



MUSENBRIEF

Die Heilkraft der Poesie

22.06.2008

Liebe Freundinnen und Freunde des geschriebenen Wortes,

heute möchte ich über Poesie sprechen. Und über ihre Heilkraft. Viele denken, mit Poesie sei Lyrik gemeint bzw. eine besonders bildhafte, ausgeschmückte Sprache Und tatsächlich werden beide Ausdrücke oft synonym gebraucht.

Wenn jedoch von Poesietherapie oder auch Poesie- und Bibliothherapie gesprochen wird, ist etwas anderes gemeint: Es geht um die Verschriftlichung von Gedanken, Gefühlen, Erinnerungen, wobei von alleine - ohne jegliche Anstrengung - sich eine Sprache zum Ausdruck bringt, die anders ist, für jeden hörbar, als die Alltagssprache: Eben Poesie. Und das Hören von Poesie, das Lesen von Poesie heilt. Im Sinne von „erheben“, die Seele erheben, etwas tiefer verstehen, ganzheitlicher begreifen, sich intensiv angerührt fühlen, in eine bestimmte Schwingung versetzt werden...

Als besonders heilsam erlebe ich es, wenn Menschen einen Raum betreten, in dem sie selber schreiben. Dichten. Die einen schreiben eher lyrisch und bildhaft. Die anderen erzählerisch, prägnant und knapp. Andere bildhaft und wortreich. Wieder anderen fließen knappste Gedichte nur so auf das Papier. Anderen liegt es offenbar, innere Monologe zu schreiben, wir hören den Fluß ihrer Gedanken förmlich oder das, was man in der Schule Besinnungsaufsatz nannte und was vielleicht die Kurzform zu einem Essay ist. Es gibt auch welche, denen liegt es, kurze, knappe Einsichten zu formulieren, in drei oder fünf Zeilen. Aphorismen nennt man das, Montaigne ist berühmt für die seinigen, und es lohnt sich, diese zu lesen. - Kurz, es gibt so viele Stile, sich schriftlich auszudrücken, wie es Menschen gibt. Und jeder Stil hat seine eigene Schönheit, jeder Text seinen eigenen Wert. Deshalb wird JEDER Text wertgeschätzt. - In einer Gruppe zu schreiben, steigert die Erfahrung von Tiefe, Berührtheit, Überraschung, Lebendigkeit, Intensität um ein Vielfaches. Zum einen stimuliert die Gruppe, ein kreatives Klima entsteht, in dem Einfälle nur so empor perlen können wie Sekt. Zum anderen ist das Vorlesen eine zutiefst heilsame Erfahrung: Ich bringe meine innere Stimme nach draußen und werde gehört. Erhört. - Das ist eine wirklich unerhörte Erfahrung, die unter die Haut geht.

Ich wünsche meinen Lesern und Leserinnen diese Erfahrung, mit sich selber intim zu sein: Beim Schreiben. Und dann mit anderen intim zu sein: Beim Vorlesen und Hören der Texte.

Herzlich

Monika Winkelmann

