



„Es gibt keinen Weg ...

... nimm deinen Pinsel und male“

Malerei wirkt auf die menschliche Persönlichkeitsentwicklung, ganz egal ob sie Kunst oder Vergnügen genannt wird, Kitsch, Perfektion oder Therapie. Sie arbeitet gleichermaßen mit dem Malenden wie derselbe mit ihr und durchdringt im Wirkungsspiegel auch den Betrachter, der dafür offen ist, neugierig und berührbar.

von
Corinna
Wittke

Mir gefällt der Gedanke, dass – bevor die ganze Leistungsshow, das Sich-Produzieren und Einander-Bewerten verengend und irritierend dazwischenfunke – einfach grundlos glückliche Begeisterung das Urmotiv der Kunst gewesen sei: das einfache Glück, in diesem materiellen Raum von etwas Größerem bewegt zu werden, etwas, das die „Künstlerseele“ zum Ausdruck treibt und durch frische Farb- und Formenklänge dann wiederum andere empfängliche Menschen-seelen bewegt. Malerei ist für mich ein wichtiger Ausdruck der schöpferischen Weltenseele, die uns Menschen ein besonderes Geschenk gemacht hat: die Freude des Ausdrucks, das Glück, Beseeltes zu erschaffen und in die Welt zu bringen.

Das Unerwartete in der Kunst

Bisweilen unzufrieden mit dem Ergebnis eines Bildes, da es von meiner Vorstellung, von meiner ursprünglichen Idee abweicht, staune ich, wenn ich es am nächsten Tag wiedersehe: wie viel stimmiger, wie viel weiser und kraftvoller es gerade durch dieses scheinbare Misslingen geworden ist. Manchmal wird erst Tage später klar, wie nötig der „Fauxpas“ als Grundlage für das Neuentstehen war, da er mich auf unbekanntes, ungeplantes, neues Terrain geworfen hat. Kunst als Weg? In gewissem Sinne ja: Wenn wir den Weg nicht als etwas verstehen, von dem wir Anfang und Ende kennen müssen, also kein bestimmtes „Bild“ verfolgen, sondern uns als ewig Staunende auf den Weg des Entdeckens machen. Gleiches

Vergnügen gilt auch für den Betrachter. Für mich ist der Weg der Kunst zweifellos die Hingabe an den unerwarteten Moment. Hier erlebe ich, dass es noch etwas „anderes“ gibt als mein absichtsvolles, von Urteil und Geschmack, von Idee und Vorstellung gehaltenes Ich. Das eigene Zurücktreten auf der Fußmatte der Wichtigkeiten macht Platz für intuitive Schöpfung. Das bedeutet keinesfalls, sich rauszuziehen, die Verantwortung abzugeben oder gar zu resignieren, sondern ganz im Gegenteil: Es bedeutet, sich absolut präsent in den Prozess des Schaffens hineinzugeben und den Mut nie zu verlieren. Im Glauben an das, was uns bewegt, und im Glauben an uns selbst. Es ist die Kunst wachsender Selbstübergabe. Aufregend sind die Momente, wenn es gelingt, sich

selbst zu überraschen mit dem, was da auf der Leinwand oder dem Papier entsteht. Egal, ob es sich um „freie Kunst“, einen Auftrag, ein Ausstellungsprojekt, ein inneres Bild oder explizit um malerische Prozessarbeit wie „Malen aus der Unendlichkeit“ handelt. Ein unfassbar großer, schöpferischer Raum wartet in dem tief empfundenen „Ich weiß es nicht“, das den Mut hat, von dort aus wieder zum Pinsel zu greifen.

Malen entwickelt vitale Kreativität

In jeder Kunst des Ausdrucks steckt eine transformatorische Kraft jenseits analytischer Herangehensweisen. „Malen aus der Unendlichkeit“, eine an „Point Zero Painting“ angelehnte, prozessorientierte Bewusstseinsarbeit, macht sich auf den Weg zu jenem Ort der Stille, der in Wirklichkeit immer in uns ist. Den wir aber gelegentlich lieber überhören, während wir uns gleichzeitig danach verzehren, ihn zu finden... Auch die Zitate-Schlaufe unser inneren „Intuitionsmörder“ scheint endlos! Jeder hat da seine eigene Sprache, seine eigenen Tricks, wie er sich und seinen intuitiven, kreativen Fluss zum Stolpern, wenn nicht gar zum sofortigen Stillstand bringt. Während ich in den Workshops andere Menschen begleite, bin ich immer wieder erstaunt über die Vielseitigkeit der sich aufbäumenden Widerstände – auch eine Form von Kreativität –, die unser System da pausenlos hervorbringt. Was wir erschaffen, wenn es uns gelingt, diese schöpferische Kraft nicht länger fehlgeleitet gegen uns, sondern für uns arbeiten zu lassen, zeigt sich in wundervollen, quatschlebendigen, frechen, innigen, kraft-strotzend zarten Bildern, deren Wichtigkeit schnell wieder in den Hintergrund tritt vor der unschätzbaren Erfahrung der neu gewonnenen, von Urteil und Geschmack unabhängigen, tief empfundenen Lebendigkeit.

