



**Andy Chicken**

## **Die Sprachen des Selbst**

*„Es ist nicht schwer, die Sachen zu machen,  
schwierig ist es, uns in die Verfassung zu bringen,  
sie machen zu können.“ (Brancusi)*

Das Selbst will kommunizieren. Wo unsere verbale Alltagssprache für die Belange von Ich & Ego ausreicht und sie sich wechselseitig hervorbringen, stößt das Selbst dort oft an die Grenzen des Ausdrückbaren und sucht andere Ausdrucksformen, lernt neue Sprachen. Hier muss man unter Sprachen alle möglichen Ausdrucksformen verstehen, da jede von ihnen ihre eigene Grammatik und ihr eigenes Vokabular hat.

Was die nonverbalen Kommunikationsformen gemeinsam haben, ist ihr enger Bezug zur Intuition, die ja als Kernprinzip der transpersonalen Struktur (1) angesehen wird. Ursprünglich waren die Bereiche Spiritualität, Heilkunst und die Künste auch in unserer Kultur in engem Zusammenhang, wurden direkt aufeinander abgestimmt, sodass der Mensch in ein System eingebettet war, in dem diese als verschiedene Schwerpunkte einer ganzheitlichen Geisteshaltung zusammenwirkten und von einem gemeinsamen Mythos getragen wurden.

Der Prozess der abendländischen Individualisierung setzte in der Renaissance ein, die verschiedenen Entwicklungsformen entzogen sich allmählich der zentralen Kontrollmacht (Kirche) und konnten so ihre Emanzipation vorantreiben. Die Aufklärung befreite endgültig von allen religiösen Verbindlichkeiten, schuf aber bereits den Schatten, der immer wieder auf einen Zerfall des Gesamtzusammenhanges hinweisen sollte. Die Dialektik der Aufklärung brachte die schönsten, aber auch die schrecklichsten Blüten der europäischen Kultur hervor, wie auch Horkheimer/Adorno in ihrem gleichnamigen Buch herausgearbeitet haben.

Die emanzipatorische Kraft der Kunst, Musik und Poesie trägt überall, in jedem Umfeld, in dem sie sich ausdrückt, zur Individualisierung und Vielfalt der Formen bei. In der Spiritualität hat sie Metaphern, Bilder und Klänge geschaffen, um Erfahrung jenseits von herkömmlicher Sprache kommunizierbar zu machen, aber auch, um sie zu evozieren. Sie verfolgt mit ihrem antiautoritären Anspruch ein Ziel:

- Dass der Einzelne nicht vorgefertigte oder vorgesehene Erfahrungen macht, sondern seine eigenen, authentischen.
- Er wird ermutigt, neue Formen zu finden, in denen vielleicht immerwiederkehrende Themen der ewigen Philosophie, Mystik oder transpersonalen Erfahrung zum Ausdruck kommen können.

Die Vielfalt, oder vielleicht auch die Vielheit, umschreibt die Einheit, gibt ihr immer wieder neue Kleider. Traditionelle Formen und Wege der Spiritualität versuchten immer schon die Zentrifugalkraft der Künste zu kontrollieren, nicht darauf vertrauend, dass sie eine inhärente Zentripetalkraft besitzen.

Kunst definiert sich über ihren Bezug zum Ganzen, sie ist von ihrem innersten Wesen her Spiritualität oder Auseinandersetzung mit ihr. Wo man sie zum Transportmittel oder Träger von Inhalten funktionalisiert, verliert sie die Freiheit in der sie wurzelt. Sie befreit von Wahrnehmungsgewohnheiten, indem sie sensibilisiert und dadurch neue Erfahrung ermöglicht. Sie transzendiert das Subjektive, indem sie es transparent macht. Kunst ist ein Ausdruck, der über das subjektiv-biografische hinausgeht, eben nicht in der Ego-Singularität stecken bleibt, sondern auch den Nächsten be-trifft, weil ein Aspekt des Allgemeinen zum Ausdruck kommt.

Das Grundsätzliche, das Kunst mit der transpersonalen Psychologie teilt, ist die Relativierung (im doppelten Sinne) des Individuums, seine Definition und Konstitution aus den Relationen. Das Werk ist dessen Ausdruck und arbeitet an seiner Transparenz.

Das Subjekt, der Autor, taucht irgendwann in der Renaissance auf und verschwindet im Internet des 21. Jahrhunderts. Nicht mehr das Subjekt, sondern der neue Weg des (Selbst-) Ausdrucks steht im Mittelpunkt als Prozess, „work in progress“.

Der Weg der Kunst führt über den Individualismus zum Selbst, hin zum unmittelbaren Ausdruck der unmittelbaren Erfahrung. Die transpersonale Psychologie und Psychotherapie hat schon in ihren Anfängen dem künstlerischen Ausdruck einen besonderen Stellenwert eingeräumt.

Jung und Assagioli sahen in diesen gestalterischen Kräften ein großes Heilpotenzial, auch wenn anfangs diese Ausdrucksformen hauptsächlich als diagnostisches Material angesehen wurden. Es ist so, dass das Material oder Medium im Prozess der Gestaltung allmählich eine erzieherische, korrigierende und spiegelnde Funktion übernimmt, wenn wir uns darauf einlassen. Wenn wir das tun, beginnt ein Dialog.

Jerome D. Oremland, ein amerikanischer Psychoanalytiker, hat in seinem Vortrag am internationalen Psychotherapiekongress in Wien 2002 einen wichtigen Aspekt beleuchtet: Er beschrieb den Objektbezug des Künstlers zu seinem Material oder Werkstoff wie eine Beziehung zu einer Person. Ich musste auch an Martin Bubers "Ich-Du-Beziehung" denken, und mir schien, er hatte da etwas Wesentliches getroffen, nämlich das Umgehen mit dem Gegenüber. Die Welt wird lebendig, wenn wir sie als Du und nicht als Es wahrnehmen. Meine persönliche Konsequenz heißt zu versuchen, das, was ich mache, mit einer künstlerischen Haltung zu beginnen und da scheint ein wesentlicher Moment dabei zu liegen, zuallererst einen Spielraum zu eröffnen, mich einzustimmen auf mein Gegenüber, sei es Person oder Ding, mir begegnen lassen, mir vielleicht meine Brillen oder meine Ohren putzen lassen. Dies ist in der therapeutischen Situation genauso wichtig wie in der künstlerischen. Multimedial gestaltend und übersetzend sage ich, was ich denke, denke über das, was ich spüre, fühle - während meine Gesten zu sehen sind und der Ton meiner Stimme erklingt.

