

Landschaftsvisionen der Seele - Zum Verhältnis von innerer und äußerer Landschaft

Regina LORD

Meine sehr verehrten Damen und Herren, Sie haben sich bei der Programmdurchsicht sicher gefragt, was ausgerechnet eine Psychotherapeutin auf diesem Symposium, das sich doch mit der Entwicklung neuer Strategien für den Umgang mit Landschaft beschäftigt, zu sagen haben könnte.

Ich war selbst sehr erstaunt, als man mich hierher eingeladen hat. Sicher - als Kunsttherapeutin arbeite ich viel mit Landschaftsbildern, denn gerade in ihnen spiegeln sich oft menschliche Bedürfnisse, Befindlichkeiten und Sehnsüchte. Dennoch schien der Zusammenhang von Psychotherapie und der Entwicklung neuer Leitbilder für die Landschaftsgestaltung zunächst sehr weit hergeholt.

Bei näherer Betrachtung wurde mir aber deutlich, daß Psychotherapie nichts anderes tut, als es Ziel dieses Symposiums ist. Nur befassen wir als Therapeuten uns mehr mit der inneren d.h. der seelischen Landschaft des Menschen.

Es gibt so etwas wie eine innere seelische Topographie des Menschen, in der sich die Erfahrungen und Erlebnisse des jeweiligen individuellen Lebens niederschlagen. Genau wie die äußere Landschaft, die den Menschen umgibt, wird auch diese innere Seelenlandschaft einem Kultivierungsprozeß unterzogen, in dessen Verlauf sie umgestaltet, geprägt und manchmal zerstört wird - wir nennen das Sozialisation. Alles, was wir im Laufe unserer Sozialisation erleben, alle traumatischen Erfahrungen, die wir machen müssen, prägen und verändern die Topographie unserer Seele. Die Flurschäden, die mitunter dabei entstehen, sind nicht weniger gravierend als die in unserer äußeren Umgebung und beeinträchtigen das Wohlbefinden des Menschen nicht minder. Psychotherapie stellt sich nun die Frage, wie diese seelische Kulturlandschaft des Menschen positiv gestaltet werden kann, wie Verletzungen der Seele aufgespürt werden können und ob eine gewisse Ursprünglichkeit der seelischen Landschaft wiedergewonnen werden kann.

Kunsttherapeutisches Arbeiten, speziell die Arbeit mit Landschaftsbildern, stellt eine Möglichkeit dar, die menschliche Seelenlandschaft zu erkunden, "Flurschäden" aufzuspüren und diese eventuell durch eine Umgestaltung zu mildern.

Im gestalterischen Prozeß wird die innere Topographie der Seele nach außen projiziert - auf ein Papier, eine Leinwand oder eine Figur aus Ton. Was immer wir gestalten, stets drückt sich in unseren Bildern ein wesentlicher Teil dieser Seelenlandschaft aus. Sie

wird so vom inneren Bild zu einem Objekt, das der Betrachtung, der Analyse und der Veränderung zugänglich ist.

Selbstverständlich gibt es heute eine Vielzahl von psychotherapeutischen Verfahren, die sich auf verschiedenste Weise mit der Topographie der menschlichen Seele befassen; dennoch bietet für mich gerade die Kunsttherapie hier besonders geeignete Verfahren, und ich möchte Ihnen daher von meiner Arbeit mit Landschaftsbildern erzählen. Vorab vielleicht noch einige grundsätzliche Erläuterungen zu dieser Methode des bildnerischen Arbeitens:

Die meisten seelischen Prozesse wie z.B. Träume oder Phantasien laufen in Bildern ab (wobei alle diese Bilder Landschaften enthalten, in der das Geschehen abläuft) und sind daher auf der bildnerischen Ebene am adäquatesten wiederzugeben und zu bearbeiten. Ob jemand einem Wunschtraum nachhängt oder in einem Albtraum eine bedrückende Situation erlebt, immer spielt sich das Ereignis in einer Umgebung, einer Landschaft, ab. So drückt das spontan gemalte Landschaftsbild eines Patienten oft sehr viel eindringlicher und nachhaltiger seine momentane Befindlichkeit aus, als eine verbale Beschreibung seiner Stimmung dies vermag. Emotionen sind in Bildern um vieles leichter darzustellen und nachzuvollziehen.

