

Dr. med. Paul von der Heide

# Zur Künstlerischen Therapie

Band III

Einführung in die Grundlagen der Maltherapie

*Aus der Arbeit der Abteilung  
für Künstlerische Therapie  
und Psychosomatische Medizin  
der Filderklinik*

Schriftenreihe der  
Schule für Künstlerische Therapie und Massage  
7325 Boll über Göppingen, Gruibinger Straße 29

1. Auflage 1978

Alle Rechte vorbehalten

Satz und Druck: Karl Ulrich & Co, Nürnberg

# INHALTSVERZEICHNIS

	Seite
Vorwort . . . . .	5

## I. Der Patient und seine Krankheit

1. Anatomie, Physiologie, Pathologie . . . . .	7
2. Der künstlerisch-goetheanistische Blick . . . . .	7
3. Der dreigliedrige Mensch . . . . .	9
4. Der viergliedrige Mensch . . . . .	9
5. Der Übungsweg der Anthroposophie . . . . .	10
6. Lebenskunde . . . . .	12
7. Schicksalskunde . . . . .	13
8. Menschheitsgeschichte . . . . .	13
9. Der Blick auf den Gedanken der Reinkarnation . . . . .	14
10. Die Evolutionslehre . . . . .	15

## II. Das Wesen der Farben

1. Die Malpraxis . . . . .	16
2. Das Farbenerleben . . . . .	16
3. Das Farbenerinnern . . . . .	17
4. Die Erde als Farberleben . . . . .	17
5. Rudolf Steiner: Über das Wesen der Farben . . . . .	18

### III. Wesen und Wirkungen der Malkunst

1. Der therapeutische Ansatz . . . . .	20
2. Astralleib und Ätherleib . . . . .	20
3. Das Wechselspiel zwischen Innenleben und Miterleben der Welt. Der Sinnesmensch und der Tatmensch . . . . .	23
4. Malkunst und das Leben der Seele. Verinnerlichen und schöpferisches Tun . . . . .	24
5. Seelenleben und vegetatives Nervensystem . . . . .	26
6. Vorstellungsleben und Fühlen beim Malen . . . . .	27
7. Wachen und Schlafen . . . . .	29
8. Ich-Taten und Malkunst . . . . .	30

### IV. Die innere Haltung des Therapeuten 32

### V. Praktische Anwendung der Maltherapie

1. Der Versuch die Krankheitsdynamik zu erfassen . . . . .	33
2. Ein Beispiel therapeutischen Bemühens . . . . .	37
Schlußbetrachtung . . . . .	42
Literaturhinweise . . . . .	43

# Vorwort

Immer wieder begegnen wir der Fragestellung: Kann Malen wirklich eine Therapie krankhafter Zustände sein, die gezielt einzusetzen ist, oder handelt es sich beim Malen mit Patienten mehr um eine hygienische, allgemein anregende und belebende Maßnahme.

Die folgenden Ausführungen möchten Anregungen geben, auf diese Fragen Antworten zu finden.

Will man es dabei nicht nur beim Beobachten, Erfahrungssammeln und viel gutem Willen bewenden lassen, so gilt es, grundlegende Kenntnisse zu erwerben:

- I. Über Konstitution und Wesensart des Patienten und über die Krankheit, bei deren Therapie mitgeholfen werden soll.
- II. Über das Wesen der Farben.
- III. Über Wesen und Wirkung der Malkunst.
- IV. Über das Wesen der inneren therapeutischen Haltung.
- V. Über das praktische Vorgehen bei einzelnen Krankheitsbildern.

Es soll versucht werden, einen einführenden Überblick zu geben über die Wege auf denen diese Kenntnisse in sinnvoller Weise erworben werden können.

Aufmerksamkeit möchte geweckt werden für die Schulung der Wahrnehmungsfähigkeit, die eine Intensivierung des Erkenntnisvermögens möglich macht. Nicht nur Phänomene müssen beurteilt, sondern das Kräftespiel im Organismus und im künstlerischen Schaffen miterlebend beobachtet werden. Werden auf diese Weise Kenntnisse zu Erkenntnissen, können therapeutische Einsichten gefunden werden, die zu möglichst gezielten therapeutischen Taten hinleiten.



# I. Der Patient und seine Krankheit

## 1. *Anatomie, Physiologie, Pathologie*

Es müssen Grundkenntnisse in Anatomie und Physiologie der einzelnen Organe und Organsysteme erworben werden. Ebenso Kenntnisse über die verschiedenen Krankheitsbilder, wie sie die entsprechenden Wissenschaften vermitteln. — Im Pflegepraktikum wird aus Wissen persönliche Erfahrung.

## 2. *Der künstlerisch-goetheanische Blick*

Die Kenntnis der wissenschaftlichen Fakten muß eine »Erweiterung« erfahren durch die Anwendung der goetheanistischen Betrachtungsart (1). Dadurch wird die innere Dynamik von Anatomie, Physiologie und Pathologie in einem intensivierten Denkvorgang miterlebt. Dieses »hineintastende«, »bildhafte« Denken hält sich exakt an die wissenschaftlichen Fakten, hat aber eine enge Beziehung zum künstlerischen Erleben und Schaffen. Rudolf Steiner führt am 24. August 1923 in einem Vortrag in Penmaenmawr aus (Bibliographie 284/85):

»Sehen Sie, man kann den Menschen studieren — studieren nach demjenigen, was die Wissenschaft der letzten drei bis vier Jahrhunderte eben als solche Wissenschaft herausgebracht hat. Da kommt man aber nur bis zu einem gewissen Punkt, nur höchstens bis zum physischen Organismus. In dem Augenblick, wo man in die höheren Glieder der Menschennatur hinaufgehen will, kann man es nicht, ohne daß man die Welt einlaufen läßt in ein künstlerisches Erfassen des Menschen, weil die Welt selber künstlerisch schafft da, wo sie geistig schafft. So daß niemand den Menschen begreifen kann, der nicht das Wissenschaftliche übergehen lassen kann in seiner eigenen inneren Anschauung in Künstlerisches.«

Die *goetheanistische Betrachtung* der Anatomie kann z. B. aufmerksam werden auf die zwei Grundformen: »Rundung« und »radiäre Strahlung«.

Rundungen sehen wir bei Kopf, Brustkorb und Becken; bei der Vielzahl der Gelenks-»Köpfe«; der Oberfläche der inneren Organe; den häufig läppchenförmig aufgebauten inneren Organstrukturen; den Zellwänden.

Radiäre Formen finden sich in den Extremitätenknochen, aber auch in der Aufteilung der Blutgefäße in den einzelnen Organen, den Gefäßbäumen.

Fragen wir uns, wo wir auf der Erde sonst noch Rundungen erleben, so sind es die Erdoberfläche, vor allem aber die Tropfenformen des Wassers: Die Tautropfen, die in der Morgensonne farbig erfunkeln, die Wassertropfen in den Wolken, — den Haufenwolken, aber auch den Zirren — und schließlich als größtmöglichstes Rundungserlebnis: der Sternenhimmel mit der wunderbaren Ordnung seiner Sternbilder.

Für eine wissenschaftliche Betrachtung ist die Erinnerung an diesen »Hintergrund« uninteressant.

Für eine künstlerische Betrachtung ist der Blick auf den *Hintergrund* aber bedeutsam und sollte bewußt gepflegt werden. Man läßt den Hintergrund auf sich wirken, zieht aber keine voreiligen Schlüsse.

Die Isotopenforschung läßt die menschliche Gestalt als *Fließgleichgewicht* von Aufbau- und Abbauprozessen erkennen (Bertalanffy). Substanzen werden aus der Welt aufgenommen, bleiben eine Zeitlang »wie zu Gast« im Leibe, — eingefügt in den Bauplan des Organismus — und werden wieder in die Umgebung ausgeschieden. Die geprägte Form des menschlichen Leibes ist also das Ergebnis des Zusammenwirkens von *polaren »Kräften«*.

Der Aufbau entspricht dem zentrifugalen, radiären Prinzip. Als Kräftesystem äußert es sich in Bewegungsvorgängen, Wärme- und Stoffwechselprozessen.

Betrachtet man die Kräfte, die Rundungen erzeugen, so ist dieser Vorgang ein Formen und Prägen. Bewegungsvorgänge werden verlangsamt, gebremst, zur Ruhe gebracht. Abbauvorgänge können als Steigerung dieses Geschehens erlebt werden. »Überformung« als Kräftewirken »zerstört«.



Als »Hintergrund« kann das Werden und Vergehen in der Natur empfunden werden, also die Frühlings- und Herbstprozesse. Der menschliche Körper wäre dann vergleichbar einem Fließgleichgewicht von Frühlings- und Herbstgeschehnissen in Gleichzeitigkeit und Ausgewogenheit.

Die Pathologie beobachtet das Zuviel oder Zuwenig der polaren Kraftwirkungen oder das Auftreten eines dieser Prinzipien am falschen Ort.

Die künstlerische, goetheanistische Denkart lehrt »Kräftewirksamkeiten« zu beobachten. Sie dringt vor in den Bereich der *Lebensvorgänge*.

### 3. *Der dreigliedrige Mensch*

Eine künstlerische Betrachtungsart ist die Voraussetzung für das praktische — nicht nur denkerische Umgehen mit den Ergebnissen anthroposophischer Menschenkunde. Der »dreigliedrige Mensch« umfaßt die Polarität: Sinnes-Nervenorganisation — Stoffwechsel-Gliedmaßenorganisation (2). Die erstere ist den Vorgängen des Formens, Beruhigens, Abbauens verwandt, die zweite der Strahlungs- und Bewegungskraft, dem Aufbau. Die Polarität ist also nicht nur anatomisch gemeint, sondern auch funktionell. Aus dem Zusammenspiel der Pole entsteht als Drittes ein »Mittleres«: Im Räumlichen die Vielzahl der Organ-gestaltungen, im Zeitlichen die Vielzahl rhythmischer Vorgänge.

Betrachtet man die Organe und Funktionen mit dem künstlerischen Blick, schult man sich an der Kenntnis der Gesetze der Polarität, so lernt man entsprechende *Fragen zu stellen* und kann die Fähigkeit erwerben, viel über Gesundheit und Krankheit an den beobachteten Phänomenen abzulesen.

### 4. *Der viergliedrige Mensch*

Der Betrachtung des physischen Leibes und der Lebensvorgänge des Leibes wird die Erkenntnis des seelischen und des geistigen Wesens des Menschen hinzugefügt. Es entspricht dies der Gliederung in der Men-

shenkunde der Anthroposophie: Physischer Leib, Ätherleib, Astralleib und Ich (3).

In den Kursen für Ärzte schildert Rudolf Steiner das Zusammenspiel dieser vier »Wesensglieder« in Gesundheit und Krankheit (4).