In der Kunst kennt die Provokation keine Schonung, scheut vor Destruktivität und Schrecken nicht zurück, um einen Raum frei zu boxen, konventionelle Zuordnungen aufzubrechen, zu verfremden, Harmonien zu stören. Die Kunst hält der Gesellschaft den Spiegel vor, wobei es sich da oft um die Rückseite handelt, also um Anteile, die verdrängt, übersehen oder verleugnet werden. Wir brauchen dafür einen Garten, einen Raum den "hortus conclusus", wo Wachstum in geschütztem Rahmen möglich wird, Kultur und Pflege, aber auch Subkultur.

James Hillmann sagt uns: "Die Seele ist nicht in uns, wir sind in der Seele". (2) Das impliziert doch, dass wir unseren Raum, unseren Lebensraum oder Spielraum gestalten und so auch

unsere Seele formen. Hier trifft sich der therapeutische Standpunkt mit dem künstlerischen, eben auch den erweiterten Kunstbegriff von Beuys, die soziale Plastik, oder von ihm gesagt: der "plastische Prozess". Wir wissen auch, dass Beuys immer wieder die Metapher des Gartens verwendete, die Wiedererlangung des Paradieses als Versuch, einen Traum zu erfüllen, indem man ihn in einen geschützten Rahmen stellt. Im therapeutischen Setting können wir da einen verwandten Ort erkennen, Schutz, um nachzureifen, aber was ist das wirklich, was da nachreifen kann?

Nun etwas über mich selbst: Auf meinem künstlerischen Weg hatte ich verschiedene Vorbilder, Impulsgeber, aber auch im therapeutischen Sinn Provokateure, mit denen ich mich auseinandersetzte. Da ist zunächst einmal die buddhistisch-chinesische Gedankenwelt und das I-Ging, mit seinen divinatorischen und kosmologischen Ausformungen, das mich wie ein Zufallsgenerator mit immer neuen Kombinationen zu neuen Bildern und Zusammenhängen inspirierte. Mein Interesse war durch die Hypothese genährt, dass das Orakel als Spielfeld des Zufalls, den Kosmos analog darstellt und dadurch mir seine Grundstrukturen enthüllt. Wenig später stieß ich auf Umberto Eco in seinem "offenen Kunstwerk", wo es in erster Linie darum ging, wie Zufall und Vieldeutigkeit im künstlerischen und literarischen Schaffen, aber auch in der Rezeption dieser Werke eine tragende Rolle spielt. Ein Kapitel war dort sehr beeindruckend für mich, nämlich das über Mallarmé und sein Livre, ein Buch mit austauschbaren Seiten, wo die Reihenfolge des Textes immer neue Varianten erlaubt und eine Unzahl von verschiedenen Texten und Lesearten hervorbringt.

Von den Experimenten der Surrealisten, die ja sehr von der Psychoanalyse beeinflusst waren, zum Dadaismus, zu Marcel Duchamp war ein kleiner Schritt. Hier erlebte ich eine Auseinandersetzung, die bei mir bis zum heutigen Tage anhält. Ich möchte nun einen Text von Gianfranco Baruchello aus seinem Buch: "Warum, weshalb, wozu - Duchamp" zitieren:

"Vielmehr interessiert es mich zu behaupten, dass die Beschäftigung mit Duchamp ungefähr dasselbe ist, wie in einen Wald zu gehen, und ein Baum kann vielleicht älter sein als ein anderer Baum, aber das macht überhaupt keinen Unterschied, weil er trotzdem ein Baum ist, egal, ob er höher ist oder nicht so hoch, er ist trotzdem Teil des Waldes. Wenn man in diesem Wald umherwandert, wird einem langsam bewusst, dass er voller Geheimnisse ist, man merkt, dass es in ihm spukt, man erkennt, dass man in diesem Wald sein Zuhause oder seinen Bau oder seine Ängste finden kann, wenn man Lust hat, danach zu suchen. Zumindest für mich ist das Werk eines Menschen wie Duchamp dieser Vorstellung, die unsere Vorfahren von einem Wald hatten, sehr ähnlich. Eher als alles andere ist es das. Duchamp ist kein Haus, Duchamp hat vielleicht irgendwann die Vorstellungen eines Hauses erweckt, und ich habe einmal ein Bild vom Inneren eines Hauses gemalt, wie Duchamp es verwendet oder definiert haben könnte, aber ich sehe ihn wirklich eher als einen riesigen Wald. Und ich halte einen Wald für einen Ort, der schwer zu begreifen ist, und an dem man sich schwer zurechtfindet. Es ist ein Ort, an dem man sich selbst verlieren kann, ein Ort, an dem absolut alles passieren kann. Ein Ort, der einen zur Erfindung eines Märchens inspirieren oder Anregung zur Entwicklung trigonometrisch-metrischer Berechnungen, zur Bestimmung von Norden und Süden, sein kann. Die einzige Möglichkeit, eine Beziehung zu so einem Ort herzustellen, ist zu versuchen, ihn als Ganzes zu betrachten, man sieht alle seine Aspekte, Möglichkeiten und Implikationen als etwas, das es zu verstehen gilt. Aber bevor man zum Entdecker wird, kann man ihn auch einfach besuchen, man kann dort ein Picknick veranstalten oder aber zu ihm hineingehen, einfach um dem Gesang der Vögel oder dem Schreien der Eulen zu lauschen. Man kann die Welt von Duchamps Wörtern betreten, um gelegentlich die Erfahrung zu machen, wie es ist, sich von diesen eisigen Halluzinationen durchdringen zu lassen, die er beherrschte wie kein anderer. Anstatt an einer Blume zu riechen oder sich den Geruch zu Kopf steigen zu lassen,

