

GRÜNE TEXTE

Die NEUEN NATURTHERAPIEN

Internetzeitschrift für Garten-, Landschafts-, Waldtherapie,
Tiergestützte Therapie, Green Care, Green Meditation,
Ökologische Gesundheit, Ökopsychosomatik
(peer reviewed)

2015 begründet und herausgegeben von

Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold (EAG)

In Verbindung mit:

Gartentherapie:

Konrad Neuberger, MA, D Düsseldorf, *Edith Schlömer-Bracht*, Dipl.–Sup. D Brilon

Tiergestützte Therapie:

Dr. phil. Beate Frank, D Bad Kreuznach, *Ilonka Degenhardt*, Tierärztin, D Neuwied

Landschafts- und Waldtherapie:

Bettina Ellerbrock, *Dipl.-Soz.-Päd.* D Hückeswagen, *Christine Wosnitza*, *Dipl. Biol.*, D Wiehl

Gesundheitsberatung, Health Care:

Doris Ostermann, *Dipl.-Soz.-Päd.*, D Osnabrück, *Dr. rer. pol. Frank-Otto Pirschel*, D Bremen

Ernährungswissenschaft, Natural Food:

Dr. med. Susanne Orth-Petzold, *MSc. Dipl. Sup.*, D Haan, *Dr. phil. Katharina Rast-Pupato*, Ch Zürich

Green Meditation:

Ilse Orth, *Dipl.-Sup. MSc.*, D Erkrath, *Tom Ullrich*, *Dipl.-Soz.-Arb.* D Ulm

Ökopsychosomatik:

Dr. med. Ralf Hömberg, D Senden, *Dr. mult. Hilarion Petzold*, D Hückeswagen

Naturgestützte Integrative Therapie:

Dr. med. Otto Hofer-Moser, Au Rosegg, *Susanne Heule*, Psychol. Lic. rer. publ. CH Zürich

© FPI-Publikationen, Verlag Petzold + Sieper, Hückeswagen.

Grüne Texte ISSN 2511-2759

Ausgabe 09/2021

Das Kreativierungspotential des Elements „Wasser“ !
– „Hydrologisation“ –
Die hydrologische Dimension der „Ökologisation“ *

Judith Beck, Freiburg **

* Aus der „Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung“ (EAG), staatlich anerkannte Einrichtung der beruflichen Weiterbildung, Hückeswagen (Leitung: *Univ.-Prof. Dr. mult. Hilarion G. Petzold*, *Dipl.-Sup. Ilse Orth*, *MSc.*). Mailto: forschung@integrativ.eag-fpi.de, oder: info@eag-fpi.de, Information: <http://www.eag-fpi.com>) und der „Deutschen Gesellschaft für Naturtherapie, Waldtherapie/Waldmedizin und Green Care – DGN e.V.“ <https://www.eag-fpi.com/deutsche-gesellschaft-fuer-naturtherapie-waldmedizin-und-green-care-dgn/>

** EAG-Weiterbildung ‚Integrative Poesie-und Bbibliotherapie‘, Begutachter/Betreuerin: *Prof. Dr. Hilarion G. Petzold*, *Dipl.-Päd. Ulrike Mathias-Wiedemann*.

