

Arbeitsgruppe 1

Zur Begleitung von traumatisierten Patienten mit farbigem Licht

Von Marianne Altmaier, Hazel Adams, Thomas Möhlmann

Anstelle des Berichts über die Arbeitsgruppe vom Lichtblickatelier im Auftrag von Marianne Altmaier: Bericht für die Persephone- Osterausgabe, nebst einem Foto.

Zu Wirkungsweise und Therapieansatz der Metallfarblighttherapie

Marianne Altmaier, Hazel Adams, Thomas Möhlmann

Eine neue Therapieform

Die Metallfarblighttherapie ist eine Farblighttherapie als Metalltherapie. Dazu werden in eigener Herstellung in besonderen Verfahren Gläser gegossen. Die Grundsubstanz der Gläser besteht aus Quarz, der eine Beziehung hat zur Haut und zu den Sinnesorganen, aus Kalk mit seiner Beziehung zu den Knochen, aus den Flussmitteln zum Verflüssigen der Substanzen und aus den Farbgebern, den Metallen, die eine Beziehung haben zu den inneren Organen, wie zum Beispiel Gold zum Herzen und Eisen zum Blut. Die Farbgläser sind gestaltet, das heißt durch Radierung werden rhythmische Strukturen in die farbige Glasfläche geschliffen. Das Glas wird ausgedünnt, entstofflicht und dem durchscheinenden Licht eine rhythmische Spur in der Substanz gebahnt. Dieser Prozess ist sowohl ein Potenzierungs- als auch ein Rhythmisierungsvorgang. Er mündet in ein Motiv, in dem sich die Motivation einer bestimmten Metallfarbe ausspricht.

Grenzerfahrungen

Das gestaltete Farbglas (Höhe 110 cm, Breite 65 cm) kann in einem fahrbaren Holzrahmen vor ein Zimmerfenster geschoben werden, das so zu verdunkeln ist, dass Tageslicht ausschließlich durch die farbige Glasscheibe in den Raum und auf den Patienten strömt. Das Tageslicht vermittelt die Qualitäten des jeweiligen Metalles, das sich in Farbe und Gestaltung äußert. Modifiziert werden diese Qualitäten durch das Licht des Tages und der Jahreszeit. Das bringt eine besondere Lebendigkeit mit sich, sodass je nach Außenlicht die Metallqualität mal auf strahlende und mal auf verhaltene Weise dem Betrachtenden vermittelt wird. Der Betrachter tritt in Beziehung zu außen und innen, Licht beziehungsweise Trübe aus dem Kosmos und eigenem Innenlicht beziehungsweise innerer Trübe. Diese Beziehung entsteht an der Grenze zwischen Außenraum und Innenraum – dem Fenster. Im Alltag wird sie nicht als Grenze wahrgenommen, sie ist vollkommen transparent, zur Durchsicht in die äußere Sinneswelt und zum Erhellen der Innenräume eines Hauses. Diese Grenze wird durch das Metallfarbfenster bewusst gemacht, sie wird zum sprechenden Dritten zwischen dem Sonnenlicht und dem Betrachter. Das Außenlicht vermittelt die spezifischen Kräfte des jeweiligen Metalles durch die entsprechende Farbe und Gestaltung. Sie regen Wärme an und im Seelisch-Geistigen Freude, Begeisterung, Interesse, wie zum Beispiel *das Purpurgoldglas*; sie vertiefen und rhythmisieren die Atmung und im Seelisch-Geistigen Zuversicht, Gelassenheit, wie zum Beispiel *das Eisengrün*; sie wirken begrenzend, Maß findend, sondernd und im Seelisch-Geistigen Innenraum bildend, zu-sich-findend wie zum Beispiel *das Kobalt-Blau*; sie führen in die Entspannung, den Schlaf, und im Seelisch-Geistigen zur inneren Ruhe, wie zum Beispiel *das Kobalt-Nickel-Mangan-blau*.

Während der Exposition entfaltet sich – wie von selbst – ein stiller Dialog zwischen Farbfenster und Betrachter. Oft sind die Betrachter tief berührt durch das, was sie aus dem Farbfenster anspricht, staunen, entdecken etwas Bekanntes, Unausprechliches, vielleicht Verlorengegangenes wieder, erleben Akzeptanz und Frieden dadurch.

Anwendungen bei Patienten mit schweren Traumata

Menschen, die durch schwere Traumata über die Grenze ihres Willens, ihres Verstehens und

Fühlens gerissen wurden, können durch das Gewahrwerden einer neuen, farbigen, für das Licht durchlässigen Grenze – das Farbfenster – Geborgenheit und Schutz erfahren und langsam die eigene Grenze wieder aufbauen. Innerhalb dieses Schutzes wird es möglich, dass der eigene Wille sich wieder entfalten, ein orientierendes Verstehen sich entwickeln und ein Erfühlen des eigenen Innern in Beziehung zur Außenwelt entstehen kann.

Für Patienten, welche an die Grenze schulmedizinischer Behandlung gekommen sind wegen nicht behandelbarer Schmerzen – wie zum Beispiel Militärpersonen mit sogenannter *Posttraumatischer Belastungsstörung* – ist das Metallfarblicht eine therapeutische Begleitmöglichkeit.