Die naturwissenschaftliche Denkart hat sich an der Betrachtung der unbelebten Natur zu ihrer heutigen Größe und Bedeutung entwickelt. Schon Lebensvorgänge können nicht mehr »direkt« erkannt, sondern nur aus der Aneinanderreihung von Einzeluntersuchungen, bei denen ein Substrat gemessen oder gewogen werden kann, gefolgert werden. Ebenso wenig erfaßt man das eigentliche Wesen des Seelischen oder Geistigen mit dieser Betrachtungsart. Eine Erweiterung der Erkenntnisfähigkeit ist notwendig. Der anthroposophische Schulungsweg gibt hierfür die Möglichkeit. Seine Schritte und Gesetzmäßigkeit sind klar überschaubar wie »bei einem mathematischen Rechenexempel« (5). Sie müssen erkannt werden, wenn dieser Weg beschritten werden soll. Voraussetzung ist aber, daß man sich vorher Klarheit und Sachlichkeit des Denkens erworben hat, also sich am naturwissenschaftlichen Denken schulte.

Der Übungsweg beinhaltet keine geheimnisvollen Vorgänge, sondern besteht in einer »Intensivierung« des üblichen Denkens, Fühlens und Wollens. Er geht also von uns allen bekannten Seelenerlebnissen aus. Diese werden bewußter gehandhabt und dadurch »gesteigert«:

## 5. *Der Übungsweg der Anthroposophie*

a) *Intensivierung des Denkens* (6/7). Es ist dies der schon beschriebene künstlerische Blick, den Goethe wagte auch auf die Naturwissenschaften anzuwenden.

Rudolf Steiner schildert die Intensivierung des Denkens als die Fähigkeit, sich denkend in ein Objekt oder Phänomen »hineinzutasten«, sich »hineinzuverwandeln«, seine innere Dynamik »denkend mitzuerleben«. Diese goetheanistische Denkart bildet den ersten Schritt zum eigentlichen imaginativen Denken. Erübt man diese ersten Schritte, merkt man, daß die gesamte Persönlichkeit des

Übenden weitaus stärker engagiert ist als beim naturwissenschaftlichen Denken, dessen Sachlichkeit als Prinzip der Klarheit und hellen Bewußtheit auch bei dem neuen Denkstil fortbestehen muß.

- b) *Intensivierung des Fühlens* (6/7). Das Fühlen bleibt nicht mehr Ausdruck einer Reaktion von Sympathie oder Antipathie, sondern wird zum »Instrument«, das mit der Eigenart des Objektes mitzuschwingen vermag. Diese Art des Fühlens läßt sich freiwillig von einem Objekt prägen. Man versucht, das betrachtete Objekt in sich »nachklingen und nachschwingen« zu lassen. Es ist ein hellwaches, bewußtes Lauschen und Sich-Öffnen. Jede persönliche Meinung und Gefühlsregung schweigt dabei.

Durch diese Art des geschulten »Mit-Fühlens« können »Qualitäten« und »Wesenhaftes« unmittelbar erkannt werden. Jedes innige Lauschen und Mitvibrieren kann zur Vorstufe der Inspiration werden. Intensives persönliches Erleben wird Instrument für objektive Erkenntnis.

Polare Bewegungen im Seelenleben eines anderen Menschen können bereits mit dem goetheanistischen Blick für Kräftewirkungen erkannt werden. Will man Qualitäten oder etwas »Wesenhaftes« von der Seele des Anderen erfassen, ist ein weiterer Schritt notwendig.

Jeder echte Künstler ist auf dem Wege zur Imagination und Inspiration. Begeisternd, daß diese Fähigkeiten auf einem Übungswege, dessen Gesetze man überschauen kann, gesteigert werden können.

- c) *Die Intensivierung des Willens* (6/7). Das Sich-Öffnen und Lauschen, das bei der Steigerung des Fühlens erübt wurde, wird weiter intensiviert. Es ist dies eine Geste kraftvollen Verzichts auf persönliche Wünsche, Meinungen und Sehnsüchte. Dieser Geste wird aber hinzugefügt eine Steigerung des Willens in Form der Liebefähigkeit, die nicht selbst genossen, sondern »verschenkt« wird. Dadurch wird Liebe zur »Erkenntniskraft«.

Geistig Wesenhaftes wird nunmehr nicht nur erkannt, man vermag auch damit »umzugehen«. Dies gilt anderen Menschen gegenüber, aber auch für Geistiges, das in den Naturvorgängen wirkt.

Durch diese Steigerung des Willens in Verzicht und Bereitschaft zum Schenken, wird die Fähigkeit der *Geistesgegenwart* geschult. Erinnert man sich an das Wesen eines geistesgegenwärtigen Handelns, so erlebt man darin z. B. einen anderen Menschen in seinem Unvermögen, sich einer Forderung seiner Umgebung anzupassen. Gleichzeitig entsteht unmittelbar der intensive Wille, diese Erkenntnis in eine helfende Tat umzusetzen und die Einseitigkeit, in die diese Wesenheit gefahrvoll geriet, wieder einem großen Ganzen harmonisch einzufließen. Es entsteht eine »unmittelbare Berührung« mit dem anderen Menschen in seiner Not, eine Berührung mit dem geistigen »Wesenskern«, aber auch mit den Gesetzen des »Hintergrundes«, in dem dieser Mensch lebt. Man fühlt sich aufgerufen *mitzuwirken*, daß der andere seinen Platz in einem größeren Zusammenhang zu finden vermag.

Sind dies nicht Fähigkeiten, die jedem therapeutischen Tun zugrundeliegen?! Es gilt dies sowohl für die unmittelbare Berührung mit einer geistigen Persönlichkeit, für den Willen helfend zu wirken, als auch für das Verzichten, das Offenwerden und persönliche Zurücktreten. Durch das persönliche »Zurücktreten« wird die Voraussetzung geschaffen, den »*Freiheitsraum*« des anderen respektieren zu können. Selbstverständlich muß man sich um therapeutische »Gedanken« bemühen. Im Augenblick des Therapierens schmelzen diese aber dahin und verwandeln sich in Geistesgegenwart, in »erworbenes Intuitionsvermögen.«

## 6. *Lebenskunde*

Ähnlich wie für die Siebenjahresschritte der Kindheit und Jugend, gibt es auch Entwicklungsgesetze für das spätere Lebensalter. Bekannt sind die Krisen um das 28. und um das 35. Lebensjahr (zur Zeit der Lebensmitte) und beim Altwerden. Kennt man diese allgemein gültigen Gesetzmäßigkeiten, kann man Krisenpunkte als Lebensaufgabe empfinden und ihnen einen Segen abzurufen versuchen.

Weiß man um die Gesetzmäßigkeiten, die dem Zusammenleben der Menschen zugrunde liegen, ist es viel leichter, Freundschaft, Ehe, Ge-

meinschaftsbildung und das Verhältnis der Generationen untereinander in guter Weise zu gestalten und Krisen zu meistern. Es wird der Sinn für Reifungs- und Entwicklungsschritte geweckt (8).

## 7. *Schicksalskunde*

Jedes Lebensschicksal kann als ein Kunstwerk erlebt werden. Am Lebensabend berichten immer wieder Menschen, daß sie im Lebensrückblick erleben, wie die einzelnen Lebensschritte in ein geheimnisvolles Ganzes hineinverwoben sind. Oft wird zum Ausdruck gebracht, daß man auch schmerzliche Erlebnisse nicht missen möchte, weil sie eine zentrale Schlüsselstellung für spätere Entwicklungen in sich tragen.

Will man therapeutisch tätig werden, gilt es, *Ehrfurcht vor diesem Schicksalsweben* zu üben. Dadurch reift eine tragfähige therapeutische Grundstimmung. Man erringt ein Gefühl für die Würde des Menschen und seine Möglichkeit, auch schweren Situationen etwas Positives abzugewinnen und bekommt Respekt vor den Möglichkeiten »zur Freiheit«. Erleben wir beim Patienten auch oft, daß er im Augenblick nicht fähig ist, aus Freiheit zu handeln, so muß doch alles therapeutische Bemühen darauf hinzielen, ihn so lange zu »begleiten«, bis er selbst wieder den Weg kennt und den Mut hat, herzhaft Schritte in Selbständigkeit zu gehen (8).

## 8. *Menschheitsgeschichte*

Für den künstlerischen Blick kann als Hintergrund hinzugesehen werden: Die *Menschheitsgeschichte als Bewußtseinsentwicklung* (9), die der individuellen Entwicklung vom Kind zum reifen und alten Menschen entspricht. Die Menschheitsaufgabe der Gegenwart wäre dann z. B. die naturwissenschaftliche Denkart in Klarheit und Exaktheit zu erlernen, dann aber auch die Grenzen dieser Denkart in der Anwendung auf Lebensvorgänge, Seelenerkenntnisse und Geistberührungen zu erleben und nach Möglichkeiten zu suchen, diese Grenzen zu überwinden.

Auch Kunstgeschichte kann auf diesem Hintergrund betrachtet werden (11).

## 9. *Der Blick auf den Gedanken der Reinkarnation*

Betrachtet man das Erdenleben als die Möglichkeit, selbständig zu werden, d. h. frei zu sein von dem unmittelbaren Einfluß höherer Gesetzmäßigkeiten, so spielt die Begegnung mit den zwei *Widersachermächten* eine zentrale Rolle (7/10). Ihnen verdanken wir unser Selbstbewußtsein. — Die eine Macht schenkt uns das reiche Innenleben, künstlerische Fähigkeiten, Innigkeit, die Möglichkeit zu philosophieren, aber auch ein weltfremder Schwärmer zu werden, den die Nöte seiner Umwelt nicht berühren. — Der zweiten Macht verdanken wir Erdenklugheit und Lebenstüchtigkeit, aber auch Gefühlsarmut, die Tendenz zum Kämpfen, Streiten, Kränken und Verletzen, d. h. zur kriegerischen Auseinandersetzung und in der negativen Rückwirkung die Angst.

Lernt man diese Mächte in ihren positiven und negativen Konsequenzen zu durchschauen — sowohl im Wirken in der eigenen Brust, als auch in der Welt — können übergeordnete Gesetzmäßigkeiten schon während der Lebenszeiten in der Seele aufleuchten. Nach dem Tode darf man sich vorstellen, daß die Gegensätzlichkeiten zwischen dem Erdenleben und einer übergeordneten Gesetzmäßigkeit erst leidvoll durchlebt werden, daß das Erleben dann aber ganz von den höheren göttlichen Gesetzen durchdrungen wird. Aus diesem Erleben erfolgt der Entschluß zur neuen Verkörperung mit dem Vorsatz, Begonnenes kraftvoll fortzusetzen oder zu korrigieren, aber auch sich dem Fortgang der Menschheitsentwicklung zur Verfügung zu stellen.

Sucht man derartige Gedankengänge nicht als weltanschauliches Wissen in sich zu tragen, sondern ist bemüht, im miterlebenden Denken voll in diese Dramatik einzutauchen, kann Respekt vor dem »vorgeburtlichen Entschluß« entstehen und ein Gefühl für die aus höherer Einsicht begründeten unbewußten »Vorsätze«, diese oder jene Schicksalsnöte zu durchleben. Gerade schweren Schicksalsschlägen oder schweren Krankheitszuständen gegenüber kann dies eine entscheidende Bereicherung unserer therapeutischen Durchhaltekraft werden. Selbst wenn man einwenden mag, daß der Gedanke der Reinkarnation nur eine Annahme sei, bestenfalls eine Arbeitshypothese darstellen könne,

so muß man sagen: aus dieser Arbeitshypothese kann eine therapeutische Kraft erfließen, die sonst nicht zu erringen ist.

