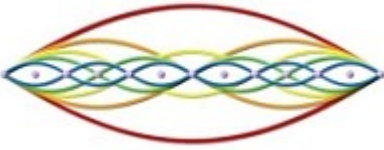


Vollkommene Erlaubnis

Ein Essay über den Zusammenhang zwischen Kreativität und Selbstheilung

von Miroslav Großer



Heilung, was ist das? Gibt es eine mögliche Definition? Meine persönliche lautet: Heilung ist die Anerkennung der Vollkommenheit. Und das ist gleichzeitig als Prozess und als Zustand gemeint. Lass es mal bitte wirken. Wie es sich anfühlt, wenn Du dein Leben und Dich selbst als *vollkommen* anerkenntst. Jetzt. Komplett.

Für mich eröffnet dieses Anerkennen einen neuen Raum. Einen Raum der Erlaubnis. Wo ich sein kann, wie ich jetzt bin. Wo ich werden kann, was ich will. Wo ich allen Impulsen folgen kann, weil sie zur Vollkommenheit dazu gehören. Und zwar die inneren UND die äußeren. Die nach innen gerichteten und die nach außen gerichteten. Alle Impulse sind vollkommen. So wie auch die aus ihnen entstehenden Ergebnisse im Innen und Außen. (das habe ich genau so vom Klang gelernt beim freien Musizieren mit Stimme und Instrument ;-)

Wenn ich mir diese Einstellung und Sichtweise der Vollkommenheit erlaube, dann kann ich frei agieren. Dann kann ich kreativ sein im folgenden Sinne:

1. im Aufgreifen von inneren und äußeren Impulsen, um Handlungen daraus erwachsen zu lassen
2. im Betreten eines von Impulsen freien Raumes, der es mir ermöglicht, aus dem Nichts heraus, aus meinem eigenen Selbst heraus etwas zu erschaffen, was nicht von etwas schon Existierendem bedingt scheint, selbst wenn es das objektiv betrachtet wohl immer auch sein wird.

Was geschieht durch dieses Kreativ-Sein? Ich als Musiker und Schreibender erlebe es so, dass es mir die Möglichkeit gibt, mich selbst zu erleben als das, was ich im Innersten bin und dieses Innerste durch mein Kreativ-Sein in Kontakt und in Kommunikation mit der sogenannten Außenwelt bringen kann. Dies verbindet mich und die Welt miteinander. Mehr als zuvor, mehr als ohne das Erlauben meiner Kreativität. Denn es bezieht mehr Ebenen mit ein. Vielleicht agierte ich vorher schon mit der Welt im Austausch. Doch wie tief ließ ich mich im Inneren von ihr berühren und wie viel zeigte ich von meinem Innersten der Welt? Wieviel weiß die Welt von meinem Hin- und Herschwingen zwischen ihr und meinem Innersten?

Ich glaube, dass in vielen eher gering kreativen Arbeitszusammenhängen die mitschwingenden Ebenen eines Menschen leider nur wenige sind im Vergleich zu der Anzahl der möglichen. Vielleicht kann dieser Mensch dann trotzdem hoch kreativ in seiner/ihrer Freizeit sein. Doch was geschieht, wenn auch letzteres nicht gegeben ist? Dann entsteht eine Art Unordnung, eine erlebbare Inkongruenz/Dissonanz durch das fehlende Zusammen-Schwingen und Miteinander-Klingen der vielen Ebenen, die unser hochkomplexes Menschsein ausmachen.

Und Kreativität ist dann eben der Schlüssel, der die Zugänge zwischen den voneinander abgetrennten BeReichen eines Menschen wieder öffnen kann, sodass die Lebens-Energie wieder frei zwischen den inneren Welten einer Person und ihrer Seele sowie eben auch zwischen der inneren und äußeren Welt fließen kann. Das harmonisiert und führt in Richtung von mehr Einklang-Erleben. Und zwar unabhängig vom Medium, mit dem der Kreativität freien Lauf gelassen wird.

