

# Der heilsame Faden der Kunst ein farbiger Lebenslauf

Judith Wieser

**Zusammenfassung:** Gerade das Medium Kunst/Gestaltung birgt im therapeutischen Kontext durch das (Wieder-) Erleben und Fühlen eigener Erfahrungen die Chance, sanften und schwer von Außen beeinflussbaren Zugang zu verborgenen inneren Vorstellungen zu erhalten. Damit bietet sich die Möglichkeit an, mit Verletzungen differenzierter umzugehen und andere Sichtweisen mit hineinzunehmen. Künstlerisch/gestaltende Betätigung in therapeutischer Begleitung eröffnet dem Hilfe Suchenden einen neuen Zugang zur eigenen Wahrnehmungen, die aus verschiedenen Gründen heraus in Ersatzhandlungen abwichen. Das individuelle Urheberrecht in der Gestaltung bleibt unangetastet und kann als kunstvoller Umgang mit sich selbst erfahrbar gemacht werden.

**Schlüsselwörter:** Erfahrbarkeit – Verantwortung – Bewusstsein – Anregung der Selbstheilungskräfte – Selbstversorgung – Kunst als Geburtsrecht – Authentizität – Individualität.

In der Kunsttherapie begegnen sich Therapeut und Klient in einem persönlichen und gleichzeitig gemeinsamen, verbindenden Erfahrungsschwerpunkt: Trauer, Schmerz, all die Unzulänglichkeiten, Muster und Schwierigkeiten, die im Lebenslauf eines Menschen vorkommen, werden in der Ausbildung in der biografischen Lehranalyse oder im therapeutischen Kontext mit Farbe belebt, bunt durchlebt. Manchmal ist es für mich erstaunlich ungewöhnlich, dass ein schmerzliches Erlebnis aus der tiefen Dunkelheit des Unterbewusstseins Farbe und Form erhält. Kunst wäre ohne das tiefere Durchdringen von Leid oder/und Freude leblos, farblos. Die anfänglich auseinander klaffenden Welten zwischen Therapeut und Klient oder Dozent und Student nähern sich durch die „Färbung“ des Lebens an. Kunsttherapie ist diese Brücke, der Spiegel, die Assoziation, die Herstellung eines Bezuges zwischen der Dualität, dem Trennenden, Verborgenen, Verdrängten, Vergessenen, Fremden usw.

Deshalb ist mein Lebenslauf in die kunsttherapeutische Professionalisierung eingewoben. Mag sein, dass es für mich von Vorteil war, mit einem Kunstschmied als Vater und einer Kunsthandwerkerin als Mutter aufgewachsen zu sein. Dieses Elternmodell hatte auf jeden Fall etwas mit Überleben zu tun und mit Kreativität, psychisch, physisch und materiell. Mit Absicht verwende ich keine Fachsprache, da mein bildhaftes Er-Leben eine kreative Sprache spricht.

### **Kindheitserinnerung 1) Überlebenskunst**

Frühling bedeutet mir immer noch, „überlebt“ zu haben: den Winter in seiner Kälte jedes Jahr anders empfindend, die karge Sonneneinstrahlung, die schlafende Erde, den eigenen „Winterschlaf“. Das hängt mit einem sehr frühen Ereignis in meinem Leben zusammen. Ich wurde als 14 Monate alter, nicht gestillter Säugling am heimischen Küchentisch am Hals operiert. Das Ergebnis war ein Aufent-

halt in einer Kinderklinik. Allein. In tiefster Verlassenseins-Not. Genaueste Erinnerungen von authentischen Details sind in meinem Nervenkleid gespeichert. Der Arzt, der die erste OP durchgeführt hatte, betrachtete mich später immer mit einem sanft prüfenden und einem unruhig studierenden Auge. Das hieß für mich in späteren Jahren, gesund überstanden zu haben, was nicht hätte passieren dürfen. Frühling hieß als Kind auch: ich habe Geburtstag, immer dann, wenn Gänseblümchen (*Bellis perennis*) und Löwenzahn (*Taraxacum off.*) blühten. Man erzählte mir, dass ich als kleines Mädchen große Freude an den Blumen im Garten meiner Mutter hatte. Das weniger Schöne daran war, dass ich sie immer an den kräftig blühenden Köpfen abzupfte und selig meiner Mutter zum Geschenk machte. Das kaum erfreute Gesicht und viel mehr das damit verbundene Gefühl, dass mein deutlicher Liebesbeweis bei ihr auf Verständnislosigkeit bis Entsetzen traf, war mir lange Zeit ein Rätsel. Die kleinen, weißlichrosa zarten Blütenblätter abzuzupfen und mit jedem abgezupften Blatt zum „sie/er liebt mich, sie/er liebt mich nicht“ das Schicksal heraufzubeschwören, verband sich mit der Erfahrung, dass auch diese Frage vergänglich ist. Vergänglichkeit, Veränderung, Lösen und Verbinden, das lernte ich sehr früh und mit der Natur. Wie konnte ich ahnen, dass diese liebliche Blüte ein Heilmittel für die „unsichtbaren Wunden“ ist? Wie konnte ich ahnen, dass ich vorerst gegen meinen Willen Drogistin lernte und alpenländische Kräutermedizin herstellen würde?