## 10. *Die Evolutionslehre*

Wagt man noch einen Schritt weiter zu gehen, so können die bildhaften Schilderungen Rudolf Steiners über die *Vorgeschichte der Erde und der Menschheit* den wohl weitesten Hintergrund malen. Diese Bilder sind Aufforderungen, ihnen ihre Geheimnisse abzurufen. Sie fordern auf zum bildhaften, nacherlebenden Denken, zum Lauschen und Fragen. Antworten können nie erzwungen werden, sie sind immer Geschenk. Oft muß man den Mut haben, lange in innerer Aktivität warten zu können. Die »Urgesten der Wesensglieder« des Menschen aber auch der Künste, können bei diesem Bemühen entdeckt werden (13).

Diese verschiedenen durchlebten Fragestellungen können zu einer *geisteswissenschaftlich erweiterten Diagnose* führen, die zur *Therapie* hinüberleitet. Der Arzt muß überlegen, welche Maßnahmen (Hydrotherapie, Massagen, Einreibungen), vor allem aber welche Substanzen der Natur die Aufgabe übernehmen können, z. B. das aus dem Gleichgewicht geratene Zusammenspiel polarer Kräfte wieder in das gesunde Maß zurückzuführen.

Das Bemühen um eine Erweiterung des Erkenntnisvermögens schafft die Möglichkeiten, die wirksamen Kräfte auch in Pflanzen, Metallen und Mineralien zu erkennen. In gleicher Weise müßte diese Erkenntnisart die Grundlagen für die therapeutische Wirkung des Malens schaffen können.

## II. Das Wesen der Farben

### 1. *Die Malpraxis*

Am besten lernt man das Wesen der Farben erkennen durch die Erlebnisse beim Malen selbst.

### 2. *Das Farbenerleben*

Voraussetzung dafür ist das Bemühen mit dem miterlebenden Denken die Farben unserer Umgebung intensiver als sonst wahrzunehmen. Besondere Übungsmöglichkeiten ergibt der Farbenreichtum der Pflanzenwelt in ihrer wunderbaren Blütenpracht, das Spiel des Lichtes in den Tautropfen und Schneekristallen, aber auch das Miterleben der Farbstimmungen in der Natur bei Sonnenaufgängen und Sonnenuntergängen, oder gar in der immer wieder bezaubernden Erscheinung des Regenbogens.

Dieses Wahrnehmen und Miterleben hat zwei Komponenten: Im hineintauchenden, sich hineinverwandelnden Denken gehen wir ganz »aus uns heraus«, erleben Vorgänge im Umkreis mit. Es ist daher notwendig, nach einem solchen Erleben wieder ganz »zu sich zurück« zu kommen. Dies geschieht dadurch, daß man in einem Vorklang der inspirativen Haltung seine Gefühlsfähigkeit bereit macht, den Nachklang dieses Erlebens in sich aufzunehmen. Praktisch kann dies so geschehen, daß man zuerst hinausblickt, dann die Augen schließt und das Erlebnis in sich nachschwingen läßt. Bedeutsam ist beim Erleben der Farben, daß dieses Nachschwingen in intensiver Weise die Körperlichkeit ergreift. Es scheint dies zu den Besonderheiten des Farberlebens zu gehören, daß man oft schmerzlich, aber auch beglückend erleben kann, wie Farbwirkungen das Lebensgefühl beeinflussen. Es entsteht ein sehr »körpernahes« Qualitätserleben. Goethe nennt es »die sinnlich-sittliche Wirkung der Farbe«. Eine objektive Qualität wird persönlichstes bis in die Körperlichkeit herein spürbares Erlebnis. Es gibt Versuche, die diese Farbwirkungen wissenschaftlich zu beschreiben bemüht sind (14).



Ein gutes Übungsobjekt können auch die Farben sein, die bei den goetheschen Prismaversuchen entstehen und die farbigen Schatten.

### 3. *Das Farbenerinnern*

Hat man auf diese zweifache Weise — »hingegen« und »in sich zentriert«, — die Farben erlebt, kann man sie auch kraftvoll erinnern.

Rudolf Steiner gibt dazu eine weitere Anregung: Man möge sich eine blaue Fläche vorstellen, danach eine rote, dann wieder eine blaue, wieder eine rote, im mehrfach wiederholtem Wechsel (15). Man kann dadurch Beweglichkeit im exakten Farberinnern erringen.

Rudolf Steiner verdanken wir ferner den Hinweis, sich eine rote Scheibe vorzustellen, die von einem grünen Rand umgeben ist, der etwa dem Radius der roten Scheibe entspricht. Dann solle man versuchen, die rote Scheibe zentrifugal sich weiten zu lassen, bis sie den Raum einnimmt, den vorher die grüne Fläche inne hatte. Das Grün zieht sich bei diesem Vorgang zusammen und bildet jetzt den Kern dieser doppel-farbigem Kreisfläche. Diese Vorgänge lasse man in der Vorstellung mehrfach hintereinander erfolgen. Rudolf Steiner mißt gerade dieser Übung große Bedeutung zu, um den Schritt zum imaginativen Denken kraftvoll zu gestalten und zu erleichtern (16).

Eine Bereicherung erfährt diese Übung, wenn man den Ratschlag Rudolf Steiners befolgt, sich die Farben vorzustellen wie ein Objekt der Sinneswelt, ihnen also mit innerem Abstand gegenüberzutreten und dann alle Kraft der Aufmerksamkeit aus den Armen und Händen, die ja vorzüglich Träger der Willensimpulse sind, wie in einem »Tastvorgang« auf dieses innere Objekt zu lenken. Oder man kann sich vornehmen: das Vorstellungsobjekt mit dem Licht der liebevollen Aufmerksamkeit zu erhellen. Die eigentliche Farbigkeit müsse man sich allerdings aus dem Sternenumkreis als Geschenk »hinzuerbitten« (17/18).

### 4. *Die Erde als Farberleben*

Bemüht man sich um eine *Erweiterung des Hintergrundes*, so kann man sich die Erde als den blauen Planeten vorstellen, sie sozusagen mit dem

inneren »Astronautenblick« vor sich sehen. In Anlehnung an eine Schilderung Rudolf Steiners, darf man sich die Erde verwandelt denken in eine blauschimmernde Kristallkugel, sollte dann aber die Fülle des Sternenhimmels als große Kugelschale hinzusehen (19). In ähnlicher Weise kann jeder Mensch erlebt werden, wenn man ihn in seiner Eigenschaft als »Sinneswesen« betrachtet. Jedes Sinnesorgan hat kristallähnliche Durchlässigkeit; Lebensvorgänge treten maximal zurück, die Umgebung in ihrer Weite kann ins Innere dringen.

Ein erdenweites Rot-Erlebnis kann man sich vor die Seele stellen, wenn man bedenkt, daß in der Erdmitte rotglühende Magma- oder Metallmassen zu denken sind, die die feste Erdkruste gelegentlich zum Erbeben bringen, oder sich in Vulkanausbrüchen nach außen ergießen. Man kann zu diesem Bild hinzufügen die Menschen, die auf der Erde stehen, jeder auf einem Radius, der vom Erdmittelpunkt zu einem Stern über seinem Haupte weist. Jeder Mensch ist vom rotem Blut durchpulst. Das Blut wird durch die Begeisterung, die den Menschen erfassen kann, in Wallung gebracht, ebenso durch freudige Taten, aber auch durch Triebregungen, vielfältige Emotionen und Affekte.

Daneben kann man das Rot erleben, wie es in der Pflanzenwelt frei von Emotionen, z. B. in der Pracht der Rosenblüte in keuscher Schönheit zum Himmel aufleuchtet (13a).

Das Symbol des Rosenkreuzes will auf die Möglichkeit deuten, die Leidenschaftlichkeit des Blutes zu überwinden. (Die Einladung zu den ersten Aufführungen der Mysteriendramen in München zeigte das schwarze Kreuz mit den roten Rosen auf hellblauem Hintergrund.)

Als Übungsbild ist auch der Schilderungen Rudolf Steiners über den Zorn der Götter und die Güte der Götter zu gedenken (rot und rosa-violett (21a).

Schließlich sei noch an die Meditation: »Weisheit lebt im Licht« erinnert (25).

### *5. Rudolf Steiner: Über das Wesen der Farben*

Gemäß der Grundeinstellung, daß Anthroposophie nie Lehre bleiben möchte, sondern immer in das Leben hineinführen will, ging Rudolf

Steiner in seinen Vorträgen über die Welt der Farben einen entscheidenden Schritt über Goethes Farbenlehre hinaus.

Goethe erkennt die Farben als Taten und Leiden des Lichtes im Zusammenhang mit der Finsternis, scheut aber davor zurück, das darin wirkende Wesenhafte zu erfassen. (Goethes Farbenlehre, Abschnitt 919/920). — Rudolf Steiner setzt an diesem Punkte an und stellt die Farben als waltende Weltenkräfte dar, die in Vergangenheit und Zukunft, in Verdichtung und Auflösung, in Erde und Kosmos, in »Bild« und »Glanz« wirken. Dabei führen seine Schilderungen über die irdische physikalische Sphäre hinaus ins Ätherische und Astralisch-Geistige. Für jede Farbe ergeben sich mehrere, manchmal ungewöhnliche und widersprüchlich erscheinende Aspekte, je nachdem von welcher Betrachtungsebene aus sie gefaßt sind, von der physischen, ätherischen oder von der astralischen. Jede dieser Blickrichtungen benötigt die Anwendung der ihr entsprechenden Erkenntnismethode und schult diese. Die Lebensvorgänge des Ätherischen erfordern das intensivierete Denken; der seelisch-astralische Bereich das intensivierete Fühlen, damit Qualitäten und Wesenhaftes erfaßt werden können. Die Berührung mit dem eigentlich Geistigen benötigt das Intuitionsvermögen der intensivierten Willenskräfte — oder wie auch beim Denken und Fühlen zumindest das Sich-Bemühen um das Erlernen dieser neuen Fähigkeit (siehe Seite 10). So ergeht an uns die Aufforderung, die Darstellungen in den Farbvorträgen R. Steiners sehr exakt-wesenhaft aufzunehmen und nachzuerleben; an die Phänomene der Natur geeignete Fragen zu stellen und das Lauschen und Warten auf Antwort im Umgang mit den Farben zu üben (20).

### III. Wesen und Wirkungen der Malkunst

#### 1. *Der therapeutische Ansatz*

Es gibt zahlreiche Hinweise Rudolf Steiners, die die Wirkung des Malens auf die Wesensglieder des Menschen beschreiben.

Will man versuchen, daraus Grundlagen für eine Maltherapie zu entwickeln, gilt es zu bedenken, daß jedes therapeutische Bemühen immer ganz von der Situation des kranken Menschen ausgehen und diese miterleben muß, um dann langsam zum eigentlichen Wesen der entsprechenden künstlerischen Betätigung hinzuführen.

