert und zuträglich, bzw. nicht zuträglich ist. Menschen sind in der Lage mit ihren Problemen umzugehen. Auch bei Krebs. Denn es ist nicht alles Krebs, wo Krebs ist, das Leben findet in jedem Augenblick statt, jede Minute zählt. Ich habe viel von meinen Klientinnen gelernt.

Wenn wir annehmen, dass eine Zunahme von Autonomie den Heilungsprozess unterstützt und damit auch die Prognose einer Krankheit verbessern kann, so regt das an den Begriff Autonomie zu füllen.

„Autonomie ist ein ganzheitlicher Zustand, in dem sich die Fähigkeit verwirklicht, im Einklang mit den eigenen Bedürfnissen und Gefühlen zu leben“, sagt Arno Gruen

oooooooo

Das klingt sehr eindeutig und klar, ist Futter für das Gehirn.

Ausdrucktherapie nutzt die Sinne.

oooooooo

Auch die Gehirnforschung lehrt uns ja recht eindrücklich, was unserem limbischen System schmeckt. Und dass es in jedem Fall mitspielt, dass es unsere kognitiven Fähigkeiten überrundet, einfach weil es schneller ist. Reden sie von Himbeertorte oder Ziegenkäse und Wein an einem Sommerabend sagt es hurra, erzählen sie ihm, dass eine Mammographie ansteht, sagt es“ ich mag es nicht, wenn man so meinen Busen quetscht. Und das sehr schnell. Wenn ich vorhin von Angeboten sprach, die Psychotherapeutinnen machen können, dann meine ich nicht, dass Menschen die eigene Kompetenz abgesprochen werden soll, dass erlernte Hilflosigkeit noch unterstützt werden soll, dann meine ich, dass Alternativen angeboten werden können. Angebote müssen tatsächlich sehr sorgsam eingesetzt werden, sie sollen keine Ablenkung vom gerade sich Entwickelnden sein.

„Autonomie bedeutet auch wählen zu können“

oooooooo

und es bedeutet nicht, dass ich nur tue was ich gerade will, sondern dass ich weiß, was ich tun kann und soll, sagte Wolf Büntig einmal.

Doch manchmal steckt ein betroffener Mensch fest, umklammert eine Sichtweise oder besser gesagt lässt sich umklammern.

Dann ist es gut Türen zu öffnen und Räume zu erweitern.

oooooooo

Wie wir alle wissen, macht Angst eng, klingt ziemlich abgegriffen, lässt sich aber nicht leugnen. Im Problemzustand werden Lösungen seltener wahrgenommen. Doch ein Mensch, der eingeladen wird die Enge in sich wahr zu nehmen, kennt selbstverständlich auch das Gegenteil davon, die Weite, sonst könnte die Enge ja gar nicht unterscheidend benannt werden.

Und nun ist es an uns begleitenden Personen, dies wahrzunehmen und auch zu vermitteln.

Und das Zauberwort heißt Aufmerksamkeit.

oooooooo

Es gibt eine Geschichte, in der ein chinesischer Kaiser einen sehr weisen Mann fragte, was braucht es um ein sinnerfülltes Leben zu führen, Aufmerksamkeit sagte der Weise, was hast du noch dazu zu sagen, Weiser, das ist mir zuwenig, soll ich vielleicht

Klöster bauen. Hörte er wieder Aufmerksamkeit. Du willst mir deine Weisheit nicht verkünden, Weiser, da hörte er wieder Aufmerksamkeit. Er stampfte, so sag doch endlich, soll ich vielleicht Kriege führen, Terrain gewinnen? Da hörte er wieder Aufmerksamkeit-- - und der Weise ging. ---- Was hätte er sonst denn tun sollen, das Wesentliche war gesagt.

Antonovsky, der Begründer der Salutogenese hat eine sehr schöne Definition für Lebenskunst weitergegeben.

„Lebenskunst heißt sich zu fragen, wie gehe ich mit krisenhaften, belastenden Situationen um, wie kann ich sie möglicherweise sogar für eine Bereicherung, Intensivierung nutzen.“ ANTONOVSKY

o o o o o o o

Das braucht Aufmerksamkeit, nicht Selbstverurteilung

o o o o o o

Vor vielen Jahren, in der Nacht vor meiner ersten Analysestunde hatte ich einen Traum, in diesem fragte ich einen Mann, den ich in den langen Gängen mit den vielen Türen, in unserer alten Wiener Uni-klinik, traf, wo komm ich da hin, und er antwortete: „ in eine bunte Bude“

Was hat der Traummann da vermittelt und wie hat er es vermittelt, er hat sich sogar einer gewissen Sprachästhetik bedient. Derer sich im besten Falle die Ausdruckstherapie auch bedienen kann. Die Art des

Sprachgebrauchs macht ja durchaus einen Unterschied. In einer bunten Bude, das merkt man sich einfach, das macht neugierig, das öffnet Bilder.

In der Zwischenzeit bin ich durch dunkle Gänge gewandert, sowohl mit mir als auch mit meinen Klientinnen und wir haben Türen geöffnet, bunte Blumen gesehen, haben dunkle Stunden und helle Stunden erlebt, Sonnenaufgänge und Sonnenuntergänge. Und oftmals habe ich im übertragenen Sinne die Frage gestellt: „wird Ihnen das nicht zu bunt, oder wo hätten Sie es gerne bunter“.

Und so stell ich diese Frage jetzt auch an Sie: „wo hätten Sie es gerne anders, bunter vielleicht oder deutlich weniger bunt. ----“

In Kürze werde ich Sie zu einer kleinen Meditation einladen, und Ihnen im Anschluss daran Bilder zeigen und ich werde Sie bitten sich eine Frage durch den Sinn gehen zu lassen. Natürlich wird ihre Frage ganz anders lauten, z.B. wo brauche ich mehr Stille, wo braucht es ein wenig Feuer, wo ist Eintönigkeit, wo braucht es Begeisterung, was möchte ich ins Fließen bringen.