Mut ist ein Türöffner

Was wäre, wenn alles zu malen erlaubt wäre? Was würdest du dann malen? Stürzt uns diese Frage in gefährliche Gefühlszonen oder lässt sie uns vor Aufregung kribbeln? Würden wir die Zeit nutzen und springen oder würden wir uns am bekannten Sicherheitsgelenker festhalten, ein bisschen langweilen und vorsichtig nach dem dunklen Boden unter uns spähen? Das Papier ist

die Fläche, die geduldig und neugierig alles annimmt, was wir ihm entlocken, womit wir es beladen, womit wir es beschenken, ohne Wenn und Aber... Für den einen mag das ein „aggressives“ Bild sein, für den anderen ist es ein sexuelles Tabu, für den nächsten ein als „Kitsch“ verpöntes Szenarium oder die gefürchtete Dunkelheit, die sich im Nachhinein als äußerst wohltuend schwarzer Farbklang entpuppt. Und für alle, die sich über die eigenen, einengenden gedanklichen Begrenzungen, die inneren Abwertungen hinauswagen, beginnt nach der ersten Erleichterung die lustvolle Entdeckung des kreativen Neulands.

Klarheit durch die richtige Frage

Damit dies gelingt, gilt es, anstatt fleißig durchzuhalten, immer dann, wenn es „knirscht“, so schnell wie möglich nachzufragen. Immer dann, wenn die Freude des Malens wieder erlahmt, wenn wir beginnen, uns mit uns selbst und unserem Bild zu langweilen, wenn sich Sinnlosigkeitsempfinden breit macht und der lebendige Schöpfungspuls zu stottern beginnt, dürfen wir unseren Verstand für uns arbeiten lassen, und zwar als pulsführenden Detektiv. Wir suchen nach der „richtigen Frage“, jener Frage, die in der Lage ist, den verengten Gedankenraum wieder zu öffnen und damit unsere bekannten Verstandesmuster auszuhebeln. Es ist der individuelle Kontext, in dem es nach der individuell passenden Frage zu lauschen gilt. Wenn es dieser Frage gelingt, ins Zentrum des eigenen Widerstandes oder der eigenen Angst zu treffen, dann öffnet sich das schöpferische Universum sofort mit unverblümter Intensität. Wir locken uns an den Ort hinter den Fragen, „wo das Nix dem Alles zulächelt“, an den Nullpunkt, mitten in die Stille.

Nehmen wir mal an, du hast schon einige Zeit mit Vergnügen an deinem Bild gemalt und du findest schön, wie es bis jetzt geworden ist. Doch plötzlich geht es nicht weiter. Dir fällt einfach nichts mehr ein. Eigentlich hast du keine Lust mehr, verspürst den Drang, den Raum zu verlassen, eine Tasse Tee zu trinken – und deine Stimmung sinkt zusehends. Du könntest dich an dieser Stelle zum Beispiel fragen: „Was würde ich am liebsten malen, wenn ich es riskieren dürfte, jetzt alles zu ruinieren?“ Es kann

sein, dass diese Frage schon ausreicht, um dich wieder tief atmend in einem Strom von aufkommenden Bildern zum Pinsel greifen zu lassen...

Oder die nächst tiefere, weitergreifende Frage zeigt sich. Zum Beispiel: „Was würde ich malen, wenn alles erlaubt wäre, wenn ich mal richtig peinlich und unverschämt sein dürfte? Was, wenn ich wirklich hässlich malen dürfte...? Vielleicht wärst du auch unzufrieden mit deinem Bild, fändest es banal und nichtssagend – zum Beispiel, wenn in deiner Nähe jemand anderes gerade etwas gemalt hat, worauf du nie gekommen wärst... Was würde geschehen, wenn du dir jetzt die Frage stellen würdest: „Was würde ich malen, wenn ich so langweilig, idiotisch und banal malen dürfte, wie ich nur wollte?“ – Wetten, dass sich im selben Moment, in dem du dir die Erlaubnis dafür gibst, bereits ein Lächeln auf deinem Gesicht abzeichnet und du kraftvoll zum „Farbbuffet“ schreitest?