Der Grund liegt auf der Hand: Alles was wir in Worten ausdrücken, müssen wir zunächst in Begriffe fassen und unserem Bewußtsein zugänglich machen. Auf der bewußten Ebene aber zensieren, rationalisieren und verfälschen wir den Inhalt. Das Bild dagegen transportiert unbewußtes Material und stellt somit einen authentischen Ausdruck der jeweiligen menschlichen Seelenlandschaft dar. Bildnerische Gestaltungen entziehen sich der Kontrolle durch den Intellekt und enthalten dadurch gerade diejenigen Anteile, die wir zu verdrängen versuchen. Die folgenden Landschaftsbilder (Bild 1-4) vermitteln m.E. sehr deutlich einen Eindruck von der Verfassung des jeweiligen Menschen.

In der Arbeit an der Topographie der Seele sind Bilder ein Medium, das die Zeit außer Kraft setzt. Das Bild ist ein dauerhaftes Objekt, das bestehen bleibt, auch wenn die Befindlichkeit, aus der dieses Bild resultiert, sich längst geändert hat. So können Verläufe und Veränderungen sichtbar gemacht werden. In der Arbeit mit depressiven Patienten kann es z.B. einen positiven Effekt haben, wenn der Patient

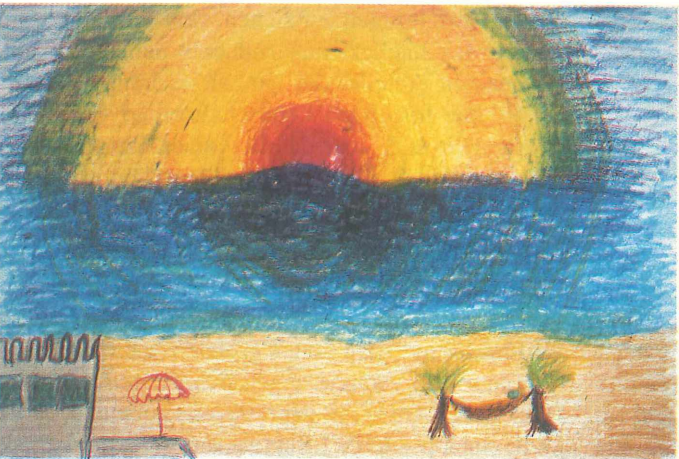
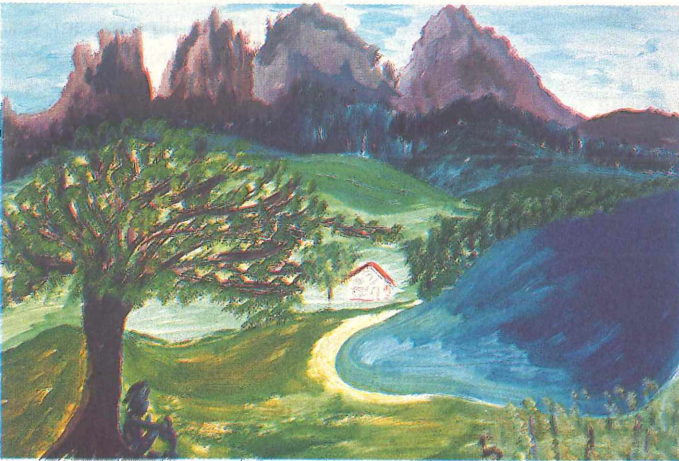