!! Fragen sind wunderbar, wenn sie lebendig sind!!
und es ist wesentlich die toten Fragen von den lebendigen unterscheiden zu können. Das bedeutet aufmerksam mit sich zu sein. Und aufmerksam mit sich sein heißt wieder in Beziehung mit sich zu kommen.

Und es entstehen Fragen

Und aus den Fragen entstehen Wünsche und aus den

Wünschen entsteht Wandlung.

ooooooo

Tote Fragen sind keine Herzensfragen

Wollen Sie sich wirklich eine Frage stellen oder ziehen Sie gerade lieber einen kleinen Dämmerschlaf im Gewohnten vor oder verschieben Sie es auf übermorgen?

Was könnte Ihnen denn von ganzem Herzen gefallen und Sie gerade jetzt kräftigen. Ich biete Ihnen eine kleine Anregung in Form von Ressourcenbildern und zeige ihnen, da wir hier ja nicht gemeinsam malen können eine Reihe von Bildern, die ich zusätzlich zu den gemalten oder gezeichneten Bildern verwende. (Aus Urheberrechtlichen Gründen können diese nicht gezeigt werden, sie wurden von Google entnommen.)

Ressourcen sind ja zurzeit ein Schlager, was vermittelt der Begriff im eigentlichen Sinne. Haben Sie schon einmal an einem Sommersonntag, wenn die Straßen leer sind, aus einem Fenster den Klang eines Klaviers gehört, einen Ton, der sie unmittelbar berührte oder haben sie einen Baum gesehen, der Ihnen Kraft oder Schutz vermittelte, hat etwas Sie angeweht, das sie weit werden ließ, durchatmen ließ.- Dafür aber kann man offen sein, muss es aber nicht, denn es kann einen auch ganz plötzlich in einen anderen Zustand bringen und wach machen. Wir können diese Bilder, Klänge, Düfte als heilsam bezeichnen,

ohne in Schwülstigkeit oder Sentimentalität zu verfallen. Übrigens kann ja auch Nüchternheit sehr heilsam sein und so möchte ich noch eine kurze theoretische Anmerkung machen.

Wir verfügen über zwei Bewertungssysteme mittels derer wir beurteilen.

Das eine ist ganz schnell, kommt im Wesentlichen ohne Worte aus, mischt überall mit und entweder es jauchzt, oder es lässt sofort die Mundwinkel hängen, das ist der limbische Bereich.

Der Verstand sagt, ich hör mir jetzt noch den Wetterbericht an, aha, Regen angesagt, ich nehme besser die Stiefel. Oder es sagt: Der Film hat mir nicht gefallen, die Schnitte war viel zu schnell. Also kognitiv. So können wir beurteilen und klar wiedergeben.

Wenn wir Bilder benutzen, dann können wir mittels der blitzartigen Reaktion klar erkennen, dass es neben den bewussten Anteilen auch unbewusste Anteile gibt. Die Reaktion, die eintritt, wird von der Gehirnforschung somatische Marker genannt. Oje und juhu. Und diese machen wir uns in der Bildarbeit zunutze. Um sie dann im besten Falle glücklich mit dem Verstand zu verheiraten.

Ich stelle meinen Klientinnen die Bilder vor und bitte sie zu spüren, welches der Bilder sie anlacht, anspricht, welches ihnen schmeckt. Der erste Impuls ist im Zweifelsfall der Richtige.

Also, schließen Sie die Augen, atmen Sie, nehmen sie ihre Füße am Boden wahr, nehmen sie wahr wie sie sitzen, nehmen sie ihr Gesäß wahr, ihre WS, ihre Schultern, ihr Atem fließt, sie brauchen nichts dazu tun, einfach zurücklehnenruhen sie ein wenig aus, nichts ist zu tun, einfach da sein, der Atem fließt, --- heitere Anspruchslosigkeit, spüren sie in ihr Herz, in ihren Brustraum, was auch immer da ist, sie geben dem Raum und der Atem fließt und langsam öffnen sie die Augen --- und lassen die Bilder auf sich wirken.

Welche Qualität spricht sie an.

Lassen Sie sich ruhig Zeit mit den Bildern, welche Befindlichkeit löst das Bild in ihnen aus.

In welcher inneren Haltung erleben Sie sich, wenn sie mit absichtsloser Aufmerksamkeit das gewählte Bild halten--- ----- klar und deutlich sagt uns die Motivationsforschung, es ist vorerst die Haltung und nicht das Verhalten, das zählt, wenn wir uns selbst regulieren. Es ist auch die Haltung, in der Sie Fragen stellen. Können Sie offen sein oder wollen Sie nur das hören, das Sie ohnehin schon immer gewusst haben. Dann können Sie alle Angebote mit einer Hand wegwischen, und wieder einmal sind Sie der oder die Klügere, aber auch ärmer.

Es ist die innere Haltung und natürlich auch die äußere Haltung, die einen Unterschied macht.

ooooooo

**Es ist die Haltung, die uns auf Verwirklichung
vorbereitet.**

oooooooo

Ich verwende Ressourcenbilder als zusätzliche Elemente zu gemalten, gezeichneten Bildern. Manchmal jedoch ausschließlich. Die Bilder, die während des Vortrags gezeigt wurden, sind nur ein kleiner Ausschnitt.

Doch nun komme ich zurück zum Thema Kunsttherapie, bzw. Ausdruckstherapie, im Allgemeinen und im Besonderen. Ich werde Ihnen dann auch beschreiben, wie ich die Ressourcenbilder mit den gemalten, gezeichneten Bildern kombiniere.