inhaliert man ein Wortspiel und verfolgt, wie es in die Magengrube sinkt. Der Entschluss, das zu machen, hat keineswegs unbedingt mit dem Versuch zu tun, herausfinden zu wollen, warum er etwa das Werk mit dem Titel: "Tu m'" malte, was nicht heißen soll, dass es eine Zeitverschwendung wäre, das herauszufinden. Es ist ein Gemälde mit einem seltsamen Titel, über das nie jemand spricht und eine Sicherheitsnadel steckt auch darin. Warum steckt da wohl eine Sicherheitsnadel drin? Und die Hand? Warum ist da wohl eine Hand in dem Bild und der Schatten und das Rad eines Fahrrades? Warum wohl das und nicht der Kleiderbügel? Man könnte sich damit beschäftigen und sein ganzes Leben darüber grübeln. An dieser Stelle betreten die Gelehrten und die Kritiker die Bühne und sagen: Er habe den Soundso kennen gelernt und es gebe dies und jenes. Aber das interessiert mich nicht im Geringsten, wenn es mir nicht auffällt, wie seine Wörter mit seinen Bildern zusammenhängen; was für einen Unterschied macht das schon. Fast überhaupt keinen.“

Duchamp zeigt, dass Kunst in einem unsichtbaren, vielleicht auch unhörbaren Bereich entsteht und endet. In diesem Sinne hat er auch sehr John Cage beeinflusst. Die Verlangsamung, die Analyse, die Ästhetik der Indifferenz. Er will Schönheit von Werten befreien, Geschmack entlarven, wirklich neutrale Objekte schaffen. Er sagt es selbst: "Jedes Ding kann sich in etwas sehr Schönes verwandeln, wenn der Akt nur oft genug wiederholt wird, deshalb habe ich die Zahl meiner Ready-mades sehr beschränkt." Dieser Satz ist sehr missverständlich, man nimmt an, es geht ihm um Schönheit, in Wirklichkeit geht es ihm darum, das Schön-finden zu unterbinden. Es soll eigentlich ein Entleeren von Werten stattfinden, um uns wirklich offen zu machen für die Rezeption unserer Umwelt. Bekannt sind diese Ready-mades und Objekte, die einfach das sind, was sie sind, nämlich das Fahrradrad, der Flaschentrockner, das Pissoir, das er dann trotzdem Brunnen nannte und nicht Pissoir. Das andere sind diese rotierenden Glasplatten, die er für optische Versuche verwendete. Der Spielraum widersetzt sich der Etikettierung.

Es gibt für mich einen starken Gegensatz zwischen Giacometti und Duchamp. Duchamp hatte für sich das Prinzip: "Mit leichtem Gepäck zu reisen". Er war der geborene Flaneur, also ein Nomade. Giacometti verkörpert für mich die Sesshaftigkeit schlechthin. Er kam für sich zu dem Punkt, keine Reisen mehr machen zu wollen, weil der tägliche Weg von seiner Wohnung zu seinem Atelier vollkommen ausreichend war. Er wollte seine Sensibilisierung für das Alltägliche und seinen kleinen Veränderungen mit keinerlei neuem Reiz überlagern. Der Baum auf dem Weg ins Atelier war ja doch jeden Tag anders. Was für Duchamp die Weite, war für Giacometti die Tiefe und doch ging es beiden um die Öffnung eines Raumes.

Ein dritter Orientierungspunkt war für mich Jackson Pollock. Er hat den Aktionismus in die Malerei gebracht, den Akt des Malens, den Prozess zum Thema gemacht. Auf die Aufforderung hin, er solle doch nach der Natur malen, antwortete er einfach nur: "I am nature". Man sieht, dass es um die Kraft des Prozesses geht, um das Tun. Jackson Pollock hat ganz am Boden gearbeitet, von allen Seiten, ihm war es ein Anliegen, zumindest beim Arbeiten tatsächlich im Bild zu sein. Man kann das ja auch doppelt verstehen, ja "ich bin im Bilde". Der Akt, der sich selbst darstellt oder auch die Spuren, die dieser Akt hinterlässt.

Meine eigene künstlerische Arbeit hatte ich sehr an dem orientiert, was ich damals viel tat: Lesen. An überarbeiteten Büchern versuchte ich das Prinzip der Linearität auszuschöpfen, Permutationen innerhalb einer Struktur. Wie ich schon vorher anklingen ließ, hat mich Struktur sehr interessiert, Grundstrukturen wie eben die Mandala-Form, wie das Quadrat, speziell das magische, neunfältige Quadrat mit den verschiedenen Zuordnungen. Ich habe versucht, eine Art Inflation der Zuordnungen in mehreren Büchern darzustellen. Es ging mir auch darum, Inhalt und Form als gleichwertig oder als austauschbar darzustellen. Ich kann in

dieses Quadrat oder in diese Struktur Inhalt, also Zuordnungen, Analogien genauso wie Farben, wie Formprinzipien einsetzen und trotzdem bleibt immer diese Struktur. Mir ging es auch um eine Entleerung, die dazu führt, dass Leere und Form ident wird, dass sich diese Form auch selbst genügt, dass sich diese Form nicht als Träger für etwas, sondern als Ding an sich zeigt. Von der Linie in die Fläche würde dann bedeuten, vom Buch zum Kartenspiel und dieses wie ein Tarot auszulegen. Diese Auseinandersetzung ging dann über Farben, Zeichen und fiktive Alphabete auch ins Räumliche. Die Elemente der Bilder waren auch als austauschbar konzipiert, man konnte sie öffnen und neu legen. Das ging dann auch ins Räumliche, wo ich dann eine Form fand, einen Kartenwagen, der auf vier verschiedenen Ebenen mit diesem fiktiven Alphabet verschiedene Permutationen, verschiedene Formen und Zusammenstellungen erlaubt.