Bild 1 - 4

**Von verschiedenen Personen gemalte
Bilder von Landschaften vermitteln
Eindrücke der inneren Verfassung**

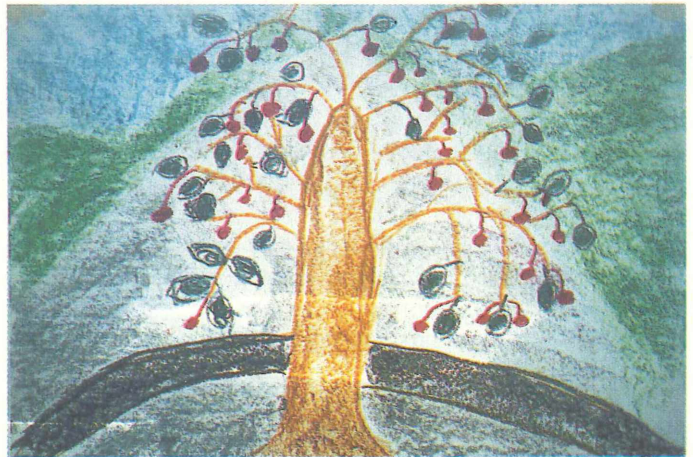
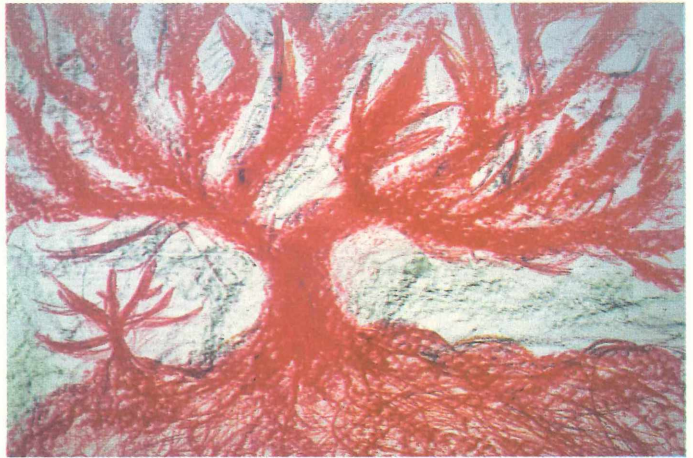
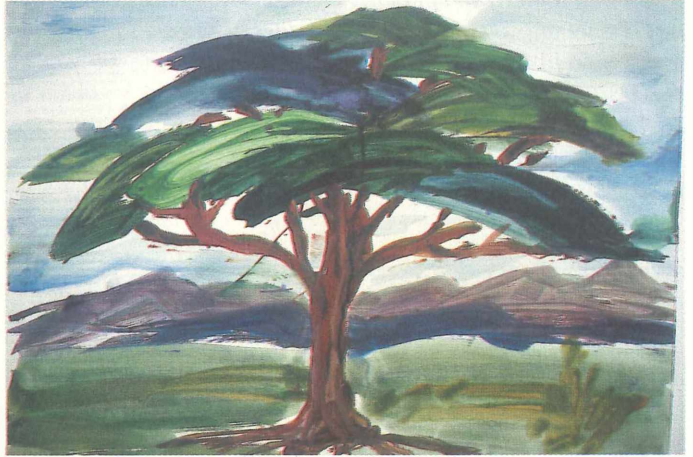
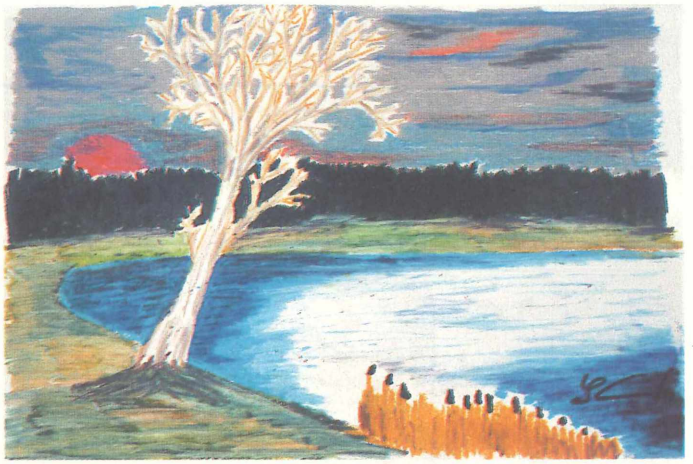


Bild 5 - 10

Unterschiedliche Gestaltung des Themas "Baum"