Kunsttherapie nutzt das Spiegeln und es ist zu beobachten, dass Menschen den eigenen Ausdruck, anfänglich durchaus mit Erschrecken erleben. Aber doch auch als Kompetenzerlebnis, ganz besonders dann, wenn wir zusätzlich den Zugang über die Ressourcen wählen, dies bedeutet den Raum größer und weiter zu spannen.

Das bin ich, aber ich bin auch noch viel mehr. Störungen, die in einer frühen vorsprachlichen Phase des Lebens stattfinden vermitteln oftmals die Erfahrung von Unvermögen im sprachlichen Ausdruck, auch im Wahrnehmen von Gefühlen und deren Ausdruck. In diesem Bereich sind Maltherapie, Musik, Bewegung jedenfalls ein sinnvoller Weg, weil eine andere Art des Ausdrucks möglich wird und somit die Kompetenz

dem scheinbaren Unvermögen zur Seite gestellt wird.
So können auch Konflikte wahrgenommen werden und die
Lösungsversuche der inneren Spannung werden
vielgestaltiger.

ooooooo

**Ich halte zugleich meine Kompetenz, meine Fähigkeit
etwas verwirklichen zu können und --mein Unvermögen**

ooooooo

In dem Augenblick bereits befinde ich mich in einem
größeren Zusammenhang, in einem größeren Feld.
Auf diese Weise bekommen wir wieder Zugang zu anderen
Inhalten und das vermittelt auch Kontinuität, das
alles ist ja schon entstanden in meinem Leben

Zugang zu den Inhalten vermittelt Kontinuität.

ooooooo

Brüche haben eine ängstigende Wirksamkeit, speziell
bei Menschen mit schweren Erkrankungen, die häufig
das Selbstbild in Frage stellen.

**In der reinen Maltherapie kann man verschiedene
Phasen beobachten:**

Das Anfangsbild als Problembild, als Zustandsbild

Erste Veränderungen

Phase des Experimentierens

Alternativen finden

die Prozessarbeit

bis hin zum Lösungsbild oder zu den Lösungsbildern.

ooooooo

Für gewöhnlich werden verschiedenste Bildelemente mit einander in Dialog geführt, das bietet sich unterschiedlich an, ich werde bei den Bildern meiner Klientinnen darauf hinweisen. Den Inhalten Sprache zu verschaffen, im Gespräch oder über Texte dient der Integration des Erfahrenen.

Sehr hilfreich kann auch die Suche nach einem Titel für ein Bild sein.

Ich werde ihnen nun Bilder von verschiedenen Menschen zeigen, die Krebserkrankungen hatten. Zuerst zeige ich Ihnen einige Bilder einer Frau, die ihrer Brustkrebserkrankung innerhalb von ein und einem halben Jahr mit mehr als 200 Bildern zu Leibe gerückt ist. Und wenn ich dies so benenne, dann werden Sie gleich erkennen, dass diese Ausdruckweise etwas für sich hat.



In meinen Notizen der ersten Sitzung steht hervorgehoben „ die Kränkung“.

Nora hatte bereits Gruppenerfahrung und war dort auch noch während ihrer Einzelsitzungen bei mir.

In der Gruppe, wie auch in ihrem Leben, klagte sie über mangelnden Ausdruck und blickte neidvoll auf die, die etwas von sich zeigen können. Dieses Thema zog sich wie ein roter Faden durch das Gewebe, das sich über die Bilder vor uns ausbreitete.

Das erste Bild entstand nach einem Traum und aus einer Körpermeditation bei mir in der Praxis. Wie Sie ja sehen, zeigt es sich noch etwas unkörperlich, allerdings nicht wenig eindrucksvoll.

Ich nutze dieses Bild um auf die verschiedenen Zugänge zu einem Bild hinzuweisen. Dies spreche ich in der Anfangszeit einer Begleitung selbstverständlich nicht an.

Ich schildere kurz einige Betrachtungen von Ingrid Riedel. Frau Riedel wurde in Zürich am C.G. Jung - Institut ausgebildet und hat mehrere Bücher geschrieben, eins davon zum Thema Formen.

Ich möchte einiges davon zum Thema Kreuz in seiner existentiellen und psychologischen Bedeutsamkeit in Anlehnung an Frau Riedel schildern.

Es passte übrigens gut zur Lebensgeschichte meiner Klientin

„ das Leben ist ein Kreuz und man MUSS es im Sinne der christlichen Schmerzkultur tragen.“

Dieses „Muss“ steht einer Selbstregulation im Wege, es beinhaltet Selbstkontrolle in häufig quälender Form. Die Forschung sagt, dass man sich zu einem kleineren Teil zwingen kann, damit kann unser psychophysisches Wesen umgehen, mehr sollte es nicht sein, vor allem nicht lange. Selbstzwang ist von bewusster Selbstregulation zu unterscheiden. Um das wiederum zu können ist es wesentlich das Unbewusste mit einzubeziehen.

Diese Form des Kreuzes zeigt auch, dass Lebensentwürfe durchkreuzt werden können, so wird dies ja bei einer Krebserkrankung erlebt.

Diese Grundform vermittelt für viele Menschen die Erfahrung des Scheiterns, zumindest im Sinne der leiblichen Existenz.

Alle unsere Supervorstellungen von uns sind plötzlich dahin und eine schmerzliche Verletzung des Selbstbildes wird erfahren. Die Konzepte tragen nicht mehr.

Im Kreuz zeigt sich auch ein Aufeinandertreffen der vertikalen Achse, also der geistigen Achse mit der horizontalen Körperachse.

Dieses Körperbild, das so deutlich die Kreuzform zeigt mutet zunächst recht unkörperlich an, doch die vorhandene Brust ist auffallend. Die rechte Hand erkennbar, die Füße fehlen. Die Arme könnte man auch wie Flügel verstehen. Und rundum weitet sich der Raum. Da ist nichts das vordergründig Halt bietet. Ein wenig könnte man auch denken, dies ist nicht von dieser Welt.