Wagt man es, eine entsprechende Darstellung Rudolf Steiners und I. Wegmans (23) in diesem Sinne auf die Maltherapie anzuwenden, wird man den Mut haben müssen, die Art des Malens immer wieder neu den besonderen Gegebenheiten des Patienten anzupassen. Im folgenden sollen einige Hinweise Rudolf Steiners aus der Fülle der Angaben herausgegriffen und ihre therapeutischen Anwendungsmöglichkeiten betrachtet werden.

#### 2. *Astralleib und Ätherleib*

In der Vortragsfolge: »Kunst im Lichte der Mysterienweisheit« (21) wird geschildert, daß beim Malen die inneren Impulse des astralischen Leibes in den Ätherleib »hineingedrängt« werden, »eine Stufe tiefer in den Ätherleib hinuntergeschoben werden«.

Durch das Malen müßte also sowohl auf den Ätherleib wie auf die Tätigkeit des Astralleibes gewirkt werden können und auf ihr Zusammenspiel, das ja im Idealfall geradezu die »Gesundheit« repräsentiert.

Therapeutische Anwendungsmöglichkeiten:

- a) Ein geschwächter Ätherleib kann durch ein intensives Wechselspiel mit dem Astralleib gestärkt werden.
- b) Ein übermäßig wirksamer Ätherleib kann vom Astralleib »gebändigt«, wieder von seinem polaren Wirken durchdrungen werden.

- c) Der Astralleib wird zu rechtem Eingreifen angeregt.
- d) Sein polares Kräftespiel und die richtige Bildung des »Mittleren« kann gestärkt werden. Es gibt bei vielen Krankheitsvorgängen zum Beispiel »Überformungen« im ganzen Organismus oder in einzelnen Organen; übermäßige Formtendenzen am falschen Ort; Formungen, die das Wechselspiel mit dem Gegenpol, der immer wieder neu auflockert und dadurch Geformtheit als biologisches Gleichgewicht ermöglicht, verloren haben. Es gibt aber auch zu schwache Formen, Prägen und Festwerden.

Ähnliche Einseitigkeiten können auch für den Bewegungspol aufgezeigt werden.

Durch das Malen kann das Zusammenspiel der Pole angesprochen werden.

*Die Aufgabe des Therapeuten* besteht darin, die Kräftesituation hinter dem Krankheitsgeschehen miterlebend zu erfassen. Nur so kann er bei seinem künstlerischen Tun, wie oben dargestellt, »ganz von der jeweiligen Krankheitssituation ausgehen«. Daraus ergibt sich, daß auch die Art des Malens immer wieder ganz individuell eingesetzt werden muß.

Ist es z. B. nötig, den Formpol zu aktivieren, wird man anders vorgehen müssen, als wenn er beruhigt werden muß, oder gar wenn es gilt, ihn aus einer einseitig lokalisierten Tätigkeit herauszulösen und ihn wieder in lebensvolle Wechselbeziehung zum anderen Pol zu bringen. Daß ein derartiges Wirken der polaren Kräfte wieder im ganzen Organismus möglich wird, wird wohl immer eine Zielstellung des Therapeuten sein müssen.

Durch die Wahl der Farbe kann gezielt auf die beiden Pole eingewirkt werden. Ebenso kann die Malmethode, die Technik, aber auch die Art des Materials der gewünschten Therapierichtung dienen. Man muß ihre Wirkungen selbst immer wieder intensiv erleben, damit man sie therapeutisch einsetzen kann. Durch das Bemühen um eine Erweiterung der Erkenntniskraft, kann das Wesen der Farben viel konsequenter gehandhabt werden.

Soll dieses Bemühen therapeutisch wirksam werden, muß an folgende *Besonderheiten des Astralleibes* gedacht werden:

Der menschliche Leib wurde als Fließgleichgewicht von Aufbau- und Abbauprozessen erkannt. Ebenso als Gleichgewicht von formenden Kräften und bewegenden Kräften, zentripetalen und zentrifugalen Tendenzen. Wir versuchten als Hintergrund die Erde im Sternenall zu sehen. Der Geistesforscher schildert den Fixsternhimmel als äußeren Ausdruck ordnender Gesetzmäßigkeiten. Diese kosmische Ordnungskraft bildet und erhält den einzelnen Menschenleib. Aus makrokosmischem Kräftewirken entsteht der *Mikrokosmos Mensch* mit seiner wunderbaren leiblichen Ordnung im Bau der Gestalt, der Organe und einzelnen Zellen.

Der Fixsternhimmel repräsentiert aber nicht nur ein Ordnungs- und Gesetzesprinzip. Die einzelnen Sterne sind bekanntlich Sonnen. Stellt man sich vor, daß das ausstrahlende Kräftewirken dieser Sonnen sich in jedem Menschenleib wie in einem Brennpunkt trifft, wird das Aufleuchten des »Strahlpols« im Menschenleib verständlich (22).

Kann man die Angaben des Geistesforschers über das Wirken kosmischer Kräfte im Menschenleib nicht ohne weiteres akzeptieren, lasse man sie für die folgenden Betrachtungen probeweise als Arbeitshypothese gelten.

Aus dem Leib wird das persönliche Seelenleben frei, das vom gleichen polaren Kräftespiel geprägt ist. In Sympathie öffnen wir uns in Hingebung der Welt, — in Antipathie ziehen wir uns von ihr zurück, kapseln uns in uns selber ein. Im Seelenleben können alle Vorgänge der Welt in ihrem polaren Kräftewirken »mitschwingen«. Auch sie sind ja von den gleichen Kräften durchdrungen. So kann die ganze Welt das Leben der Seele zum Mitklingen bringen und sie erfüllen.

Gestört wird diese Weltoffenheit durch die beiden Widersacherkräfte, denen wir Selbständigkeit, eine erste Stufe des Selbstbewußtseins, aber auch den Egoismus und das Erleben, frei zu sein von göttlichen zwingenden Gesetzen, verdanken. — Dieses Seelenleben in seiner persönlichen Geschlossenheit, wird ebenfalls mit dem Namen Astralleib, das ist Seelenleib, bezeichnet.

Will man Verwirrungen vermeiden, so muß immer deutlich werden, ob man vom *leibschaffenden Astralleib* (dem eigentlichen »Sternenleib«) spricht, der die Kräfte des Makrokosmos zum Mikrokosmos Mensch werden läßt, *oder das persönliche Seelenleben*, das von den beiden Widersachermächten geprägt bzw. korrumpiert ist, mit dem Wort Astralleib meint. Letzteres ist Ursache der *Möglichkeit zu erkranken*, ersterer repräsentiert, wenn er die Lebensvorgänge des Ätherleibes zwischen seinen Polen zum Strömen bringt, *Gesundheit*. Sein Wirken gleicht in der Nacht die Schädigungen des egoistischen Seelenlebens aus, er regeneriert und erhält die gesunde Gestalt.

Durch die Kraft des Ichs wird der Seelenleib differenziert und innerlich geordnet. Als *Empfindungsseele* schwingt er mit der Welt mit und verinnerlicht seine Umgebung. Als *Verstandesseele* werden die eigenen Seelenregungen und an der Welt erworbene Erinnerungsinhalte von den Gesetzen des logischen Denkens durchgestaltet. Als *Bewußtseinsseele* wird die Fähigkeit des Seelenleibes »mitzuschwingen« der Welt der Ideen und göttlichen Gesetze bewußt »zur Verfügung gestellt«.

Der *Ätherleib* repräsentiert die Lebensvorgänge im physischen Leib und ist den Lebensvorgängen im Pflanzengürtel der Erde verwandt. Als »Umkreis«-Geschehen wirkt das Ätherische in den Lebensvorgängen der ganzen Erde in jeglichem Wachsen und Gedeihen. Licht, Wärme, Chemismus und Leben sind zu unterscheidende Wirkensqualitäten des Äther- oder Lebenleibes von Mensch und Erde.

### 3. *Das Wechselspiel zwischen Innenleben und Miterleben der Welt. Der Sinnesmensch und der Tatmensch.*

Ein besonderes Phänomen des Seelischen besteht darin, daß das Wechselspiel zwischen Formpol und Bewegungspol im Leiblichen in der Regel Gesundheit repräsentiert, wenn das seelische Wechselspiel zwischen Innenleben und äußerer Welt intakt ist, d. h. ein ausgeglichenes seelisches Atmen stattfindet. Durch die Auseinandersetzung mit den Mächten des Bösen in der eigenen Seele und in der Welt, aber auch durch das Darinnenstehen in den Zeitenschicksalen (Wirkungen der

Zivilisation) sind diese Vorgänge in mannigfaltiger Weise gestört. Es ist z. B. ein Zeitsymptom, daß nicht mehr richtig wahrgenommen werden kann. Dies gilt sowohl gegenüber der Natur, als auch für die Beziehung zu anderen Menschen. — Ebenso häufig wird über Willensschwäche und Willenslähmung geklagt. »Larvierte Depressionen« werden oft nicht erkannt und machen vielfältige Beschwerden. — Es gibt ein zu reiches Innenleben ohne großes Interesse an der realen Umgebung, aber auch ein Sich-Verausgaben in äußere Aktivitäten, bei dem das Innenleben verkümmert.

Die Wirkung von anhaltenden seelischen Fehleinstellungen wurde in den letzten Jahrzehnten durch die psychosomatische Medizin zum Forschungsinhalt gemacht. Psychovegetative Syndrome werden heute als Krankheitszustände anerkannt, obwohl Veränderungen in den Organen nicht nachgewiesen werden können, sondern nur Störungen der Organfunktion vorliegen (26).

*Die Aufgabe des Therapeuten* besteht darin, das Wechselspiel zwischen Tun und Sinnen wieder in Gang zu setzen. Es gibt Patienten, die drauflospinseln, ohne genügend vor ihrer nächsten Tat innerlich zurückzutreten. Sie betrachten das bereits Vorhandene zu wenig und können nicht spüren, was das Bild als nächste Farbwirkung »fordert«. Gelingt es, den Patienten zum Wechselspiel zwischen Betrachten und Tätigwerden, zu bringen, so kann die Seele wieder zwischen »Innenleben« und »Weltenleben« atmen. Das Innenleben wird reich, aber immer wieder an der Welt entfacht und korrigiert.

#### 4. *Malerei und das Leben der Seele. Verinnerlichen und schöpferisches Tun.*

Die Malerei ist die Kunst, die die Gesetze unseres Astralleibes enthält, so heißt es in den Vorträgen: »Die Kunst im Lichte der Mysterienweisheit«. Dort findet sich folgende Feststellung: »In den Ätherleib werden hineingedrängt die inneren Impulse des astralischen Leibes, so daß wir uns in der Malerei unseres Ichs entäußern, und so leben, wie wenn wir nur im astralischen Leibe erleben würden, aber dieses astralische Leben



hinunterdrängen in den Ätherleib« (21). Es ist dies ein Vorgang der Verinnerlichung. Der Inhalt des astralischen Leibes kann dabei sowohl das ganz persönliche, von Egoismen durchtränkte Seelenleben sein, als auch ein Seelenleben, das von etwas Objektivem, z. B. dem Wesen einer Farbe berührt und durchdrungen ist. (Das letztere würde der Haltung der Empfindungsseele aber auch der der Bewußtseinsseele entsprechen können.)