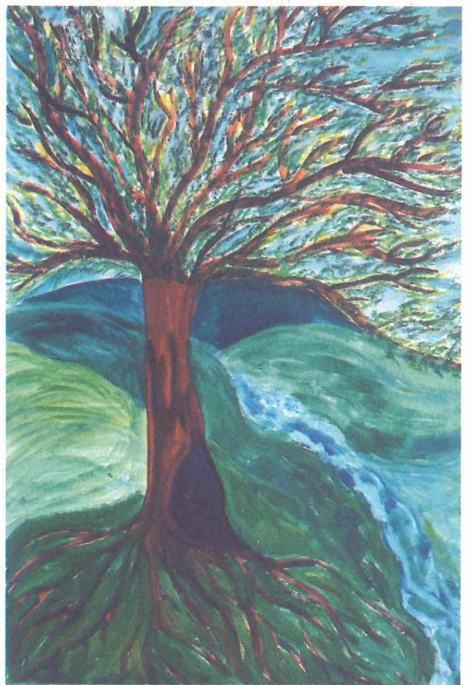
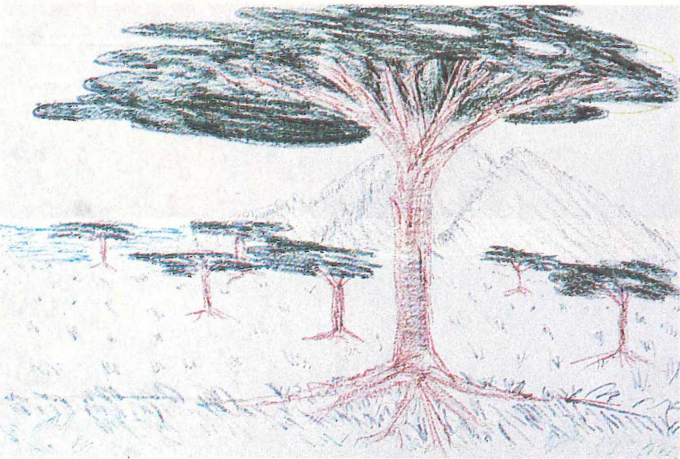
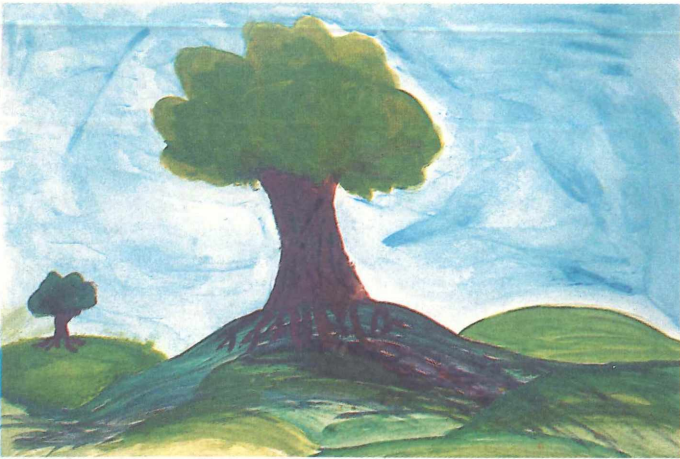
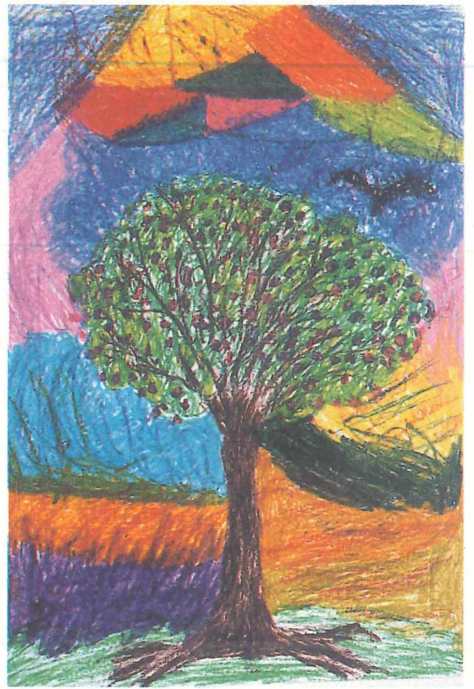


Bild 11 - 15

Unterschiedliche Gestaltung des Themas "Baum" (Fortsetzung)

selbst erkennt, wie seine Bilder nach und nach immer heller und farbiger werden.

Ich möchte Ihnen nun anhand einiger ausgewählter Landschaftsthemen die Arbeit an der inneren Landschaft des Menschen beschreiben. Eines der archetypischsten Themen der Kunsttherapie ist der Baum. Gestaltet ein Patient z.B. ein Bild zum Thema "Baum", so teilt er hierin immer etwas über seine momentane Befindlichkeit, sowohl seine derzeitige Problematik als auch einen wesentlichen Teil seiner Geschichte, mit. Das Bild spiegelt das, was ihn im Moment bewegt und was er selbst nicht in Worte zu fassen vermag. Die abgebildeten Baumbilder (vgl. Bild 5-15) geben jeweils sehr verschiedene menschliche Seinsweisen wieder. Allein schon die Tatsache, welcher Baum aus der Vielzahl der je vom Patienten gesehenen, erinnerten oder vorgestellten Bäume für die Gestaltung ausgewählt wird, spiegelt die seelische Verfassung des Malers wieder. Wählt er einen fruchttragenden Obstbaum, eine starke Tanne, einen knorrigen Olivenbaum oder eine junge biegsame Birke? Steht der Baum als einzelnes Exemplar allein auf einer weiten Fläche oder bildet er mit

