

Phronetik ® und phronetische Kunsttherapie

Von Irmgard Maria Starke

Im folgenden Text verwende ich aus Gründen des Sprachflusses das Pronomen er und meine damit den Menschen.

Phronetik ® ist der geschützte Name für eine Methodik und Theorie, die seit den 80er Jahren von mir entwickelt wurde und weiter entwickelt wird.

Die drei wesentlichen Grundlagen der Phronetik sind das Menschenbild, die Haltung der aktiven Communitas und die Genese der Gestaltbildung, also die Weise, wie etwas in dieser Welt Gestalt annimmt.

Phronetik ist sowohl Denkmodell als auch Handlungsmodell, denn ohne das Tun, die Umsetzung nützt uns kein noch so tiefes Wissen, keine noch so starke Liebe.

Phronetik entspringt nicht dem Denken. Sie ist Essenz und Form aus vielen Erfahrungen die ich in der Begleitung von Menschen machen durfte und vieler Forschungserfahrungen, die ich mit anderen Menschen austauschen und experimentell durchführen durfte.

Sie basiert auf einem Jahrtausende alten Heilwissen um die Förderung und Freisetzung der biologischen und bewussten Selbst-Heilungskräfte des Menschen in Beziehung zu der ihn umgebenden und ihn ausmachenden Welt.

Eine Zeit lang nannte ich diesen Weg „Bild- und Gestaltungsarbeit“ – denn die Seele spricht in Bildern – wir bilden unser Leben und wir können Gestalter unseres Lebens sein – Lebenskünstler –

Die Gesetze der Gestaltbildung gelten für ALLES, was in dieser Welt Gestalt annimmt – doch die Materialien, die Werkzeuge dafür sind unterschiedlich, die Formen, die entstehen unendlich vielfältig. Im Laufe der Forschungsarbeit bezüglich der Entstehung der Bilder wurde deutlich, dass es Bilder gibt, die das Wesentliche ausdrücken, die Lebensbewegung zeigen und fördern und solche, die sie verstellen – was war nun der Unterschied zwischen diesen Bildern? Wie konnte man sie unterscheiden? Durch den Verstand? Durchs „Bauchgefühl“? So wurde die Erforschung der Entstehung von Bildern ein wesentlicher Focus meiner Arbeit.

Denn diese verstellenden Bilder verhinderten, dass die Selbstheilungskräfte uneingeschränkt wirksam werden konnten :

Masken, Muster, fixierte Dinge, vorstellende Beschreibung von Welt, beziehungslose Bilder, Ego-Bilder, Bilder der Angst.....

Dann kam der Moment, all diesen Erfahrungen, Werkzeugen und tools , dieser Weise, das Leben zu fördern und jeden einzelnen in seine Mitte zu begleiten, ihn zu begleiten und unterstützen, seine eigene Lebensbewegung frei zusetzen, seine ureigene Energie und Kraft zu leben – heil zu werden im Sinne von ganz - all dem einen Namen zu geben : Phronetik

Grundlage dieser Bezeichnung ist der philosophische Begriff der phronesis, der die Fähigkeit des Menschen bezeichnet, universelle Zusammenhänge in der Welt und ihre Bedeutung zu erkennen und danach zu handeln. Insbesondere auch im Hinblick auf die eigene momentane Lebenssituation.

Die phronesis (= Vernunft) ist das oberste Erkenntnisvermögen, das die Beschränkungen des Verstandes erkennt und diesem Grenzen setzt, um die Fülle der Lebensmöglichkeiten zum eigenen Wohle und zum Wohle aller auszuschöpfen und zu ermöglichen.

Der Verstand betrachtet ein Phänomen immer gesondert, abgetrennt von seinem größeren Zusammenhang, nicht in seiner komplexen Lebendigkeit. Vor allem aber meint der Verstand zu wissen. Er speist sich aus der Erinnerung und ist damit immer „alt“. Eine neue Tatsache kann durch Denken und Verstand nicht wahrgenommen werden. Später kann etwas Neues durch das Denken dem Worte nach begriffen werden. Ein durchaus wichtiger Prozess. Aber

das wirkliche Verständnis für eine neue Tatsache ist dem Denken nicht gegeben und damit kann der Verstand ein psychologisches Problem niemals lösen.