Das innere Erleben wird dann im malerischen Tun »herausgesetzt«.

»Das Malerische ist gleichsam die äußere Projektion unserer astralischen Innerlichkeit. Geradeso wie wir in unserer astralischen Innerlichkeit erleben Stimmungen wie Trauer, Freude, Charakteristisches, Ausdrucksvolles, wie wir erleben das, was das Geschick über uns bringt, so erleben wir das, was der Maler uns auf die Leinwand zaubert und was ein Widerschein ist unseres eigenen inneren astralischen Wesens!«

In jedem Bild, das gemalt wird, entsteht ein Zusammenspiel des ganz persönlich Seelischen mit dem universell Seelischen, das den Leib bildet und durch sein Mitschwingen objektive Qualitätserlebnisse vermitteln kann. Also schon im Tagestun wirken die beiden Qualitäten des Seelischen hier geheimnisvoll zusammen, nicht erst durch die Vorgänge im Schlaf.

Das therapeutische Malen der Psychoanalytiker möchte Gelegenheit schaffen, unbewußt gewordene Seelenerlebnisse herauszusetzen, herauszuprojizieren, um sie damit bewußter Erkenntnis zugänglich zu machen.

Unser therapeutischer Weg gründet in der Auffassung, daß die Seelenkräfte am Erleben objektiver Inhalte geübt werden können und dadurch Wirkungen im Körper, der von entsprechenden objektiven kosmischen Seelenkräften gestaltet wird, geweckt werden. Je intensiver und leibnaher verinnerlicht wurde, desto kraftvoller kann *das Umschlagen* in schöpferisches Tun erfolgen, können aus der Leiblichkeit Willens- und Schaffenskräfte frei werden. Es ist ein grundlegender Gedankengang der anthroposophischen Menschenkunde, daß auf dem Wege über den persönlichen Astralleib bei den Künsten die universelle Astralität, das formende und bewegende Prinzip, das den Menschenleib gestaltet und erhält, angesprochen und im Malvorgang wirksam werden kann.

*Aufgabe des Therapeuten* ist es, das Wechselspiel zwischen Verinnerlichen und schöpferischem Tun ins atmende Gleichgewicht zu bringen. Im Malraum muß eine therapeutische Stimmung herrschen, die dies erleichtert. Hilfreich ist, daß der Therapeut selbst immer wieder diese Haltung vorlebt und der Patient dadurch bemerkt, daß starkes verinnerlichendes Farberleben das Umschlagen in schöpferische Tatenfreudigkeit fördert.

### 5. *Seelenleben und vegetatives Nervensystem*

Es ist bekannt, daß die Regulationsvorgänge in den Organen durch das vegetative Nervensystem gesteuert werden. Das vegetative Nervensystem hat dabei eine Mittlerrolle zwischen Seelenleben und Körpergeschehen. Entsprechend den Gesetzen des Seelischen (des Astralleibes) ist es polar organisiert (Sympathicus und Vagus). Dieses Ordnungssystem bewirkt gesunde Funktionen, wenn das Wechselspiel seiner Pole in ständigem rhythmischem Fluß ist. Durch einseitige Seelenhaltungen kann dieser Rhythmus gestört werden. Anhaltende Kümmernisse, überwertige, affektdurchsetzte, festgefahrene und zwingende Gedanken, vor allem aber die heute so häufige Mischung von Enttäuschung und Ärger, wirken korrumpierend auf das sonst so wunderbar harmonisierende Wechselspiel der Pole des vegetativen Nervensystems (5). Bei psychovegetativen Syndromen kann man die kränkende Wirkung einseitigen Seelenlebens außerordentlich eindrucksvoll beobachten (26). Rudolf Steiner beschreibt die vegetativen Nerven folgendermaßen (5): »Sie sind von sich aus vorzüglich nur lebende Organe. Die astralische und die Ich-Organisation wirken auf sie nicht innerlich organisierend, sondern von außen. Daher ist der Einfluß der in diesen Nervenorganen wirksamen Ich- und astralischen Organisation ein starker. Affekte und Leidenschaften haben eine dauernde bedeutsame Wirkung auf den Sympathicus. Kummer, Sorgen richten dieses Nervensystem allmählich zugrunde.«

Es erklärt sich die Wirkung seelischer Vorgänge bis in die Lebensvorgänge des Leibes, wenn man in dieser Weise das Vegetativum als Begegnungsmöglichkeit von Astralleib und Ätherleib auffaßt. (Die

Empfindungsseele erregt den Empfindungsleib als Teil des Ätherleibes, der dem Seelenleben besonders zugänglich ist.) (3)

Zu bedenken ist, daß der Übergang von funktionellen Störungen in organische Veränderungen fließend ist und jederzeit erfolgen kann. Wenn seelische Fehlhaltungen korrumpierend auf die gesunde Funktion der Organe zu wirken vermögen, muß eine Aktivierung des Seelischen, die durch Einbeziehung des Ätherischen zum gesunden Wechselspiel der Pole und zum richtigen Atmen zwischen Innen und Außen führt, auch gesundend wirken können. Eine der Möglichkeiten, hier einzugreifen, ist die Maltherapie.

*Die Aufgabe des Therapeuten* bestünde darin, beim Malen eine freudige Erlebniskraft entstehen zu lassen, so daß die Erlebnisse an der Farbe bis ins Körperliche hineinwirken können. Die Wahl der Farben müßte das innere Atmen und rhythmische Wechselspiel unterstützen können.

## 6. *Vorstellungsleben und Fühlen beim Malen*

Viele Einseitigkeiten des Seelenlebens entstehen heutzutage durch ein einseitiges Denken. Die Neigung zu Überformung des Denkens, zu zwingenden Denkabläufen und Einengung der Denkinhalte (Spezialisierung) wurde schon angedeutet. Es wird im Denken heute vielfach der Weitblick verloren. Eine betonte Sachlichkeit verliert das Zusammenspiel mit dem Gefühlsleben, das dem Denken Farbigkeit und Lebensfülle verleiht. Das Denken wird egozentrisch und damit in den Dienst eigener Begierden gestellt, gerät in Gefahr, kalt und hart zu werden, nur schwarz und weiß zu zeichnen. Über die Vermittlung des vegetativen Nervensystems können derartige seelische Einseitigkeiten zu funktionellen Störungen führen, z. B. Verkrampfungen und Stauungen bewirken. Diese können die Grundlage für die Entstehung von körperlichen Verhärtungs- und Verfestigungskrankheiten werden. Die Angabe Rudolf Steiners, daß auch die Tumorbildung ähnlich zu verstehen sei, bedarf einer besonderen Erarbeitung, kann dann aber Grundlage intensiven therapeutischen Einsatzes werden.

Beim Malen müssen nach einer Angabe Rudolf Steiners die »Vor-

stellungen hinschwinden«, sie müssen »im Gefühl als Farbe auferstehen«. — Im Gefühl sind immer die Pole des Astralleibes im fließenden Geschehen wirksam. Beim Malen äußert sich das Gefühl nicht nur in subjektiven Reaktionen von Sympathie und Antipathie, sondern es läßt sich vom Wesen der jeweiligen Farbe prägen. Das Gefühl wird also zum Instrument eines »objektiven« Erlebens, einer ganz persönlich erlebten, aber objektiven Erkenntnis. Eine Steigerung dieses erüblichen Seelenvorganges erfolgt, wenn nicht nur »eine« Farbe als Erlebnis angeboten wird, sondern ein Zusammenklängen mehrerer, vielleicht sogar polarischer Farben zum Thema eines Bildes wird. Dabei kommt es zuerst *nur* auf das Farberleben an. Erst später ergibt sich die Frage, ob in dem bisher Gemalten Gestaltungen zu erahnen sind, die dann bewußt weitergeführt werden.

*Die Aufgabe des Therapeuten* besteht darin, diese Seelenvorgänge beim Patienten in Gang zu bringen und zu begleiten. Oft ist es im Anfang die Hauptarbeit, die Bereitschaft zu erzeugen, das intellektuelle Denken, das doch die Hauptstütze des üblichen Seelenlebens ist, und die Neigung zum konstruierenden Vorstellen einmal hinschwinden zu lassen und den Mut zum unmittelbaren Erleben wachzurufen. Gelingt dies, so wird es immer wieder für den Therapeuten und den Patienten zu einem eindrucksvollen und oft beglückenden Erlebnis, daß dieser Vorgang als erfrischend, belebend, aber auch beruhigend und entkrampfend empfunden wird. Ganz neu ist für die meisten Menschen die selbsterlebte Feststellung, daß Gefühle objektive Inhalte haben können, die für die Mitpatienten in fast gleicher Weise erlebbar sind wie für die eigene Person. Man möchte fast formulieren: Besteht eine der therapeutischen Wirkungen des Malens vielleicht darin, daß der Gefühlsfähigkeit objektive Inhalte gegeben werden und die Gefühlskraft an ihnen geübt wird? Astralleib und Ätherleib würden dadurch intensiver zusammenwirken. Die Empfindungsseele bewegt den Empfindungsleib, der ein Teil des Ätherleibes ist (3). Je mehr man sich mit dieser Fragestellung befaßt, um so überzeugender wird es, daß Sinnesindrücke immer bis in die Leibesvorgänge hineinwirken. Sie können dabei zerstören oder beleben und kräftigen.

## 7. Wachen und Schlafen

Es ist ein eigenartiger, aber vielleicht besonders ernst zu nehmender Hinweis Rudolf Steiners, daß gerade beim Malen der Rhythmus »Wachen und Schlafen« eine große Rolle spielt. Aus den Kräften der wachen Tagesseele, in der notwendigerweise alle persönlichen seelischen Einseitigkeiten mitschwingen, wird in eifrigem Bemühen ein Bild gestaltet. Das Besondere des Malens ist, — im Gegensatz zur Musik —, daß das Ergebnis des Tuns angeschaut werden kann. Kaum je wird man wohl ganz mit diesem Ergebnis zufrieden sein. Das Betrachten des gemalten Bildes hat darin Ähnlichkeit mit der Rückschau auf die Taten des vergangenen Tages im Bemühen um Selbsterkenntnis. — Was heißt es nun aber, wenn das Erlebnis des unvollkommenen Bildes mit in den Schlaf genommen wird, in dem die gesundenden Kräfte des »leibschaffenden und leiberhaltenden« kosmischen Astralleibes wirksam sind? Wachen wir vielleicht auch mit einem Nachklang der Korrektur unserer Tagestaten auf, wie dies für unsere moralischen Taten geschieht? Klingt etwas von dem Urbild der leibgestaltenden Menschenseele nach, dem wir nachts verbunden sind, das nachts in die Geheimnisse unserer leiblichen Gesundheit hereinwirkt? — Will man dies einmal annehmen, dann ergäbe sich die Notwendigkeit, daß beim therapeutischen Malen die Möglichkeit besteht, am nächsten Tage am begonnenen Bild weiterzumalen, oder ein neues »reiferes« anzufangen. Die therapeutische Malstunde müßte also möglichst täglich stattfinden.