Heute würde ich das, was ich damals verfolgt habe oder was ich damals auch entwickelte, als Sprachraum bezeichnen. Eine Arbeit, die dann später kommt, besteht aus einem Spiegel mit dem Titel: "Christophorus entdeckt Amerika". Wesentlich dabei wurden meine Reiserouten, davon ausgelöste Assoziationscluster, heute nennt man das Mind-mapping. Dieser Spiegel mit dem Titel in Spannung gebracht, erzeugt immer neue Deutungen, Verbindungen und Analogien, er wird Metapher, was er als Spiegel allein ja schon auch ist. Christophorus war natürlich auch nicht nur Christophorus Columbus, sondern auch der heilige Christophorus mit dem kleinen Jesus am Rücken, das war auch das Hinübergehen ans andere Ufer, das war das Hinübergehen durch den Spiegel, - hinüber. Es lässt sich wie eine Gebetsmühle oder wie ein Perpetuum mobile fortsetzen. Dann folgten weitere Objekte, wie die Christusschleuder, wo ich eine Form von Blasphemie, aber auch von Interpretation des Symbols angestrebt habe, also einfach diesen Aspekt, der alles Festgefahrene, alles, was institutionalisiert ist, alles, was einen Formenkanon entwickelt, in Frage stellt und immer wieder neu versucht zu formen, auch diese destruktive Kraft, die anscheinend auch drinnen steckt. Daneben habe ich auch den Glaskolben, die Retorte - auch ein alchemistisches Symbol - platziert, um gleichzeitig die Verletzlichkeit, die Zerbrechlichkeit von Form zu zeigen. Prozess und Form in einer Spannung. Diese Arbeit heißt der T-Raum, eine Arbeit über den Raum im Raum, der Buchstabe T funktioniert wie ein Schlüsselloch, durch das ich in einen anderen Raum schauen kann, das T kann aber auch mittels einer Art Seilbahn diesen Raum durchqueren, und so wie auch das Boot von Monet, das man durch dieses „Schlüsselloch“ sieht, das Boot, weil es sich auch in einem anderen Element bewegt, so wie auch dieses T.

Zurückblickend auf diese meine Arbeiten, kann ich heute sagen, dass ich zum Raum hin unterwegs war, vielleicht auch zur Bewegung im Raum, vielleicht habe ich auch damals nicht zufällig meine Ausbildung zum Gestalttherapeuten begonnen. Ich erlebte hier, also in dieser Ausbildung dann, sehr praktische, nicht in den rein ästhetischen Bereich abgehobene Umsetzung von Lebenskonzepten, Kunstraum wurde nun zum Handlungsraum, zum Begegnungsraum. Ich lernte darüber wie Kommunikation sozusagen ohne das Übergangsobjekt Kunst auch öffnet, Raum schafft. Gleichzeitig fand ich viele Überlegungen und Konzepte, die ich schon von der Kunst her kannte, nun auf einer anderen Ebene bestätigt. Ein Beispiel wäre da die Paradoxie, die Dramatisierung und auch der Grundsatz in der Gestalttherapie, das prägnant zu machen, was ist. Die Kunsttherapie, also die Verbindung dieser beiden Gebiete wurde nun auch durch meine Anstellung in einer Drogentherapiestation zu meinem Betätigungsfeld. Als Künstler hatte ich ja Sympathie für Subkulturen und Randgruppen. Ich erlebte dort sehr intensive, aber auch sehr anstrengende Lehrjahre. Kunst und Psychotherapie haben einen gemeinsamen Maßstab: das Subjekt. Im erweiterten Kunstbegriff von Beuys ist folgender Satz: "Therapie ist ja Kunst" eine nötige Konsequenz. Formen und Gestalten sind Spuren des Prozesses, an denen wir Ausdruck wahrnehmen können.

Auch wenn wir uns der Theorie mit diesem Ansatz nähern, so ergibt sich daraus, dass wir sie auch, also die Theorie genauso als Medium erkennen und verwenden, sie schmecken, riechen und betasten, sie wie einen Traum oder einen Mythos auf uns wirken lassen. James Hillmann fordert uns auf, Mythos nicht metapsychologisch aufzufassen, sondern Metapsychologie mythologisch zu imaginieren. Der künstlerische Standpunkt ist ein Impfstoff gegen Reduktionismen in der Psychotherapie. Er postuliert auch eine vieldimensionale Sichtweise und relativiert eine linear hierarchische Sichtweise. Auch der Begriff der Regression muss in diesem Sinne neu diskutiert werden.

Der Begriff des Gesamtkunstwerkes ist für die Herkunft der multimedialen Kunsttherapie ganz besonders wichtig. Immer wieder geht es um eine Inszenierung mit dem Anspruch auf Objektivität, das heißt auf fest geregelte Übereinstimmungen zwischen Sinnesreizen, Kunstformen, Tönen, Farben, Malerei, Musik, Skulptur, Architektur. Fürstenhöfe gaben Unsummen aus, um endlich das Werk der perfekten Übereinstimmung aller Sinne präsentieren zu können. Verwendet wurden dazu Analogiesysteme, die zum Teil so alt sind wie die Menschheit selbst. Interessant sind in diesem Zusammenhang auch die Arbeiten von Frances A. Yates, vom Aby Warburg Institut, die den Zusammenhang von Formen in Verbindung mit Gedächtnistechnik erforscht haben. Man hat früher Architektur, Formen und Diagramme, also räumliches Denken sehr stark als Gedächtnisstütze verwendet. Ebenfalls hat dieser Impuls in der Kunstgeschichte viele Formen angenommen und ganze Stilepochen, wie zum Beispiel den Barock, geprägt. Später wurden eher das Theater und die Oper zum Gesamtkunstwerk, eine Fortsetzung sehen wir heute auch im Film, im Aktionismus, speziell im Wiener Aktionismus und natürlich auch in den neuen Medien.

Mit der Moderne individualisiert sich diese Tendenz immer mehr, Harald Szeemann spricht vom "individuellen Mythos". Nicht mehr die Welt, der Kosmos soll dargestellt werden, sondern das Subjekt. Wir sehen und hören bei einzelnen Künstlern, dass sich diese Tendenz auch fortsetzt. Welches menschliche Grundbedürfnis drückt sich darin eigentlich aus? Oder auch auf der Erlebnisebene gefragt: Was löst so ein vielfältiges Gebilde denn in uns aus? Zu Recht befürchten wir hier, an einen sehr sensiblen Punkt berührbar, ja manipulierbar zu sein. Wir schützen uns durch Demaskierung dieses Eindruckes, indem wir ihn als Klischee erkennen, unserem eigenen Bedürfnis nach prästablisierter Harmonie auf die Schliche kommen, diesen Kitsch sarkastisch weiter auszuspinnen versuchen.