### **Kindheitserinnerung 2) Handwerkskunst**

Mondsüchtig war ich und empfand das im Alter von 7 Jahren als Abhängigkeit von einer Kraft, die ich weder verstand, noch steuern konnte. Eines aber spürte ich schon als Kind: der Vollmond verstand meine ganz große, innerlich verborgene Sehnsucht. Es war eine Sehnsucht nach Indianern, ihren Liedern, ihren wunderbaren Lederarbeiten, Trommel-

rhythmus, Eulenrufen, Natur und den Zusammenhängen der überlieferten Symbolik aus Tausenden von Jahren. Zugehörigkeit musste eigentlich dort für mich zu finden sein, dachte ich. Das Bild des Klans bewahrte sich wie ein Muster aus längst vergangenen Zeiten in mir. In meiner Ursprungsfamilie fühlte ich mich oft wie ein bei der Geburt vertauschtes Baby.



„ausdembauch“

Es war mein Traum, Native Americans irgendwann zu besuchen. Ich versuchte diesen Träumen etwas Wirklichkeit abzurufen. Automatisch zog es mich in die Werkstatt unseres Dorfschusters, wo ich geduldig wartete, bis ein kleines Stück Leder aus der Schürze seines Schoßes fiel und ich scheu fragen konnte, ob ich es mitnehmen durfte. Heimwärts steckte ich die Nase hinein. Es roch nach Ur-Heimat, nach Ur-Einwohner. In meiner Vorstellung gehörte ich dort hin. Dass ich 20 Jahre später traditionell Leder gerben bei echten Indianern lernen durfte, hatte ich nicht gedacht. Leder gerben ist ein höchst therapeutischer Vorgang, der mit Schichten, schaben und Weichmachen zu tun hat, ähnlich dem Filzen. Die Arbeit verdeutlicht, wie Handwerk als Kunst und Kunst als Handwerk erlebt werden kann.

### Kindheitserinnerung 3) Kunsttherapie

In der 3. Klasse der Grundschule war es vor gut 40 Jahren eine Seltenheit, eine Lehrvertretung zu erleben und obendrein noch einen Lehrer statt der schon familiären Lehrerin. Er war auch unser Nachbar. Bei seinem Hausbau wühlte ich instinktiv nach römischen Keramikscherben und fand sogar Münzen. Dieser Lehrer war in meinen Augen ein wertvoller Mensch an einem wertvollen Platz. Und er vertrat unsere gewohnte Lehrerin. Wie schön waren die zwei Stunden, in denen er statt Mathematik Zeichnen vorschlug: eine Schneelandschaft auf einem Din A 4 Blatt durfte es werden. Zum ersten Mal erlebte ich real das sättigende Gefühl „alle Zeit der Welt“ zu haben für eine geliebte Winterimpression. Ich empfand es als Genuss, zu den mir wichtigen Objekten jede Schneeflocke explizit und einzeln als hohlen, kleinen Kreis zu zeichnen, Form und Bewegung zu wiederholen. Ich liebte die Vorstellung jeder einzigartigen Form als Abbild eines Sternes. Und – insgeheim wollte ich dem Lehrer ein besonders schönes Bild malen. Was mir auch gelang. Als ich schon fast fertig war, veränderte sich meine Überzeugung aber schlagartig: Ich spürte hinter mir und über mich drüber den prüfenden Blick des Lehrers. Sein Kommentar donnerte in mein rechtes Ohr: „Seit wann sind Schneeflocken grau!“ Dieser Ton war mir neu, erschütterte das Bild des gütigen, verstehenden Lehrers, Nachbars und drang unter meine Haut. Wie Hammerschläge erfassten mich seine trockenen Buchstaben, zu Worten gebündelt.