INHALTSVERZEICHNIS

DAS KREATIVIERUNGSPOTENTIAL DES ELEMENTS WASSER.....	3
VORWORT: POESIE- UND BIBLIOTHERAPEUTISCHES POTENTIAL	3
KULTURARBEIT: ZUM VERHÄLTNIS VON MENSCH, WASSER & NATUR.....	5
WASSER-HISTORIE: HYDROLOGISATION – DIE HYDROLOGISCHE DIMENSION DER ÖKOLOGISATION.....	8
MIKRO- UND MAKROEBENE „WASSER“	13
MIKROEBENE WASSER: NARRATIV/NARRATION – KÖRPEREIGENES ELEMENT	13
<i>Poesie- und bibliotherapeutisches Arbeiten als Interventions- und Präventionsansatz für die Makroebene - MENSCH als Mit-Wasser.....</i>	16
<i>Makroebene Wasser – Wissenschaftliche Aspekte</i>	17
Evolutionstheorie und Humanbiologie	17
Chemie und Physik	19
Ausgewählte Beispiele der Wissenschaft für Poesie- und bibliotherapeutisches Arbeiten	20
WASSER – RESSOURCE... VERBRAUCH... VERSCHMUTZUNG	23
Versorgung und Mangel.....	24
Nachhaltigkeits- und Bildungsprojekte als Informationspool	26
KREATIVIERUNG DURCH DAS ELEMENT WASSER.....	27
WASSER – PHILOSOPHISCHE UND KREATIVITÄTSTHEORETISCHE BEZÜGE.....	27
<i>Kulturgeschichtliche Überlegungen für poesie- und bibliotherapeutische Schreibgruppen zum Element WASSER</i>	27
<i>Kreativitätstheoretische Überlegungen für poesie- und bibliotherapeutische Schreibgruppen zum Thema Wasser.....</i>	30
WASSER: SPRACHTHEORETISCHER ANSATZ FÜR POESIE- UND BIBLIOTHERAPEUTISCHE SCHREIBGRUPPEN UND METHODIKBEZÜGE.....	35
WASSER-VOKABULAR, LITERARISCHE PRIMÄRQUELLEN – PRAXIS.....	38
<i>Redewendungen.....</i>	46
<i>Lyrik.....</i>	47
<i>Prosa</i>	53
TECHNIKEN	57
<i>Doppeltechnik, Psychodrama</i>	57
<i>Lebenspanorama/Panoramatechnik.....</i>	59
<i>Selbstbilder, Selbstportraits, Souveränitätsbilder.....</i>	60
<i>Innere Beistände, Innere Feinde.....</i>	61
<i>Eigene Techniken – Umkehrung, Personifikation, Reaktionsmuster</i>	65
MODALITÄTEN, MEDIEN, & INTERMEDIALES ARBEITEN.....	66
KREATIVIERUNG DURCH DAS ELEMENT WASSER: EINORDNUNG IN DIE GRUNDLAGEN DER IPBT 71	

14 PLUS 3 WIRKFAKTOREN DER IT (4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 15)	72
BEWUSSTSEINSARBEIT MIT FOKUS AUF FÖRDERUNG VON SINNERLEBEN	74
ERFAHRUNGEN VON VITALER EVIDENZ	76
ÜBERLEGUNGEN ZUM KO-EXISTENZAXIOM IM KONTEXT DER SUBKATEGORIE HYDROLOGISATION – GEWINN AN EXZENTRIZITÄT	77
KULTURARBEIT: FÖRDERUNG VON WISSENSREPRÄSENTATION UND ERKENNTNISGEWINN DURCH ERNEUTE ENKULTURATION UND ÖKOLOGISATION	79
ZUSAMMENFASSUNG/SUMMARY	81
LITERATURVERZEICHNIS.....	81

DAS KREATIVIERUNGSPOTENTIAL DES ELEMENTS WASSER

Vorwort: Poesie- und bibliotherapeutisches Potential

Ziel dieser Arbeit ist es, einen Ein- und Überblick in das Kreativierungspotential des Elements WASSER zu geben. Insofern sind nachfolgende Ausführungen kreativ-wertschöpfend und unterliegen keiner streng wissenschaftlichen Ausführung. Jedoch wird überall dort auf Erkenntnisse der Forschung verwiesen, wo sie einem vertiefenden Verständnis dienlich sind. Ausgerichtet ist sie auf poesietherapeutisches Arbeiten in Schreibwerkstätten. Sie stellt ebenfalls einen konzeptuellen Beitrag mit Bezug zu intermedialen Quergängen dar. Wann immer für die Übertragung in die Praxis hilfreich, werden erfahrungsbasierte sowie theoriegeleitete Beispiele integriert.

Zwar liegt der praxeologische Schwerpunkt auf Schreibwerkstätten, die auf Grundlage der Integrativen Poesie- und Bibliothherapie (IPBT) durchgeführt werden und der Persönlichkeitsentwicklung dienen (für eine Einführung s. Rächle, 2018). Der vorliegende Text darf aber zudem als Zugriffswerk für klinisch zertifizierte Poesie- und Bibliotherapeut/innen verstanden werden: Einerseits, weil auch methodische und theoretische Grundlagen der Integrativen Therapie (IT) für eine poesie- und bibliotherapeutische WASSER-Schreibwerkstatt benannt werden. Andererseits, weil er eine erstmalige Übersicht über das Wasser-Wortfeld, Redewendungen, literarische Quellentexte, brauchbare Kunstwerke sowie Tipps zu gattungsspezifischen Eigenheiten gibt.