Von der Fleißarbeit zum inneren Schöpfer

Möglicherweise hast du auch seit Stunden „brav“ etwas ausgemalt, das Bild konsequent mit Mustern überzogen. Dein Nacken fühlt sich steif an, dein Atem flach. Du bist müde und angestrengt. Und statt dich nun in die Ablehnung des Malens, des Ortes, der Situation zu flüchten, würdest du jetzt in dir nach einer Frage lauschen, die dich wieder lebendig werden lässt.

Zum Beispiel: „Was würde ich malen, wenn ich meine 'Fleißarbeit' nicht beenden müsste, wenn niemand mich je dafür belohnen würde... wenn es mir stattdessen erlaubt wäre, etwas völlig Unpassendes, Unharmonisches, Geschmackloses in mein Bild reinzulassen?“

Es kann sein, dass du daraufhin feststellst, dass du plötzlich wirklich Lust hast, dein Bild noch mit Millionen weiterer Pünktchen auszumalen, jetzt aber für dich, entspannt und mit Genuss. Kann auch sein, dass du daraufhin endlich jenes Bild malst, vor dem du die ganze Zeit ablenkend geflohen bist. Ja, und dann gibt es da auch noch die Frage des „Nachhausekommens“: „Was würde ich malen, wenn ich mich trauen würde, an den Ort zu gehen, wo es keine Vorlieben mehr gibt, dort, wo alles zu malen (schreiben, denken,



Corinna Wittke studierte an der Akademie der Bildenden Künste in München und der UdK Berlin. Sie lebt und arbeitet als freischaffende Künstlerin in Berlin.

Workshops
Körper, Lebendigkeit und Farbenrausch – kreatives Urlaubsseminar am Lago d'Orta vom 23.-28.9.2013

Mit Corinna Wittke (Malen aus der Unendlichkeit) und Anja Schmidt (Life Moves) Mit tafrischer Erde unter den Füßen und im Duft der Septembersonne den eigenen Körper bewusst erleben, genussvoll bewegen und aus diesem urteilsfreien Raum mit Pinsel und Farbe das eigene Universum erschaffen. Seminargebühr inkl. Material, exkl. Unterkunft, Verpflegung, Reise 430 € / Frühbucher bis 11.8. 380 €

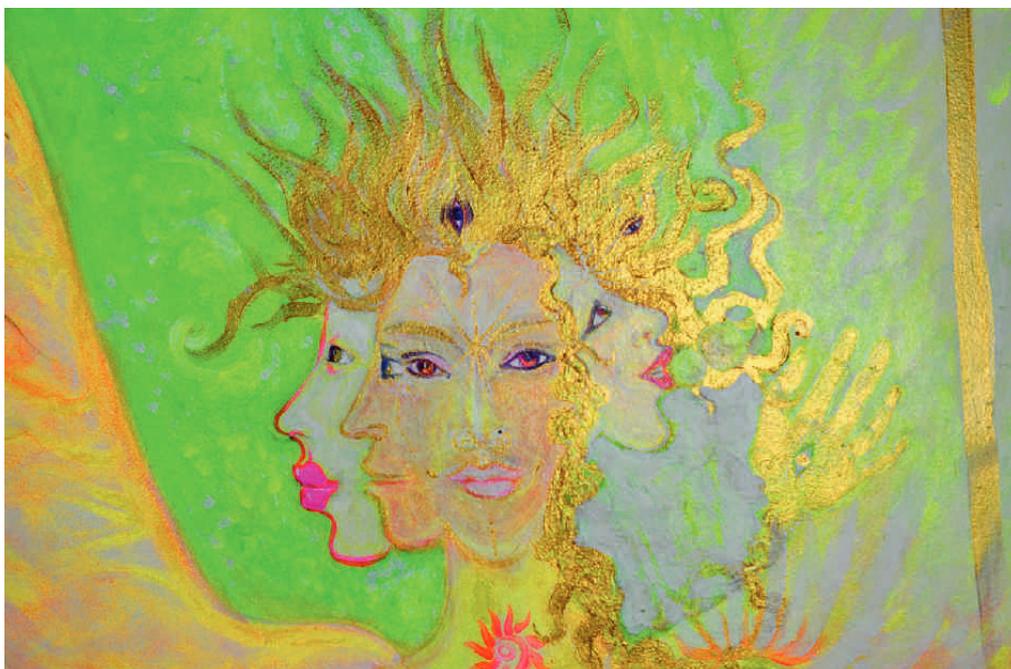
Malen aus der Unendlichkeit intuitives Malen im Atelier Wittke, Berlin, Schnuppertag **26.10.2013** 80 € / FB 65 €

3-Tages-Workshops 11.-13. Okt 2013 1.-3. Nov 2013 13.-15. Dez 2013 190 € / FB 165 €