Dieser Mensch zerfiel für mich in tausend Stücke, obwohl er noch in der Klasse stand. Und ich fühlte mich null und nichtig. Zwischen diese Entfernung stellte sich Kälte, die von keiner Wärme je mehr erreicht werden konnte. Rückblickend hat für mich das Wesen der Kunsttherapie dort mit einem Gebot ihren Anfang genommen: niemals ein Bild des anderen zu werten! Ich schloss mit 14 Jahren eine dreijährige Lehre für Drogisten ab, heira-

tete mit 21, Mutterschaft folgte. Das zweite Kind starb an plötzlichem Kindstod mit 7 ½ Monaten. Geburt des dritten Kindes mit 25 Jahren, vier Monate später Trennung. Damit zerbrachen zwei Illusionen gleichzeitig: A) das Leben ohne Einbeziehung des Todes und B) die Ehe als ein sicherer Hafen. „ETWAS MIT MIR TUN“ war sehr wichtig geworden, um Trauer, verletzten Selbstwert und Einsamkeit zu bewältigen. Trauer fühlte ich wie Betäubung in tiefem Schweigen. Lange schwieg ich, und lange lächelte ich kaum. Allmählich waren malen, nähen und Kräuterheilkunde anzuwenden zur Tagesordnung geworden. Ich sah mich gezwungen, „dem Leben etwas Brauchbares abzurufen“, und es half. Mich beschäftigten Fragen, deren Antworten mir alle Geduld abverlangten. Mich beim Malen innen und außen zu beobachten, während ich nach Antworten suchte, eröffnete in gewissem Sinn ein besonders scharfsinniges Wahrnehmen innerpsychischer Prozesse und Zusammenwirkungen menschlicher Beweggründe. Verschiedene Materialstudien halfen mir dabei, Ausdruck und Stimmung potentiell zu begründen. „Etwas tun“ erhielt mit dem Mutter sein einen neuen Lebenssinn. Die Fäden des Teppichs wurden straff gespannt, mit dem Weben konnte begonnen werden.

Ideen wurden freigesetzt, ein Bild ergab das nächste. Landschaften und die unübertrefflich schöne Blütenwelt halfen mir, Motive auszuarbeiten, zu abstrahieren, Farben in ihrem Zusammenwirken zu entdecken. So wie jeder Malende fand auch ich ein Lieblingsmotiv: das Pferd, eine schwierige Herausforderung. Das Studium seiner Bewegungen, des Charakters und der edlen Lebendigkeit hatten mir Schulung in der Beobachtung, Genauigkeit und tiefes Verständnis für mein eigenes Tun gebracht. Große Befriedigung über gelungene Werke und tiefe Unzufriedenheit über nicht gelungene Umsetzungen von Vorstellungen wechselten sich ab. Die Erfahrung, wie unterschiedliche Gemütszustände die Tätigkeit und das Ergebnis beeinflussten, war als ein großer Schatz nach und nach angereichert worden.

Was ich an der Feinmotorik eines Kleinkindes so sehr bewunderte und liebte, konnte ich nun selber wieder üben. Ein Weiterbildungszentrum fragte mich bald um die Leitung von Malkursen für Kinder und Erwachsene. Ein ideales Atelier wurde mir angeboten, wo ich die erste Ausstellung 1990 vorbereitete. Damit wusste ich sicher, dass das Malen einen sehr wertvollen und wichtigen Faktor in meinem Leben darstellt. Das Klientel bestand bei den Kindern aus Schülern, die gerne das genaue Gegenteil von dem erarbeiten wollten, was in der Schule im Kunstunterricht im Lehrplan stand. Freie Kunst zu üben, Materialien so auszuprobieren, wie sie dem eigenen Gefühl und Geschmack entsprachen, sich der Intuition zu öffnen war damals ein ungewöhnlicher Zugang. Lehrer konnten damit oft kaum oder genau sowenig umgehen wie Eltern. Die Kinder aber genossen wesentliche Erfahrungen damit: vor allem uneingeschränktes Tun und urteilsfreies Erleben ihrer kreativen Ausdrucksmöglichkeiten. Es waren Menschen gekommen, die von sich sagten, sie hätten Angst vor dem weißen Papier oder „zwei linke Hände“. Meine Aufgabe bestand und besteht heute noch oft darin, durch Mut eine Brücke von der Seele zur Bildgestaltung zu bilden. Die Erfahrung, dass nichts „Schlimmes passiert“ wenn den eigenen Gefühlen Raum, Zeit und Form verliehen wird, ist Gold wert. Lernen, die Aufmerksamkeit auf das eigene Tun zu lenken, gehört genauso dazu, wie das Anerkennen des Momentes, den das fertige Bild schenkt. Damit war eine Plattform geschaffen, in der eine kulturelle, soziale Qualität, Stilformen und Vielfalten entdeckende Kunst wachsen konnten. Parallel dazu entdeckten die Teilnehmer den Prozess der Persönlichkeitsbildung. Auch für mich als Referentin brachte die Tätigkeit eine veränderte Sichtweise auf gestalterische Herangehensweisen, Techniken und Inhalte der Kursergebnisse. Durch meine Wahrnehmung konnte ich das Lehren in Lernen umsetzen, lernen angesichts der verschiedenen Standpunkte, Sichtweisen, Motivationen und Gründe der Teilnehmenden. Wesentlich war

