

Kraft durch Schmieden – Selbsterfahrung mit Feuer und Eisen

In einer Arbeitswelt, die zunehmend von Beschleunigung sowie geistiger und emotionaler Belastung geprägt ist, entsteht bei vielen Menschen das Bedürfnis nach körperorientierter Selbsterfahrung.

Ich selber habe am eigenen Leib erfahren, wie wohltuend körperliche Arbeit als Ausgleich zu den Tätigkeiten in der modernen Dienstleistungsgesellschaft ist. Am Beginn meiner Berufskarriere hat mich der einseitige geistige und emotionale Stress als Führungskraft in mehreren sozialen Unternehmungen an den Rand eines Burn out gebracht. Seit nunmehr zwanzig Jahren bin ich als Berater, Coach und Supervisor tätig. Daneben habe ich auch meine künstlerische und handwerkliche Neigung gepflegt und arbeite nebenberuflich als Metallgestalter.

Immer wieder erlebe ich nach anstrengenden Beratungstagen die handwerkliche Arbeit an Amboss und Esse als wohltuenden Ausgleich zur Beziehungsarbeit als Coach und Supervisor. Am Schmiedefeuer hole ich mir die innere Kraft für meine Beratungstätigkeit.

Feuer und Eisen als Medium umfassender Selbsterfahrung:

In ihrem Lehrbuch zur Theorie und Praxis von Supervision spricht Astrid Schreyögg (Schreyögg 1991) von der „eigenen Ladung“ sogenannter „kreativen Medien“ in der Beratung. Als kreative Medien werden hier Materialmedien wie Wachsmalkreiden, Papier, Farbstifte, Ton, Plastilin u.ä. verstanden, wie sie in der integrativen Gestalttherapie und in der Kunsttherapie eingesetzt werden.

Schreyögg beschreibt die Wirkung solcher Medien folgendermaßen: „Da Medien... keineswegs nur der sachlichen Informationsübermittlung dienen, sondern auch der „prärationalen“... lässt sich behaupten, dass manche Medien diese unterschiedlichen Bedeutungen besser als andere einlösen. Das sind dann Medien, die über ihre sachliche Informationsfunktion hinaus, Menschen bisher unbekannte Wahrnehmungs-, Denk- und Handlungsbereiche zu erschließen helfen. Sie fördern dann innere Muster zutage, die für den betreffenden Menschen bisher unbekannt waren und sie ermöglichen ihm neuartige Formen des Selbstausdrucks.“ (Schreyögg 1991: 386-387)

Feuer und Eisen können in diesem Sinne als kollektiv hoch aufgeladene Medien bezeichnet werden. Bereits in der griechischen Mythologie schmiedet Hephaistos, der Gott des Feuers und der Schmiedekunst die Waffen der Götter. In den Entstehungsmythen vieler Kulturen spielt das Feuer eine zentrale Rolle. Aus tiefenpsychologischer Sicht nach C.G. Jung steht das Feuer als Symbol für Verwandlung und Wiedergeburt (vgl. Jung 1988: 296). Jung beschreibt das Feuer der Alchemisten das „Phlogiston“ als archetypische Urform für Energie (vgl. Jung 1990: 35).

Auch Eisen besitzt seit jeher archaisch mythologischen Charakter. Der Religionswissenschaftler Mircea Eliade beschäftigt sich in seinem Buch „Schmiede und Alchemisten“ (Eliade 1980) ausführlich mit den mythologischen Wurzeln und der tiefenpsychologischen Bedeutung des Schmiedens und sagt über dieses Material: „Wir wollen nicht näher auf den Sakralcharakter des Eisens eingehen. Ob es nun als vom Himmelgewölbe herabgefallen gilt (meteoritisches Eisen, Anm. d. Verf.) oder aus den Eingeweiden der Erde herausgeholt wird (Eisen aus erzhältigem Gestein, Anm. d. Verf.), immer ist es mit heiliger Kraft geladen.“ (Eliade 1980: 29).

Tiefenpsychologisch betrachtet besitzen Feuer und Eisen eine „natürliche Ladung“, die regressionsfördern wirkt und die Tiefenschichten des Menschen anspricht. So wie etwa ein Stück Ton kollektiv als „erdig“ erlebt wird (vgl. Schreyögg 1991: 390), lösen Feuer und Eisen als Medium der Selbsterfahrung umfassende Prozesse aus, die auf der körperlichen Ebene kräftigend, auf der emotionalen Ebene entspannend und auf der geistigen Ebene anregend und kreativitätsfördernd wirken.