Als Fundus für IT- und PBT-basierte Schreibwerkstätten zum Element WASSER soll diese Arbeit das tiefgreifende kreative, psychophysiologische Potential von H₂O erfassen, im Sinne schöpferischer, reinigender Gestaltungskraft. Nicht zuletzt, weil ököpsychosomatische Faktoren im Kontext therapeutischer und persönlichkeitsstärkender Arbeit aktuell erneut an Bedeutung gewinnen (vgl. H. G. Petzold, 2019d). Bereits in den theoretischen Ausführungen werden deshalb einzelne Vorschläge zur Umsetzung in die Praxis benannt. Einsetzbare Techniken, Medien und Methoden werden im späteren Verlauf vorgestellt. Dazu kommen in den Fußnoten und Literaturangaben eine weitere Auswahl an bzw. Verweise auf weiterführende Informationen.

Vorweg seien drei wichtige Faktoren der Arbeit mit WASSER benannt. Erstens, WASSER hält vor dem Hintergrund verschiedener begrifflicher und narrativer Manifestationen ein Quell von Metaphern und Sprech- und Redeweisen bereit. Sie können dort sprachlich heilsam wirken, wo Grundhaltungen der IT parallel vermittelbar sind, wie dies zum Beispiel an der Heraklit zugesprochenen Aussage *Wer in dieselben Flüsse hinabsteigt, dem strömt stets anderes Wasser zu* (ποταμοῖσι τοῖσιν αὐτοῖσιν

ἐμβαίνουσιν ἕτερα καὶ ἕτερα ὕδατα ἐπιρρεῖ, DK 22 B 12) deutlich wird. Heilsam wirksam sind die Sinnbilder, Metaphern und Redeweisen vor allem dann, wenn sie in der Resonanzarbeit auf Basis des Tetradischen Systems eingesetzt werden. Vor allem in der letzten Phase der Neuorientierung liegt ein Potential, andere, neue „WASSER-Lebensströme“¹ wertschätzen zu lernen und/oder willkommen zu heißen. Zweitens birgt das Thema WASSER ein besonderes Reservoir für die Gewinnung von Resilienz (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015). Das mannigfaltige Sprach- und Bildmaterial kann aktiv und reflexiv genutzt werden, um Angst vor Veränderung abzubauen und Mut zum Handeln aufzubauen. Es eignet sich zur Minderung speziell von generalisierter Lebensangst. Denn, einerseits adressiert WASSER durch seine destruktiven Eigenheiten zwar die Urängste der Menschen. Es ordnet sich aber andererseits durch seine konstruktiv-kreative Charakteristik immer dem Gelingenden und Bejahenden des Lebens bei. WASSER kann, drittens, aufgrund seiner inhärenten Polarität als ein Sinnbild für Volition verwendet werden. Um (gute) Entscheidungen treffen (zu können), braucht es die Antizipation konstruktiver *sowie* destruktiver Konsequenzen. In poesietherapeutischer Praxis können hierfür bei der Thematisierung von *Angst/Ängste/Lebensangst* aus dem Erinnerungsarchiv beispielsweise erste Schwimmversuche aufgegriffen und, hiervon abgeleitet, die willentliche Leistungsfähigkeit des (Wieder-)Erlernbaren praktisch angegangen werden. Selbstredend eignet sich dies insbesondere, wenn Schreibgruppen bei einem Aufenthalt in Heil- oder Seebädern durchgeführt werden... Eine Vielzahl intermedialer Quergänge ist mit WASSER möglich, die Vielfalt integrativer Methoden und Techniken ausschöpfbar (vgl. hierzu auch Grube-Korth, 2018; Röttjer, 2019).

¹ Derartige Sprachwendungen dienen dem Ziel, dass Leser:innen bereits während des Lesens dieses Textes Wortschatz-Material vorzufinden, welches in Schreibwerkstätten zur Aktivierung von Kreativität eingesetzt werden kann. Die Begriffe sollen eine mögliche sprachliche Moderation in Schreibwerkstätten vermitteln und durch Versinnbildlichung die Vorstellungskraft anregen.