welche "Lebensgeschichte" darin enthalten ist. Betrachtet man den gestalteten Baum als Abbild des derzeitigen Lebensalters, so kann man an der Vorstellung, wie dieser Baum sich bis zu diesem Punkt entwickelt hat, frühere Verletzungen aufspüren, die u.U. im Unbewußten versunken sind. So zeigen Astlöcher, abgebrochene Äste usw. oft Kränkungen oder Verletzungen an, die zeitlich sogar relativ genau lokalisiert werden können.

Hier kommt ein weiteres Merkmal der bildnerischen Arbeit zum Tragen: Manche traumatischen Ereignisse fallen in den Zeitraum vor dem Erwerb der Sprache. Solche Traumata können im Grunde meist nicht verbalisiert werden, da es zum Zeitpunkt ihres Geschehens noch keine Worte dafür gab. Solche Ereignisse können allenfalls in Bildern übermittelt werden. So malte eine Patientin von mir zum Thema Baum plötzlich eine rote Farbfläche in eine Wiese, ohne daß ihr der Grund dafür einsichtig war. In der anschließenden Assoziation tauchten die Phantasie einer Blutlache, einer Verletzung und die Erinnerung an ein sehr frühes traumatisches Ereignis auf (vgl. Bild 16).



Bild 16

anderen Bäumen zusammen eine Baumgruppe? Die Landschaft, in der dieser Baum wächst, drückt unendlich viel von der momentanen Befindlichkeit des Patienten aus. Wächst er in einer Umgebung, in der das Überleben eher schwierig erscheint oder gedeiht er in einem Garten, von Zäunen oder Hecken geschützt und offensichtlich der Pflege eines Gärtners anvertraut? Wie sind die Wetterbedingungen, denen dieser Baum ausgesetzt ist? Hat er ausreichende Wurzeln, die ihn fest im Boden verankern und eine ausreichende Nahrungsaufnahme ermöglichen? Oder wirkt er eher wie ein Stück Treibholz, dem aller Lebenssaft verlorengegangen ist?

Der emotionale Ausdruck eines solchen Bildes beantwortet alle diese Fragen und läßt Rückschlüsse auf die derzeitige Verfassung des Patienten zu. Läßt man ihn nun selbst sein Bild beschreiben und erläutern, so gewinnt er oft eine tiefere Einsicht in die Struktur seiner seelischen Topographie. An der Gestaltung des Baumes kann imaginiert werden,

Das Thema "Baum" ist in diesem Fall nur als Beispiel zu verstehen; in der Regel wählt der Patient selbst die Themen aus, die für ihn relevant sind. Dennoch gibt es gerade bestimmte Landschaftsthemen wie z.B. "Weg", "Luft", "Wasser", "Erde", "Berg", "Jahreszeiten" etc., die wichtige Prozesse zu initiieren vermögen. Dazu gehören auch die "Brückenbilder" (Bild 17-26). In bestimmten Krisensituationen kann die Themenvorgabe "Ich gehe über eine Brücke" Gestaltungen anregen, die deutlich machen, wo der Patient in der Bewältigung der Krise steht, wie er die Situation erlebt und ob er bereits Visionen für eine Lösung hat. Oft probiert er in solchen Bildern unbewußt Lösungsmöglichkeiten aus, die seinem Bewußtsein noch nicht zugänglich sind. Die Brücke war von jeher das Symbol für Überschreitung; sie verbindet Landschaftsteile miteinander und ermöglicht es, von einer Situation in eine andere zu gelangen. Indem der Patient sich selbst auf seinem Weg über die Brücke darstellt,