Auch der Tod begegnet uns im Zeichen des Kreuzes und er stellt in unserer Kultur die Gegenrichtung zu unserem Leben dar. So radikal deshalb, weil er tabuisiert wird und weil es in unserer Gesellschaft keine tragfähige Übereinkunft gibt.

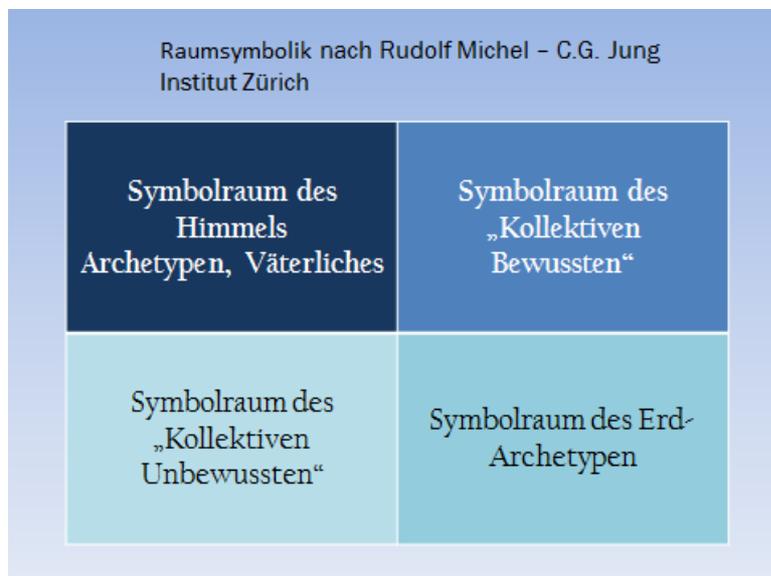
Wenn wir die horizontale Achse als die Antithese der Vertikalen Achse verstehen, dann zeigt sich, laut Riedels Grundformen, das Bild der Spaltung, der schizoiden Struktur. Doch das kann man auch noch

anders sehen: dies ist ja eine der Gegebenheiten unseres Lebens und gibt uns schließlich ständig Anlass zur Ganzwerdung.

Das Bild zeigt eine leichte Drehung nach rechts.

Wenn wir uns auf eine Betrachtung einlassen, die aus der Raumsymbolik kommt, die am C.G. Jung- Institut in Zürich entwickelt wurde, dann deutet diese Drehung eine Wendung zur Außenwirklichkeit an. Dies heißt aber nicht nur Anpassung an allgemein gültige Werte sondern auch Entwicklung neuer geistiger Inhalte, der obere Raum wird dem Archetyp des Himmels, des Feuers, der Luft, also dem Geist zugeordnet.

Die untere Hälfte des Bildes der Erde und dem Wasser, also dem Mütterlichen, dem sich bewegenden,



Wie kann man ein Bild noch betrachten:

Wonach schaut man:

Was fehlt

Was ist überdeutlich

Wie mutet es mich an

Welche Teile muten mich wie an

Wo ist die Ressource!!

Wenn sich keine R. anbietet, dann Außenobjekt

Was ist ein Außenobjekt, wie komme ich dazu

Was stößt ab

oooooooo

Auf Außenobjekte komme ich später mit einem Beispiel zurück. Es gibt Bilder, die von Können zeugen und es gibt Bilder, die ganz einfach gemalt sind. Schwerer fast ist es mit Menschen zu arbeiten, die technisch sehr viel können. Hier wie dort aber ist es wesentlich, den Gestaltenden die Scheu zu nehmen und das Angebot der bewussten, heiteren Unzulänglichkeit zu machen. Bei den Bildern dieser Frau ist das Können sehr groß.

Ich zeige ihnen in kurzem Durchlauf einige weitere Bilder

2.Bild: der Balken ist noch vorhanden



Dieses Bild wurde einige Tage nach dem Kreuzbild gemalt, hier ist der horizontale Balken noch so stark vorhanden, während er in späteren Phasen weitgehend verschwindet. Oft zeigen sich in den Bildern der weitaufgerissene Mund und der Balken, manchmal auch vor dem Mund.

Die erstaunliche Flut von Bildern entstand nach einem Traum, in dem sie einen Fluss, den Jordan überquerte und sich mit ihrer Angst auseinandersetzte. Auch der Kontrast zwischen der Kargheit des ersten Bildes und der Üppigkeit der weiteren Bilder ist bemerkenswert. Das bin ich auch, lässt sie uns wissen, nicht nur die zarte kleine, schüchterne Frau. Sie macht uns allmählich mit ihrer weiblichen Kraft vertraut und sich selbst auch. Sie war von sich und ihrer aufkommenden Kraft berauscht.

Träume treten übrigens während einer Maltherapie häufig auf. In diesem Fall ersuche ich die Klientinnen in den Traum einzusteigen und wir

arbeiten mit den in der Imagination auftretenden Bildern weiter.