Da gibt es neuere Forschungen von einem Professor Richard E. Cytowic von der Uni Washington D.C. Er hat in seinen Untersuchungen über Synästhesie bisherige Standardversionen der Neurologie insofern verändert oder revolutioniert, als er nachwies, dass die Schaltstelle, die unsere Sinnesdaten ordnet und auswählt, im limbischen System, genau genommen im Hippocampus liegt. Die übliche Darstellung sieht unsere Wahrnehmung als passiv, das heißt die Wahrnehmung von der Welt dringt von außen in unser Gehirn ein. Hier wird uns erklärt, dass der Cortex sogar mehr Input vom limbischen System erhält, als dieser in der Gegenrichtung vom Cortex. Das Gehirn erforscht die Welt aktiv, es ist kein passiver Empfänger und ein gutes Beispiel dafür ist auch die Farbkonstanz, die wir alle kennen, dass Farben von Umwelt- oder Lichteinflüssen unabhängig, gleich gesehen werden. Das heißt, wir steuern oder wir korrigieren unsere Wahrnehmung. Cytowic wies nach, dass bei Synästhetikern ein Gehirnprozess, der normalerweise unbewusst ist, bewusst abläuft. Aber gleichermaßen ist ein Ausgleich in diesem Zustand ausgeblendet und ausgeschaltet, sodass Synästhetiker wissen, dass sie synästhetisieren, alle anderen aber nicht.

Meistens wären wir damit auch überfordert, also sind wir für unsere Filter ja auch recht dankbar. Auch nicht synästhesierende Menschen kennen eine oder haben eine Eigenschaft,

die unter der Bezeichnung kreuzmodale Assoziation bekannt ist. Es handelt sich da um eine Fähigkeit, die schon kleine Kinder haben, gezeigte Dinge dann im Dunkeln mit dem Tastsinn identifizieren zu können. Dieses Können wird schon seit langem als Grundvoraussetzung für Sprachbildung angesehen. Handelt es sich daher um ein Abstraktionsvermögen, einen gemeinsamen Nenner von zwei verschiedenen Sinnesdaten herstellen zu können? Ich zitiere Professor Cytowic: "Kreuzmodale Assoziationen sind ein normaler Bestandteil unseres Denkens, obwohl sie auf einer unbewussten Ebene ablaufen. Bei Synästhetikern ist es so, als brechen diese Assoziationen ins Bewusstsein durch."

Je unwillkürlicher Synästhesie auftritt, umso festgelegter sind die Verbindungen, umso sinnlich konkreter, direkter und ärmer an semantischem Inhalt sind sie. Metaphern, Analogien und Zusammenhänge sprachlicher Natur sind kontextabhängig, reich an Bedeutung, sie sind geradezu Bedeutungsmaschinen, sind abstrakt und verbinden einen Stimulus oft mit vielen Assoziationen. Noch einmal zitiere ich Cytowic: "Wir kamen zum Schluss, dass Sprache die Folge fundamentalerer, kreuzmodaler Assoziationen, wie etwa Synästhesie ist. Universeller betrachtet, kann man Bewusstsein, Sprache und die anderen höheren mentalen Funktionen als Konsequenz unserer Trägheit, Gefühle auszudrücken, ansehen. Der Kontext aber hat sich dahingehend entwickelt, dass er das Geschehen mit der Außenwelt detaillierter analysiert, sodass das limbische System oder das limbische Gehirn besser entscheiden kann, was wichtig und was zu tun ist."

Aus allen diesen Erkenntnissen lassen sich weitgehend auch Verbindungen zur neuen Säuglingsforschung und Entwicklungspsychologie von Daniel Stern herstellen. Daniel Sterns zentraler Begriff ist das Selbstempfinden und seine Entwicklung im Säuglingsalter. Er unterscheidet vier Phasen von der Geburt an. Erstens: Die Phase des auftauchenden Selbst, wo bereits angeborene Fähigkeiten, wie die amodale Wahrnehmung, von Cytowic kreuzmodale Assoziation oder andernorts auch physiognomische Wahrnehmung genannt, bestehen und im Kontakt mit dem eigenen Körper sich zu so etwas wie einem Kernselbst weiterentwickelt. Daniel Stern schreibt, dass Säuglinge niemals eine Undifferenziertheit zwischen dem Selbst und dem anderen erleben. Zweitens: Dieses Kernselbst entwickelt sich so etwa im dritten Monat und entwickelt in Wechselwirkung mit der Mutter eine Sensibilisierung bzw. Wahrnehmung für das, was Stern die Vitalitätseffekte nennt. Damit ist eine Summe an Qualitäten, ein Wie, ein Stil, eine Art und Weise gemeint, woran wir eine bestimmte Person erkennen können. Drittens: Im etwa achten Monat stabilisiert sich ein Selbstempfinden, das Stern "subjektives Selbst" nennt. Hier entsteht die Wahrnehmung, aber auch die Fähigkeit zur Affektabstimmung, das heißt zum Teilen und eben Mit-Teilen von Wahrnehmung. Hier entsteht Kontaktfähigkeit durch das Sich-aufeinander-einstellen über Lautstärke der Stimme, Rhythmus, Bewegungen, Mimik und Ausdruck. Circa im zweiten Lebensjahr des Kindes taucht dann die Sprache auf, das "verbale Selbst" und damit auch die Frage, inwieweit die Sprache nun normative Wirkung auf die Wahrnehmung des Kindes hat. Ich zitiere hier Daniel Stern: "Das anfängliche interpersonale Wissen des Säuglings ist im Wesentlichen nicht teilbar, amodal und fallspezifisch sowie auf nonverbale Verhaltensweisen abgestimmt, in denen keinem Kommunikationskanal hinsichtlich Verantwortbarkeit oder Inhaberschaft ein privilegierter Status zukommt. All dies wird durch die Sprache verändert. Mit der Entwicklung der Sprache werden die Kinder dem eigenen persönlichen Erleben entfremdet. Die Sprache erzwingt einen Zwischenraum, der die gelebte interpersonale Erfahrung und die sprachlich repräsentierte voneinander trennt. Und über diesen Zwischenraum hinweg können sich jene Konnexionen und Assoziationen entwickeln, die das neurotische Verhalten konstituieren. Durch die Sprache aber kann das Kind nun auch das erste Mal sein persönliches Welterleben mit anderen teilen und mit anderen Menschen gemeinsam Nähe, Isolation, Einsamkeit, Angst, Ehrfurcht und Liebe erfahren."