auch der Aspekt, dass je weniger ich „erprobte Künstlergeheimnisse“ zurückhielt, um so fantasievoller die in mir entstandene „Leere“ mit neuen Ideen ausgefüllt wurde. Ich praktizierte sozusagen das Gegenteil einer karrierebeflissenen Künstlerin/Referentin mit streng geheim gehaltenen Rezepturen. 1990 folgte ich mit meinen beiden Kindern (damals 9 und 12 Jahre) einer Einladung in die USA. Zeremonien, Trommeln, Symbolik, familiäre Lebensweise in der Natur waren meiner schier unbeschreiblichen Sehnsucht und meinen Träumen willkommene Selbststärkung und -erfahrung. 1995/98 (inzwischen Mutter von zwei weiteren Kindern, erneut getrennt und alleinerziehend) packte ich wieder den Rucksack und wurde in die traditionelle Visionsuche der Lakota eingeweiht. „Vision-quest“ ist die „Suche nach dem Spiegel der Seele“. Die Frage an mein Leben lautete jetzt: „Wer bin ich noch?“ Die weitervererbte Kräuterheilkunde ist für eine indianische Frau selbstverständlich. Da konnte ich mich einklinken und weiterlernen, Austauschmöglichkeiten pflegen. Die Sehnsucht hatte ihr Ziel aber um einige Berge weiter nach vorne gesteckt, und die Frage blieb. Zugleich überfiel mich ein Schrecken in der Feststellung, nicht mehr malen zu können. Es ging nicht mehr. Lähmung. War dieser Zustand der, der allgemein als „Künstlerpause“ bezeichnet wird? Ich hätte nicht geglaubt, dass dieser so schmerzhaft und betäubend sein konnte. Ich brauchte sehr viel Geduld mit mir, eine seltene Eigenschaft meines „hochelektisch geladenen“ Nervenkleides.

Ende 1998 war ich an einem Punkt angelangt, wo ich keine weiterführenden Perspektiven erkennen konnte. Eine Astroberatung (bis dahin war ich von einer Persönlichkeitsarbeit durch Astrologie nicht überzeugt), deren ganzheitliche Betrachtungsweise sehr hilfreich für mich war, brachte Klärung. Beruf/Berufung und das Da-Sein waren überzeugend reflektiert worden. Nichts war umsonst gelebt, alles lehrreich verwertet worden und ein Gefühl der Stimmigkeit mit dem Leben machte sich breit. Auf meine Frage nach einer geeigneten

Weiterbildung oder Berufsperspektive traf der noch nie vorher gehörte Begriff „Kunsttherapie“: „Die Kunst des Heilens und Heilung durch Kunst“. Ein leuchtender Stern war im Begriff aufzugehen!

Damit begann ich die Suche nach einer geeigneten Ausbildungsstätte. Folgende entscheidende Qualitäten waren für mich notwendige Voraussetzungen: – behutsamer Umgang mit meiner angeschlagenen und erfahrungsreichen Psyche durch schicksalsträchtige Erlebnisse, damit verbunden Alleinerziehung, Neuorientierung, Zukunftsangst, materielles Überleben, ohne männlichen Rückhalt, in keine Psychoschulbade gedrängt und archiviert werden, be- oder verurteilt zu werden, davon hatte ich genug;

- eine nicht übermäßige Belastung für die beiden kleinen Kinder während meiner Abwesenheit, also mutterfreundlich;
- nicht zu kostspielige Studiengebühren, weil ich mit einem Schuldenberg nicht leben kann;
- die Möglichkeit, aus meiner Vergangenheit viel brauchbares „Material“ zu schöpfen, authentisch zu werden, ganzheitliche Betrachtungsweisen einzubinden, das Glück wahrzunehmen, etwas mir Nahes (Kunst und Psyche) lernen und vertiefen zu dürfen, Menschen durch das Medium Kunst zu be-greifen.

