

Stefanie Honeder

DIE WEISHEIT DES HIMMELS über Kunst und Yoga

in der arcc.art Galerie in der Ausstellung "Stealing Heaven" von Song Jim 2017

"Stealing Heaven" - die Ausstellung von Song Jim, setzt sich mit der unendlichen Weite des Himmels auseinander. Doch was wollen die Menschen vom Himmel denn stehlen, was fasziniert seit jeher Menschen am Himmel? Diese Faszination wurde natürlich immer wieder von KünstlerInnen thematisiert.

Was kann uns der Himmel geben, was wir als Mensch nicht besitzen - die unendliche Weite, ein unbekannter Raum, Stille, die Wolken, den Regen, die Sterne, Klarheit des blauen Himmels, oder sogar andere Galaxien?

Seit jeher steht der Himmel auch für die Hoffnung und eine Weisheit und eine Kraft, die größer ist als unsere persönliches Ich fassen kann.

Song Jim bezieht sich in ihrer Arbeit, der Druckserie auch auf Nadeln.

Nur in der absoluten Stille kann der Aufprall einer dünnen Nadel im Raum hörbar werden.

So ist es in der Yoga-Praxis auch: nur in der absoluten Stille können wir den klaren Moment wahrnehmen, den uns unsere Intuition, eine größere Kraft mitteilen möchte.

Dieses Thema umfasst die Philosophie von "Nada-Yoga", ein "Sound", der alles miteinander verbindet.

Auch Künstler beziehen sich immer wieder auf diese Stille. Erst die Stille als Faktor macht bei John Cage mit dem Werk Silence 4'33" die Musik hörbar. Auch von Thelonious Monk findet man Zitate über die Empfindung, dass der lauteste Ton und Klang in der Welt die Stille ist.

Oder der Maler und Filmemacher David Lynch arbeitet auch mit dem Stillen Moment der Meditation, in dem er die fehlenden Elemente uns Inspirationen für die Vervollständigung seiner Arbeit entdeckt. (siehe "Catching the Big Fish" von David Lynch)

Genau das lernen wir durch die Auseinandersetzung mit Kunst-und Kultur: das genaue Hinhören, Hineinführen und Wahrnehmen, die Auseinandersetzung und Erkenntnis des individuellen Selbst in einem größeren kollektiven Ganzen.

So stellt es auch Song Jim's Arbeit "Spiegelmensch" 2017 da, in der es auch um die Wahrnehmung des "Außer-Sich-Seins", "In-sich-Seins" und die Erkenntnis des "ICH ist ein ANDERER", der Augenblick, wo unsere persönliche Perspektive auf den Kopf gestellt wird und wir mit einer anderen Erfahrung und Wahrnehmung unseren Weg weitergehen, uns trotzdem bewusst darüber sind, dass unser Ich in einem Kollektiv eingebettet ist und wir nicht isoliert sind.

Genau diese andauernde "Spiegelung" und "Reflexion" ist ein konstanter Teil der Yoga-Praxis. (Sadhana), wo es vor allem um die individuelle Erfahrung und Ausübung geht. Es mag sehr ähnliche Erfahrungen geben, aber jeder hat eine andere individuelle Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft, so

reflektiert unsere Individualität immer und immer wieder einen Teil des "Großen Ganzen", so wie der Himmel tagaus, tagein die unendliche Weite und ein größeres umfassendes Ganzes, eine größere Weisheit reflektiert.

Genau diese Reflektion des eigenen Selbst und des Himmels ist in "Spiegelmensch" (2017) sichtbar.

Kunst-Betrachtung und die Yoga Praxis haben vieles gemeinsam.
Wir lernen unseren Horizont zu erweitern, uns in andere hineinzusetzen,
ihre Perspektiven wahrzunehmen und zu akzeptieren.
Es wären Verbindungen und Zusammenhänge erkennbar, sichtbar
und nachvollziehbar, die sonst schwierig zu durchschauen waren.
Beides schafft Klarheit für uns selbst über ein größeres Verständnis über unser persönliches
Ich-Gefühl, das in ein großes Ganzes und Kollektiv eingebettet ist und hilft uns und unsere
persönliche und
kollektive Evolution besser wahrzunehmen und zu verstehen; (weit über Landesgrenzen
hinweg).

Auch der Faktor Stille ist ein wichtiger Punkt, der die Yoga-Praxis und Kunst-Betrachtung
zusammenführt. Ein wichtiger kurzer oder langer Moment der Stille, in dem man ein
Kunstwerk betrachtet oder eine Yoga-Position übt, transformiert das eigene Erleben.
Eine persönliche Erfahrung mit der Berührung mit einem Kunstwerk kann
das eigene Weltbild und die Perspektive oft auf den Kopf stellen.
Vergangene Erfahrungen und Annahmen können durch Kunst verändert werden und so wird
der eigene Horizont immer wieder erweitert. Ob es ein Bild, eine Skulptur, ein Lied oder eine
Performance war, - wir gehen in Ausstellungen, möchten unser Leben mit Kunst- und Kultur
bereichern, um über unser "persönliches" Erleben hinauszuwachsen und zu erfahren, dass
auch unsere "persönlichen Erfahrungen" mit anderen ähnlich sind und wir Teil eines größeren
Netzwerkes sind. In der Neurobiologie wird dieses Phänomen der Reflektion
"Spiegelneuronen" genannt.

Nach einer Yoga-Stunde hat sich unser Geist neu organisiert, orientiert und in der Stille
konnten wir uns genau auf das Fokussieren und ausrichten, was für uns wichtig ist.
Das Vergangene gegangen, die alte Perspektiven sind im Hintergrund und wir sind offen für
eine neue Art der Betrachtung unserer persönlichen und kollektiven Welt.

Durch die Yoga-Praxis lernen rechte und linke Gehirnhälfte besser, feiner und koordinierter
zusammenzuarbeiten, sodass wir immer wieder im Hier und Jetzt ganz präsent sein können.
Genauso ist es auch mit Kunst-und Kulturbetrachtung. Sie fordert uns heraus ganz im Hier
und Jetzt zu sein und konzentriert wahrzunehmen.

Yoga und Kunst-Betrachtung unterstützt uns auch unser Leben kreativ zu führen und flexibel
zu bleiben.

Wenn etwas nicht so funktioniert, wie wir uns das gerade wünschen oder vorstellen, kann uns
oft die Berührung und Auseinandersetzung mit Kunst und Kultur auf neue Gedanken bringen
und uns einen neuen Weg und Lösung aufzeigen.

Genauso ist es auch mit der Yoga-Praxis. In der Stille finden wir immer wieder neue
Zusammenhänge und Lösungen, die uns helfen flexibel und kreativ zu bleiben: ein offenes
Herz und einen offenen Verstand und Geist zu behalten.