Kulturarbeit: Zum Verhältnis von MENSCH, WASSER & NATUR

Ohne Wasser kein Leben

... „dereinst werde schließlich das ganze Weltall in Feuer aufgehen, da es dann, wenn die vorhandene Feuchtigkeit verbraucht ist, weder Nahrung für die Erde geben könne noch die Luft von dort zurückströme, zu deren Bildung es nicht mehr kommen könne, wenn alles Wasser aufgezehrt sei: somit bleibe dann nichts mehr übrig als das Feuer“²

Astrophysiker und andere Physiker (u. a. Schrödinger) berechneten mathematisch, wann diese Vision Ciceros eintreten könnte: in ca. 7 Milliarden Jahren. Nicht wissen konnte Cicero, dass das Feuer von der sich ausdehnenden Sonne komme und ein „Gezeitenberg“ das Ende des Planeten Erde werden könnte (Friedman & Bruzek, 1997)³. Ein solcher solarer Sturm (Villaver et al., 2011) ist nur eine unter vielen Varianten einer Destruktion des Planeten Erde. Kosmische Kollisionen oder vulkanische Supereruptionen werden ebenso diskutiert (Rosen, 2017). Doch Ciceros Version benennt vorausschauend einen Aspekt, der zentral für die vorliegende Arbeit ist: Ohne Wasser kann kein (menschliches) Leben existieren. Cicero ordnet zudem das Wasser in den interdependenten Wirkungsbereich der Elemente ein. Sein Ansatz gewinnt angesichts des zunehmenden Verlusts an Sauerstoffgehalt, welchen die Ozeane durch Verschmutzung aufweisen (Breitburg et al., 2018; Unesco, 2019), prekäre Aktualität.

Mit Blick auf das Prinzip der Interdependenz ist es hilfreich, dass bei Planung und Durchführung einer kreativen oder poesie- und bibliothераpeutischen Schreibwerkstatt zum Thema WASSER bedacht wird, dass „komplexes Lernen“ lebenslang zentral und relevant bleibt und aktiv angestrebt werden sollte (vgl. Sieper, J., Petzold, H.G., 2011). Das betrifft die Bereiche Pädagogik, Andragogik, Gerontagogik – und gleichermaßen die Wissenschaft. Dieses komplexe Lernen bedarf einer Kulturarbeit in einem diachronen und synchronen Ansatz. Denn jedes in Generation verankerte und

² Cicero (1990): *Sunt autem stellae natura flammae; quocirca terrae maris aquarum[que reliquarum] vaporibus aluntur is, qui a sole ex agris tepefactis et ex aquis excitantur; quibus altae renovataeque stellae atque omnis aether effundunt eadem et rursus trahunt indidem, nihil ut fere intereat aut admodum paululum, quod astrorum ignis et aetheris flamma consumat. Ex quo eventurum nostri putant id, de quo Panaetium addubitare dicebant, ut ad extremum omnis mundus ignesceret, cum umore consumpto neque terra ali posset nec remearet aer, cuius ortus aqua omni exhausta esse non posset: ita relinqui nihil praeter ignem, a quo rursus animante ac deo renovatio mundi fieret atque idem ornatus oreretur* (cf. Cicero: De nat. deor. II, 118). Der damalige Diskurs zur *renovatio mundi*, in welchem das Gesamtzeit zu betrachten ist, wird hier von Gehrlach et al. nicht weiter ausgeführt: „nichts mehr übrig als das Feuer, durch das eine Erneuerung des Weltalls erfolgen und die gleiche Pracht wie jetzt erstehen werde, da es ja ein beseeltes Wesen und eine Gottheit sei“ (op.cit).