Einzelarbeit 95-140 €

Laufende Kurse, Info und Anm. unter Tel.: **0151-21 65 09 23** oder post@elefantasie.de www.elefantasie.de

Abb.: Corinna Wittke, Foto: Cordula Fritz, www.photo-coco.de



Der malerische Prozess als lebens-beratende, „wegweisende“ Quelle

Manchmal erscheint einem das eigene Problemfeld zu schwer, um sich zu trauen, es in einer Gruppe zu lüften. Dann ist es wohltuend, für solch tiefgreifende Entwicklungsprozesse einen noch geschützteren, intimeren Raum als einen Workshop zu wählen. In der Einzelarbeit wird der Malende in einer bis zu zweistündigen Malsequenz mit ungeteilter Aufmerksamkeit in seinem Prozess begleitet. Durch diese intensive Begleitung ist es einfacher, den eigenen Fluchtpunkt zu enttarnen und sich selbst auf ganz neue Weise zu erfahren. An dieser Stelle ist es sehr wichtig, sich immer wieder zu vergegenwärtigen, dass wir jetzt und hier vor unserem weißen Papier die Schöpfer sind. Dass wir heute die Macht haben, zu entscheiden, wie viel Platz wir der Finsternis oder dem Chaos in unserem Bild einräumen wollen. So wird mehr und mehr jene andere Kraft spürbar, die uns aus der vermeintlichen Ohnmacht wieder in die eigene machtvolle Präsenz stellt. Die intensive Selbsterfahrung beim Malen hilft uns, anstatt kognitive Lösungen anzustreben, direkt über die Kreativität, über das eigene Schöpfersein im Bild wieder in die ganze Lebendigkeit zu kommen. Manchmal ist es gut, die „Themen“ noch einmal anzusprechen, doch oft ist es wesentlich hilfreicher, einen kreativen Schritt über die alten Geschichten hinauszuwagen. Die Bilder zeugen nachhaltig von unserem Mut, uns im Moment zu erfahren und inmitten des eigenen Problemfeldes, achtsam und liebevoll spürend, wieder die Verantwortung für unser Glück und Wohlsin zu übernehmen. ☺

Und was, wenn es keinen Weg mehr zu gehen gäbe, wenn es nie einen gegeben hätte? Wenn wir schon da wären - was würden wir dann mit der uns verbleibenden Zeit anstellen?

Ich würde zuallererst an einen stillen, wohltemperierten Lieblingsort in der Natur reisen und mich in die Weite des Horizonts versenken, entspannt die Seele baumeln lassen – so lange, vielleicht sogar noch ein bisschen länger, bis ich wieder die Lust verspüren würde, das Wunder auszudrücken. Zu schreiben, zu malen, zu tanzen, zu singen. Wenn es wirklich nix zu erreichen gäbe, nix zu schaffen, nix zu verstehen, nix zu leisten, nix zu beweisen, nix mehr in die Welt zu bringen – hey... da würde ich es einfach genießen, mit all diesen Nixen zu tanzen, den Pinsel in der Hand, die Farben verlockend im Auge, aufgereggt, herzklopfend.

fühlen, auszudrücken ...) erlaubt ist?“ Antworten gibt uns das spontane Eintauchen in genau diese eine Farbe, die uns gerade ins Auge fällt, der eine Pinselstrich, der sich plötzlich „anders“ anfühlt. Antwort gibt uns der Kontakt mit unserem besten Wegweiser, dem Körper, dem Puls unserer Lebendigkeit. Antworten zeigen sich direkt auf dem Papier, und zwar so klar, dass wir sie uns nicht besser hätten ausdenken können. Gleichzeitig spiegeln sich diese Antworten auch in unserem Körper wider, dort, wo Schmerzen, die möglicherweise beim Malprozess (oder sogar schon am Abend zuvor) auftauchten, mit einem Mal verschwinden, wo der Druck in Solarplexus oder Kehle sich löst und einem neuen Raumempfinden Platz macht.

FroschRad
DIE BERLINER FAHRRADMARKE

FAHRRÄDER
SO ZUVERLÄSSIG
WIE DEIN SCHUTZENGE

Wiener Straße 15 | D-10999 Berlin
T 030 611 43 68 | www.froschrad.de

wasserkontor.de

Weltneuheit

ABF Duplex SD
ABF Primus SD & EM

**Aktivkohle & Zeolith
in einem Filtereinsatz**

Bötzowstr.29 ☎ 44737670
Mo-Fr 10-19 Uhr Sa 10-18 Uhr

**Kriya Yoga
Zentrum Berlin**

☎ 030/53097503
www.kriyayogaberlin.de