Nach einer zweijährigen Suche, die Adresse kam per Post aus Hannover, fand ich in der APAKT-MÜNCHEN (Arbeitsgemeinschaft für psychoanalytische Kunst- & Gestaltungs-therapie) die richtige Stätte. Das Schnupperseminar beendete ich mit voller Überzeugung und dem untrüglichen Gefühl, am richtigen Platz angelangt zu sein.

### **Ausbildung: „Farbe bekennen“**

*Selbsterfahrung:* Meinen persönlichen Gewinn sah ich darin, durch Selbsterfahrung endlich meine Lebensart tiefer zu beleuchten und begründen zu können. Mir wurde bewusst, dass ich mit meinen bisherigen Lebensthemen,

Schwerpunkten, Nöten nicht, wie immer angenommen, alleine war, sondern „miteinander teilen und dadurch heilen“ konnte. Zu lernen, die eigenen neurotischen Züge aufzufangen und gerade aus analytischer Sicht zu durchforsten, wurde zunehmend interessanter. Bedürftigkeit, Erwartungen, Frausein, Muttersein, Kind-Sein, Reflexion, Beziehungskrisen, schockierende Erlebnisse, Schicksal, Wünsche, Sehnsucht, Verhaltensweisen, verborgene Vorstellungen, Missgünste, Neid, Zweifel, Ärger, Wut, Zorn, Energie, Übertragung, Gegenübertragung, Zweifel, Projektion, hilflose Helfer, Religiosität, Liebe, Trauer, Ohnmacht, Macht, Weisheit, Intuition, Instinkt, Denken, Fühlen, Handeln, Wollen, Authentizität waren meine gezogenen Arbeits-Register. Alles durfte „Farbe bekennen“, seinen Platz finden, „wieder gut gemacht werden“, als urheberrechtliches Gefühl zumindest einmal im Leben existieren. Man nennt es Selbsterfahrung. Ich nannte die Schule mit Dozentinnen und Dozenten „meine Großmutter“, sie stand für vieles. Sie war für mich die „Alte Weise“, die mich einweichte in die Handhabung der vielen Werkzeuge von Kunst Psychologie und Supervision, während ich das Leidvolle transformieren konnte. Die Wichtigkeit dieser Form von seelischer Reinigung kann nicht genug betont werden. Für mich sind 2 Jahre des „Sich selber Widmens“ (Selbsterfahrung) im Mal- und Gestaltungsmedium eine der 4 Säulen zur Heranführung und Heranreifung an den kunsttherapeutischen Beruf. Im Italienischen heißt das: „Lasciare bagaglio“, Gepäck zurück lassen. So empfand ich es fast jedes Mal nach Selbsterfahrung und Einzelstunden. Die Gruppenerfahrung war dazu da, die Dynamiken zu erkennen, Anregungen zur Introspektion zu erhalten, verstehen zu lernen, zu meinen Bildern zu stehen, Wahrnehmung zu schärfen, zwischen Urteilen und Verstehen zu unterscheiden, Ideen zu erhalten, mir meiner Kräfteverhältnisse klar zu werden, bei mir zu bleiben, Gefühle und Gedanken unterscheiden zu lernen. Ich lernte zuzuhören, zu fragen, mich auszudrücken, still zu sein, zu beobachten, mich hinein zu fühlen in Situationen an-

derer, weil ich mich selber darin wiederfand, kritisch zu betrachten, zu hinterfragen, den Humor nicht zu vergessen, zu verzeihen, zu verstehen, zu begreifen, zu wiederholen, authentisch zu sein, Ja als Ja auszusprechen, Nein als Nein, Respekt vor dem Ist-Zustand anderer, Mitgefühl, Trost, mir eine gute Mutter zu werden. Ab und zu war mir bang ob meines Verhaltens als Mutter meinen Kindern gegenüber. Den gemachten Fehlern in die Augen zu schauen und zu begreifen, dass sie nicht wieder gut zu machen sind, waren auf Momente des Sich-selber-Verzeihens angewiesen. Die Liebe zu ihnen wurde tiefer und größer. Die älteren Kinder merkten die Veränderung, die eine solche Ausbildung mit sich bringt, offensichtlich. Noch mehr Offenheit in den Gesprächen und klarere Platz- und Rollenverhältnisse wurden geschaffen. Damit war das nutzlose schlechte Gewissen auch kleiner geworden.