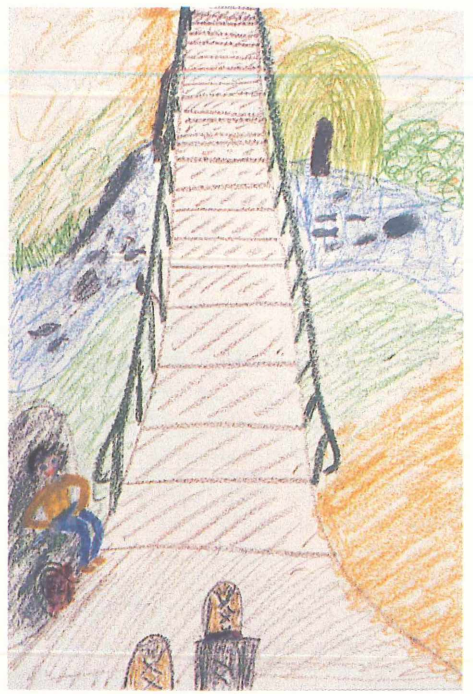
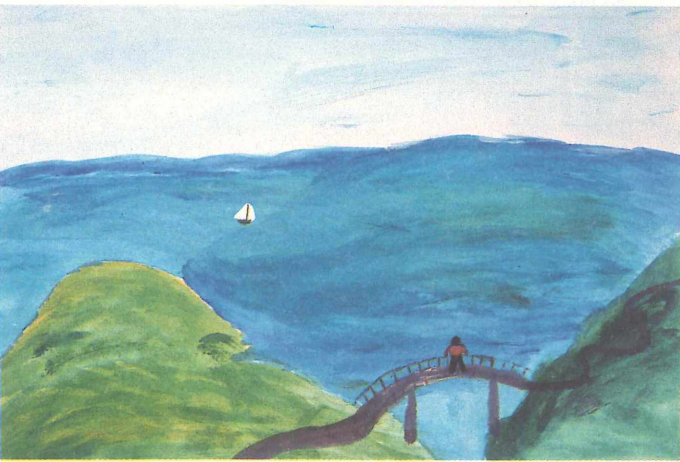
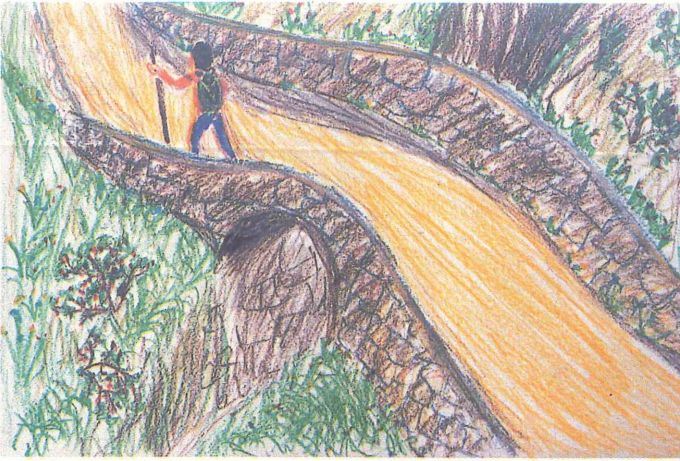
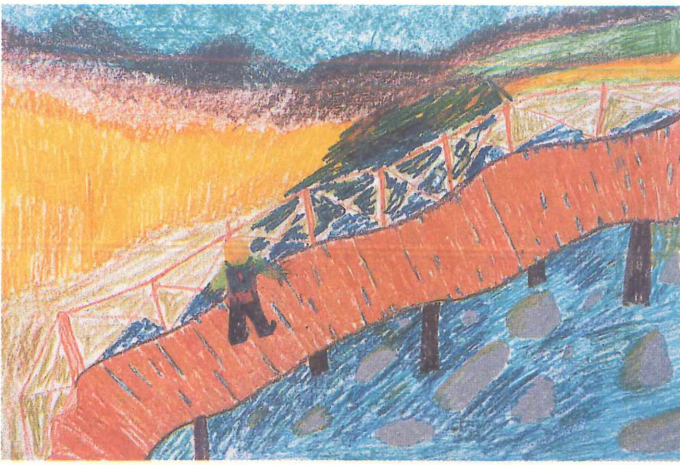


Bild 17- 21

"Brückenbilder": Die bildliche Gestaltung des Themas "Ich gehe über eine Brücke" kann verschiedene Lebenssituationen deutlich machen

