

Was will uns unser Körper sagen, was will unsere Seele ausdrücken, was beschreibt unsere Atmung im Ruhezustand, während der Aktivität, in der Beziehung mit den anderen?

Schauen Sie sich die Karikaturen auf der vorherigen Seite an, und machen Sie die folgenden Übungen: Behalten Sie während 1–2 Minuten die Stellung der unterschiedlichen Personen, die mit ihrem Handy telefonieren. Atmen Sie bewusst. Was fühlen Sie körperlich, seelisch? Und falls sich eine dieser Lagen noch und noch wiederholt?

Letztes Beispiel: Es war in einem Krankenhaus, und eine Frau sass vor mir: Sie konnte sich kaum bewegen, und sie konnte kaum auch nur einige Geräusche und Laute von sich geben. Sie hatte Knochenkrebs und schon zahlreiche Behandlungen gehabt. Sie schien eine lebendige Tote zu sein.

Diese Frau hatte Klavier gespielt und konnte Noten lesen. Also haben wir zuerst angefangen, nur an die Noten zu denken. Dann sang ich laut, sie nur in Gedanken; aber es wirkte schon in ihrer Kehle.

Wir machten auch bestimmte Nasenhygieneübungen, indem wir gewisse Töne in Richtung des oberen Nasengangs lenkten und auch klopfende Nasenpflege

ausübten. Und noch dazu Übungen mit leichtem Klopfen auf den Brustkorb.

Und es geschah, was geschehen musste. Nachdem sie eine Menge Schleim und Verschmutzung ausgeschieden hatte, kam die Stimme wieder. Schwach am Anfang, aber immer stärker. Und diese Frau selbst war anwesender. Das heisst, durch ihre Stimme, den Ausdruck ihres Atems, konnte sie sich besser positionieren. Sie, als Frau, als Mensch. Nicht mehr nur als Kranke oder als bald gestorbene Person. Ihre Laune war viel besser, sie machte gerne Scherze, und sie hatte ihre Kommunikationsfähigkeit wieder gefunden.

Wir, als Atemtherapeuten, haben dieses Glück, diese Verbindung – *Leib und Seele* – wahrnehmen zu können. Wir brauchen nicht irgendeine Methode, die jetzt in Mode ist, zu imitieren. Schätzen wir, behalten wir die Verbindung im Vordergrund aus Liebe zu unseren Kunden, aus Rücksicht auf uns selbst: *Leib und Seele*.

Karikatur: Denise Krummenacher

Denise Krummenacher-B

Atemtherapeutin nach Methode Klara Wolf (IAB)

Autorin von «Atemübungen für ein unbeschwertes Leben, Prävention und Behandlung»

www.respir.ch, denisekb@bluewin.ch

«Mit Leib und Seele der Kunst verschrieben»

Interview mit Herrn Paul Wyss, Kunstmaler und Plastiker, Kappel

Wie ist Ihr beruflicher Werdegang und wie kamen Sie zur Kunst?

Meinen ersten Ölfarbkasten erwarb ich mir vom Sackgeld in der Primarschule. Die ersten «grossen» Bilder malte ich im Keller.

Auf Anraten der Berufsberatung erlernte ich den Beruf des Buchdruckers. Schon als Lehrling hatte ich das Glück, an grossen Kunstbänden mitzuarbeiten wie «Lindisfarn» und «Book of Keels». Diese Kunstbände liegen in der ganzen Welt in namhaften Museen auf.

Nach der Lehre wechselte ich, auf Anraten meines damaligen Chefs, meine Stelle nach Basel, wo ich wiederum das grosse Glück hatte (aufgrund meiner grossen Erfahrung im Kunstdruck), für den bekannten Galeristen Herrn Beyeler die Ausstellungskataloge für seine Kunstaustellungen zu drucken.

Mit dieser Tätigkeit lernte ich die grossen Impressionisten kennen und ich fühlte mich dadurch immer mehr zur Malerei hingezogen. Nebst der Weiterbildung am Konservatorium in Basel und an der Schweizerischen Kirchenmusikschule belegte ich in Basel und Luzern die Kunstgewerbeschule. Bei Radoslav Kutra, Kunstprofessor an der Kunstgewerbeschule Brünn, und dem bekannten Bildhauer Albert Schilling in Arlesheim konnte ich danach meine malerischen und bildhauerischen Kenntnisse noch vertiefen.

Danach konnte ich mich langsam vom Buchdruckgewerbe ablösen, nachdem ich als Chorleiter zwei Kirchenchöre übernommen hatte.

Dank der uneingeschränkten Unterstützung meiner Frau konnte ich dann die Kunst zu meinem Beruf machen.

Was inspiriert Sie in bei ihrem künstlerischem Schaffen?

Meine inneren Gefühle malerisch oder plastisch zum Ausdruck zu bringen.