*Die Lehranalyse* brachte noch einmal eine stark vertiefende Einsicht in menschlich, kindlich, mütterlich, fraulich, männlich unabdingbare Gegebenheiten, die ganz typisch für mich waren. Ganz typisch für mich deshalb, weil sie unter dieser Beleuchtung unabdingbar in mein Leben gehörten und den rechtmäßigen Platz mit der zuständigen Größe einnehmen konnten. Was mich immer wieder am meisten beeindruckte, war die nahtlose Deckung mit dem Gefühl als Kind, das mit der dargestellten Episode im Bild korrespondierte. Das Werteverhältnis zwischen dem inneren Kind und der erwachsenen Person glich sich zunehmend aus. Die anfänglich kindhaften Figuren entwickelten sich mehr und mehr mit dem inneren Wachsen des Kindes zu reifen, differenzierten Gestalten. Des Weiteren stellte ich fest, wie tief das vor die Sprache gestellte Medium Kunst zusammen mit den auftauchenden Urbildern ein unumstößliches Authentizitätsgesetz befolgt, wozu ich ein kleines Beispiel geben will (s. Bild ‚ertrinken‘): In der Lehranalyse wurde die Angst vor dem tiefen Wasser, das ich als Erwachsene hatte, verbunden mit Krämpfen in den Beinen, wie vieles andere, sehr ernst genommen, obwohl ich sie als normal angenom-



„ertrinken“

men hatte. Auf die Frage, ob ich das Gefühl malen möchte, begriff ich erst dann die Chance, ein Bild dazu zu gestalten. Malend durchdrang mich dabei plötzlich ein tatsächliches „Blitzlicht zurück“ mit dem sicheren Gefühl, dass es sich damals nur wie folgt zugetragen haben konnte: < Mein Vater hatte mich gebadet, er griff mit einer Hand nach der Seife, ich entglitt ihm und tauchte aus dem Vertrauen in seine haltende Hand unter, mit der Angst, zu ertrinken.> Sogar die Lungen pressten sich zusammen, während ich diese Episode fertig malte. Und im Kopf entstand ein Vakuum, das mich zunehmend mit der Panik erfüllte, wie sie als Baby durch mich durchfuhr. Dieses Erleben löste die Frage, warum ich Angst vor tieferem Wasser hatte von selbst. Erst damit konnte sich das innere Bild vom Urvertrauen in den großen Ozean verstehend entwickeln. Buddha spricht: „Love comes with understanding“. Sichtbar und fühlbar. Körperlich entspannt wurde mir sogar bewusst, dass ich gerade mal drei Monate alt gewesen war. Und gleich meldete sich dazu das rationale Hirn gegenüber diesem kindesängstlichen Emotionalen. In diesem meinen Kopf, merkte ich, pulsieren zwei Hälften mit sehr unterschiedlichen Ambitionen. Dazu ein weiteres Beispiel (s. Bild ‚konstrukt‘): Einer meiner Söhne befand sich zur selben Zeit gerade auf Indienreise. Ich träumte sehr ausführlich, dass und wie er ermordet wurde. Diese Bilder durchdrangen mich, aber darüberhinaus wurde deutlich, dass ich als Urheberin einen sehr großen Anteil an dem Bild hatte. Mütterliche Ansichten einer



„konstrukt“

Abnabelung hätten nicht dramatischere Gestalt annehmen können. Beim Erkennen, dass sich die Szene ausschließlich in mir abspielte, fiel es mir wie Schuppen von den Augen. Wozu das menschliche Hirn auch sonst noch fähig ist, wurde mir sehr deutlich.

