



## Künstlerischer Prozess und meditatives Erleben

17. Juni 2023

Zwischenraum // HKS Ottersberg

Gibt es eine Verwandtschaft zwischen künstlerischer Erfahrung und meditativem Erleben? Was sind die Erfahrungen in kreativen, ästhetischen Prozessen? Welcher Art sind die Erlebnisse meditativer Praxis? Ähneln die durch regelmäßige künstlerische Betätigung sensibilisierten Erlebnisqualitäten dem durch regelmäßige meditative Praxis vertieften und verfeinerten Wahrnehmen?

Wesentliches Anliegen der Anthroposophie ist die Förderung der Bewusstseinsentwicklung und inneren Entfaltung des Menschen. Hierzu sind von Rudolf Steiner zahlreiche meditative Übungen für eine konkrete innere Schulung gegeben worden. Es besteht auch eigens hierfür eine Schulungsmöglichkeit - die Freie Hochschule für Geisteswissenschaft -, deren Inhalt ein systematischer, meditativer Übungsweg ist. Mitglieder dieser Hochschule haben Studierende der HKS Ottersberg kontaktiert mit dem Interesse mit Kunstpraktizierenden in den Dialog zu treten. Daraus ist die Idee dieser Tagung erwachsen, um einen Rahmen für Erfahrungsaustausch herzustellen.

Gemeinsam möchten wir ausgehend von praktischen Übungen - sowohl künstlerische als auch meditative - in einen Dialog kommen und uns diesen Fragen experimentell nähern. Wir wollen untersuchen, wie sich die beiden Felder, künstlerische und meditative Praxis gegenseitig ergänzen, bereichernd befruchten und vertiefen können.

### PROGRAMM

10:00 – 10:30 Uhr Ankommen  
10:30 – 11:00 Uhr Einleitung / Vorstellung  
11:00 – 12:30 Uhr Workshop 1a und 1b  
12:30 – 14:00 Uhr Mittagessen  
14:00 – 15:30 Uhr Workshop 2a und 2b  
15:30 – 16:00 Uhr Pause  
16:00 – 17:00 Uhr Workshop 3 „Meditation“  
17:00 – 17:15 Uhr Pause  
17:15 – 18:30 Uhr Abschlußrunde im Plenum

### ANMELDUNG

Franziska Beddermann  
E-Mail: frabedder@gmail.com  
Telefon: +49151- 25668348v

### UNKOSTENBEITRAG

Richtsatz inkl. Mittagessen und Kaffeepausen  
Normalpreis EUR 20  
Studierende EUR 5

### ADRESSE

Hochschule für Künste im Sozialen (HKS)  
Große Straße 107  
28870 Ottersberg

Für Bahnreisende von Hamburg werden wir für die Züge mit Ankunft 9:45 Uhr und Abfahrt 19:15 Uhr einen Transfer zwischen Bahnhof und Tagungsort bereitstellen.

veranstaltet von:

Freie Hochschule für Geisteswissenschaft im  
Arbeitszentrum Nord der  
Anthroposophischen Gesellschaft in freier  
Zusammenarbeit  
mit Studierenden der HKS Ottersberg

## Workshop 1a:

### **Fantasiereisen in die Farbe**

Dieser Workshop vermittelt eine meditative Reise in die Farbe. Wahrnehmen, Erleben, Reden, in Bewegung bringen und Reflektieren sind die Stationen dieses Workshops.

Wir werden uns in eine Farbe hineinversetzen und mit „allen Sinnen“ die seelischen Qualitäten der Farbe erleben und in ungegenständlichen Bildgestaltungen ausdrücken. Jede Farbe hat eine spezifische Energie, Stimmung und qualitative Intelligenz, der wir mit künstlerischen Mitteln forschend nachspüren. Rudolf Steiner nannte diesen Zustand der Farbe Aura und das Wirkende darinnen Elementarwesen. In diesem Versuch kann uns die Kunst der Farbe eine Brücke zu übersinnlichen Erkenntnissen und Erleben sein.

## Workshop 2a:

### **Das meditative Gespräch im dialogischen Malen**

Lauschen und Hingabe sind die Grundhaltungen, um unserem Gegenüber im meditativen Gespräch zu begegnen. Wir wollen erfahren, wie diese Haltungen im dialogischen Malen - bewusst ausgeführt - uns dabei helfen können, eine gemeinsame Gestaltung zu schaffen, in der nicht mehr nur zwei Individualitäten einander gegenüberstehen, sondern ein neues Gemeinsames leben kann. Wann geraten wir in einen Kampf gegen das Fremde? Wann können wir den Kampf aufgeben und das Fremde sehen lernen?

## Workshop 1b:

### **Feinsinnige Gegenstandsbeobachtung**

Hier werden wir im „Blindversuch“ rein innerlich empfindend verschiedene Holzarten untersuchen und erkunden welche konkreten Beobachtungen sich auf diese Weise ergeben.

Erlebe ich Unterschiede zwischen den verschiedenen Hölzern? Was sind die Unterschiede? Stellen sich spezifische Stimmungen ein? Charaktervolles? Bilder? Farben? Gesten? Kräfteempfindungen? Lässt sich die jeweilige Erfahrung wiederholen? Gibt es Ähnlichkeiten, passende Ergänzungen in dem wie andere ihre Erlebnisse beschreiben? Und schließlich, lässt sich vielleicht sogar aus der rein inneren Beobachtung erkennen von welchen Baumarten die untersuchten Hölzer stammen?

## Workshop 2b:

### **Gemeinsames Plastizieren und Erleben am Ton**

Anhand einer angeleiteten Übung mit Ton wollen wir in ein sinnliches und inneres Erleben eintauchen und gemeinsam darüber in einen Austausch kommen. Folgende Fragen können uns dabei begleiten: Was erlebe ich während des Plastizierens? Was gebe ich in den Ton und was kommt mir da entgegen? Bin ich träumerisch tätig oder lenken meine Vorstellungen den tätigen Prozess der Hände?