

Petra Stadtfeld

Jakobine Wierz

Spiritualität
der Hände

Petra Stadtfeld

Jakobine Wierz

Spiritualität **der Hände**

Kreativ dem Glauben

Gestalt geben.

Ein Werkbuch

Schwabenverlag

VERLAGSGRUPPE PATMOS

PATMOS
ESCHBACH
GRUNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN
VER SACRUM

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben



Für die Verlagsgruppe Patmos ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Alle Rechte vorbehalten

© 2022 Schwabenverlag

Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

www.verlagsgruppe-patmos.de

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Umschlagabbildung: Letterberry / shutterstock.com

Alexey Burakov / shutterstock.com

Gestaltung, Satz und Repro: wunderlichundweigand

Druck: Finidr s.r.o., Český Těšín

Hergestellt in Tschechien

ISBN 978-3-7966-1815-4

Inhalt

Einleitung 7

Ein Gefäß der Barmherzigkeit 9

Mit Ton arbeiten

Die Schönheit der Sehnsucht 19

Mit Stein arbeiten

Welche Farbe hat mein Leben? 29

Mein Lebensbild malen

Ich bin Teil des großen Ganzen 41

Gemeinschaftliche Bildgestaltung

Leben ohne Druck 51

Gestalten mit Drucktechniken

Achtsamer leben 61

Land Art

Lebe und webe dein Leben 77

Weben

Sich zufallen lassen 95

mit Zufallstechniken



Einleitung

»Das Intelligenteste am Menschen ist nicht der Kopf, sondern die Hand.«

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

Wenn Sie sich schon einmal kreativ betätigt haben, ist Ihnen sicherlich aufgefallen, wie sehr Sie in dieser Arbeitssituation ganz bei sich selbst sind und wie sehr Sie sich gerade auf ihr Tun konzentrieren. Die Außenwelt ist ausgeblendet. Sie sind im Hier und Jetzt, voll konzentriert auf das, was Sie gerade tun. Gleichzeitig hüpfen die Überlegungen in einem von Gedanken unbelasteten Gehirn pingpongartig hin und her und scheinen sich auf die Suche nach neuen Verbindungen zu begeben, frei von Stress und Druck. Sie sind im Flow.

Kreativ fließt Schöpferisches aus den Händen und man sieht sich selbst zu, wie Geist, Körper und Seele in Bewegung kommen und sich neu begegnen.

Dabei regen das Material und die Art und Weise, wie man mit dem Material arbeitet, dazu an, sich mit sich selbst und den großen Zusammenhängen im Leben auseinanderzusetzen.

In der Verbindung von Meditation und Kreativität können sich neue Perspektiven entwickeln, die Sie in die Weite führen.

In diesem Buch finden Sie zahlreiche Ideen, um sich einzeln, aber auch als Gruppe auf unterschiedliche Weise kreativ zu betätigen. Sie werden eingeführt in das Material, das Werkzeug und die Technik und anschließend schrittweise zur Umsetzung der Technik angeleitet. Diese Arbeitsschritte

sind verbunden mit meditativen Begleittexten und Impulsen, die inspirieren wollen, neue Wege zu sich selbst zu finden.

Alle Gebete und Gedichte sind von Petra Stadtfeld geschrieben, falls nicht anders gekennzeichnet.





**Ein Gefäß der
Barmherzigkeit
Mit Ton arbeiten**

»Mensch, du bist ein Werk Gottes. Erwarte also die Hand deines Künstlers, die alles zur rechten Zeit macht; zur rechten Zeit für dich, der du gemacht wirst. Bring ihm ein weiches, williges Herz entgegen und bewahre die Gestalt, die der Künstler dir gab. Bleibe formbar, damit du nicht verhärtetest und schließlich die Spur seiner Finger verlierst. Wenn du den Abdruck seiner Finger bewahrst in dir, steigst du zur Vollkommenheit empor. Die Kunst Gottes gestaltet den Lehm, der du bist. Nachdem er dich aus dem Stoff geformt hat, wird er dich innen und außen mit reinem Gold und Silber schmücken. So schön wird er dich machen, dass am Ende er selbst nach dir verlangt. Das Erschaffen kommt der Güte Gottes zu. Erschaffenwerden aber ist das Wesen der menschlichen Natur.«

IRENÄUS VON LYON

Gott hat den Menschen zu seiner Freude erschaffen, als ein Gefäß seines Erbarmens, das er mit sich selbst füllen will (nach Römer 9,21–23). In diesem Bild ist Gott der Töpfer, der den Menschen aus Ton zu einem Gefäß geformt hat.

→ **Wie sieht mein Gefäß aus? Welche Vorstellungen habe ich?**

Wir sollen nicht leer bleiben. Unser Innerstes muss sich füllen, damit wir ein erfülltes Leben führen können.

→ **Was erfüllt mich? Womit möchte ich mich füllen lassen?**

Gott schenkt uns seine Liebe und sein Erbarmen, damit wir erfüllt und im Frieden leben können. So werden wir selbst zu einem Gefäß der Barmherzigkeit, aus dem andere schöpfen können.

→ **Was habe ich zu geben? Für wen bin ich ein Gefäß der Barmherzigkeit?**

Material und Werkzeug

Ton ist in Bastelfachgeschäften in 10-kg-Packungen zu erhalten. Er muss im Brennofen später gebrannt werden. Alternativ gibt es auch formbare tonähnliche Massen, welche im Backofen gebacken oder auch an der Luft getrocknet werden können.

Es gibt roten, weißen und schwarzen Ton. Der rote Ton hat in ungebrannter Form einen khakifarbenen Farbton, der erst durch das Brennen rot wird.

