

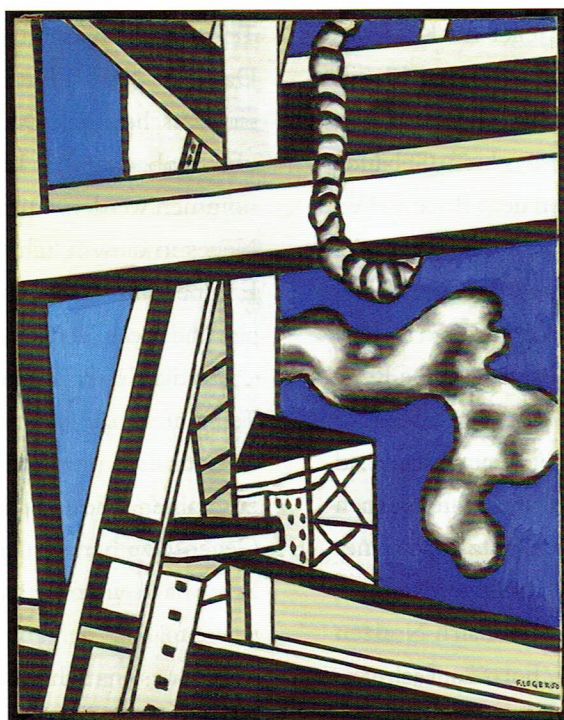
## Reise nach innen – und in die Sprache

JULIA WALTER

Vor zwei Jahren habe ich einen Weg gefunden, die Psychosynthese in meine berufliche Tätigkeit als Übersetzerin und Kunsthistorikerin einzubringen.

In meiner täglichen Beschäftigung mit Sprache und Kunst spielt die Anleitung bzw. die Begleitung von anderen Menschen meistens keine Rolle. Der Wunsch, in irgendeiner Form die Psychosynthese in meine Tätigkeit einfließen zu lassen, war jedoch immer da – über die persönliche Weiterentwicklung hinaus. In einer Psychosynthese-Ausbildungssitzung kam die Idee, meine Tätigkeit als freie Mitarbeiterin eines Museums als Ausgangspunkt für die praktische Umsetzung zu wählen. Zuerst konnte ich mir „Innenarbeit“ im Museum nicht vorstellen. Schließlich aber ließ mir der Vorschlag keine Ruhe mehr. Nach ein paar Wochen hatte ich ein Konzept herausgearbeitet und war ungeduldig, es in die Praxis umzusetzen. Über den Weg dahin, das Konzept an sich und die Erfahrungen damit möchte ich hier erzählen.

Welche Überlegungen begleiteten meine Vorbereitungen? Es ging mir darum, Besucherinnen und Besuchern die Möglichkeit zu geben, selbst kreativ zu werden und so eine ganz neue Erfahrung mit sich selbst zu machen, insbesondere im Museum inmitten von Kunstwerken. Ich wollte den Besuchern einen Zugang zu Kunstwerken anbieten, der In-



spiration und Anregung für die persönliche Kreativität sein könnte – eine Qualität, die in uns schlummert und wachgerufen werden kann.

Tagtäglich haben wir die Möglichkeit, kreativ zu sein. Nur was ist Kreativität? Kreativität ist nach meinem Verständnis ein Synonym für innere Entfaltung und äußere Verwirklichung, sie birgt das innen und das außen in sich. Getragen wird sie von Offenheit und Inspiration, von Anregung und Vertrauen in sich selbst.

Sie ist auch ein Weg, den eigenen Spielraum zu erweitern, neue Zusammenhänge zu schaffen und einen frischen Blick auf die Welt zu werfen.