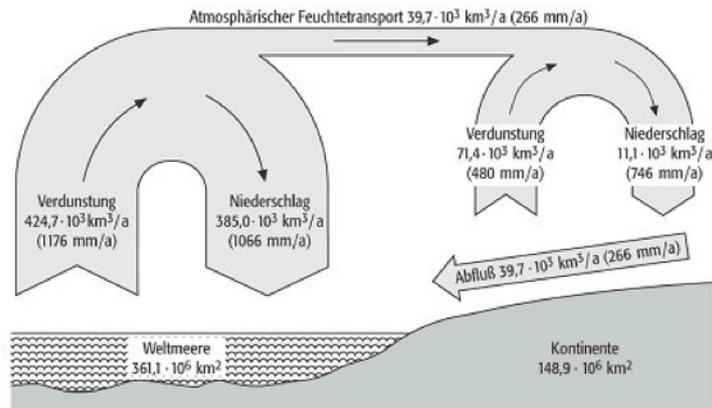
³ Auswirkungen der Entwicklung der Sonne auf die Erde werden benannt: Absehbar wird die Sonne heller werden, die irdischen Temperaturen auf 60 bis 70 Grad Celsius steigen, was erhöhte Wärme mit erhöhter Luftfeuchtigkeit zur Folge haben wird, da immer mehr Wasser verdunstet – dieser Treibhauseffekt ist bereits jetzt messbar und die Konsequenz wird sein, dass Ozeane verschwinden. Cicero lag mit seiner Vermutung nicht ganz so falsch.

über Generationen hinweg transportierte „kulturelle Gedächtnis“ (Assmann, 2009) bedingt sein jeweiliges ökologisches Vermächtnis. Doch

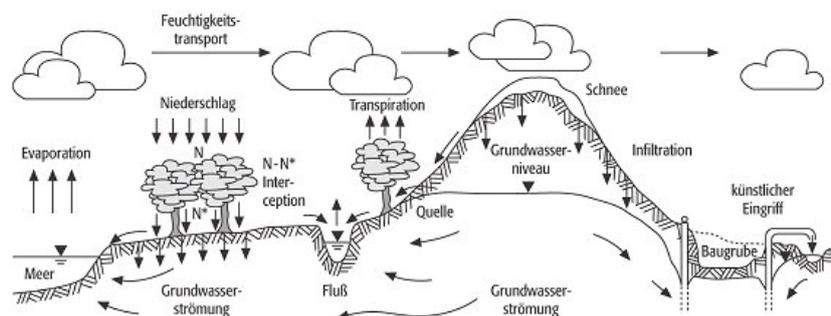
„[d]ieses Gedächtnis setzt sich nicht einfach fort, es muß immer neu ausgehandelt, etabliert, vermittelt und angeeignet werden. Individuen und Kulturen bauen ihr Gedächtnis interaktiv durch Kommunikation in Sprache, Bildern und rituellen Wiederholungen auf [...] organisieren ihr Gedächtnis mit Hilfe externer Speichermedien und kultureller Praktiken. Ohne diese läßt sich kein generationen- und epochenübergreifendes Gedächtnis aufbauen, was zugleich bedeutet, daß sich mit dem wandelnden Entwicklungsstand der Medien auch die Verfaßtheit des Gedächtnisses notwendig mitverändert (Assmann, 2009, S. 19).

In einer hochtechnologisch zivilisierten Gesellschaft wie der hiesigen ist das kulturelle Gedächtnis für Wasser ein anders *gewordenes* als in anderen Gesellschaften. Klimatische Bedingungen und – ggf. gefährliche – Veränderungen gehören als Bestimmungsfaktoren für das kulturelle Gedächtnis dazu. Vor diesem Hintergrund ist es wichtig zu bedenken, dass die Menschheit als Ganze sowie MENSCH partikulär, also individuell oder in Gruppen, Einfluss auf oben beschriebenes Vermächtnis nehmen. MENSCH ist selbst *natura*, jedoch eine gleichzeitig schaffende und geschaffene. Damit ist MENSCH nicht der Natur gegenübergestellt, auch nicht im Sinne einer Subjekt-Objekt-Beziehung (vgl. hierzu die Ausführungen von Dasgupta, 2021). Gleichwohl ist diese Auffassung weit verbreitet. Häufig geht damit eine aus dieser Auslegung heraus entstandene Objektivierung der Natur einher, welche diese als nicht-lebendig (z. B. bei Massenrodung, welche das erwiesene Kommunikationssystem von Bäumen beschädigt) und/oder entseelt bzw. als entzaubert klassifiziert. Dessen ungeachtet ist MENSCH trotz seiner ein ‚Getrennt-sein-von‘ suggerierenden Reflexivität Teil jener Natur und steht in dieser Verbindung als *pars pro toto*. Zugleich jedoch resultiert aus dieser Reflexivität eine potenzielle Verbundenheit. Sie kann in Momenten der Kontemplation als eine ästhetische Qualität nachvollzogen werden. Sie wohnt dem Menschen als eine gemeinschaftliche *Naturheit* in Formen der Entgrenzung oder des Eins-Seins inne.