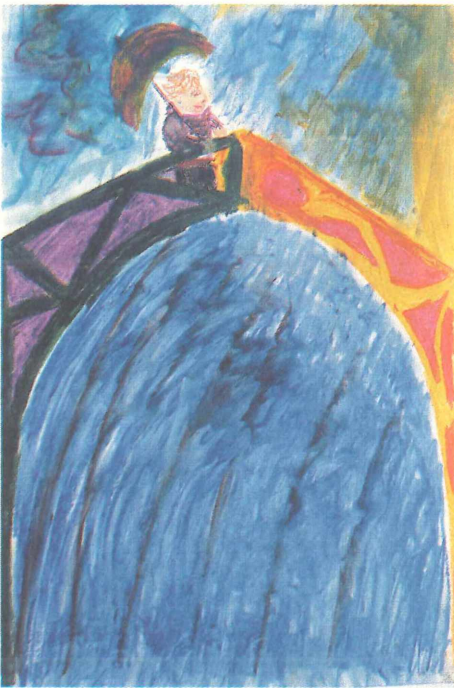


Bild 22 - 26

"Brückenbilder" (Fortsetzung)

Bild 27

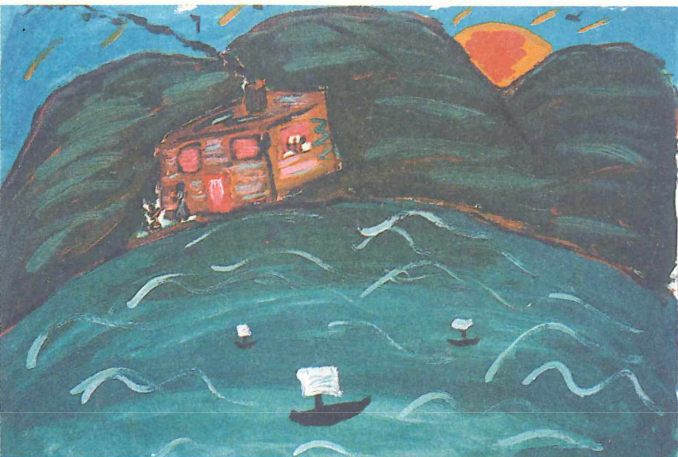
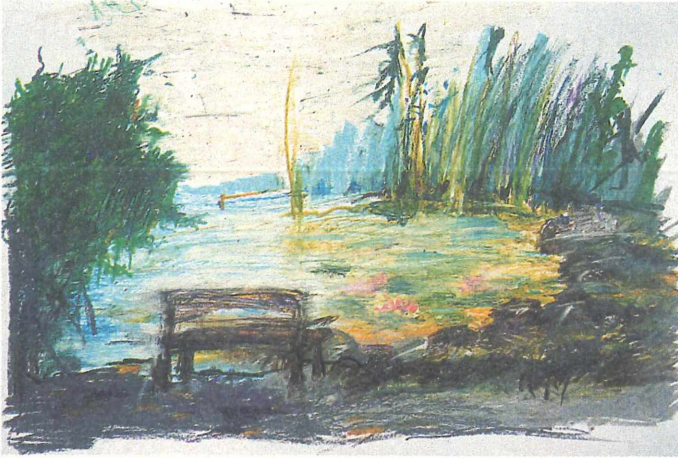


Bild 28 - 30

Bildnerische Darstellungen von inneren Orten der Geborgenheit

Bild 31 - 33

Bildnerische Darstellungen von inneren Orten der Geborgenheit
(Fortsetzung)



Bild 34

gestaltet er unbewußt immer das, was es momentan für ihn zu bewältigen gilt. So läßt sich aus solchen Bildern ersehen, wie existentiell und bedrohlich er die Situation empfindet, wie gefährlich ihm der zu überquerende Abgrund erscheint, aber auch, wie verlockend vielleicht das andere Ufer aussieht.

Wie sehr sich unbewußt die zur Bearbeitung anstehende Problematik in solchen Bildern äußert, zeigt das Bild einer 45jährigen Patientin, die zu diesem Zeitpunkt kurz davor stand, sich an einen verdrängten frühkindlichen Mißbrauch zu erinnern. Obwohl sie überzeugt war, eine gegenwärtige Situation darzustellen, zeigt das Bild ein Kind, das in einen Abgrund stürzt - etwa in dem Alter, in dem der Mißbrauch geschah (Bild 27).