Nicht selten wird aber auch erlebt, daß man am Ende der Therapie-stunde recht unzufrieden war, am nächsten Tag aber erkennt, daß es doch schon gelungen war, etwas Wesentliches auszudrücken.

*Aufgabe des Therapeuten* müßte es sein, am Ende jeder Stunde auf den Ablauf des Malens zurückzublicken, den gegenwärtigen Stand des Bildes nachklingen zu lassen und anzuregen, daß man mit der Frage, was das Bild als Gesamtkomposition noch erfordert, abschließt. Diese Frage nimmt man dann mit in den Schlaf. Es darf aber kein drängendes oder gar zum Grübeln anregendes inneres Fragen sein, sondern ein »bittendes Fragen«, das dem Lauschen- und Warten-Können verwandt ist.

## 8. *Ich-Taten und Malkunst*

Welche Rolle spielen Ich-Taten beim Malen? Im oben angeführten Zitat heißt es: »Daß wir uns in der Malerei unseres Ichs entäußern und so leben, wie wenn wir nur im astralischen Leib erleben würden.« Wir müssen uns des klugen Tages-Ichs entäußern, das Ich aber in einer neuen Weise wiederfinden. (Dieses »Stirb und Werde« gehört ja geradezu zu den Geheimnissen des Ichs.) Bei jeder Wahrnehmung, ganz besonders bei einer, die liebevoll geschieht, tauchen wir mit Ich und Astralleib in das betrachtete Objekt ein. Wir »verlieren uns« in dessen Wesen, um bereichert durch den Nachklang dieses Erlebens uns als »Ich-Mittelpunkt« wieder zu finden. Das Wahrnehmen selbst ist also ein Ich-Vorgang, besonders wenn es in liebevoller Hingabe geschieht, wie sich dies beim künstlerischen Blick und beim intensivierten bildhaften Denken vollzieht. Geschieht das Wahrnehmen als bewußte Tat, bleibt das Ich immer etwas außerhalb vom eigentlichen seelischen Erleben in einer »tätigen Beobachtersituation«. Besonders ausgeprägt ist dies beim Vorgang des bewußten Verinnerlichens und »Mitschwingens«. — Daß der Vorgang der Hingabe und des Nachklingens immer wieder neu in Gang gesetzt wird, gehört ebenfalls zu den Ich-Taten. — Wenn es gilt, ein Einzelnes im Zusammenhang mit einem Ganzen zu sehen, etwa das Wesen einer Farbe nicht nur zu erkennen, sondern es im Zusammenklang mit anderen an seinen richtigen Platz zu stellen, so geht dies ebenfalls nicht ohne Beteiligung des wachen Ichs, auch wenn dabei ein Wechselspiel mit den universellen Astralkräften stattfindet. In der Komposition eines Bildes kommt dieses Zusammenwirken besonders schön zum Ausdruck. Wenn dabei durch Zweifel und Entscheidungsnotwendigkeiten hindurchgegangen werden muß, werden wir auch dabei zu Ich-Taten aufgerufen. Ist nicht das Schaffen eines jeden Bildes wie ein Abenteuer, wie ein Abklang des ganzen Lebens? Fehler müssen gewagt werden, um ein Ziel deutlicher sehen zu lernen. Ein ungewolltes Ereignis kann stören, zerstören oder aber Anlaß zu Entdeckungen und Kompositionen werden, die sonst nie erlebbar geworden wären. Nicht aufgeben, sondern weiterfragen und suchen, ist eine Ich-Tat. Ebenso

ist es das Sich-Mühen um Geistesgegenwart. Intuitionskraft wird bewußt erübt.

*Aufgabe des Therapeuten* ist es, Vorbild zu sein, Vorbildhaftes in den Werken großer Künstler zum Erlebnis zu bringen, den Blick für Kompositionsgeheimnisse zu wecken, Entscheidungsfreudigkeit anzuregen, auch wenn es erst einmal eine Fehlentscheidung sein sollte. Bei schwerkranken, geschwächten oder ängstlichen Patienten muß man, wie dargestellt, von ihren Krankheitssituationen ausgehen und anfangs manche Hilfestellung geben. Schrittweise kann bei ihnen, gerade durch künstlerisches Tun, das Vertrauen in die eigene Tatkraft und Entscheidungsfähigkeit wieder geweckt werden.

## IV. Die innere Haltung des Therapeuten

Werden die Vorbereitungsschritte des Maltherapeuten in der beschriebenen Weise durchlebt, entsteht eine tragfähige therapeutische Grundhaltung, die sowohl Ehrfurcht vor dem persönlichen Schicksal, als auch vor dem Wunder der menschlichen Leiblichkeit, vor körperlicher und seelischer Gesundheit beinhaltet. Aus dieser Haltung ist es möglich, in der Malstunde eine gute therapeutische Stimmung zu erzeugen. Sie muß Ruhe, Vertrauen und Gelöstheit ermöglichen. Viel kann ein kleines Anfangsgespräch bewirken, in dem etwas über die Art des Malens erzählt wird und zum Ausdruck gebracht wird, daß jedes Psychologisieren oder Beurteilen vermieden wird. Es komme nur darauf an, sich mit Freude auf Entdeckungsreisen in die Welt der Farben zu wagen.

Ein interessantes Phänomen ist es, daß die Intensität, mit der der Therapeut selbst von seiner Aufgabe durchglüht ist, auf seine Patienten überzuspringen vermag. Ohne daß wir uns meist darüber Rechenschaft geben, wirken wir ja immer durch unsere Persönlichkeit und können ordnende oder Unruhe bringende Auswirkungen unserer eigenen Taten beobachten (24).

Versucht ein Therapeut, an sich selber zu arbeiten, darf er sicher sein, daß es ihm immer besser gelingen wird, auch schwierige therapeutische Aufgaben zu meistern. Wahrscheinlich muß dieses An-Sich-Arbeiten und Sich-Bemühen um eine verinnerlichte Erkenntnis noch intensiver und ernster erfolgen als dies von anderen allgemein anerkannten Disziplinen — wie z. B. der Psychotherapie — als Vorbereitung für die Berufswirksamkeit gefordert wird.



## V. Praktische Anwendung der Maltherapie

### 1. Der Versuch die Krankheitsdynamik zu erfassen

Vor uns steht die Aufgabe die Anwendung der Maltherapie bei verschiedenen Krankheitsbildern herauszuarbeiten. An einem Beispiel aus der Arbeit der Abteilung für Künstlerische Therapie und Psychosomatische Medizin der Filderklinik sei ein derartiges Bemühen geschildert.\*

In einer täglichen Morgenarbeit werden die anthroposophischen Grundlagen von Menschenkunde und Krankheitslehre vertieft. In Fortbildungskursen werden außerdem wissenschaftliche Kenntnisse vermittelt, allerdings in künstlerischer Form. So werden z. B. Organe gezeichnet oder modelliert. Mit dem goetheanistischen, künstlerischen Blick wird versucht, die Dramatik eines Krankheitsgeschehens zu erleben.

Versuchen wir dies als Beispiel bei Erkrankungen des Darmes. Wie eigenartig ist der Unterschied zwischen Dünndarm und Dickdarm. In das Lumen des Dünndarms hinein werden große Mengen von Verdauungssäften durch die Drüsen aus dem Blute abgesondert. Dadurch wird der Darminhalt verändert, und in einem nächsten Schritt Flüssigkeiten und Substanzen wieder ins Blut hinein aufgenommen. Es herrscht intensives Leben in ständiger Bewegung und »atmendem« Geben und Nehmen. Das ist die Geste des Astralleibes im Wechselspiel mit dem Ätherleib. — Auch in der Darmwand selbst wirken intensive Lebensvorgänge. Die Schleimhaut wird ständig abgeschilfert und neu gebildet. Ihre Struktur bleibt aber stets erhalten im gesunden Gleichgewicht von Abbau und Aufbau. — Im Dickdarm ist dieses »Atmen« einseitig geworden. Das Einatmen gegenüber dem Darminhalt überwiegt. Das »Wäßrige« wird ins Blut zurückgenommen; der Inhalt des Darmes wird »dick«, erdenähnlich, in der Tendenz mineralisiert. Das Leben zieht sich in die Umgebung des Darmes zurück.

Betrachtet man eine Krankheit wie die *Colitis ulcerosa* (Dickdarmentzündung) mit oberflächlicher Geschwürsbildung, Blutungsneigung, aber auch Neigung zur Bildung von Polypen, die bösartig entarten können und den *Morbus Crohn*, eine Dünndarmentzündung, die mit

\* Mit herzlichem Dank an alle beteiligten Therapeuten und Kollegen.

Eiterungen einhergeht, zu Abszessen und Fistelbildung führen kann, aber auch Neigung zu narbiger Verhärtung und Verengung des Darmes hat, so gilt es, sich Kenntnisse über das Wesen von Entzündung auf der einen Seite und Verhärtung und Geschwulstbildung auf der anderen Seite zu erwerben. In den Vorträgen für Ärzte (4/5) gibt Rudolf Steiner viele Hinweise, die anregen, der Dynamik dieser Vorgänge in ihrer Beziehung zu den Wesensgliedern näherzukommen. Gerade diesen beiden eigenartigen Krankheitsbildern, bei denen sonst gegensätzliche Krankheitsvorgänge ineinanderspielen, kann man kaum Verständnis abringen, ohne eine derartige Vorbereitung. —

Beim *Morbus Crohn* erkrankt im Anfangsstadium nur ein scharf umschriebener Teil des Dünndarmes. Greift der Astralleib hier zu stark oder zu schwach ein? Welcher Pol des Astralleibes wirkt zu stark oder zu schwach? — Die anfänglich regional scharfe Begrenzung des Krankheitsgeschehens läßt vermuten, daß der Formpol übermäßig in diesem Abschnitt wirkt und der andere Pol, der Entzündungsvorgängen verwandt ist, lokalisiert zur Gegenreaktion aufgerufen wird. Statt »atmendem« Wechselspiel der Pole gegenüber dem Darminhalt, in Absondern und Aufnehmen, prallen beide Pole in der Darmwand aufeinander. Die Darmwand wird nicht vom Astralleib »durchatmet«, bleibt auch selbst nicht im eigenen Gleichgewicht, sondern wird in das einseitige Wirken einbezogen. Sie wird von Entzündungsvorgängen durchsetzt, die sich häufig bis zur Bildung von Abszessen und Fistelgängen steigern. Sie wird aber auch von den Härteprozessen der Narbenbildung ergriffen, die Starre bewirken und schrumpfend das Darmlumen auf Fadendünne einengen oder ganz verschließen können. In der Darmwand selbst ist das Wirken der Pole also anscheinend zu stark und ohne atmendes Wechselspiel, wie ineinander »verhakt«. Gegenüber dem Darminhalt ist die Wirksamkeit des Astralleibes zu schwach. Der Speisebrei wird nicht genügend verarbeitet und passiert den Darm zu schnell (Durchfallneigung).