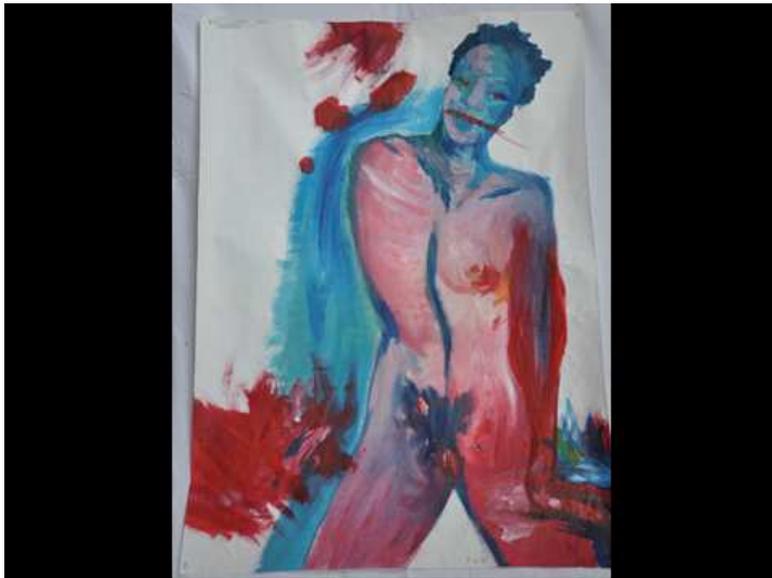
Frau mit blauem Gesicht



Ein Schrei, was möchte da in den Ausdruck kommen. Es war natürlich auch die Angst, mit der sie sich zu dieser Zeit intensiv auseinander setzte, sie hatte ja auch ein kleines Töchterchen zuhause. Und natürlich setzte sie sich mit der Trauer um ihre Brust auseinander. Eine ganze Weile noch war die Geschlechtszugehörigkeit nicht gefestigt.

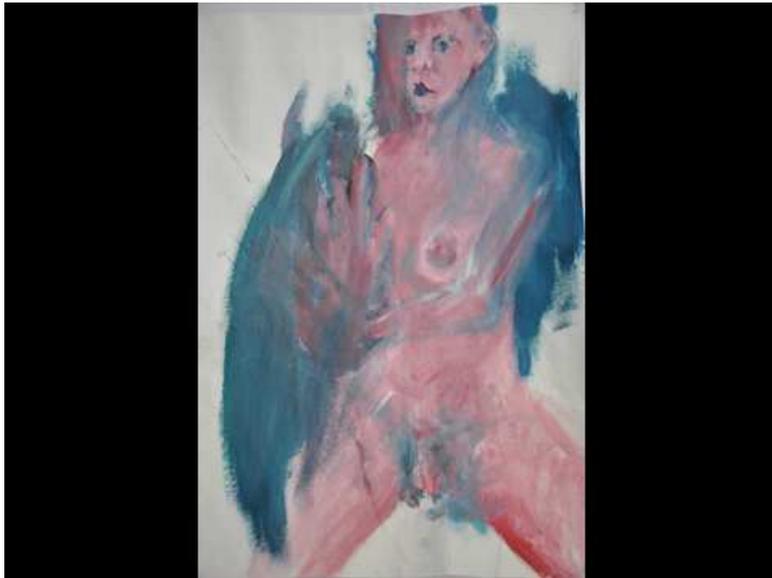
Sie müssen sich vorstellen, diese Frau kam jede Woche mit vier, fünf Bildern. Und aus dieser Kontinuität wuchs ihre Kraft. Man konnte sehen, wie sich Phasen der Stabilität mit Phasen der Unsicherheit abwechselten.

Bild, Strich vor dem Mund

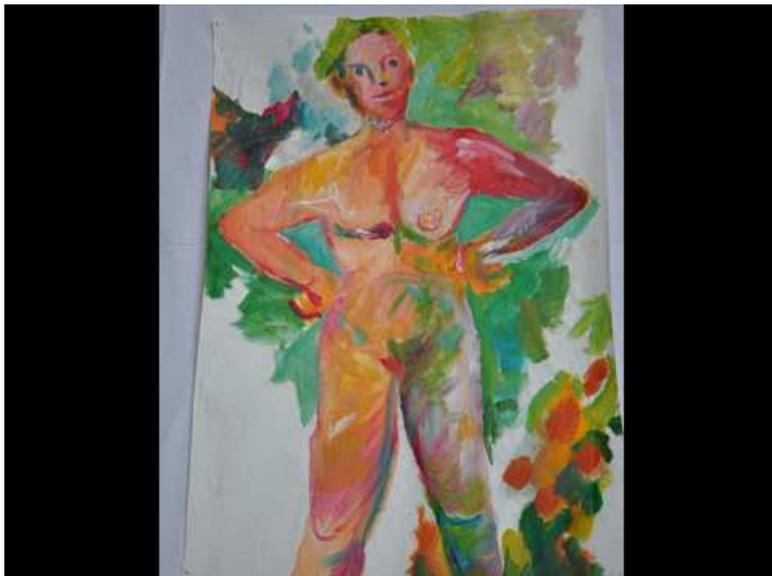


Hier sehen sie wieder einen Balken vor dem Mund. Was muss zurückgehalten werden? In den Augen jedoch beginnt sich die Verschmitztheit zu zeigen, sie lächeln ein wenig. Sie können sich vorstellen, dass solche Bilder auch Fragen auslösen, dass Worte gefunden werden möchten. Und das ergab sich.

Blauer Mantel als Schutz. Wenn wir bei der Symbolsprache des Raumes und der Farbe bleiben, dann stellt dieser Mantel eine Innenwendung dar, der rote Anteil ein Vorwärtsdrängen.



Entschlossenheit: sie wendet sich mit Ernst und großer Entschlossenheit nach rückwärts
Fröhliche Nacktheit



Ein Bild der großen Selbstverständlichkeit, „hier bin ich und ich bleibe“, vermittelt uns das Bild

Wie sie sehen können setzte diese Frau sich mit ihrer Körperlichkeit, mit ihrer Sexualität und mit ihrer Trauer um die Brust auseinander.

Ganz allgemein muss man sagen, dass die Arbeit mit Bildern ein sehr machtvoll Instrument darstellt

und dass behutsamer Umgang geraten ist. Man darf sich auch nicht ablenken lassen von bildhaften Darstellungen, es ist ganz wesentlich nachzuspüren, was wirklich ausgedrückt werden möchte. So ausdrucksstarken Bildern kann man auch auf den Leim gehen und man muss darauf achten die Gegenübertragung sinnvoll und wohldosiert zu nutzen, so fern dies überhaupt nötig ist.