Wichtig für uns ist, dass Daniel Stern postuliert, dass keine dieser Phasen je in sich abgeschlossen ist, sondern zeitlebens sich weiterentwickelt, wir also nicht von einem hierarchischen Entwicklungsmodell ausgehen können, sondern von einem Kontinuum. Auch spricht Stern in den ersten drei Phasen immer wieder von transmodaler Äquivalenz und von Synästhesie, die er mit Kunstschaffen und Kunstwahrnehmung in enge Verbindung bringt. Aus diesen Beobachtungen lassen sich viele Spekulationen, aber auch viele Fragen stellen: Wenn diese einzelnen Phasen keine unbehausten Räume sind, wer wohnt dann in ihnen? Wie schaut dann unser Kontakt aus mit den Bewohnern dieses Raumes oder dieser Räume? Wie lässt dieser Kontakt sich optimieren und welche Kommunikationsformen sind hilfreich? Was lässt sich für jede dieser Phasen maximal erreichen? Die Psychotherapie und eben auch die Kunsttherapie haben viele Strategien entwickelt, um dieses Haus für uns wieder wohnlich zu machen; so genannte Nachbarschaftspflege, Integration.

Das analoge Denken, Intuition, Kreativität stellt die Kontinuität zwischen den oft sehr divergierenden Erfahrungseinheiten her. Sie wird durch Diskontinuität wie Änderungen im Energieniveau, widersprüchlichen Informationen, Drogen, Extremsituationen, starken Emotionen und mentalen oder körperlichen Übungen provoziert.

Albert Rothenberg hat umfangreiche Kreativitätsforschung betrieben. Er hat drei wichtige Strategien bei so genannten "Kreativen" festgestellt: Zuerst wäre da das, was er den gleichräumigen Prozess nennt. Er meint damit eine Herangehensweise, die aus dem aktiven Vorstellen von zwei oder mehr einzelnen Gegenständen gleichzeitig besteht, eine Vorstellung, die zum Zusammenfügen oder zur Artikulation neuer Identitäten führt. Die Gegenstände und Empfindungen können aus allen möglichen Sinnesbereichen entstammen, sind bewusst und vorsätzlich ausgewählt. Die zweite Strategie nennt sich der janushafte Prozess und besteht aus der gleichzeitigen Vorstellung von zwei oder mehr Gegensätzen oder Antithesen. Dies erinnert mich auch an die Gestalttechnik des Rollenspieles, wo Ambivalenz und Widerspruch nicht durch Kompromiss aufgelöst wird, sondern durch Dramatisierung und Verstärken zum Durchbruch geführt wird. Des Weiteren empfiehlt er, das Augenmerk auf Form und Struktur, in diesem Fall in der Therapie, zu lenken, wo wir oft zu einer besseren Antwort finden als allein mit inhaltlichen Informationen. Er erwähnt noch die Metapher, das Paradoxon, die Ironie und auch noch den kreativen Umgang mit Fehlern. Diese Haltung fördert das Experiment. Die Improvisation macht uns zuerst vielleicht Angst, gibt uns aber die Möglichkeit diese aufzulösen. Wenn wir uns diese Angst vor Kontrollverlust einmal eingestehen, wird das Risiko auch manchmal leichter eingegangen und unser limbisches System entkrampft sich etwas. Brain-storming, Mind-mapping oder Clustering, Dudeln und Kritzeln, Schütteln und Kneten, Zerknüllen und Frottagen sind Lockerungsübungen, die den Zufall hereinlassen, einen Spielraum schaffen für unsere Projektionen, die wir dann gestalten können, um sie zu erkennen. Das Freilegen braucht Zeit, Muße und geschützten Raum. Wenn der Weg das Ziel ist, dann wähle ich die Umwege.

Ich kenne ein Spiel, das sich verschieden nennt. Ich kenne es als "Personenraten", anderswo heißt es "Zwanzig Fragen". Es besteht darin, dass man über Entsprechungen aus allen möglichen Gebieten und Sinnesqualitäten eine Person erraten muss und zwar nach einer begrenzten Anzahl von Fragen. Was wäre die Person, wenn sie ein Gemüse wäre, ein Haushaltsgerät, eine Stilepoche, ein Land, eine Speise, ein Kleidungsstück, eine Oberfläche. Ich möchte sie nun zu einer anderen kleinen Übung einladen. Schließen Sie dazu kurz die Augen und stellen sie sich folgendes vor: Wie würde mein augenblicklicher Film aussehen, der Film, der meinen momentanen Zustand, mein Befinden jetzt zum Ausdruck bringt. Wie wäre die Kameraführung, welche Kostüme würden auftauchen, wie hört sich der Soundtrack

an usw. Je detaillierter, je besser. Ja, so zirka eine Minute. Gut. Sie haben gerade verschiedene Bilder und Fantasien um einen zentralen Punkt herum entwickelt und aufgebaut.