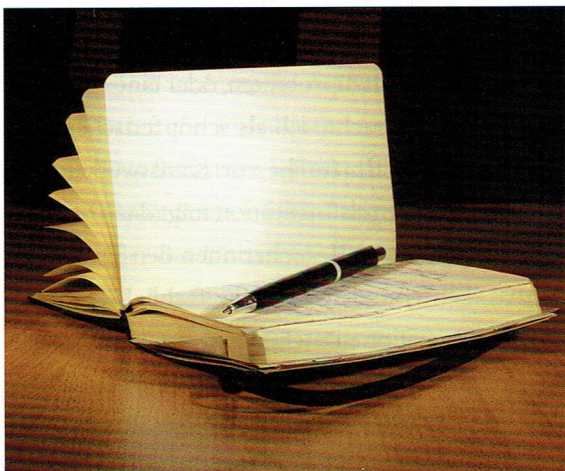
Über die Schulung der Wahrnehmung, der Intuition und der Imagination – essenzielle Dimensionen der Psychosynthese – lassen sich Zugänge nach innen zu Quellen der Kreativität finden. Im Alltag kann dies auch ganz prosaisch sein: Allein den Impuls, Gesten und Verhaltensweisen zu variieren, sich sozusagen auszuprobieren, oder eine neue Idee umzusetzen, betrachte ich als schöpferischen Akt.

Eine gewisse Ehrfurcht vor Kunstwerken und vor dem Museum als Institution trägt dazu bei, dass viele Besucher und Besucherinnen den Dialog mit den Werken vor allem über die fachlichen Inhalte und Interpretationen suchen und mit ihren persönlichen Eindrücken wenig anzufangen wissen. Dabei entdeckte ich selbst immer mehr, dass Kunstwerke mit ihrem symbolischen Gehalt auch den Dialog



mit der inneren Bilderwelt inspirieren können. Die Kunsthalle Karlsruhe, in der ich Führungen anbiete, ist mit ihren museumspädagogischen Angeboten breit aufgestellt, eine Schreibwerkstatt hat sich allerdings bis jetzt nicht etablieren können. Seit zwei Jahren findet mein Atelier für Kreatives Schreiben in unregelmäßigen Abständen jeweils an einem Sonntagvormittag um 11 Uhr in der Orangerie statt, einem langgestreckten Gebäude mit hohen Bogenfenstern neben dem Botanischen Garten, in dem die Sammlung der Moderne (20. Jahrhundert) untergebracht ist. Die Uhrzeit hat sich als "goldrichtig" erwiesen, die geistige Frische in den Morgenstunden und die sonntägliche Ruhe ergänzen sich in idealer Weise.

Am besagten Tag nehmen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen mit Klappstuhl und Schreibsachen im Halbkreis vor einem Gemälde Platz. Nach einer kurzen Begrüßung lade ich die Gruppe dazu ein, das Werk genauer zu betrachten und sich Notizen zu formalen Aspekten (Farben, Formen, Lichtverhältnisse, Motive usw.) zu machen. Schrittweise erfrage ich auch weitere Aspekte wie die Malweise, die Stimmung im Gemälde und die persönliche Befindlichkeit. So kommen die Teilnehmer in eine immer tiefere Anschauung des Bildes, die ihnen ermöglicht, ihre Eindrücke wahrzunehmen und zu differenzieren.



Zur Erweiterung der Erfahrung schlage ich anschließend vor, die Augen zu schließen und still dem Gesehenen und Geschriebenen nachzusinnen, zu schauen, ob etwas Neues auftaucht. Dieser Schritt ist vielleicht derjenige, mit dem die Teilnehmer und Teilnehmerinnen am wenigsten gerechnet haben. Das stille Nachspüren bereichert den Prozess um eine entscheidende Qualität: Flüchtige Erfahrungen und Beobachtungen können so überhaupt wahrgenommen werden. Oft kristallisiert sich auch etwas Neues in diesem Schritt heraus. In den jeweiligen Etappen hilft das jeweilige Notieren von Erfahrungen und Ideen, den inneren Prozess zu unterstützen.

Um die Erfahrungen zu strukturieren, fassen die Teilnehmer die bisherigen Notizen dann visuell als Wortnetz (mit Linien verbundene Stichworte) zusammen. Dieser Schritt hilft, Schwerpunkte und Gegensätze herauszuarbeiten. Im Fokus steht die Frage nach einer Kernaussage oder einer Botschaft im Gemälde.