Genauso sorgsam sollte der Umgang mit den verschiedenen Techniken der Bildbetrachtung sein. Es ist gut über verschiedene Zugänge Bescheid zu wissen, dann sollte man sie in den Hintergrund verweisen. Ein zu starker Bezug gleicht einem Getöse, das den eigentlichen Klang eines Bildes übertönt. Es braucht viel Behutsamkeit.

Am besten beschreibt dies der Text von Nelly Sachs

**Wir traten ein in verwunschene Räume
und leuchteten das Dunkel aus mit den Fingerspitzen**

ooooooo

Nora lebt ein gutes Leben und was sich verändert hat, das beschreibt sie selbst am besten im folgenden Text

Gesprungen

Das Leben ist ein ruhiger, breiter Fluss...
Aber dann, irgendwann - Sprünge, großer Sprung,
zerspringt etwas in diesem Leben.

So, wie es wohl in jedem Leben irgendwann geschieht.

Lähmung, was tun?

Keine Chance in Sicht

Aber es drängt, bedrängt.

Und bricht aus.

In ein Tagebuch, ein gemaltes Tagebuch.

Die Auseinandersetzung mit der Angst um das bedrohte Leben, - sie gewinnt Gestalt

Und Kraft ist wieder da

Und vieles taucht auf,

Frau sein, Beziehungen, Aggressionen

Und du springst mit Hilfe dieser Bilder wieder hinein in dieses Leben,

um das du so Angst gehabt hast

Und eine Ahnung taucht auf, wohin es gehen könnte und der nächste Sprung ist angesagt.

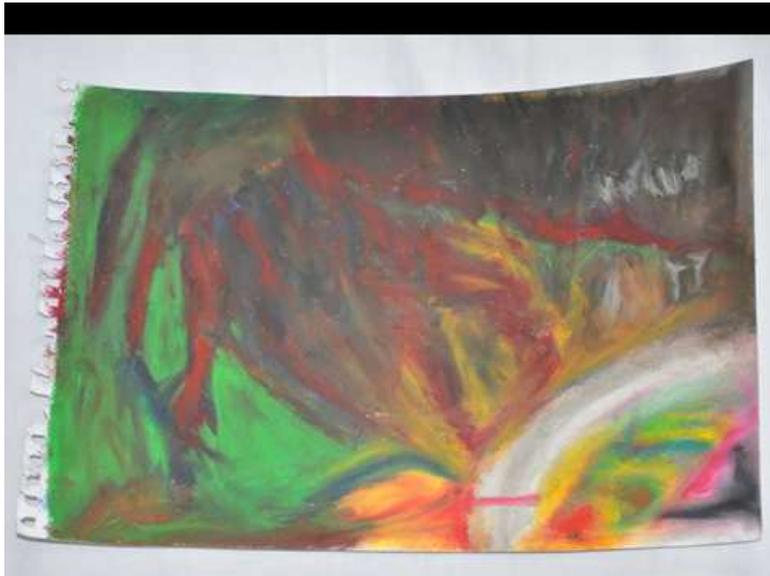
Jetzt zeige ich ihnen drei Bilder einer jungen Frau mit Akuter, lymphatischer Leukämie. Die Familiengeschichte möchte ich nicht näher ausführen, wenn gleich das Bild es nahe legt und wir uns damit auseinandergesetzt haben. Die Bilder sind deshalb so interessant weil sie im Abstand von mehr als 10 Jahren entstanden sind.



Zwei Familienbilder, Sie sehen die Personen auf dem Bild, lassen sie sich einen Augenblick darauf ein und versetzen sie sich in die Lage an diesem Familienessen teilzunehmen. Diese äußere Starre des Bildes ist ein Merkmal für die innere Haltung der Familie. Es ist ein sehr geschlossenes System, das sich im Bild zeigt, da kann nichts hinein und nichts hinaus, als wäre ein Stillhalteabkommen getroffen worden. Der Vater muss sich mit seinen Ellbogen viel Raum verschaffen, außer ihm sind da ja nur Frauen, auch Großmütter und Tanten sind da

vertreten. Im zweiten Bild nimmt Daniela gar seinen Platz ein und er wird auf die Geschwisterseite verwiesen. Es gab viel Konkurrenz in dieser Familie. Vielleicht ist zu erwähnen, dass es neben schweren Ereignissen im System, über die nicht gerne gesprochen wurde, auch Alkoholprobleme in der Familie gibt. Manchmal zeigt sich das in dieser ausschließenden Form. Was aber bemerkenswert ist, ist der äußerst sorgsame Umgang der Klientin mit diesem Bild. So genau gezeichnet, soviel Ernsthaftigkeit, Zuwendung und Bravheit. Wie wichtig ist doch Eingebettet-sein in eine Familie. Daniela hat vor mehr als 10 Jahren eine Knochenmarkstransplantation erfolgreich überstanden, es geht ihr gut und hin und wieder kommt sie, um berufliche Angelegenheiten zu besprechen. Das nächste Bild ist während der „Stillen Tage“, so nenne ich den dreitägigen Aufenthalt am Land, in dem ich Meditation und Therapie anbiete, entstanden.

Die Klientin schilderte diffuses Unbehagen, dies in Zusammenhang mit einem Familienereignis. Ich bat sie diese Empfindungen genau zu schildern, dann entstand dieses Bild.