Natura naturata, natura naturans, embodied cognition und cognitive embodying, biofeedback sowie natürlich *being a body*, all dessentwegen ist MENSCH durch sein eigenes Natur-Sein Teil des Wasserkreislaufs. In der Konsequenz dürfen biologischer, ökologischer und anthropogener Wasserkreislauf nicht voneinander getrennt gedacht werden. Trotzdem signalisieren dies Darstellungen der MENSCH -vs.-Natur-Relation bezüglich Wasser (*Abb. 1, Atmosphärischer Wasserkreislauf, Spektrum Akademischer Verlag, 2014*):



Begrifflich wird das Wasser tendenziell dem Bereich der ‚Natur‘ zugeordnet. Weniger oft ist mit Wasser ein Künstlich-Erschaffenes gemeint. Derartige Konzeptualisierungen des Wasserkreislaufes implizieren zumeist, dass MENSCH als handelnder Akteur darin entpersonalisiert ist. MENSCH als körperlich umgrenzter Wasserkreislauf, zudem als Teil und Nutznießer des ökologischen wie ökonomischen Wasserkreislaufs und darüber hinaus als Verursacher von irreparablen Schäden am planetaren Wasserkreislauf, wird nicht explizit sichtbar; höchstens implizit durch von ihm geschaffene Objekte wie Rohre, Gruben, etc. die ggf. aufgeführt werden (Abb. 2, *Anthropogener Wasserkreislauf*, Spektrum Akademischer Verlag, 2014):



Gemäß den vorangegangenen Überlegungen gilt: Nur aus einem universell-partizipialen Verständnis heraus – den MENSCH darin definierend – will eine veränderte Haltung gegenüber dem Element Wasser gewonnen werden.

Als eines der vier kulturgeschichtlichen Lebens-elemente, von denen Luft, Feuer und Erde noch zu nennen sind (Böhme & Böhme, 2004)⁴, ist das Wasser Mit-Kreator alles Lebendigen. Ein Element, das inzwischen durch Mikroplastik (vgl. Obbard et al., 2014; Taylor et al., 2016) und Lärmverschmutzung (Tina Baier, Julia Schubert, Christian Weber, 2021) bis in die Tiefen der Ur-

⁴ Vgl. dortige Ausführungen zur *kulturellen* Prägung der Begrifflichkeiten bezgl. unseres (westlichen) Verständnisses der genannten Elemente.

Ozeane bedroht ist. Resultate verschiedener Überblicksberichte und Klimastudien (vgl. Dasgupta, 2021; Eckstein et al., 2017) mahnen sein Bedroht-Sein an.⁵ Ergo ist – auch – menschliches Leben aufgrund seiner ökologischen Verbundenheit hoch gefährdet (vgl. The United Nations, 2015, 2018).