Einsichtnahme – Erkenntnis – phronesis ist eine darüber weit hinausgehende Klugheit. Sie ist eine zur inneren Haltung gewordene Fähigkeit, die im Handeln Wertvolles und Wahrhaftes zu realisieren vermag. Phronesis ermöglicht es, situativ das Richtige zu erkennen und danach zu handeln. Folglich geht es nicht alleine darum, dass der Mensch das Richtige tut – (das wäre das techne, das rein praktische Können) sondern die Art und Weise „wie er es tut“. Auch mit episteme, also der Erkenntnis der Dinge, die gleich Naturgesetzen unwandelbar ist, hat die Begleitung nichts zu tun.

Denn es geht ja in diesem Feld gerade auch um Möglichkeiten der Wandlung, um das Leben im Fluss. Der Begründungszusammenhang der phronesis ist immer ein größerer, hat dennoch immer auch ein Maß. Er begründet sich aus dem menschlichen Sein, der speziellen Situation (also den Bedingungen und Möglichkeiten) DIESES Menschen, den wir begleiten, unseren eigenen Bedingungen und Möglichkeiten und den Bedingungen und Möglichkeiten der Beziehung. Phronesis ist eine „praktische Vernunft“ – sie bezieht sich damit auf das Leben, auf die Gestaltung des Lebens hier und jetzt, sie ist das Tor zu mehr Glück, mehr Frieden und mehr Liebe für alle. Sie ist damit auch ein tiefes Prinzip der Ethik. Die Nähe des Namens Phronetik zur Phonetik ist beabsichtigt. Auch dieser Inhalt schwingt im Wort Phronetik mit: Die Welt ist Klang. Alles hat seine eigene Frequenz und ein grundlegendes Gesetz des Kosmos ist das der Resonanz. Auch jeder Mensch hat seinen eigenen Klang. Wenn wir nicht in unserer eigenen Frequenz schwingen können, wenn wir in Disharmonie verbleiben, werden wir krank. Geistig, psychisch oder körperlich. Therapie heißt vor allem eins: Den Raum zu schaffen, in dem der eigene Klang wieder schwingen darf, einen Raum, in dem ich angstfrei ihn wieder entdecken kann, ihn zum tönen bringen, verlorene Klänge wieder finden kann.

Heil sein heißt wieder ganz sein. Ganz sein heißt auch zu entdecken, dass wir nicht getrennt sind – nicht vom anderen, nicht von der Welt. Wir schwingen gemeinsam wie in einer großen Symphonie – voller Fülle wäre die Möglichkeit.

Doch traumatische Erlebnisse stören und behindern diese Möglichkeit und entfernen uns von unseren Klängen. In der Phronetik ® stelle ich Methoden zur Verfügung, die es ermöglichen nicht lebensstaugliche Frequenzmuster zu löschen, neue lebensfördernde zuzulassen und verhindernde Glaubenssätze durch fördernde zu „überschreiben“. Dunkles, Schweres weicht dem Licht, dem Leichten.

In der phronetischen Kunsttherapie, die aus den Grundlagen der phronetischen Sicht entstand, geschieht dies durch die Gestaltungen - durch die Bilder. Das Bild ist hier NICHT Kommentar oder Hilfs- Ich oder Versuch in einem Prozess. Es ist der Träger, der Ausdruck des Prozesses. Es ist eine leibhaftige Erfahrung. Es ist der Weg und der Ausdruck dessen, was sich im Energiekörper wandeln kann und wandelt.