*Die psychosomatische Medizin* hat bei Patienten mit Morbus Crohn und Colitis ulcerosa eine auffällige Häufung von Todesfällen und

Trennungserlebnissen in der Kindes- und Jugendzeit beobachtet; ebenso das drückende Erlebnis, einem übermächtigen Schicksal ausgeliefert zu sein. Wie können diese Beobachtungen in ihrer Dynamik verstanden werden? Wie wird von diesen Schicksalsereignissen das Seelenleben und seine Beziehung zu körperlichen Vorgängen geprägt?

Wird einem späteren *Crohn-Patienten* als Kind in dem Alter, in dem es sich an den Eltern orientieren, an ihnen das Vertrauen zum Leben entwickeln möchte, ein Elternteil durch den Tod entrissen, oder, was oft noch schwerwiegender ist, durch Scheidung, so wird die Kraft des Vertrauens und der Hingabe in ihrer Entfaltung gehemmt. Zutiefst verwundet kann sich die Seele in sich selbst zurückziehen. Der Strahlpol wird geschwächt, wirkt nicht nach außen in Mut und Tatkraft, sondern am »falschen Ort«, in innerlichen leidvollen Gedanken und Gefühlen. Häufig wird gleichzeitig der andere Pol aktiviert. Die Kinder zwingen sich zum Durchhalten, sogar zu äußeren Taten. Das Seelenleben atmet aber nicht, sondern wirkt gepreßt. Die Pole wirken ohne schwingende Mitte ineinander. Das Geben und Nehmen gegenüber der Umwelt ist reduziert. — Um ein Schicksalsereignis oder eine sonstige bedrängende Forderung »verdauen« zu können, müssen in ähnlicher Weise wie die Verdauungssäfte abgesondert werden, Seelenkräfte tatfreudig »nach außen« wirksam werden können. Dann ist es möglich, sogar übermäßig lastenden und drückenden Forderungen etwas Nährendes und Kräftigendes abzuringen.

Gelingt es nicht, das Kind wieder zum gesunden Wechselwirken mit der Umwelt zu führen, können die Seelenkräfte sich an das einseitig gewordene Zusammenspiel gewöhnen. — Meist bleiben Gewohnheit gewordene seelische Fehlhaltungen jahrelang ohne erkennbare körperliche Folgen. Ein akutes seelisches Trauma, das sehr viel später durchlebt wird, kann bei den beiden Darmkrankheiten gar nicht selten außerordentlich rasch, manchmal von einem Tag auf den anderen zur Auslösung des Krankheitsgeschehens führen. Hat die jahrelange einseitige Seelenhaltung dann doch vorbereitend gewirkt und ein ihr besonders entsprechendes Organ unvermerkt vorgeschädigt? — Die Ähnlichkeit der Dynamik von Seelenleben und Funktion bestimmter Organe in

Gesundheit und Krankheit ist immer wieder eindrucksvoll. Dürfen wir daraus Rückschlüsse auf das Wechselspiel von Psyche und Soma ziehen? — Nimmt man an, daß die gleichen polaren Kräfte, die die Gestaltungen aufbauen und den Organfunktionen zugrunde liegen, auch im Seelenleben wirken, ist ein derartiger Zusammenhang durchaus denkbar. Es kommt allerdings darauf an, nicht nur bei Denkmöglichkeiten stehen zu bleiben, sondern die Intensivierung der Wahrnehmungsfähigkeit zu üben, um Kräftewirkungen mit wissenschaftlicher Sachlichkeit und künstlerischem Blick erkennen zu können. Vielleicht läßt sich auf diese Weise sogar die Rätselfrage angehen, warum einzelne Krankheiten bevorzugt bestimmte Organe »auswählen«. (Derartige Fragestellungen müßten zu einer Erweiterung der bisherigen psychosomatischen Forschung führen können.)

*Colitis ulcerosa*: Im Dickdarm wird dem Darminhalt, in dem die intensiven Lebensvorgänge des Dünndarmes nachwirken, das »Wäßrige« entzogen. Es ist, wie wenn damit auch die Lebensvorgänge aus dem Darmlumen ins Innere der Darmschleimhaut und in die Umgebung des Darmes aufgesogen werden. Wie andersartig muß also diese Dickdarmschleimhaut von den Kräften des Astralleibes durchwebt sein! Kein atmendes Geben und Nehmen findet statt, wie im Dünndarm, sondern ein einseitiges Einatmen. Der *Colitis* als Entzündung der Dickdarmschleimhaut entspräche vielleicht ein fehlerhaftes Wirken des Astralleibes in der Tendenz fast wie es im Dünndarm richtig wäre. Es wirken Flüssigkeits- und Entzündungsvorgänge in Richtung Darmlumen, anstelle des Aufsaugens in umgekehrter Richtung. Vor allem wird die Darmwand selbst zum Ort dieses fehlerhaften Wirkens. Sie bleibt gegenüber den physiologischen Vorgängen nicht in ihrem Eigenleben und ihrer eigenen Gestaltung erhalten. Es kommt dort, ähnlich wie bei Morbus Crohn, zum Aufeinanderprallen oder Nebeneinanderwirken der polaren Kräfte. Polypenbildung, Tumorbildung entsprechen zu intensiv und lokalisiert wirkenden Formkräften. Entzündungen, Blutungen, Geschwürsbildungen entsprechen dem Wirken des Strahlpols. Der Darminhalt bleibt nicht nur wäßrig, anstatt fest zu werden, sondern er ist mit Blut und Schleim vermischt. Die Darment-

leerungen selbst werden zum unerbittlichen Zwang, anstatt zum »befreienden Erlebnis«.

Auch bei der Colitis werden ähnliche Schicksalskonstellationen berichtet wie beim Morbus Crohn. Es entsteht die Frage, ob bei diesen Patienten Schicksalsschläge in etwas anderer Weise zu Fehlhaltungen des Seelenlebens führen. Läßt man sich die Reaktionen der Patienten auf Trennungserlebnisse in Kindheit oder Jugend schildern, kann man den Eindruck gewinnen, daß ihr Seelenleben zu wenig von klärenden Gedanken erfüllt war und ist. Es bleibt alles zu sehr im Fluß. Oberflächlich betrachtet können ihre Gedankenäußerungen zwar sogar recht reif wirken, sie erfassen aber nicht die eigentlichen Tiefen. Dort bleibt der Mensch zutiefst verwundet. Jedes Lebensvertrauen ist verloren. Zuviel »Herzblut« fließt schmerzvoll in das Leben dieser Gedanken und Gefühle. Dadurch entsteht oft ein depressiv gefärbtes, grübelndes, unscharf konturiertes Innenleben. Gerade der Vertrauensverlust und das Erleben übermächtigen Ereignissen ausgeliefert zu sein, erzeugen ein eigenartiges Gedanken- und Gefühls-Konglomerat, das ein gewisses Eigenleben bekommt und sich dem klärenden Denken entzieht. Es ist doch eine wunderbare Fähigkeit des Denkens, aus einer flutenden, unbestimmten »Vorgestalt« (v. Weizsäcker) oder gar einem Gedankenknäuel das Zuviel an Lebensvorgängen herauszulösen, damit eine kristallklare Vorstellung resultiert. Nur aus diesem Klärungs- und »Mineralisierungsvorgang« können mutvolle Taten erwachsen.

Eigenartig ist wiederum, daß ein einseitig gewordenes zutiefst gekränktes Seelenleben ohne wesentliche Beschwerden jahrelang bestehen kann. Die nachts wirkenden Kräfte des kosmosverwandten Astralleibes scheinen also genügend Gegenwirkungen erzeugen zu können, um die Organe in ihrer gesunden Gestalt und Funktion zu erhalten. Erst wenn neue Belastungen auftreten denen der Patient sich hoffnungslos ausgeliefert fühlt, wird die Krankheit manifest.

## *2. Ein Beispiel therapeutischen Bemühens*

Aus dem Versuch, dies alles mitzerleben, wächst die Frage nach dem therapeutischen Ansatz, diesem Lebensschicksal einen neuen Anstoß

geben zu können. Aus dem Verständnis des Krankheitsvorganges entsteht die Frage nach dem richtigen therapeutischen Vorgehen und geschickten Handhaben der zur Verfügung stehenden künstlerischen Möglichkeiten. Wie kann z. B. der »Sinnesmensch« und »Tatmensch« wieder zum richtigen Wechselspiel gebracht werden? In welcher Weise müßte der Astralleib den Ätherleib wieder intensiver oder gelöster durchdringen können? Wie kann das Malen so gehandhabt werden, daß das zu persönlich gewordene Seelische wieder für Berührung mit objektiv Geistigem zur Verfügung steht, z. B. Qualitäten, d. h. Wesenhaftes der Farben erleben kann und zum Erleben der Ganzheit einer Komposition kommt, die in ähnlicher Weise wie der Organismus, aus vielen Einzelheiten besteht.

All diese Fragen sollten bei den Patientenbesprechungen den Hintergrund abgeben. Da dabei alle Therapeuten anwesend sind, von den Ärzten über die Vertreter der verschiedenen Kunstrichtungen, der Heil-  
eurythmie, bis zu den Physiotherapeuten, ist es jedesmal ein Ringen um ein tieferes Verstehen der Zusammenhänge. Die Schwere des Krankheitsbildes zwingt dabei zur Sachlichkeit und hilft uns, die Verbindung zwischen Kunst und Wissenschaft lebensvoll und wirklichkeitsnah zu pflegen.

Für den Maltherapeuten ist es eine Hilfe, wenn der Arzt die Störung der Kräftedynamik im Seelenleben und Körpergeschehen erlebbar macht. Dann kann der Therapeut versuchen, mit den ihm zur Verfügung stehenden Möglichkeiten die Krankheitssituation abzuspüren und das große Kräftespiel zwischen den »Polen« mit seinen jeweiligen »gesunden« Abstufungen wieder zur Wirksamkeit zu bringen.

Die Therapeuten werden dabei immer wieder vor die Notwendigkeit gestellt, aus Geistesgegenwart auch einmal in ungewöhnlicher Weise handeln und oft recht erfindungsreich werden zu müssen.

Bei beiden Krankheitsbildern ist es anfangs häufig nötig, mit Tuschezeichnungen zu beginnen. Es kommt dabei weniger auf die Konturen an, als auf »atmende« Beweglichkeit im Tun. Mit kräftigen Pinselstrichen und flottem Schwung werden z. B. sich verjüngende Muster

ähnlich den Formen gefiederter Blätter gemalt. Die ersten Versuche wirken meist starr und fest. Bald aber entstehen lebensvolle und oft ausgesprochen schöne künstlerische Formen. Es ist immer wieder eindrucksvoll, wie sich die anfängliche Starrheit zu lösen vermag und eine »bewegte Ordnung« entsteht. Aus Starre wird wieder bewegliches Gesehen, wie dies sowohl gesundem Seelenleben als auch den Gesetzen des »Fließgleichgewichts« im Organismus entspricht.