Schmieden – ein Prozess der Wandlung, Erneuerung und Heilung:

Schmieden ist technisch gesehen ein Prozess, bei dem das Schmiedeeisen zur Rotglut gebracht wird und durch Erhitzen völlig neue Eigenschaften erhält. Der harte spröde Stahl wird plötzlich weich und knetbar und kann am Amboss in nahezu jede Form gebracht werden. Schmieden hat also im Wesentlichen mit der Kunst zu tun, das Feuer zu beherrschen und zu kontrollieren.

Der Schmied „zähmt“ das Feuer in der Esse, um das Eisen auf die richtige Arbeitstemperatur zu bringen, Schmiedekunst hat mit der „Meisterung des Feuers“ zu tun. Gerade diese Vertrautheit mit dem gefährlichen Element Feuer brachte dem Berufsstand des Schmiedes seit Jahrtausenden eine besondere Stellung in der Gesellschaft ein.

Aus tiefenpsychologischer Sicht sind hier besonders jene Zusammenhänge interessant, die Eliade durch die Untersuchung urzeitlicher Vorstellungen zum Werk der Metallurgen beschreibt: „Der Alchemist, ebenso wie der Schmied und vor diesem der Töpfer, ist ein „Meister des Feuers“. Durch das Feuer bewirkt er den Übergang der Materie von einem Zustand in einen anderen... Wie die Schamanen gelten auch die Schmiede als „Meister des Feuers“. In gewissen Kulturkreisen wird der Schmied als dem Schamanen ebenbürtig, wenn nicht als höherstehend betrachtet.“ (Eliade 1980: 83-85) Und weiter unten folgert Eliade aus der Untersuchung des Schmiedehandwerks in unterschiedlichen alten Kulturvölkern wie Tartaren, Mongolen und Roma: „Es scheint also auf ganz verschiedenen kulturellen Ebenen eine Verbindung zwischen Schmiedekunst, den okkulten Wissenschaften (Schamanismus, Magie, Heilkunst usw.) und den Künsten des Gesanges, des Tanzes und der Dichtung zu bestehen, was ein Zeichen für ihr sehr hohes Alter ist. Alle diese miteinander verbundenen Künste scheinen außerdem in einer Atmosphäre des Sakralen und des Mysteriums überliefert worden zu sein...“ (Eliade 1980: 105).

„In einer Anzahl von Märchen kommt Jesus Christus in eine Schmiede, auf deren Aushängeschild steht: „Hier wohnt der Meister der Meister“. Ein Mann betritt die Schmiede mit einem Pferd, das beschlagen werden soll, und Jesus erhält vom Schmied die Erlaubnis, die Arbeit auszuführen... Diese Volksmärchen bewahren noch die Erinnerung an das mystisch-rituelle Szenarium, bei dem das Feuer eine Rolle bei der Prüfung während der Initiation spielt und zugleich zur Reinigung und Wandlung dient... Ein Märchen wendet sich nicht an das

wache, säkularisierte Bewußtsein. Sein Herrschaftsbereich sind die Tiefenzonen der Psyche, es nährt die Einbildungskraft und regt sie an. Die Initiationssymbolik des Feuers und der Schmiede, des Todes und der Auferstehung durch das Feuer, des Schmiedens auf dem Amboß usw. ist in den schamanischen Mythen und Ritualen klar bezeugt.““ (Eliade 1980: 113-114).

Die eben zitierten Betrachtungen sollen meine eigenen jahrelangen Erfahrungen mit dem Schmieden untermauern. Immer wieder erlebe ich das Schmieden als reinigend und heilsam auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene. In diesem Sinne ist auch der etwas deftige Spruch einer Workshopteilnehmerin zu verstehen: „Beim Schmieden kannst du den ganzen seelischen Dreck so richtig herausschwitzen!“

Im Prozess des Schmiedens wird das „innere Feuer“ aktiviert, Emotionen werden angesprochen, innere Energieblockaden werden aufgelöst. Das Feuer wirkt als Medium der Reinigung und Wandlung durchaus auch im Sinne einer therapeutischen Katharsis. Schmieden kann bei entsprechender Begleitung weit über Selbsterfahrung hinausgehen und auch als therapeutischer Prozess wirken, der Heilungsprozesse in Gang setzt (therapeutisches Schmieden).

Gestalten im Schmiedefeuer – innere Zustände in eine äußere Form bringen:

Gestalten im Schmiedefeuer ist ein schöpferischer Akt, bei dem das „tote“ Material in eine lebendige individuelle Form gebracht wird. In unserem Zusammenhang geht es uns ja nicht um die Erzeugung irgendwelcher Gebrauchsgegenstände aus Schmiedeeisen, sondern um den spontanen Akt der Formgebung, der meist mit (unbewussten) inneren Persönlichkeitsmuster in Verbindung steht.