Anders geht es zu, wenn der Mittelpunkt nicht festgelegt ist, wenn wir ihn auftauchen lassen wollen. Dazu gibt es in der multimedialen Kunsttherapie die Technik des Transfers, von Paulo Knill auch intermedialer Transfer genannt. Diese Methode hat einen doppelten Wert: Zum Einen sensibilisiert sie uns für verschiedene Medien, indem sie den Akzent legt auf den Übergang von einer Ausdrucksform in eine andere. Hier sei nur gesagt, dass wir hier wieder im analogen Denken stehen und zugleich auch - analog dazu - dort, wo Grenze auch Kontaktfläche werden kann, Verbindung möglich wird, wenn sich das Einzelne herausdifferenzieren und abgrenzen durfte. Durch das Experimentieren damit wird Angst genommen und Vertrauen in den Prozess geweckt, der dadurch entstehen kann. Selbsterfahrung oder eben auch Selbstempfinden, wie es Daniel Stern meint, geht Hand in Hand mit der Neuentdeckung von Ausdrucksformen und damit auch immer weiterführenden Integration von Ressourcen bzw. Aspekten der eigenen Identität. Vertrauen in den Prozess zu entwickeln bedeutet auch die Angst vor Abgespaltenem in der eigenen Person aufzulösen und der Selbstorganisation in unserem Organismus Raum zu geben. Wie Daniel Stern beobachten konnte, nimmt die Sprachentwicklung in der Entwicklung des Kleinkindes großen Einfluss auf seine Wahrnehmung. Wenn wir also dort wieder anschließen wollen, kommen nonverbale Kommunikations- bzw. Wahrnehmungsformen und deren Gesetzmäßigkeiten zur Anwendung. Daraus ergibt sich aber auch, dass jedes psychotherapeutische Arbeitsmodell in diesem Zusammenhang auf die Frage hin überprüft werden muss, was dieses sozusagen als sprachliches Medium in der Situation bewirkt.

Fragestellungen ergeben nicht nur manchmal Antworten, sondern sie lenken unsere Wahrnehmung, sie verändern unseren Blick, sie leiten Differenzierungen ein und erweitern unsere Sprache. Es wäre also auch schön, psychotherapeutische Arbeitsmodelle der Ästhetikfrage zu unterziehen, um zu sehen, welche Ausdrucksform in welcher Therapieform gefordert oder gefördert wird. Wir wissen ja aus der Kunstgeschichte, dass der Surrealismus und die Psychoanalyse in enger Verbindung stehen, wie auch die abstrakten Expressionisten mit den phänomenologisch ausgerichteten psychotherapeutischen Schulen.

Die amodale Wahrnehmung, die als Kontinuum immer vorhanden ist, versteht die Sprache der Multimedialität, die Synästhesie. Daraus folgt, dass nichts in uns diese Ebene so direkt anspricht wie Analogie, Metapher, Poesie, Kunst, Musik und Rezeption des Zusammenklanges von Sinnesqualitäten.

Richard Baker sagt, wir sollen eine Identität außerhalb von Sprache und Kultur bilden. Fritz Perls, der Gründer der Gestalttherapie sagt: "Loose your mind and come to your senses!". Das, was uns heilt und ganz macht, ist nicht so sehr das Verstehen der Inhalte aus unseren tiefen Schichten, sondern unsere Verbindung zu ihnen, das "Dort-sein".

Wie viele Kanäle habe ich dazu zur Verfügung? Wenn ich selbst offen bin, kann ich auch eher anderen helfen, eine Verbindung wieder aufzunehmen. Der einzige Nutzen am Verstehen ist der, dass wir vielleicht so Angst verlieren und dadurch eher bereit sind, zu experimentieren. Wo uns aber die Erklärung die Sicherheit bringt vor dem Ominösen, vor dem Geheimnisvollen, vor dem Vieldeutigen, sind wir uns selbst auf den Leim gegangen. Wo alles geregelt ist, muss ich wieder Spielraum schaffen. Dazu kann ich auch den Zufall zur Hilfe nehmen. An dieser Stelle könnten auch Verbindungen zur Divination, zu den Orakelspielen und zu den Glücksspielen gesehen werden, geht es hier doch um die Öffnung dem Zufall gegenüber, um einen Stimulus für die Produktivität unseres Unbewussten zu bewirken. Wir

kennen aber auch ähnliche Techniken aus der Bildenden Kunst, wie sie etwa die Surrealisten und Dadaisten verwendet haben, um einerseits die Befangenheit vor dem weißen Blatt zu überbrücken, andererseits aber auch um unsere Bilderprojektion anzuregen. Gute Kunst lässt auch dann noch nicht diesen Prozess versiegen, wenn das Werk vom Künstler vollendet ist, sondern lässt zum Beispiel immer wieder neue Deutungen und Assoziationen zu. Deutungen haben mehr mit dem Deuter als mit dem Gedeuteten zu tun.

Die Geschichte von Pinocchio, dem von Gepetto geschnitztem Hampelmann, veranschaulicht sehr gut eine Eigenheit der Kunst: Das Eigenleben des Werkes, nachdem es veräußert wurde. Dieses Eigenleben, diese Spannung bekommt es durch fortwährende Deutung und Aktualisierung. Dass eine Deutung aber mehr über den Deuter aussagt als über das Gedeutete kann auch von Nutzen sein. Wird dieser Spiegel blind, so sprechen wir von musealer Kunst. Eine weitere Eigenheit der Kunst: Sie ist eine Sprache, die sich stetig erweitert, indem sie sich verändert, unsere Wahrnehmung beeinflusst, sensibilisiert und relativiert. Das Unübersetzbare macht eine Sprache unersetzbar. Unsere abendländische Kultur hat zunehmend begonnen, kollektive Tradition durch individuelle Gestaltung auszudifferenzieren. Über Stile und -ismen sind wir bei den individuellen Mythologien angelangt. Diese Entwicklung zeichnet sich ganz besonders in der Moderne ab, immer mehr Teilaspekte und ihre Entwicklungslinien machen gleichzeitig ihre Betrachtung im Gesamtzusammenhang nötig. Auch unsere eigene Auseinandersetzung, das eigene Mündigwerden in unserer Subjektivität.

So wird Kunst eigentlich zur Metapher für die Beziehung zwischen dem Einzelnen und dem Ganzen. Die Sprachen bewegen sich zwischen unserer Angst, in der Differenzierung den Überblick zu verlieren und der Aufgabe, diese Vielfalt zu bewältigen, uns einzulassen, ohne Kulturpessimismus die Gegenwart zu riskieren.