Im *Blackthorn Medical Centre* in *Maidstone, England*, wird die Metallfarblichttherapie neben Heilmitteln verschrieben, um einen Heilungsprozess anzuregen. Diese Patienten machten im Lauf ihrer militärischen Laufbahn viele traumatische Erfahrungen wie z.B. in Gefahrensituationen, durch Todeserlebnisse von Kameraden, durch eigene Nahtoderlebnisse. Sie leiden an Ruhelosigkeit, emotionaler Anspannung, tiefen Schmerzen im Körper, Schlaflosigkeit. Die Begleitung mit Metallfarblichttherapie besteht aus durchschnittlich 12 Sitzungen, einmal wöchentlich. Der Therapieablauf beginnt mit einem vorbereitenden Gespräch, der Patient nimmt auf einem bequemen Liegesessel in einem abgedunkelten Ruheraum vor dem Farbfenster Platz. Die Therapeutin sitzt seitlich hinter ihm. Die Therapeutin wählt aufgrund ihrer Vorbildung, Erfahrung, Rücksprache mit dem Arzt und ihrer therapeutischen Intuition das Therapiefenster für den jeweiligen Patienten aus.

Bei den Patienten mit Traumata kommt häufig das *Kobaltblau-Metallfarbfenster* zur Anwendung. Es hat eine wie aus den Weiten Hülle bildende Wirkung, sodass ein Ruheraum entstehen kann, in welchem Loslassen, Beruhigung bis zum Schlaf möglich wird sowie ein behutsames Zu-sich-finden. Die Hülle gewährt auch der Wärme einen Halt. Die Metallfarblichtexposition dauert ca. 10 Minuten und die darauf folgende Nachruhe ca. 20 Minuten. Die Nachruhe ist notwendig zur Vertiefung und Stabilisierung der Metallfarblichtwirkung.

Das kobaltblaue Metallfarblicht erleben die Patienten als Schutz. Innerhalb dieses Schutzes können sich Spannungen bis zu Tränen lösen und Entspannung bis hin zum Einschlafen wird möglich. In der kobaltblauen Schutzhülle steigen auch Erinnerungen auf, die verdrängt wurden. Sie sind oft mit dem Fenstermotiv verbunden, durch welches sich die Patienten angesprochen fühlen wie in einer weit zurückliegenden Schocksituation, in der aus einem blauen Licht ein Wesen zu ihnen sprach, Vertrauen in ihnen erweckend. Das Erlebnis dieses Zusammenhangs ruft Staunen und neue Sicherheit zur Lebensbewältigung in ihnen hervor.

Anwendung in der Heilpädagogik

Auch in der Heilpädagogik werden Kinder mit traumatischen Grenzverletzungserfahrungen (sexuellem Missbrauch und Misshandlungen) mit Metallfarblicht begleitet, wie zum Beispiel im Heil- und Erziehungs-Institut Burghalde in Unterlengenhardt.

Diese Kinder zeigen im Körperlich-Physiologischen das Erscheinungsbild von Blässe, Kälte, Schlafstörungen und im Seelischen große Unruhe, Fluchttendenzen und sowohl gewalttätige Impulse und Ausrasten in Gruppensituationen als auch das Bedürfnis nach moralischen Inhalten.

Hier erwies sich der Einsatz des dunklen *Kobalt-Nickel-Mangan-blauvioletten Farbfensters* als sinnvoll. Es ruft eine Vertiefung und Halt beziehungsweise Stabilisierung hervor. Diese Tendenz führt die Unruhe aus dem Nerven-Sinnesbereich in den unteren Stoffwechsel-Gliedmaßenbereich, das heißt die Unruhe wird in Entspannung und schließlich in Schlaf geführt: Es stellt sich eine Vertiefung der Atmung ein sowie eine Anregung und Stabilisierung der Wärme und Durchblutung der Haut. Parallel dazu zeigt sich im Seelischen Staunen und Aufmerksamkeit bezüglich des Farbfensters, dessen Motiv und Nachbild. Bei dieser Farblichttherapiebegleitung finden die Patienten auch eine Befriedigung ihres Bedürfnisses nach moralischen Inhalten. Manchmal taucht die Frage nach einem neuen Farbfenster mit anderem Motiv und Inhalt auf. So findet das oben beschriebene Metallfarbfenster häufig einen Wechsel mit dem *purpurfarbenen Goldfenster*. Dieses wirkt Atem weitend und erleichternd, Interesse und Freude weckend. Die Patienten reagieren darauf mit rosig-belebter Haut, Strahlen des

Blickes und neuen Ideen und Impulsen und Selbstvertrauen.
Die oben charakterisierten Therapiebegleitungen bedürfen eines zeitlichen Verlaufs von ca. einem Jahr, ein- bis zweimal wöchentlich (ausgenommen die Schulferien). Oft gibt es während dieses Prozesses Rückschritte, die aufgefangen und behutsam in die weitere Entwicklung integriert werden müssen, bis diese sich stabilisieren kann.

