

**„Heute gehe ich mich besuchen“
Oder: Kannst Du Dir selbst Kind, Mutter, Freundin, Frau sein?**

Josef Ulrich und Gabriele Wessels

Wir sind immer kreativ. Jeder Mensch hat endlose schöpferische Potentiale in seinem Wesen. Erinnern Sie sich noch wie Sie als Kind in ihrer Phantasie, im Spiel immer wieder neue Ideen, neue Bilder und Vorstellungen hatten, die Sie ständig umgewandelt und weiterentwickelt haben? Wenn wir unsere schöpferischen Potentiale leben können, dann wachen wir auf mit Begeisterung und Vorfreude auf den Tag. Wir erleben uns in vielfältiger Weise in Verbundenheit mit der Welt und in ständiger Entwicklung. Das fördert unsere Lebensfreude und unseren Lebenswillen.

Dr. Detlef Ganten, der frühere Vorstand der Berliner Charite, wurde vor einigen Jahren in einem Zeit-Interview gefragt: was er denn weiß, ohne es beweisen zu können? „*Dass der Wille zur Gesundheit, und der Glaube an Gesundheit, fast so wichtig sind wie ein guter Arzt!*“ Er hatte also die Erfahrung, dass in einem Menschen mehr anwesend ist als etwa 50 Billionen Zellen. Er hatte die Erfahrung, dass in einem Menschen auch ein Gesundungswille und ein Gesundungsglaube anwesend sein können, und dass diese beiden, der Wille und der Glaube einen entscheidenden Einfluss auf den Krankheitsverlauf haben. Der Gesundungswille und der Glaube an Gesundung sind mitgeprägt durch die Art wie wir in uns selbst zu Hause sind. Dieses in sich zu Hause sein ist unmittelbar im gestalterischen, schöpferischen Prozess zu erleben und es kann im schöpferischen Prozess in wünschenswerter Weise kultiviert werden.

Erfahrung aus dem Kunsttherapieatelier in der Klinik Öschelbronn

Habe ich die Frauen, die mit einem Mamma Carcinom zu tun haben und einen besonders beeindruckenden Krankheitsverlauf aufweisen, vor meinem Auge, so fällt mir etwas auf. In ihrer Art und Weise wie sie in der Kunsttherapie, in dem kreativen Prozess, anwesend waren, ergeben sich Gemeinsamkeiten.

Vielleicht könnte es so beschrieben werden, dass sie sich selbst zugleich Kind, Mutter, Freundin und Frau sein können. Dies zeigte sich in der Art und Weise wie sie mit dem Bild das sie entwickelten im Dialog waren, d.h. wie sie, in einer ganz besonderen Qualität in ihrem schöpferischen, künstlerischen Prozess anwesend sind.

Sie sind offen, interessiert und neugierig und verurteilen das Entstandene nicht. Sie staunen über das Überraschende und sind nicht fest an einer Idee verhaftet. Sie können sehen was ist und nicht nur was sie sich vorgestellt haben. Sie können klare Entscheidungen treffen. Sie haben Mut und Vertrauen. Sie können gewordene Dinge loslassen und Neues ausprobieren. Sie haben eine Kraft des Durchtragens und sie haben einen Blick für den übergeordneten Zusammenhang, für das Ganze und bleiben nicht an einem Detail kleben. Sie sind offen, wertschätzend und liebevoll im Schöpfungsprozess anwesend.

Mein Eindruck ist es, dass die Entfaltung der reorganisierenden, der heilenden Kräfte, in uns einem wieder Entfalten können der Schöpferischen Kräfte in uns gleich kommt. Die Entfaltung dieser heilenden, in gesunder Weise neu organisierenden Kräfte ist innig verknüpft mit der Fähigkeit der Entfaltung eines liebevollen Dialoges mit sich selbst.

In der Kunsttherapie sind wir im wahrsten Sinne des Wortes uns selbst besuchend. Wir können uns selbst begegnen, erkennen, wertschätzen und in heilsamer Weise weiterentwickeln. Gleichsam wie in einem Röntgenbild oder in einem CT erscheinen die Bildenden Kräfte, die in uns gestaltend anwesend sind, in dem von uns gestalteten Werk wieder.

Diese, unsere Kräftekonstitution können wir im Werk wahrnehmen, in seinen Potentialen wertschätzen. Gleichzeitig besteht die Möglichkeit den Entwicklungsbedarf wahrzunehmen und sich neue „Organe zu bilden“ um eine neue gesundende Ganzheit zu entwickeln.

In elementaren Übungen wurde dies im Workshop versucht erlebbar werden zu lassen.