Welche Bedeutung dieser Prozess für die Persönlichkeitsentwicklung haben kann beschreibt Fritz Perls in den Grundlagen der Gestalttherapie: „Als Beispiele für fortschreitende Integration werden wir häufig Künstler und Kunstschaffen sowie Kinder und kindliches Spiel anführen... Hellwache Wahrnehmung und Spiel mit dem Medium bilden den Kern der künstlerischen Arbeit;... Und genauso ist es bei Kindern: Ihre hellwache Wahrnehmung und ihr freies, scheinbar zielloses Spiel lassen die Energie spontan fließen und zu so zauberhaften Erfindungen gelangen.“ (Perls u.a.1991: 29-30).

Perls wird nicht müde zu betonen, dass der kreative schöpferische Akt nicht nur den Künstlern vorbehalten ist, sondern zum Wesenskern des gesunden Menschen gehört: „Das Verarbeiten der realen Oberfläche, die Umformung des aufscheinenden oder rudimentären Themas in das materielle Medium ist die schöpferische Gestaltung. Der Vorgang hat überhaupt nichts Geheimnisvolles, es sei denn das bloß verbale Geheimnis, dass man nicht vorher weiß, was man tut, sondern es zuerst tut und dann weiß und darüber reden kann... Aber das gilt für jedes Wahrnehmen und Zugreifen, das es mit etwas Neuem zu tun hat und eine Gestalt bildet.“ (Perls u.a. 1991: 191).

Das freie Gestalten im Schmiedefeuer hat als Ergebnis immer etwas Überraschendes an sich. In der fertigen Skulptur ist immer auch der innere Prozess des Gestalters sichtbar. In der Art und Weise, wie das industrielle vorgefertigte Ausgangsmaterial verformt wird, wie es „belebt“ wird, welche Form es bekommt, wie die Oberfläche gestaltet ist usw., werden oft überraschende Seiten der Persönlichkeit sichtbar, die neue kreative Handlungsmöglichkeiten erschließen. „Ganz gewiß sind es nicht Cezannes Äpfel, die uns interessieren – obwohl auch

sie keineswegs unwichtig sind – sondern wie er sie verarbeitet, was er ausgerechnet aus Äpfeln macht.“ (Perls u.a. 1991: 191).

Im gemeinsamen Reflexionsgespräch sind die TeilnehmerInnen immer wieder überrascht, welche neue Facetten ihrer Persönlichkeit in der fertigen Skulptur sichtbar werden. Und ich staune immer wieder von Neuem, wie stimmig sich die Persönlichkeit des Teilnehmers in der Gestalt seiner Skulptur spiegelt. Jede Skulptur ist materielle Manifestation innerer Zustände und Persönlichkeitsstrukturen und wird so zu einer Quelle intensiver Selbsterfahrung.

Schluss:

Im vorliegenden Beitrag habe ich versucht das Schmieden als Prozess der Selbsterfahrung und Persönlichkeitsentwicklung zu beschreiben und auch theoretisch zu untermauern. Es sollte deutlich werden, dass das Gestalten mit Feuer und Eisen einen ganz speziellen ungewohnten Zugang zum Selbst ermöglicht.

Die Dynamik der modernen Arbeitswelt stellt hohe Anforderungen an die eigene Persönlichkeit. Nicht zufällig erfasst das Burn-out-Syndrom immer neue Berufsgruppen. Die Kunst mit den eigenen inneren Energien richtig umzugehen kann am Schmiedefeuer erlernt werden. Denn die Kunst „das innere Feuer zu zähmen“ hat seit jeher mit der Schmiedekunst zu tun und kann uns heute wertvolle Botschaften über uns selber vermitteln.

Literaturverzeichnis:

Eliade, Mircea (1980): Schmiede und Alchemisten. Stuttgart: Klett-Cotta

Jung, Carl Gustav (1990): Archetypen. München: Deutscher Taschenbuch Verlag

Jung, Carl Gustav (1988): Der Mensch und seine Symbole. Olten und Freiburg im Breisgau: Walter-Verlag

Perls Frederic S., Hefferline Ralph F., Goodman Paul (1991): Gestalttherapie – Grundlagen. München: Deutscher Taschenbuch Verlag

Schreyögg, Astrid (1991): Supervision – Ein integratives Modell. Lehrbuch zu Theorie und Praxis. Paderborn: Junfermann