Sobald das tiefere Schauen, Hören und Fühlen durch ein mehr prozess- statt ergebnisorientiertes ErLeben im Moment wieder aktiviert werden – was eben durch ergebnisoffenes Kreativsein bewirkt wird - aktiviert sich auch das innere Heilen eines Menschen, denn es handelt sich ja beim Heilwerden um eine Art Selbstregulation, die ausgleicht und in Balance bringt, was zuvor im Ungleichgewicht war. Das bezieht sich auf jegliche Art von Polarität. Eine weltoffene Kreativität heilt meiner Erfahrung nach beispielsweise sowohl das Verhältnis von Außen- und Innen-Orientierung, die Beziehung zum inneren Mann und zur inneren Frau, die Balance zwischen Körper, Geist und Seele, das Gleichgewicht der in uns wirkenden Dynamiken sowie noch viele andere mehr. Die Fähigkeit zu dieser Heiltätigkeit durch Kreativität ist in jedem Mensch naturgemäß angelegt und sogar ein essenzielles Bedürfnis, wie wir es auch bei noch nicht zu stark gesellschaftlich angepassten Kindern in einem unglaublichen Reichtum an Einfällen und Schöpfungs-/Gestaltungsdrang tagtäglich mannigfach erleben können.

Geben wir diesem schöpferischen Wesen in uns mehr Raum zur Entfaltung und stellen uns ihm mit unserem Körper und Geist zur Verfügung, so kann die Seele oder das Höhere Selbst durch uns Menschen wirken in optimaler Weise. Dazu brauchen wir uns nur ausreichend Raum, Zeit und geeignete Medien und Materialien zum Kreativ-Sein zur Verfügung stellen und uns dann möglichst vollkommen frei erlauben im Agieren damit. Im besten Falle gelingt dann auf längere Sicht sogar die sogenannte Bestimmungs-Verwirklichung derart, dass die Einzigartigkeit eines Individuums ungehindert und unzensiert gelebt werden kann zum Wohle des Einzelnen wie der Gemeinschaft zugleich.

Wir brauchen keine Gleichschaltung im Geist oder in unserem Alltag. Wir brauchen wieder mehr Freiräume für gestalterische Prozesse, in denen wir den Anforderungen unserer Zeit mit der ganzen Fülle unseres Inneren frei und kreativ begegnen können. Dies wiederum führt dann erfreulicherweise nicht nur zu einer Harmonisierung des Individuums mit sich selbst, sondern darüber hinaus zu einer Harmonisierung der MitgliederInnen einer Gemeinschaft. Angefangen bei der kleinsten, wie z.B. einer Partnerschaft bis hin zur Weltgemeinschaft. So jedenfalls meine Vision, die ich mir erlaube zu fühlen und zu sehen und zu hören, einfach weil es mir genau so am besten gefällt.

In diesem Sinne
mit kreativen Grüßen
Miroslav Großer
www.StimmLabor.de

Zusatz: Hier einige unterstützende Heil-Sätze zur Aktivierung von Kreativität und Selbstheilungspotential:

- * Ich erlaube mich.
- * Jeder meiner Impulse ist vollkommen.
- * Ich erlaube jetzt meine vollkommenen Impulse.
- * Ich feiere den freien Ausdruck meiner Kreativität.
- * Kreativ zu sein ist meine vollkommene Natur und erlaubt mir, meine einzigartige Essenz in diese Welt zu bringen.

Copyright: Dieser Artikel darf gern - jedoch nur vollständig mit Quellenangabe und mit diesem Absatz hier - frei weitergegeben und kopiert werden.
Geschrieben wurde dieser Artikel am 4.1.2019 für das Online-Forum „Kreativität und Innerer Heiler“, organisiert von Birgit Reimer www.forumkreativ.de