Bevor es ans Schreiben geht, biete ich eine kleine Einführung in das japanische Haiku-Gedicht an. Ursprünglich stammt das Haiku aus der buddhistischen Tradition des Zen und des Taoismus. Die achtsame Beobachtung und der Bezug zur Natur, insbesondere zu einer Jahreszeit, sind wesentliche Aspekte im klassischen Haiku. Auf Japanisch bedeutet Haiku so viel wie "fröhliche Zeile" – ursprünglich eine einzige Zeile, die das Universum in sich birgt und inspiriert. Das Haiku besteht aus 17 Silben, die sich nach heutiger Auffassung auf drei Zeilen im Modus 5 - 7 - 5 verteilen. Diese Form bietet viele Möglichkeiten der Interpretation und Gestaltung. Ausgehen kann man beispielsweise von drei einzelnen Beobachtungen, eine andere Möglichkeit ist die Kombination eines Zustands, einer Bewegung und eines Kommentars; die 17 Silben des Haikus können aber auch ganz frei als Satz über drei Zeilen laufen. Hier ist jede und jeder frei, sein ganz persönliches Haiku zu gestalten und zu experimentieren.



Das für mich immer noch Wunderbare an diesem Schreibatelier ist, dass jede Person, ob schreibefähig oder nicht, ein Gedicht zustande bringt. Es ist ein kleines Ereignis. Ist diese erste Hürde bezwungen, fällt es immer leichter, weitere Gedichte zu verfassen. Das Vertrauen in diese Fähigkeit ist dann vorhanden. Meine Anleitung ist dabei notwendig, um sich dem Prozess hinzugeben: Es ist eine sehr inspirierende Erfahrung, sich mehr und mehr einzufühlen, denn nach einer gewissen Zeit stellen sich Eingebungen und Ideen ein. Dass ein kreativer Anteil in uns schlummert und leise geweckt werden kann, ist eine sehr wertvolle Erfahrung des Workshops, die im Alltag nachwirkt. Eine Teilnehmerin berichtete davon, dass sie spüre, wie eine innere Tür sich geöffnet habe, von der sie nicht wusste. Eine andere Teilnehmerin zeigte die Ergebnisse des Workshops ihrer Familie und begeisterte sie.

Eine weitere Aufgabe des Ateliers besteht darin, es zu schaffen, mit dem Haiku einen entsprechenden Ausdruck für innere Vorstellungen zu finden. Das Versmaß engt zunächst ein, hilft aber auch, sich aufs Wesentliche zu konzentrieren. Etwas Geduld und Flexibilität sind beim Jonglieren mit den Wörtern gefragt. Varianten sind natürlich auch möglich, um eine besondere Wirkung auszuprobieren. Schließlich ist das Verfassen eines Haikus ein Prozess, der vor allem auch Spaß machen soll.

Dieser kleine Schatz, wenn vorgelesen und von der Gruppe gehört und bewundert, tritt in die Welt. Gesichter erstrahlen beim Austausch über das Geschriebene, Nähe stellt sich zwischen den Teilnehmern und Teilnehmerinnen ein, eine zarte Seelenverbindung inspiriert die Gruppe. Jede und jeder Einzelne staunt über die Vielfalt der Ergebnisse. Im Haiku finden wir Überraschendes, eine Momentaufnahme und viele Geschichten.

Ergebnisse aus zwei Workshops:

Höhe.

Schwarz und Blau schweben im Grau –  
Der Rauch der Industrialisierung.

Denis

Seil nicht gehalten  
Bauarbeiter abgestürzt.  
Die Hoffnung ist blau.

Susanne

Februar, acht Uhr  
Albert raucht am Eiffelturm  
Und lockert das Seil.

David

Steiler Gleis empor  
leere Augen, Himmelsrauch  
ins Blaue, endlich.

Michel

Bauen im Himmel  
Mit der Erde verbunden  
Das schafft der Mensch schon!

Luiza

Stahl kann alles, nur  
nicht schweben; das ist Wolken  
vorbehalten.

Julia