Phronetische Kunsttherapie heißt, den Selbstheilungskräften, der Lebensbewegung, Raum und Ausdruck zu geben, den begleitenden Gefühlen ebenfalls. Jeder phronetische Kunsttherapeut lernt die Sprache der Bilder, ihre Vokabeln, ihre Syntax, ihre Grammatik. Lernt, die förderlichen von den verstellenden zu unterscheiden und Förderliches wie auch Verstellendes in den Gestaltungen des Klienten zu erkennen. Er lernt, den Menschen in seine Lebensgestaltung zu begleiten mit, durch und über die Form.

Er weiss, dass Neugestaltung jederzeit möglich ist und der Klient in all seinen Bedingungen und der Notwendigkeit des ja hierzu – denn erst das ja ist der erste Schritt, die Not zu wenden – immer auch an der Schwelle des Morgen steht: der Umsetzung SEINER Möglichkeiten.

An dieser Stelle unterscheiden sich die Methoden und Werkzeuge der phronetischen Kunsttherapie und der Phronetik:

In der phronetischen Kunsttherapie ist die Gestaltung, das Bild selber Träger des Prozesses – in all der Vielfalt und Tiefe der bildnerischen Sprache und ihrer Möglichkeiten.

Ich werde oft gefragt, ob die Wiener Schule auch multimedial ausgerichtet ist – Ich verstehe diese Frage immer so: da gibt es ein tiefes Wissen in den Menschen, um die Vielfalt der Formmöglichkeiten und die Freiheit, in der man einen Menschen – auch sich selbst – dort

abholen möchte, wo er gerade steht – im Hier und Jetzt.

Meine Antwort: phronetische Kunsttherapie lehrt die Sprache der Bilder – in all ihren Ausformungen , die von den inneren Bildern bis zu den ausgeformten reicht –

Einer bildnerisch-künstlerischen Arbeit, mit der ich mich meiner selbst vergewissern kann, umsetzen kann, herausfinden was ich gerade bin und werden möchte, meine Einzigartigkeit entdecken ohne mich getrennt zu erleben – meine „Medizin“ der Welt schenken kann – in einer Sprache, die viele viele Vokabeln und Möglichkeiten hat:

die Bewegung(also Performance), innere Bilder (also Imagination), Beziehungsausdruck im Raum (also Installation) , Verortung im Raum(also Skulptur), Rückenbindung (also landart), bildendes Denken (also Zeichnen) - die Graphik, das Video, die Malerei in all ihren Materialien, - und und und..... DIESE Sprache zu lernen ist so wundervoll reichhaltig.

Die Sprache des Tanzes und deren Grammatik und Syntax auch, ja

Die Sprache der Musik und deren Heilwirkung – wundervoll – ja

Die Medizin der phronetischen Kunsttherapie, ihre Sprache ist die der Bilder – die kann man auch tanzen, trommeln, schweigen, filmen, fotografisch umsetzen, in der Natur leben , tönen – doch diese Sprache findet auch immer einen geformten Ausdruck.

Die rein phronetische Begleitung arbeitet direkt mit den Energien des Klienten, seiner „Frequenz“. Da lerne und verwende ich die „Sprache“ der Energien, da betrete ich den Raum auch unterhalb der Bilder, das lerne ich, wie unsere Zellen, unsere Drüsen und Organe sprechen und sich formen. Durch gezielte Interventionen weckt und fördert der Begleiter/die Begleiterin die Selbstheilungskräfte des Menschen . Ich lerne, meine eigenen Ängste und die des Menschen, den ich begleite zu löschen – damit setze ich die Lebensbewegung und die Liebe direkt frei . Phronetik ist aktive Communitas mit der Natur auf allen Ebenen.

Phronetische Kunsttherapie zeigt einen Weg auf, dass Mensch sich nicht mehr mit sich Selbst auseinander setzt, sondern zusammensetzt und sich findet und lebt – seinem eigenen Wesen Ausdruck geben kann um im hier und jetzt das eigene Wesen, die eigene wahre Natur zu leben.

© Irmgard Maria Starke 21.07.2009