Bei beiden Darmkrankheiten darf nicht »wäßrig« gemalt werden, da sonst vermehrt Durchfälle auftreten. Meist wurde deshalb von Anfang an mit Pastellkreide, also einem mehr mineralisch-trockenen Substrat gemalt. Mit einem kleinen Tupfer wird sie als Staub aufgetragen. Dabei kommt es darauf an, aus der meist etwas matt und schwächlich wirkenden Anfangssituation zu kräftigen Farberlebnissen und mutigem Umgang mit den Farben vorzustoßen. Nach den obigen Ausführungen würde das bedeuten, daß Seelenerlebnisse bis in die Lebensvorgänge des Körpers hineinwirken können (der Astralleib verbindet sich intensiver mit dem Ätherleib). Angebahnt wird diese intensive atmende Verbindung von Astralleib und Ätherleib durch die künstlerische Tätigkeit gerade des Malens.

Die einzelnen Farberlebnisse gestalten sich in ihrer Wechselbeziehung zur Farbkomposition. Bei Colitis-Patienten wurde danach als nächster Schritt angeregt, mit zarten Pinselstrichen in diese Kompositionen mit ihren schönen, fließenden, oft ausgesprochen zarten Übergängen angedeutete Konturen hineinzuzichnen. Die Pinselstriche mit ihrer in sich schwingenden wechselnden Intensität dürfen dabei nicht feste Prägungen setzen, sie sollen andeuten, der Phantasie beweglichen Spielraum lassen und doch klare Formen gestalten. Soll ein Bild künstlerisch wirken, müssen ja auch in ihm die polaren Kräfte des Formens und Bewegens erlebbar werden. Im Gegensatz zur Photographie, die einen Zustand abbildet, sollte in einem Kunstwerk jede polare Kraft in ihrer Dynamik zu spüren sein und muß dafür manchmal ein klein wenig überbetont werden.

Welch intensive Seelenaktivität nötig ist und in welcher Weise dadurch das polare Kräftespiel in Seele und Körper angeregt wird,

kann erlebt werden, wenn ein Farbbild nicht sogleich zur Formgebung anregt. Oft muß lange Zeit betrachtet und gesonnen werden in der Einstellung des inneren Fragens und Lauschens, bis beglückend eine Gestaltung gefunden wird. Zart und doch bestimmt wird sie in das Bild hineinverwoben. Farberleben und begrenzende Kontur gehen ein Wechselspiel ein und bilden die »ruhige Dramatik« der Gesamtkomposition.

Erinnert dies alles nicht an die Schritte eines Gesundungsvorganges? Der schöpferische Erlebnispol unseres Wesens kann wieder mit dem Gestaltungspol lebensvoll in Wechselwirkung treten. Es wird wieder ein »Spiel« zwischen den Polen möglich und kann das bewegte Gleichgewicht bilden, wie es den Lebensvorgängen des Organismus entspricht. Das unvermittelte Aufeinanderprallen der Pole des Astralleibes im Krankheitsgeschehen müßte beim Malen durch entsprechend angeregte Seelentätigkeit aus seinem »Gefangensein am falschen Ort« zu befreien sein. Die Pole könnten dann wieder im Gesamtorganismus in ihren, den einzelnen Organen entsprechenden gradweisen Abstufungen wirksam werden. Gerade durch den Umgang mit den Farben kann dieses Seelische sich mit den Lebensvorgängen des Körpers verbinden. Bemüht sich das Malen um ganz persönliche, also subjektive Farberlebnisse, die sich aber von den objektiven Farbqualitäten prägen lassen, wird im Malen immer auch der leibbildende, den Mikrokosmos gestaltende Astralleib angesprochen. Im Wechselwirken mit dem Ätherleib ist er der Träger der gesunden Gestaltungsprozesse und Organfunktionen. Gezielt können diese Gesundungsvorgänge aber nur angesprochen werden, wenn die kranke Ausgangssituation mit ihrem fehlerhaften Kräftespiel dem Therapeuten bewußt ist und er die Fähigkeit erworben hat, die schrittweisen Veränderungen, die im Therapieverlauf auftreten, wahrnehmen zu können.

Beim Malen selbst verbindet sich das Erleben ganz den polaren Kräften, die im persönlichen und überpersönlichen Astralleib wirken.

Der Malende taucht in dieses Spannungsfeld ein. Aus der Kraft des »Ich« wächst dabei die Fähigkeit, mit diesen Kräften umzugehen und sie handhaben zu können. — Ich-Tat ist jedes Sich-Bemühen, das eigene



Sein in einen größeren Zusammenhang zu stellen, die Welt und ihre Gesetzmäßigkeiten zu erkennen, sie zu verinnerlichen und die Umgebung mit Schöpferfreude zu gestalten. Ähnlich wie bei der Komposition eines Bildes die Einzelheiten zur Einheit werden, sollte es im Gesundungsvorgang schrittweise möglich werden an der Komposition der eigenen Lebensbilder und Schicksalssituation wieder aktiv mitzugestalten.

Betrachtet man Bilder aus therapeutischer Arbeit, so ist der Therapieverlauf oft eindrucksvoll zu erkennen. Immer wieder staunt man, wie künstlerisch Menschen malen, die vorher nie einen Pinsel in der Hand hatten. Man bedenke aber bei der Betrachtung der Bilder stets: Die therapeutische Wirkung liegt im künstlerischen Tun, nicht im Ergebnis. Das fertige Bild läßt dieses Geschehen nur erahnen.

## Schlußbetrachtung

Es ist sicherlich kein leichter Weg, Maltherapeut zu werden, wenn man den Beruf so erlebt und erlernt, wie er zu schildern versucht wurde. Die Vorbereitungen sind umfangreich und mühsam und erfordern den Einsatz der ganzen Persönlichkeit. Neben dem persönlichen malerischen Können, gilt es vor allem bereit zu werden, an sich selbst zu arbeiten, Reifungsschritte zu wagen und sich um die beschriebene Intensivierung von Denken, Fühlen und Wollen zu bemühen. Da hierbei von uns wohlvertrauten Voraussetzungen — dem gewohnten Denken, Fühlen und Wollen — ausgegangen wird, kann das Zögern, das viele Menschen gegenüber einem Erüben von Seelenfähigkeiten haben, meist rasch überwunden werden. Bald entsteht Vertrauen in den neuen Weg, ja Begeisterung und Dankbarkeit, weil er Gesetzen entspricht, die der Künstler sowieso durchleben muß. Da alle Stufen bewußt durchschaut werden können, da außerdem der Umgang mit kranken Menschen stets zum Prüfstein für die Wirklichkeitsnähe unseres Strebens wird, ist es zwar ein Wagnis, aber auch ein beglückendes Bemühen. Es bringt viele Anstrengungen mit sich, fordert Bereitschaft zu Verzicht und Entsaugung, gibt aber die Gewähr, ein Leben lang vor den interessantesten Fragen zu stehen und immer wieder neu forschen zu dürfen. Exaktes Wissen, auch anthroposophisches Wissen ist Voraussetzung, muß aber in der therapeutischen Tat immer wieder zur belebenden Geistesgegenwart umgeschmolzen werden.

## LITERATURHINWEISE

			R. Steiner Bibliographie
1 Goethe	R. Steiner R. Steiner	Goethe's Weltanschauung Einleitung zu Goethe's natur- wissenschaftlichen Schriften	B 6
2 Dreigliederung	R. Steiner	Von Seelenrätseln	B 21
3 Viergliederung	R. Steiner	Theosophie	B 9
4 Medizin	R. Steiner	Medizinische Kurse	B 5 B 312-314, 316
5 Medizin	R. Steiner u. I. Wegman	Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst	B 27 Kap. I u. VI
6 Intensivierung von Denken, Fühlen, Wollen	R. Steiner	Was kann die Heilkunst durch eine geisteswissenschaftliche Betrachtung gewinnen	B 319
7 Der Übungsweg	R. Steiner R. Steiner R. Steiner R. Steiner	Schwelle der geistigen Welt Ein Weg zur Selbsterkenntnis Stufen der höheren Erkenntnis Wie erlangt man Erkenntnisse	B 17 B 125 B 12 B 10
8 Lebens- und Schicksalskunde	H. E. Lauer Herb. Hahn	Der menschliche Lebenslauf Der Lebenslauf als Kunstwerk	
9 Geschichte	R. Steiner  R. Steiner	Geschichtliches  Der Entstehungsmoment der Naturwissenschaften	B 51, 353, 185, 184 B 326
10 Die Widersacher	R. Steiner	Geistige Zusammenhänge in der Gestaltung d. menschl. Organismus sowie	B 218 S. 142 B 16, 107, 193, 35, 37
11 Kunstgeschichte	R. Steiner	Kunstgeschichte als Abbild innerer geistiger Impulse	B 292
12 Reinkarnation	R. Steiner	z. B. Theosophie	B 9, 120
13 Vorgeschichte	R. Steiner R. Steiner	Geheimwissenschaft Evolution vom Gesichtspunkt des Wahrhaftigen	B 13 B 132
13 a Rosenkreuz	R. Steiner	Geheimwissenschaft	B 13/S. 483
14 Farbwirkungen	Prof. L. Eberhard	Heilkräfte der Farben	
15 Rot-Blau	R. Steiner	Menschliches Geistesstreben im Zusammenhang mit der Erdent- wicklung, Do. 27. Mai 22	B 212

16 Rot-Grün	R. Steiner	Was wollte das Goetheanum und was will die Anthroposophie	B 84 S. 94/ff.
17 Meditation und Gliedmaßen-erleben	R. Steiner	Occultes Lesen und Hören	B 156
	R. Steiner	Anthroposophie eine Einführung	B 234
	R. Steiner	Was wollte das Goetheanum und was will die Anthroposophie	B 84 S. 94/ff.
18 Sich die Farben schenken lassen	R. Steiner	Die Welt des Geistes und ihr Hereinragen	B 150 S. 93
	R. Steiner	Die drei Entscheidungen des imaginativen Weges. Menschenschicksale – Völkerschicksale	B 157
19 Die Erde als Meditationsobjekt	R. Steiner	Der übersinnliche Mensch anthropologisch erfaßt 5. Vortr.	B 231
20 Farben	R. Steiner	Das Wesen der Farben	B 291,202,228
21 Kunst	R. Steiner	Kunst im Lichte der Mysterienweisheit	B 275
	R. Steiner	Kunst und Kunsterkenntnis	B 271
	R. Steiner	Das Künstlerische in seiner Weltenmission	B 276
21a Rot-Rosaviolett	R. Steiner	Kunst im Lichte der Mysterienweisheit	B 275 S. 100
22 Die Niere als Ansatz für den Strahlpol	R. Steiner	Physiologisch Therapeutisches	B 314
	R. Steiner	Geistige Zusammenhänge	B 218
23 Kunst wird Therapie	R. Steiner I. Wegman	Grundlegendes	B 27 XVIII Kap.
24 Wirkung der Persönlichkeit	R. Steiner	Heilpädagogischer Kursus	B 317 2. Vortrag
25 Weisheit im Licht	R. Steiner	Die Welt des Geistes	B 150 S. 61
		Vorstufen	B 152 S. 22
26 Psychosom. Medizin	Bräutigam u. Christian	Psychomatische Medizin	