Die große Verantwortung, die ich trug, dass ich mit meinen Hirngespinnsten Schaden anrichten kann und das noch bei einem jungen Menschen, den ich mütterlich liebe, dem ich nur „das Beste“ wünsche, war eine kleine Offenbarung! So lernte ich auch, meinen „Geist“ in Zügeln zu halten und seinen „selbstgezimerten Konstrukten“ die Dramaturgie zu verflachen, bei mir nach der Ursache zu forschen. Während der Ausbildungszeit wurde ich als Mutter erneut vom Schicksal geprüft: Die beiden großen Kinder waren am 11.9.2001 gerade auf dem Weg ins World Trade Center in New York, als wenige Minuten später die Türme fielen. In den Stunden, in denen ich nicht wusste, ob sie überlebt hatten oder nicht, verlor ich 4 kg Körpergewicht. Mich überflutete eine ähnliche Betäubung wie damals, als das Baby gestorben war. Der Unterschied bestand darin, dass ich diese Betäubung kollektiv mit der Welt und in der Schule erlebte. Die Kinder hatten gesund überlebt, unsere Sichtweise aber hat sich verändert. Die Ausbildung war eine große Stütze und Hilfe im Aufarbeiten der Thematik. Das Bild der „Verarbeitung“ dazu war eine Collage mit blutbeschmierten Hyä-

nen. Persönliche Veränderungen blieben nicht aus, z.B. wechselten Freunde, Menschen, zu denen ich kein besonders gutes Verhältnis hatte, konnte ich respektvoll ihren eigenen Aufgaben überlassen. Die jahrelang laufende, schmerzvolle zweite Trennung durchlebte ich mit der Lehranalyse als kraftvolle Schulung zur Ortung und Lösungsorientierung der emotionalen und energetischen Verstrickungen. Sogar meine 80jährige Mutter erzählte plötzlich von ihrer damaligen hilflosen Sorge darüber, mich im Krankenhaus zurückgelassen zu haben. Ein heilsames und unerwartetes Geschenk, Balsam auf meiner Seele. Auch zur Kunst fand ich einen neuen Zugang. Aus dem psychoanalytischen Studium entstanden die Göttinnenaspekte der 13 Frauen aus den Dolomitensagen, die über zwei Jahre lang zu verschiedenen Ausstellungen in Europa eingeladen waren.

Durch das Studium konnte ich den Malprozess des treuen und begeisterten Klientels noch besser begleiten und verstehen. Eine weitere „Gabe“ bestand darin, gelernt zu haben meinen Gefühlen zu vertrauen, Gedanken aufzufangen und genau zu spüren, wenn ein kritischer Moment in der Person, mit der ich arbeite auftaucht. Das lag nicht zuletzt daran, dass eine umfangreiche Schulung auch das Werkzeug einer Horizonterweiterung mit sich bringt. Aus dem eigenen Zirkel herausgehen zu können, mit dem Gefühl, umfangreiche Kenntnis über innere und äußere Gegebenheiten entwickelt zu haben, nährt das Verständnis. Das Medium Kunst immer wieder und trotz einiger Widerstände vor die Sprache zu stellen, hat mich von der urheberrechtlichen und authentischen Gesetzmäßigkeit überzeugt. Es rüstet einen Therapeuten aus, empathisch zu arbeiten. Nicht zu vergessen ist der spirituelle Faktor, der zunehmend bewusst zum Leben gehört. Für mich war es eine weitere Bereicherung, in einer analytisch ausgerichteten Lehre, den Spirit mit beachtet zu wissen. Nichts zu trennen, weil alles unabdingbar miteinander verbunden ist oder sich bedingt, kann eine große Hilfe im Verstehen von kleineren und größeren Zusam-

menhängen sein. Ich selbst nahm am Beginn der Ausbildung Abschied vom indianischen Beispiel eines spirituellen Pfades und „wurde“ in die östliche Spiritualität eingewiesen. Ich erkannte, dass Krishnamurti und Thich Nhat Hanh sehr genau über Psyche Bescheid wissen und über das TUN zur Heilung anregen, auch wenn bislang wenig davon wissenschaftlich erforscht ist *Schwerpunkte meiner kunsttherapeutischen/phytotherapeutischen Tätigkeit*: Mit einem der wichtigsten Fundamente, der eigenen Biografie zu beginnen und ganz ehrlich darauf einzugehen, hat sich eine therapeutische Arbeit mit ganz unterschiedlichem Klientel unterschiedlichen Alters angebahnt: Ressourcenorientierung, Anregung der Selbstheilung, Bewusstseinsklärung für das eigene Tun, Nutzung von Potentialen, Übungen der Selbstpflege, Kunst als Vermittlung zwischen Schülern, Sozietät und Lehrern, pädagogische Fortbildung, Abnabelungsprozesse Jugendlicher, Förderung hoch intelligenter Kinder, kunsttherapeutische Begleitung von Menschen mit Depression, psychotischen Störungen, Biografiearbeit, Neuorientierung, Balancierung, organische Krankheiten, Schädel-Hirn-Trauma.

