

# KREATIVITÄT UND GESUNDHEIT

## *Selbtheilungskräfte in der anthroposophischen Kunsttherapie*

Als ich vor langer, langer Zeit zum ersten Mal anthroposophische Kunsttherapie kennenlernte, schien mir, es komme dort mehr darauf an, einen starren Regelkanon zu befolgen, als das individuelle Schöpferium zu fördern. Zu eng waren mir manche Vorstellungen und zu festgelegt die Ergebnisse, zu denen die Patienten kommen sollten, wenn sie alles „richtig“ machten beim Plastizieren, Nass-in-Nass-Malen oder Musizieren. „Wie soll Kunst ohne Kreativität und schöpferische Freiheit gesund machen?“, fragte ich mich. Mir kamen manche Übungen so vor, als legten sie den Heilungskräften eher ein Korsett an.

Heute erlebe ich, dass sich das vielerorts geändert hat. Viele Therapeuten haben sich emanzipiert und rücken das individuelle schöpferische Potenzial mehr in den Mittelpunkt. Davon überzeugen mich Patienten, die in anthroposophischen Kliniken waren, immer wieder aufs Neue, wenn sie begeistert von der wohltuenden, ordnenden und aktivierenden Kraft erzählen, die sie mit Hilfe der Kunsttherapie entdeckt hatten. Ein Ort, an den ich regelmäßig Menschen mit Krebs schicke, ist die Klinik Öschelbronn, seit über vierzig Jahren ein gestandenes anthroposophisches Krankenhaus, das sich heute zeitgemäß „Centrum für Integrative Medizin, Schmerz- und Krebstherapie“ nennt. Hier ist neben der Misteltherapie und der Hyperthermie (Überwärmung) die Kunsttherapie voll integriert. Alle drei Methoden zielen auf Weckung der Selbstheilungskräfte. Meine „Öschelbronner Patienten“ kommen regelmäßig ins Schwärmen über die dortige Kunsttherapie, die



DR. MED. FRANK MEYER

ist integrativer Hausarzt und Gesundheitsautor. Er lebt und arbeitet in Nürnberg.



Josef Ulrich:  
**Selbtheilungskräfte.**  
Quellen der Gesundheit und Lebensqualität.  
Broschiert, Verlag Urachhaus Stuttgart, 2016, 256 Seiten, € 22,90

gleichzeitig auch „Psychoonkologie“ ist, d.h. eine über Kunst im konventionellen Sinne hinausgehende seelische Begleitung und Behandlung in allen Phasen von Krebserkrankungen. Dabei kommen Einzel- und Gruppentherapien, Gesundheitsseminare und Einzelgespräche zum Einsatz.

„Arztfreie Zone“ nennt der in Öschelbronn tätige Kunsttherapeut und Psychoonkologe Josef Ulrich sein Klinik-Atelier, in dem die Menschen in erster Linie eines lernen können: ihr eigenes Kreativitätspotenzial zu entfalten und zum Gestalter ihres Lebens zu werden. Zwischen Malen und Sprechen besteht hier ein innerer Zusammenhang, denn künstlerische Gestaltung wird von Ulrich vor allem als Gestaltung von sich selbst verstanden – und Gespräche als „Kunsttherapie im Kopf“, auf der „inneren Leinwand“, wie er das nennt. Erst mit diesem erweiterten Kunstbegriff als Grundlage macht Kunsttherapie für mich wirklich Sinn.

Josef Ulrich stellt diese Zusammenhänge jetzt sehr überzeugend und bildhaft in dem Buch *Selbtheilungskräfte* dar. Dabei handelt es sich um kein Fach-, sondern um ein Übungsbuch, entstanden aus der jahrzehntelangen Arbeit mit Tausenden Patienten. Die Fragestellung, welche Zusammenhänge zwischen der Kreativität und den Kräften des Immunsystems bestehen, ist der rote Faden, der sich durch alle Kapitel zieht, die unzählige praktische Anregungen und Übungen enthalten. Ein Buch voller selbst erarbeiteter, authentisch gelebter Weisheiten, die sofort umgesetzt werden wollen.

gestellung, welche Zusammenhänge zwischen der Kreativität und den Kräften des Immunsystems bestehen, ist der rote Faden, der sich durch alle Kapitel zieht, die unzählige praktische Anregungen und Übungen enthalten. Ein Buch voller selbst erarbeiteter, authentisch gelebter Weisheiten, die sofort umgesetzt werden wollen.