

aktualisiert: 25.02.2010 16:39 Uhr

Merken | Drucken | Versenden

**WÜRZBURG****Mit dem Kohlestift zum Menschsein zu finden**

Martina Dittmann lädt ein,

**Am Anfang stehen zwei warme Socken. Bequeme Kleidung ist mitzubringen. Es wird in den kommenden zweieinhalb Stunden um mein Leben gehen, von dem ich annehme, es sei in Ordnung. Im Gartensaal des Exerzitienhauses Himmelsporten trifft sich an diesem Februarabend die Gruppe „Geführtes Zeichnen“ zum ersten Mal.**



Eingeladen hatte Martina Dittmann, die in verschiedenen kirchlichen Bildungshäusern spirituelle Wegbegleitung mit den Elementen der Initiatischen Therapie anbietet.

Diese Methode wurde von Karlfried Graf Dürckheim und seiner Frau Maria Hippus, Gräfin Dürckheim entwickelt, erklärt Martina Dittmann.

Sie führt weiterhin aus, dass diese Form der Begleitung am Kreuzpunkt des östlichen und des westlichen spirituellen Weges entstand.

So kann dieser Übungsweg Antwort geben auf die Fragen Wer bin ich, und was ist der Sinn meines Lebens?

**Tor zum Geheimen öffnen**

Nach Dürckheim bedeutet „initiäre“ das Tor zum Geheimen öffnen. In einfachen kurzen Worten gesagt geht es darum: Werde der Mensch der Du bist!

Das ist der Sinn des Lebens. Bisher war ich immer der Meinung, ganz genau der Mensch zu sein, der ich bin. Eine Fehleinschätzung! Schon bei der ersten Übung, mit geschlossenen Augen auf der Erde zu stehen, wird es mir klar. Mir wird schwindlig, ich treibe hin und her.

Später werde ich sagen: „Es war, als würde ich von der Erde fallen.“ Für Martina Dittmann sind solche Erfahrungen ganz normal. Sie sagt: „Gerade in der heutigen Leistungswelt kommt es immer wieder dazu, dass die Menschen fremdbestimmt leben und ihre Sehnsucht vergessen. Sie leben getrennt von ihrem eigentlichen Sein.“

Martina Dittmann ging selbst den Weg, den sie heute an andere Menschen weitergibt. Und auch für sie war es ein langer Prozess der Veränderung.

Sie sagt: „Die Initiatische Therapie verhalf mir dazu, mein Menschsein neu zu begreifen beziehungsweise neu wahrzunehmen, und anders mit den Schwierigkeiten des Alltags umzugehen.“ Die Therapie verheißt allerdings nicht, dass die Probleme des Lebens ausbleiben. Der Mensch wird vielmehr fähig, sich nicht mehr aus der Bahn werfen zu lassen.

Und Martina Dittmann entschloss sich, diese Erfahrungen an andere Menschen weiterzugeben. Sie absolvierte eine fünfjährige Ausbildung am Benediktshof in Münster.

Dort hat sich eine Form seelsorglich-spirituelle Wegbegleitung herausgebildet, die 1970 in der Jugend- und Erwachsenenbildung der Benediktinerabtei Gerleve ihren Anfang nahm und die sich in der Benediktinischen Tradition verwurzelt weiß. Wesentlich inspiriert und erweitert wurde das seelsorglich-spirituelle Konzept des Benediktshofes durch die Initiatische Therapie.

Und da ist sie wieder, meine Erfahrung der Unsicherheit. Werde ich aushalten? Sind doch die begleitenden Bewegungen und die Meditation bisher nicht mein Ding gewesen. Martina Dittmann nimmt die Unsicherheiten genau wahr, ihr gelingt es, mich dort abzuholen, wo ich im Moment gerade stehe. Schritt für Schritt werde ich sicherer, stehe aufrecht und fest, komme in den Bewegungen zur Ruhe.

Es macht mir Spaß. Ich bewege mich in meinem eigenen Tempo und verspüre ein Verlangen nach Freiheit. Nach einer kleinen Meditationspause sind die Teilnehmenden eingeladen, am Zeichentisch Platz zu nehmen. Vor uns liegt ein Zeichenbrett mit Papier und Kohlestifte.

**Vertrauen auf innere Impulse**

Beim „Geführten Zeichnen“ folgt der Übende mit geschlossenen Augen seinen inneren Bewegungsimpulsen, die er mit zwei Kohlestiften in beiden Händen zum Ausdruck bringt. Martina Dittmann lädt ein, mehrere Blätter zu zeichnen. Auf einem mit Linien von unten nach oben, dann umgekehrt - die Urform der Senkrechten. Auf dem letzten Blatt, soll ein freies Bild entstehen.

Wenn möglich, im Vertrauen auf die eigenen - inneren Impulsen. Gezeichnet wird mit geschlossenen Augen. Ich mache die Erfahrung, wie lang ein Stück Zeichenkarton sein kann, denn die Bahn des Kohlestiftes scheint unendlich zu sein. Dicke Balken erscheinen so langsam auf dem Papier.

Der Atem hebt und senkt sich. Es ist ganz still. Nur die Geräusche der Stifte erfüllen das Zimmer. Blatt um Blatt werden fertig, fallen zu Boden. Eines der Bilder nenne ich Hölzer, eines Wald und mein drittes Zeit.

Im anschließenden Gespräch stellt sich für mich heraus, dass es sich für mich lohnen würde, weiter an der Initiatischen Therapie dranzubleiben. Schritt für Schritt gehen wir in der Gruppe mein wichtigstes Bild durch. Es wird deutlich, was ich in meinem Leben verändern kann. Ein Anfang ist gemacht.

Martina Dittmann lädt in diesem Jahr zu weiteren Abenden „Geführtes Zeichnen in der Gruppe“ in den Gartensaal von Himmelsporten ein. Die nächsten Termine sind der 8. März und der 12. April. Außerdem bietet Martina Dittmann „Geführtes Zeichnen“ mit Elfi Bauer „Arbeit am Tonfeld“ einen Workshop der Initiatischen Therapie am 27.3./28.3.10 in Himmelsporten an.

Anmeldungen über das Exerzitienhaus Himmelsporten, Tel. (09 31) 38 66 80 00, E-Mail [info@himmelsporten.net](mailto:info@himmelsporten.net)