Dies ist eines der Bilder, bei denen es sich anbietet, die Bildteile miteinander sprechen zu lassen und auch die jeweiligen Körperhaltungen nachzustellen. Sehen sie hier den schwebenden, gesichtslosen Familiengeist mit seinen greifenden Händen und sehen sie auf der anderen Seite die in die Ecke gedrückte Gestalt, ganz in schwarz. „Er kann mir nichts anhaben, der Geist“ sagte sie, „aber drohend, düster ist er schon“. „Reicht diese Grenze“, (weißer Streifen im rechten, unteren Quadranten), fragte ich, „oder wäre noch eine helfende Qualität erwünscht“. Also traf die Klientin eine Auswahl unter meinen Ressourcenbildern.

Sie wählte die folgenden Bilder, wobei sie erwähnte, dass das Wasserbild rein zufällig hineingerutscht sei.

Aus Gründen des Urheberrechts kann ich die Bilder nur beschreiben

Mädchen neben einem Laubhaufen- sie beschreibt die Qualität als Wachheit, ich tu was zu tun ist und bin auch stolz darauf.

Tiger -- auch hier Wachheit

Schlafender junger Löwe -- tiefes Vertrauen, so schlafen kann nur jemand der sich völlig sicher fühlt. Und wenn er aufwacht wird er völlig wach sein.

Wasser bedeutet ruhige Bewegung

Ich bat die Klientin in den nächsten Tagen diese stärkenden Bilder immer wieder anzusehen und sich in der ruhigen Wachheit, die diese in ihr auslösten auf die Inhalte des von ihr gemalten Bildes einzulassen.

Wichtig ist, dass man über aufstörende Inhalte nicht zu schnell hinweggeht. Das darf schon auch ausgehalten werden, damit die Auseinandersetzung ausreichend stattfinden kann.

Das was ich spüre, das was mir das Bild noch darüber hinaus zeigt, das was durch eine Körperhaltung leiblich werden kann, ist wahrzunehmen, doch der Unterschied besteht darin, dass ich nun mit Hilfe einer Ressource der Realität wesentlich mehr gerecht werde, indem ich die *Ausschließlichkeit* eines wahrgenommenen Gefühls aufhebe, in dem ich mehr zulasse. Wer sagt denn, dass ich immer auf den dunkelsten Fleck starren soll. Es hat sich ja in der Zwischenzeit mehr entwickelt als zur Zeit der damaligen Bedrohung durch einen Vater oder eine Mutter. Da wurden ja

längst andere Möglichkeiten der Bewältigung gelernt und angewendet.

Dazu sind Ressourcen, heilsame Objekte, die anklingen gut. Um Symptome zu lindern, kann das Bewusstsein für das grundlegende Gute, das es ja auch gibt, geweckt werden.

Dieses Bild der Bedrohung bietet uns eine deutlich andere Variante an als die ersten Bilder des Familientisches.

In den Familienbildern sehen wird die Erstarrung, die kaum etwas zulässt, sichtbar. In dem Bild der Bedrohung zeigt sich Bewegung und selbst wenn die Bedrohung gesichtslos ist, kann man die körperliche Bewegung deutlich erkennen. Die wird zunächst mehr beim Familiengeist sichtbar. Man kann neugierig sein, was sich zeigen wird. Aber auch hier darf man nicht vorgreifen, das kann nur in der Klientin heranreifen.



Auf meine Anregung hin hat sie im linken unteren Eck weitergemalt und das zeigt dieses Bild.

Sie sieht sich in einem anderen, sehr hellen Licht. Das mag schon auch mit der Intensität eines dreitägigen Aufenthaltes mit intensiven Meditationsphasen, Gestalten und begleitenden Gesprächen zu tun haben. Meditation verklärt nicht, lässt uns nicht entfliehen, sondern bringt manches hoch. Mein Konzept heißt ja Einbeziehung und nicht ausklammern, abspalten, meditativ verklären, dunkle Wolken sind dunkle Wolken, doch es weiß ein jeder, dass sie sich auflösen können.

Im Übrigen wählte sie ja in diesem Bild sehr helle Farben, das sind ja Farben, die Kandinski in seinen Betrachtungen des „Geistigen in der Kunst“ als heraus gehend bezeichnet, im Gegensatz zu blau, das sich nach innen wendet. Das Gelb ist ein warmes Gelb, Das Blau ist ein sattes Blau, das man gerne berühren möchte. Kandinski ordnet den Farben auch Klänge zu und er spricht sogar von duftenden Farben, möglicherweise hängt das auch mit der russischen Sprache zusammen, aber wahrscheinlicher ist, dass die Seele eines Künstlers einer Künstlerin auf Empfang geschaltet ist und auf Resonanz. Denn was nützt mir alles Wissen über Technik, wenn mein Herz zu ist, dann ist es stumpfes Wissen. Dann verhüllt ein Bild sein wahres Gesicht.

„Im Allgemeinen ist Farbe ein Mittel einen direkten Einfluss auf die Seele auszuüben, sagt Kandinski, so wie die Klänge, die Musik.“

Die Seele, schreibt er, ist ein Klavier mit vielen Seiten.

Der Mensch gehört neben der Einbettung ins persönliche Umfeld und der Zugehörigkeit zum Familiensystem auch zu einem größeren Beziehungsfeld, das über den Ich-Selbst Bezug mit den unterschiedlichen Persönlichkeitsanteilen hinausgeht, darunter kann man die Einbettung in eine größere Dimension verstehen.

In Aufstellungen von Systemen wird es ja transparent, dass der Verlust von Zugehörigkeit sehr verstörende, teilweise krankmachende Auswirkungen haben kann.