Damit wurde mir bewusst, wie wichtig die Spiegelung einer authentisch vermittelten, positiven Haltung als Therapeutin dazu beiträgt, dass das Medium Kunsttherapie hier seine großen Stärken aufweist. Was noch zählt, sind die mit den Klienten manchmal geteilten Tränen der Heilung. Sie wirken wie Botschaften des Universums zwischen Mikrokosmos Regentropfen und Makrokosmos Ozean. Das Manual ist das Leben selbst, wie viele Perlen auf einer Kette aufgereiht, wo das Vertrauen in liebevoll verstehende Hände gelegt wird. Frei zitiere ich nach Carl Gustav Jung: „Hat man dem Schmerzvollen etwas Positives abringen können, hat man die Lehre dahinter verstanden“. Eine pflanzenheilkundliche Empfehlung zur Selbsthilfe biete ich begleitend und parallel an wie etwa Johanniskraut (*Hypericum off.*) bei depressiver Verstimmung oder Goldrute (*Solidago virgaurea*) bei schwachen Nieren.

Die kunsttherapeutische Betrachtung des Lebens, in das ich mich geboren habe, eröffnete mir die Einsicht, all die Etappen und Episoden, all das Ringen und Wälzen, all die Häutungen und Schälungen gebraucht und gewollt zu haben, um das zu werden, was ich heute bin, jetzt. Nämlich alles, das ich vermisst habe, mir selber zu geben, ohne Bedingungen. Den ersehnten Frieden in mir zu wissen, die angestrebte Authentizität zu ordnen, die Gaben meines Vaters und meiner Mutter mit meinen eigenen zu bejahen, die Verantwortung für mein Tun und Lassen zu übernehmen. Mich ganz zu fühlen und mich immer zu fragen, wie „richtig“ sich alles anfühlt. Mich in mir gefunden zu haben und immer wieder neu zu entdecken am heilsamen Faden der Kunst entlang und glücklich damit. Die Gründung einer Interessensgemeinschaft in Nordtirol (A) unterstützte ich gerne. Reger Austausch, Weiterbildung und Intervision stehen als fortlaufendes Programm zur Verfügung. Die mit mir angeboren geglaubte Einsamkeit in meiner Kindheit hat durch die Ausbildung ihren Schrecken verloren, dem Überwältigenden dabei war seine Übergröße zurechtgestutzt worden und dem Angstvollen dahinter seine Macht genommen. Kraftvoll, wenn auch ohne anerkannten Berufsstatus, freue ich mich jeden Tag darüber, dieser Ausbildung – Lehre als etwas vom Besten begegnet zu sein, das sich mir zugetragen hat und das unabdingbar zu meinem Leben gehört.

## Literatur

- Arnheim R (1986). *Entropie und Kunst*. Köln: Du-mont.
- Arnheim R (2000). *Kunst und Sehen*. Gryter.
- Binning G (1989). *Aus dem Nichts*. Piper.
- Bly R (2005). *Die kindliche Gesellschaft*. Droemer Knauer.
- Dorness N (1993). *Der kompetente Säugling*. Fischer
- Estés C P (1992). *Woman who run with the Wolves*. New York: Random House
- Hentig H v (2004). *Kreativität*. 2. Aufl. Weinheim: Beltz.
- Kawena Pukui M (1997). *Nana I ke Kumu (Look to the Source)* Honolulu: Hui Hanai
- Kraft H (2005). *Grenzgänger zwischen Kunst und Psychiatrie*. Deutscher Ärzte-Verlag.

- Russel K (1995). *Anatomy of a Psychiatric Illness, Healing the Mind and the Brain*. Ablow Ballantine Books.
- Schmid W (1994). *Basic Instinct*. Weinheim: Beltz.
- Springer S, Deutsch G (1998). *Linkes Rechtes Hirn*. Spektrum Akad. Verlag.
- Wardetzki B (1991) *Der weibliche Narzißmus*. Kösel.
- Wilber K (2005). *Das Wahre, Schöne und Gute*. Frankfurt: Fischer.

Judith Wieser  
 Brennerstraße 48  
 I - 39042 Brixen  
[www.planetart-jw.com](http://www.planetart-jw.com)  
[www.planetart@gmx.net](mailto:www.planetart@gmx.net)