Mythisch gesprochen handelt es sich hier um die babylonische Sprachverwirrung und um ihre Heilung im Pfingstwunder, der Gabe der Zunge. Die Aufgabe der Kunst, aber auch die des einzelnen war immer die, diese Seele in einer unübersetzbaren, unersetzbaren Sprache zum Ausdruck zu bringen. Gemeinsam an der Vielfalt des Einen zu arbeiten. Was löst das Werk in mir aus? Ist es so, dass es mir Raum gibt oder mir Raum nimmt? Gebe ich ihm Raum, Gastfreundschaft? Kann ich meinen Fokus verändern und welche Fragestellungen brauche ich dazu?

Umberto Eco hat ein gutes Buch über Kunstrezeption geschrieben, "Das offene Kunstwerk". Hier beschreibt er, wie das Eigenleben eines Werkes durch seine Vieldeutigkeit gegeben ist und welche Strategien von Künstlern und Schriftstellern dazu angewendet werden. Wir sind fortwährend dabei, neue Sprachen zu lernen, subjektive Sprachen - deshalb so viele. Und auch diese vielen Sprachen wollen erwachsen werden, ihre Poesie entdecken. Hier trifft sich Therapie und Kunst, wenn Psychotherapie nicht zur normierenden Instanz wird, sondern den expressiven Teil in uns bestärkt. Aus der Spannung des Vielen und dem Bedürfnis nach seiner Bewältigung und Integration wachsen Sprachen, auch bildhafte oder klangliche, Sprachen im weitesten Sinn, die für uns Mitteilungen haben, wenn wir sie in ihrer Eigenständigkeit wahrnehmen. Wir sehen in unseren Kursen unsere Aufgabe auch darin, Teilnehmern, die von der Psychotherapie, Psychologie oder Pädagogik kommen, eine poetische, künstlerische Sichtweise zu vermitteln und Künstlern mögliche Ansätze zur Reflexion über das eigene Tun anzubieten. Hauptsache ist aber hier das Erleben, der Dialog und dafür zu sorgen, dass der Raum offen bleibt. Dazu möchte ich ganz gerne einen Text von Heidegger zitieren, der darauf auch Bezug nimmt. Man kann das auch durchaus auf den therapeutischen Raum beziehen. Deutlich wird, wie zentral der Raum im Therapeutischen wie auch im Künstlerischen ist.

Aus Martin Heidegger: "Die Kunst und der Raum":

"Das Ineinanderspiel von Kunst und Raum müsste aus der Erfahrung von Ort und Gegend bedacht werden.  
Die Kunst als Plastik: keine Besitzergreifung des Raumes.  
Die Plastik wäre keine Auseinandersetzung mit dem Raum.  
Die Plastik wäre die Verkörperung von Orten, die, eine Gegend öffnend und sie verwahrend, ein Freies um sich versammelt halten, das ein Verweilen gewährt den jeweiligen Dingen und ein Wohnen dem Menschen inmitten der Dinge."

Ja, das zu Raum. Und auch noch einen Gedanken zum Paradoxen in der Kunst. Das Paradoxe ist ja nicht nur in der Kunst, die sich eigentlich bei Beuys und vorher bei Duchamp selbst entheben möchte, dazu führen möchte, den Alltag wahrnehmbar zu machen und dafür zu sensibilisieren. Beuys spricht da auch davon, dass er von der Kunst austritt. "Ich trete aus der Kunst aus". Genauso arbeitet die Therapie daran, entbehrlich zu werden, wie auch in der Spiritualität immer wieder davon die Rede ist, den Zustand zu erreichen, wo es nichts zu erreichen gibt.

Und hier, wo der Kreis sich jetzt schließt, möchte ich auch noch einige Worte von Ad Reinhardt, einem großen Maler der abstrakten Expressionisten zitieren:

"Menschen in der Kunst sind nicht Menschen.  
Hunde in der Kunst sind Hunde.  
Gras in der Kunst ist nicht Gras.  
Ein Himmel in der Kunst ist ein Himmel.  
Wörter in der Kunst sind Wörter.  
Buchstaben in der Kunst sind Buchstaben.  
Schrift in der Kunst ist Schrift.  
Botschaften in der Kunst sind nicht Botschaften.  
Erklärung in der Kunst ist keine Erklärung."

In meinen Atemseminaren erlebe ich immer wieder, wie Initiationserlebnisse mit der Intensivierung eines künstlerischen Ausdruckes einhergehen. Paradoxerweise wird das Individuum expressiver, je mehr es über sich selbst hinauswachsen will. Der große Zusammenhang verstärkt die Einzigartigkeit und Eigenart und gleicht sie nicht dem Allgemeinen an. Dem Respekt, der Wertschätzung des Anderen entspricht der Respekt und der Wertschätzung des Bildes. Achtsamkeit (auch im Sinne von Achtung) ist der Schlüssel zur Kreativität, aber auch zur spirituellen Entwicklung. Kreativität ist Optimierung und Erweiterung der Interaktion im Feld, sie steht im direkten Zusammenhang mit seiner Komplexität, ist in ihrem Ursprung transpersonal, sie weist über das Einzelindividuum hinaus, bricht seine Begrenztheit auf, sonst wäre sie nicht neu, sie schafft Wert, sonst hätte sie ja keine Relevanz. Das Selbst ist der Prozess der Interaktion im Feld und das Ich ist das jetzt auftauchende Muster. Das Selbst strebt größtmögliche Synergie an und öffnet sich für das Größere, Offene.

Literaturverweise:

- (1) Dr. Joachim Galuska : Die erwachte Seele und ihre transpersonale Struktur  
(Transpersonale Psychologie und Psychotherapie 2/2003, 6-17)
- (2) James Hillmann: Hundert Jahre Psychotherapie, und der Welt geht's immer schlechter  
(Walter Verlag)
- (3) Daniel N. Stern: Die Lebenserfahrung des Säuglings (Klett-Cotta)

erschieden im ÖATP-Newsletter 2004

Andy Chicken  
Kettenbrückengasse 21/2/16  
A-1050 Wien  
E-Mail: [andy.chicken@aon.at](mailto:andy.chicken@aon.at)  
[www.oeagg.at/w\\_kunst.htm](http://www.oeagg.at/w_kunst.htm)