Es gibt fetten und mageren Ton. Fetter Ton ist fein schamottiert. Die Oberfläche fühlt sich glatt und geschmeidig an. Magerer Ton ist grob schamottiert. Die Oberfläche ist rau. Je mehr Schamottanteil (gebrannter, zerkleinerter Ton, der dem Ton beigegeben ist und ihn somit stabilisiert), desto eher ist dieser Ton für die Platten- und Aufbautechnik geeignet.

Ton lässt sich am besten auf einer Holzarbeitsplatte bearbeiten. Gleichmäßig große Stücke schneiden Sie am besten von einem Tonblock ab, indem Sie eine Nylonschnur um den Tonblock herumlegen, die Enden überkreuzen und gleichzeitig kräftig ziehen.

Zur Tonaufbereitung muss dieser vor dem Gestalten gut durchgeknetet und geschlagen (den Ton auf den Tisch hauen) werden, damit Luftblasen entweichen.

Etwas Wasser kann bei der knetenden Verarbeitung von Ton behilflich sein, wenn dieser sich zu spröde anfühlt und beim Formen bricht.

Um Ton eine Form oder Oberflächenbeschaffenheit zu geben oder zu dekorieren, benötigen Sie Modellierwerkzeuge. Dazu genügen Werkzeuge, die man im Haushalt findet, wie Messer, Gabeln, Zahnstocher, Stricknadeln, Löffel usw.

Unter Tonschlicker versteht man Tonschlamm. Dazu verrühren Sie Ton mit etwas Wasser. Tonschlicker wirkt wie ein Kleber.

Das Verbinden von Toneinzelteilen gelingt nur durch das Anritzen der Teile und anschließendes Auftragen von Tonschlicker an den entsprechenden Stellen.

Tonteile, die dicker sind als 3 cm oder unregelmäßig dicke Wände besitzen, können im Ofen platzen oder beim Trocknen reißen bzw. brechen. Achten Sie deshalb darauf, dass alle Wände ungefähr 1–2 cm dick sind.

Die Trocknungszeit richtet sich nach der Größe und Dicke der Wände des Objekts und nach der umgebenden Raumtemperatur. Lassen Sie sicherheitshalber die Objekte mindestens 14 Tage trocknen.

Ton sollte nach der Trocknungszeit gebrannt werden.

Nach dem Töpfern verschließen Sie den nicht verbrauchten Ton luftdicht, damit er nicht austrocknet.





Arbeiten mit Ton

Das Gestalten mit formbaren Materialien wie Ton oder formbarem Teig hat einen besonderen Reiz, der darin besteht, dass Sie mit weichen, glitschigen, schmutzigen und streichfähigen Materialien arbeiten. Mit Ihren Händen ergreifen und begreifen Sie das Material, das sich formt und Gestalt annimmt. Die haptischen Eindrücke wie Feuchtigkeit, Glätte und Formbarkeit lösen in diesem Zusammenhang beim Menschen unterschiedliche Empfindungen aus. Sie führen von Ablehnung bis zu begeistertem Kneten, Schlagen, Biegen, Verstreichen, Ziehen, Drücken, Quetschen, Glätten und gestalterischem Tun. Das Arbeiten mit Ton hat einen hohen Aufforderungscharakter durch die basale Sinneserfahrung. Mit anderen Worten: Es macht das ursprüngliche Erleben des eigenen Körpers bewusst. Mit Ton zu experimentieren, bedeutet Ton intensiv wahrzunehmen,

zu schlagen, zu kneten, zu durchbohren und mit ihm zu matschen – Ersterfahrungen mit dem Material und mit sich selbst zu machen. Dabei ist das Arbeiten mit Ton eine aufbauende und wegnehmende und zugleich eine formgebende Tätigkeit.

Um ein Tongefäß aufbauend zu formen, empfehlen sich folgende Techniken:

Wulsttechnik: Mit der flachen Hand rollen Sie den Ton zu fingerdicken Würsten, die Sie anschließend miteinander mit Tonschlicker verbinden.

Plattentechnik: Den Tonklumpen drücken Sie flach und rollen ihn 1–2 cm dick aus. Anschließend schneiden Sie gleich große Platten aus und setzen diese mit Tonschlicker zu einem Gefäß zusammen.

Streifentechnik: Den Tonklumpen drücken Sie flach und rollen ihn mit einem Nudelholz gleichmäßig aus. Wie bei der Plattentechnik rollen Sie den Ton 1–2 cm aus und schneiden ihn in gleich lange Streifen, sogenannte Stege. Diese Stege setzen Sie mit Tonschlicker aneinander und / oder aufeinander.



Schale, nicht Kanal

Wenn du vernünftig bist, erweise dich als Schale und nicht als Kanal, der fast gleichzeitig empfängt und weitergibt, während jene wartet, bis sie erfüllt ist.

Auf diese Weise gibt sie das, was bei ihr überfließt, ohne eigenen Schaden weiter ...

Lerne auch du, nur aus der Fülle auszugießen und habe nicht den Wunsch, freigiebiger zu sein als Gott.

Die Schale ahmt die Quelle nach. Erst wenn sie mit Wasser gesättigt ist, strömt sie zum Fluss, wird zur See.

Die Schale schämt sich nicht, nicht überströmender zu sein als die Quelle ...

Ich möchte nicht reich werden, wenn du dabei leer wirst. Wenn du nämlich mit dir selbst schlecht umgehst, wem bist du dann gut?

Wenn du kannst, hilf mir aus deiner Fülle; wenn nicht, schone dich.

BERNHARD VON CLAIRVAUX

