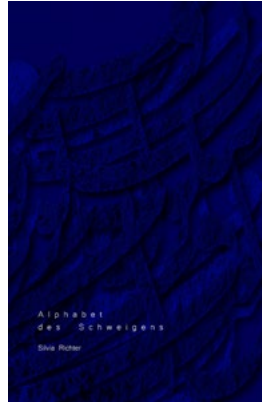


Sinn eine Selbstheilung ihrer Patient\*innen. Besonders durch das zweite Buch »Geierhals und Hohlkreuz« sollen Betroffene in die Lage versetzt werden, selbst etwas gegen ihre Leiden zu unternehmen. Da jedoch die Autorin über eine jahrzehntelange Erfahrung mittlerweile verfügt, ist eine Kommunikation mit Bärbel Hölscher nochmals eine andere Ebene der qualitativ hochwertigen Methodik.

Denkt man die Erkenntnisse aus diesen beiden Büchern weiter, so zeigt sich in unserer Konsumkultur eine gewisse Verspannung und schlechte Haltung in diversen Körperstellungen. Was zunächst hinderlich bei der Fortbewegung und der Balance in der täglichen Bewegung ist, kann zu einer Einschränkung des Denkens und Lernens werden. Dies zeigt sich häufig bei Kindern und Jugendlichen an der Schule, wenn sie Lernschwächen aufweisen und mangelnde Aufmerksamkeit im Unterricht zeigen. Auch hier kann mit »Zentrierung – Reflexintegration zur Lösung von körperlichen Haltungsproblemen« ein Weiterdenken, auch im kulturellen und gesellschaftlichen Kontext, angeregt werden. Bärbel Hölscher kann nicht nur in ihrer Disziplin, sondern auch in dieser umfassenderen Richtung wichtige Beiträge für ein gesundes Zusammenleben beitragen. Am Beispiel der Hollywood-Schauspieler\*innen Tom Hanks und Meg Ryan führt Hölscher bereits aus, wie sich auch in der Popkultur zentrierte Haltungen und ein Ungleichgewicht zeigen können. Es kann nur im gesamtgesellschaftlichen Interesse sein, dass diese Beeinträchtigungen behoben werden. Sie führen fast immer zu Ermüdungserscheinungen und Unaufmerksamkeiten. Es wäre mehr möglich, im Alltag und im eigenen Leben, wenn diese Reflexe gemeistert werden könnten. Hölschers Bücher helfen dabei wesentlich.

Dominik Irtenkauf



## Silvia Richter: Alphabet des Schweigens

Freigeist Verlag, Berlin 2020, Pb., 52 S. m. Ill. von Sahar Homami, 7,00

Dieses stille und meditative Lyrik-Bändchen macht seinem Titel durchaus Ehre. Die Stille gehört zur Sprache ebenso wie das Sprechen. Das Schweigen ist ein konstitutiver Bestandteil der Kommunikation. Umso mehr in der Lyrik, die das Essenzielle verdichtet und immer weiter destilliert, um die Worte und schließlich sogar die Buchstaben in eine Intensität zu steigern, die rein und klar ist, ohne Redundanz. Sprache in einem besonders starken Sinn, kompromisslos, radikal, ehrlich und voller Gefühl.

Silvia Richter ist Wissenschaftlerin. Sie arbeitet als Dozentin an der Humboldt Universität. Hier zeigt sie jedoch eine andere Seite, die das Nicht-Sagbare umkreist, den transzendenten Spiralkern unserer Seele, unseren spirituellen Nabel, der die Liebe ist. Die Inspiration ist vorwiegend die Liebe zu einer anderen Person – aber es geht um mehr. Es geht um die Bedingungen des Menschseins überhaupt. Es geht um das Fühlen und unseren Wunsch der Begegnung mit dem Du, mit dem Anderen. Dieser Andere ist sich selbst, verschieden von mir, und doch sehnt sich meine Seele

nach der Verschmelzung bzw. nach der Verbundenheit. Ein Mensch im Spannungsbogen von Erinnerungen im Meer der Zeit, mit Sonnenstrahlen, die die Haut des Schweigens wärmen, die Abwesenheit, die zu ihrer Freundin wurde, der Schmerz. »Die Dichter sind nicht die Ärzte, sondern der Schmerz«, sagte einmal Gottfried Benn. Das ist Lyrik. Es geht nicht um gute Ratschläge zur Gesundheit. Es geht um den Ist-Zustand, um das ehrliche und echte Gefühl, um das, was ist. Von da aus mag es weitergehen. Aber zuerst gilt es, in der Gegenwart anzukommen. Diese Worte treffen ins Herz. Ich will nicht mehr sagen. Deshalb hier ein Zitat, ein Beispiel, ein Gedicht:

*Worte tanzen  
in meinem Kopf  
während mein Körper stillsitzt  
versuchend meine Gedanken  
in eine Choreografie zu bringen.*

*Satz um Satz  
zieht meine Rede Linien  
in den feinen Staub des  
Geheimnisses  
zwischen dir und mir*

*Auch die Schatten meiner Worte  
tanzen  
es ist das Ungesagte  
das noch reifen muss  
zwischen uns  
wie Äpfel im Sommer  
in der Sonne der Stille  
bis sie vom Baum des Sagbaren  
fallen  
eines Tages unbeachtet  
(»Dialog«, S. 37)*

Man muss sich auf diese Gedichte einlassen. Sie offenbaren sich nicht unbedingt sofort. Sie führen in die Tiefe, in eine unendliche Introszendenz, ins Geheimnis. Doch daraus steigen Worte auf. Sie geben uns Halt in einer formlosen Welt der Energie. Sie erschaffen etwas – das uns trägt, wenn wir glauben nicht mehr weitergehen zu können.

Ronald Engert



## Sinda Dimroth: die kunst ist das einzige, was bleibt

buch&media Verlag München 2020, 316 Seiten, Paperback, 16,90 €

Ein biographischer Roman, in dessen Mittelpunkt der bewegte Lebensweg des Hannoveraner Hermann Bode steht. In seinem Leben spiegeln sich die vielfältigen Ereignisse der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts, die goldenen Zwanziger Jahren mit ihren neuartigen Kunstströmungen, Gedanken und Freiheiten, verschiedene politische Systemen und die beiden Weltkriege. Die hinterließen Spuren und tiefe Wunden im Weltbild und in der Innenwelt von Hermann Bode und auch in der Gesellschaft, in der er lebte.

Geboren im Jahre 1882, vom Beruf Zahnarzt, zeigte sich bereits in seinen Jugendjahren sein Enthusiasmus und seine Affinität für die Kunst, die so wie er selbst viele Wandlungen und Formen annahm, vom Expressionismus zur abstrakten Kunst über die Neue Sachlichkeit, Informel und die Kunst der Nachkriegszeit. Geleitet von seiner Intuition und der Suche nach Bildern »mit unerklärlicher Ausstrahlung« (S. 176), die die Sicht des Betrachters auf die Welt verändern können, wurde er zu einem bedeutenden Kunstsammler abstrakter Kunst und erwarb Bilder einflussreicher Künstler wie Paul Klee, Wassily Kandinsky,