Nun ist es ja nicht immer selbstverständlich von der Familie ausreichende Unterstützung zu erhalten. Besonders wenn unsere Familie, unsere Freunde nicht immer und manchmal gar nicht mit dem Leid in Resonanz gehen können, dann ist es umso nötiger den Zusammenhang zu einem größeren Feld herzustellen. Stephan Gilligan beschreibt, dass sich sehr leicht Symptome entwickeln, wenn ein Mensch dauerhaft einen Bruch im Gefühl der Zugehörigkeit erlebt. Unter dieser Zugehörigkeit kann auch ein spiritueller Zusammenhang verstanden werden, eine Zugehörigkeit zur Natur, zur Kultur, zur Musik, zur Poesie, „ihr Wünsche meines Herzens kommt oh kommt“, sagt Rumi, der große Meister der Poesie und des spirituellen Weges. Zu welchem großen Feld von Erfahrungen und Erkenntnissen können wir doch Zugang haben, wenn wir wach bleiben. Wir können

nicht ausschließlich unsere Familie, unsere Freunde oder Kinder in die Pflicht nehmen. Wenn ich auch viel von Mitmenschlichkeit halte, so zeigt sich doch manchmal, dass dieses Überforderung ist. Es berührt mich, wenn Männer sich liebevoll ihren Frauen zuwenden, deren Brust amputiert wurde, und vor allem, wenn sie ihnen auch dann den Wert der Weiblichkeit zu verstehen geben, doch dies kann kein Anspruch sein, sonst wird es leicht zur Frustration.

Ein anderes Beispiel einer Verletzung der Zugehörigkeit ist eine Frau, sie ist die ledige Tochter einer Mutter, die an den Härten des Lebens gestorben war, als die Klientin 12a alt war. Vor zwei Jahren zeigte sich ein Melanom. Diese sehr erfolgreiche Frau hat das innere Konzept entwickelt, dass ihr nichts zu viel werden darf und im Grunde alles zu viel ist. Dies bewies sie vor allem in der für sie nicht gerade freundlichen Wahl der Lebenspartner. Der Verlust der letzten Beziehung ging über ihre Kräfte.

Ich erzähle über diese Frau, weil die Einbeziehung von Träumen und Imagination geschildert werden kann.

Sie brachte öfter Träume mit und diese haben wir dann imaginativ weiterbearbeitet, ansonsten machte sie es sich bei mir immer ziemlich gemütlich, das fand ich gut. Zweimal verwandelte sich während einer Imagination die Gestalt eines Menschen in einen menschlichen Körper mit einem Hundekopf. Aus

dem Traum gab es einiges zu besprechen und das haben wir getan, aber mit dem Hund blieb einiges offen und er ging mir nicht aus dem Kopf. Dann fand ich durch Zufall eine Darstellung eines Menschen mit Hundekopf, sie finden das Bild unter Google Bilder-Reprobus und ich fand die Geschichte dazu.

Die Legende von Reprobus:

Reprobus, der Verworfene, war ein Riese und er war von gewaltiger Größe und furchtbarem Aussehen. Sein Wunsch war es den mächtigsten Mann der Welt zu finden und ihm zu dienen, sich ihm anzuschließen und wie wir uns denken können, um an seiner Macht teilzuhaben. Schließlich fand er einen König über dem keiner mehr stand. Und er diente ihm, doch nach einiger Zeit fiel ihm auf, dass sich der König jedes Mal, wenn die Rede auf den Teufel kam, bekreuzigte. Und das irritiert ihn und so fragt er den König, was denn das bedeute, „ja“, sagt der König, „das tu ich, damit er mir nicht schadet“. Und Reprobus bleibt bei seinem Vorhaben, dem Mächtigsten zu dienen und so macht er sich auf und sucht den Teufel. Und er findet ihn in einer düsteren Einöde und ist nun gewillt ihm zu dienen und er tut das auch. Wie sie so gemeinsam wandern bemerkt Reprobus, dass der Teufel einen großen Bogen um einen Hügel mit einem Kreuz macht und so einen schlechteren Weg wählt. Und wieder wird er misstrauisch und fragt und so gesteht ihm der Teufel, dass er Jesus fürchtet. Also verlässt er

auch den Teufel und wendet sich an einen Einsiedler und bittet um christliche Unterweisung. Der fordert nun, dass er faste und bete. Aber das gefällt ihm nicht und er tut es nicht. Da schickt ihn der Einsiedler an einen Fluss, um die Menschen hinüber zu tragen, er lässt ihn also dienen. Und das macht er, baut sich eine Hütte und wird häuslich dort. Und nun der bekanntere Teil der Geschichte. Eines Tages hört er ein Kind rufen, er folgt dem und findet es zunächst nicht, doch dann nach dem dritten Rufen ist da ein Kind und das möchte übergesetzt werden und so geschieht es. Und er geht ins Wasser und das schwillt an und steigt und steigt und das Kind wird schwer und schwerer, so sehr dass er um das Leben bangt. Und dann schafft er es und setzt das Kind ab und sagt: „Du hast mich in große Gefahr gebracht, und warst auf meinen Schultern so schwer wie die ganze Welt“. Und das Kind sagt: „Nicht nur das, du hast auch den getragen, der sie erschaffen hat. Und damit du siehst, dass ich die Wahrheit spreche, gebe ich dir einen Stock und den wirst du neben deinem Haus in die Erde stecken und er wird des Morgens blühen und Früchte tragen“. Und er verschwand. Und des Morgens trug der Stamm Blätter und Früchte und war ein Palmbaum.

Das Bild des Christophorus von Hyronimus Bosch werden Sie vermutlich alle kennen. Auch dieses finden Sie unter Google-Bilder, Christophoros.

Durch dieses Bild und diese Legende verstand ich das innere Bild meiner Klientin, und ich erlaube mir zu hoffen, dass sich daraus echte und „bewusste“ Tragfähigkeit entwickeln möge und sie sich ihrem innersten Wesen zuwenden kann. Und im Übrigen, bleiben Sie bitte wach, denn Dumpfheit ist eine Krankheit der Gesellschaft.

Ende