In meinen künstlerischen Arbeiten setze ich mich mit dem Menschen auseinander, mit dem Werden und Vergehen und mit der menschlichen Befindlichkeit. So auch mit der Natur, die uns das Werden und Vergehen immer wieder neu vorlebt.

Wo sehen Sie Ihre Grenzen?

Ich bin überzeugt, dass es in der Kunst keine Grenzen gibt.

Kunst ist Freiheit, aber die Freiheit endet dort, wo sie missbraucht wird. Meine Grenzen sehe ich dort, wo ich meine Gedanken physisch nicht mehr umsetzen kann.

Welches Lebensmotto verbinden Sie mit der Kunst?

In keiner Situation aufgeben! Es gibt immer eine Lösung.

Welche Visionen haben Sie?

Noch möglichst lange gesund weiterzuarbeiten, um die vielen Gedanken noch umsetzen zu können.

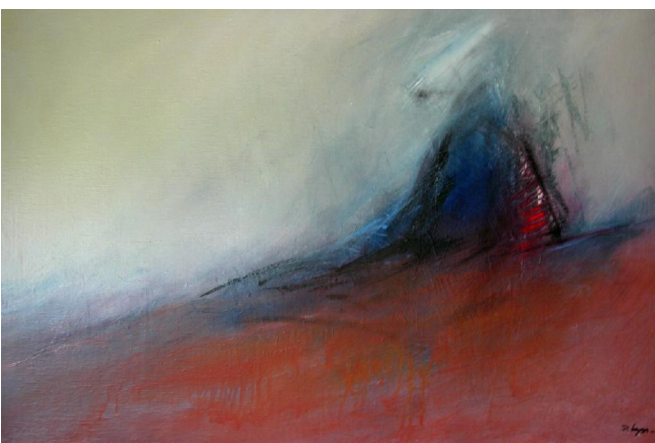


Was drücken Sie über Ihr künstlerisches Schaffen aus oder gibt es eine Botschaft, die Sie über Ihre Kunst überbringen möchten?

Vor allem möchte ich Freude bereiten. Aber wie schon erwähnt, in keiner Situation aufgeben. In meinen Olivenbaumbildern zum Beispiel möchte ich dem Betrachter vermitteln, dass es sich immer lohnt, nie aufzugeben. Ein alter Olivenbaumstrunk, der vermeintlich abgestorben ist, beginnt wieder neue Triebe zu machen. Tief im Innern des Baumes ist immer noch Atem. Dieses neue Werden der Materie, die sich anscheinend äusserlich aufgegeben hat, beschäftigt mich und soll auch ein Beispiel für uns Menschen sein. Solange wir **einen inneren Atem** haben, ist immer ein Werden möglich.

Gibt es für Sie ein Vorbild?

In der Malerei versuche ich meinen eigenen Weg zu gehen, wobei die Farben der Impressionisten in meiner Seele brennen. In den plastischen Arbeiten dringt immer wieder mein Lehrer Albert Schilling durch, aber Alberto Giacometti muss man studieren, denn seine Skulpturen sind beseelt und atmen.



Gibt es etwas in Ihrem Leben, das Sie rückwirkend verändern möchten?

Wir sind immer auf dem Weg! Was zählt ist die Wirklichkeit, das Hier und Jetzt.

Ich freue mich, da angekommen zu sein, wo ich jetzt bin. Für dieses Ziel musste ich diesen Weg gehen, also habe ich nichts verpasst.

Welches Publikum sprechen Sie an mit Ihrer Kunst?

Am liebsten alle!

Was betrachten Sie als Ihren grössten künstlerischen Erfolg?

Jede neue Arbeit soll ein Erfolg sein. Aber vor allem meine sakralen Arbeiten haben mein künstlerisches Schaffen geprägt: Chorgestaltungen und Ausführungen, Kreuzwege in Bildern und Skulpturen.

Kennen Sie auch Misserfolge?

Wo gibt es keine Misserfolge? Aber gerade hier gilt mein Motto: Nie aufgeben!

Als Künstler haben Sie den Vorteil, ein Bild oder eine Skulptur wegzuerwerfen, bevor sie das Atelier verlassen. Auch ich brauche einen Papierkorb.



Kunst mit Leib und Seele zu gestalten, was heisst das für Sie als Künstler konkret?

Erfahrung mit der Seele: Mit dem Atem innere Gefühle spüren und erleben.

Erfahrung mit dem Leib: Wenn beim Malen der Rhythmus mit dem Pinsel und der Spachtel meinen inneren Gedanken folgen.

Wenn beim Modellieren mit Gips die Konsistenz des Materials und die Führung der Spachtel eins werden mit meiner Seele: Das Einswerden von Leib und Seele.

Paul Wyss, 4616 Kappel

*Franziska Kiener Ritler
Komplementärtherapeutin OdA KTTC Atem
Löwengasse 1, 4500 Solothurn
franziska.kiener@atem-schweiz.ch*