Anlaß dieses Symposiums ist nicht zuletzt die Tatsache, daß der heutige Mensch daran leidet, daß es weder in der äußeren noch in der inneren Landschaft intakte Natur gibt. Es gehört daher auch zur kunsttherapeutischen Arbeit, Bilder von ursprünglichen inneren Seelenlandschaften wieder aufzufinden und so dem Menschen einen persönlichen Ort zu schaffen, an dem er eine innere Heimat hat. Wird einem Patienten im therapeutischen Prozeß ein solcher Ort, an dem seine seelische Topographie noch unverbildet war, wieder zugänglich gemacht, so kann er sich in Phasen von Krisen und Verzweiflung dorthin zurückziehen und seine gesunden Anteile aktivieren.

Solche inneren Bilder von Orten der Geborgenheit haben zu allen Zeiten eine heilende Wirkung gehabt. Schamanistische Rituale haben die Kraft der inneren Bilder zu Heilzwecken eingesetzt wie z.B. die Sandbilder der Navajo-Indianer.

Es gibt viele Möglichkeiten und Methoden, um heute Menschen ihre ursprünglichen Visionen von "innerer Heimt" wieder zu erschließen. Ich verwende dazu meist die Methode der geleiteten Imagination. Dabei wird der Patient in einen tiefen Entspannungszustand versetzt und hört eine Rahmengeschichte, die ihn durch unwirtliche trostlose Landschaften und Situationen voller Kälte, Angst und Verzweiflung führt. Im Verlauf der Geschichte wird es ihm durch eine magische Handlung ermöglicht, sich an einen Ort zu versetzen, an dem er sich wohlfühlt, an dem er Zufriedenheit und Geborgenheit erlebt und den er als seine wirkliche Heimat empfindet. In den

meisten Fällen stellt sich zu den Gefühlen eine klare Vision dieses Ortes ein. Indem nun dieser Ort bildnerisch gestaltet und anschließend reflektiert wird, kann der Patient sich diese Vision dauerhaft aneignen. In Zukunft genügt die Erinnerung an das gestaltete Bild, um die mit dieser Seelenlandschaft verknüpften Gefühle wieder wachzurufen und ein Stück innerer Geborgenheit zu erleben.

Die bildnerische Darstellung dieser inneren Orte (Bild 28-33) zeigt erstaunlicherweise immer eine Landschaft, die sich durch Unversehrtheit auszeichnet und hat meist mit tatsächlich erlebten Landschaften wenig zu tun. Kaum ein Bild gibt die reale Lebenssituation des Malers wieder. Selbst Bilder, die dem Betrachter ein hohes Maß an Ungeborgenheit vermitteln, wie z.B. das Landschaftsbild einer Patientin, die nie wirkliche Heimat erfahren hat, zeigen dennoch eine von menschlichen Eingriffen relativ unbeeinträchtigte Natur (Bild 34).

Betrachtet man die Visionen von Orten seelischen Wohlbefindens, so fragt man sich, ob solche Bilder nicht eine gewisse Relevanz haben könnten für die Arbeit all derer, die sich heute mit der Gestaltung der realen Umwelt des Menschen befassen.

Ich habe im Laufe meiner Arbeit viele hundert Bilder solcher "inneren Topographien" gesehen und frage mich oft, ob nicht gerade die Menschen die heute unsere äußere Umwelt entscheidend gestalten, die den Lebensraum von Menschen oft drastisch verändern, davon Kenntnis haben sollten, wie eine Umgebung aussieht, die dem Menschen wirkliches Wohlbefinden ermöglicht. Ob nicht solche Visionen eingehen sollten in die am Reißbrett vorgenommene Planung unserer äußeren Landschaft.

Es würde mich freuen, wenn dieser Vortrag Ihnen einige Anregungen geben könnte, das Thema Landschaftsgestaltung unter einem neuen Aspekt zu betrachten.

Anschrift der Verfasserin:

Regina Lord
Malerin und Kunsttherapeutin
Paul-Keller-Straße 16
D-82131 Stockdorf

ZOBODAT - www.zobodat.at

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: [Laufener Spezialbeiträge und Laufener Seminarbeiträge \(LSB\)](#)

Jahr/Year: 1995

Band/Volume: [4_1995](#)

Autor(en)/Author(s): Lord Regina

Artikel/Article: [Landschaftsvisionen der Seele - Zum Verhältnis von innerer und äußerer Landschaft 81-90](#)