

Monika Timme-Hafner

Nachlese:

In diesen zwei Impuls-Stunden haben wir aus kleinen Mini-Focusing-Prozessen spielerische Darstellungsformen entstehen lassen.

Focusingprozesse und künstlerische Prozesse haben gemeinsam, dass aus dem ureigensten innerlich gespürten Erleben sich jeweils ein nächster stimmiger Schritt entwickeln will

(„carrying forward“). Und was geschieht, wenn Focusing- und künstlerische Prozesse sich kreuzen? Aus dem felt-sense und inneren Erleben eines Focusing etwas Künstlerisches entsteht?

Nach einem focusingorientierten warm-up hier ein paar Beispiele, was in diesen zwei Stunden ausprobiert und experimentiert wurde:

A erhält von B eine mit dem Finger auf den Rücken gemalte Form, und lässt diese auf sich wirken...steht still...spürt...spürt (bildet „felt sense“ dazu)...bis ein Bewegungsimpuls kommt – dann lässt A eine Bewegungsfolge im Raum entstehen...

(diese Übung erinnert mich an die Tänzerin Isadora Duncan – Klaus hat in seinem Vortrag darüber gesprochen, dass sie solange still stand, bis sie genau spürte, welche Bewegung sich da entfalten wollte...)

Wir spielen playback-Theater: eine erzählt uns etwas über sich, und was sie erlebt hat. Drei andere lassen es auf sich wirken, und schauen, was innerlich dabei in ihnen entsteht... als Resonanz oder als „response“. Dann spielen sie für die Erzählerin ihre „Antwort“: jede der drei Spieler*innen stellt einen Aspekt dar, von dem, was in ihr aufkommt zu diesem Erzählten...Das Zurück-Gespielte berührt, trifft Tieferes, was vorher gar nicht in Worten ausgedrückt wurde.

Aus einem Gefühl, das jeder innerlich in sich auftauchen lässt, entsteht eine Rollenfigur – mit Gewohnheiten, Neigungen und Sehnsüchten...unterschiedlichste Rollenwesen sitzen, liegen, stehen und eilen durch den Raum...

Zum Thema „Grenzen setzen“ sind wir spielfreudig spontan mit dem „ja“ und „nein“-Sagen umgegangen und haben mit dem sogenannten „Haustür-Spiel“ und einer Abschlußrunde geendet.

Ich persönlich habe die Zusammenarbeit mit euch als sehr konzentriert, intensiv und tief erlebt. Es hat mich berührt, was ihr in der kurzen Zeit alles geöffnet und gezeigt habt – vielen Dank für eure Offenheit, Experimentier- und Spielfreude!