Eine Auseinandersetzung mit WASSER fördert darum nicht nur Edukation oder holt ökologische Sozialisation nach. WASSER ist ebenso wenig nur medizinisch und psychologisch-psychiatrisch, sprich körperlich oder seelisch heilsam. Obgleich seine hochgradige Bedeutsamkeit für die Gesundheit des Körpers keinesfalls außer Betracht gelassen werden soll. Selbiges gilt für die leiblichen Ein- und Ausdrücke der Biosodie (Petzold, H. G., Orth, I., 1993a/2012) – hier verstanden als Weg eines lebenslangen Lernens über das Wasser, wobei das Lernen verschiedene Ausformungen, Ausprägungen und Auswirkungen in den jeweiligen Lebensphasen hat. Jedoch erlaubt die WASSER-Thematik ein wesentlich grundlegenderes Fördern und Nachholen von Enkulturation und Ökologisation, nämlich im Sinne eines transversalen Verständnisses menschlichen Seins. In Bezug auf WASSER ist damit gemeint eine zunehmende Bewusstheit über das „Durchqueren von Erfahrungsbereichen der Welt und ihre Betrachtung – die ‚Welt-Anschauung‘ in Mehrperspektivität – [...] durch Konnektivierungen, Synopsen, Synergien [..., durch] fortwährend[e] Überschreitungen von Erfahrungs- und Wissensbeständen“ (H. G. Petzold, 2002b). Dieser transversale Aspekt ist jeglichem Evidenzerleben beigeordnet und somit auch Merkmal jeder ‚Hydrologisation‘⁶. Diese wiederum ist jeder individuell-ökologischen Verbundenheit und Dependenz zuzuordnen, auch derer von jeher. Hydrologisation fügt sich in die Metaparadigmen der Ökologisation und Enkulturation ein. Folglich definiert ‚Hydrologisation‘ in der vorliegenden Arbeit alle biosodischen und biografischen Anknüpfungspunkte mit WASSER im Leben eines Individuums.

WASSER-Historie: Hydrologisation – die hydrologische Dimension der ÖKOLOGISATION

Teilnehmende werden ihre je eigene Historie mit WASSER haben. Sie wird immer facettenreich sein: Von Faktoren frühkindlicher, hygienischer Erfahrung wie Händewaschen, Gebadet-werden oder rauen Waschlappen bis zu freud- oder leidvollen Erlebnissen. Seien dies naturbezogene Spielsituationen an oder in Pfützen, Bächen, Teichen, Seen, Meeren, seien dies Spielereien mit Tunken, Wasserbomben, Wasserspritzpistolen, Episoden in Spaßbädern, im Schwimmunterricht, in der Segelschule, seien es hydrotherapeutische Anwendungen wie Wickel, Wasserkuren, Dampfbäder, Saunagänge, Kneippbäder, Sole- oder Radonbäder und dergleichen mehr (Anderson,

⁵ Siehe weiterführend: Herausforderung globales Klima, Informationen des IPCC (<https://www.ipcc.ch/srocc/home>) und die Informationen des UNFCCC (<https://unfccc.int/>) zum Klimawandel.

⁶ Der neue Begriff der „Hydrologisation“ wurde von der Verfasserin für diese Arbeit zum Zwecke der Abgrenzung hinsichtlich allgemeinerer, weil kategorial übergeordneter biografischer und biosodischer Sozialisationsformen wie z. B. Ökologisation definiert.

1995; Averbek, 2012; Fialka-Moser, 2009). Doch auch Gefahren und Verlust durch Katastrophen wie Überschwemmungen, Fluten, Tsunamis, Ertrinken oder kleinere wie Verschlucken können Teil davon sein. Auch gesundheitliche Aspekte wie Wasserallergie sind anzunehmen. Aufgrund dieser Bandbreite – hier nur ansatzweise skizziert – ist es sinnvoll, dass Schreibwerkstattleitende sich einerseits der Heterogenität individueller Wasser-Historien bewusst sind. Andererseits gilt dieser Bewusstseinsanspruch zugleich für die kollektive wie auch für eine mentalgeschichtlich-kulturell geprägte Hydrologisation, die die Teilnehmenden im Zuge ihrer mikro-kulturellen Vermächtnisse/Gedächtnisse (Erl, 2008) je mitbringen.

Bereits bei der Ausschreibung der Schreibwerkstatt ist es hilfreich, einen konkreten Zweck zu benennen. Bei der Thematik WASSER bietet es sich bei intendierter Kulturarbeit an, die persönlichkeitsbildende Bewusstseinsarbeit als Schwerpunkt einer *je individuellen Bedeutung globaler Wasserkrise* hervorzuheben. Hierdurch begrifflich vorbereitet (Variante eines Eindrucks), können die Teilnehmenden zur innerlichen Auseinandersetzung initiiert werden. So kann für Erstsettings sichergestellt werden, dass die Teilnehmenden nicht unvorhergesehen jäh mit der gesamten Tragweite der Thematik konfrontiert werden.

Im Allgemeinen, aber auch speziell dann, wenn implizit Kulturarbeit geleistet sein will, sollten Schreibwerkstattleitende gleich zu Anfang sowie im Verlauf der Schreibwerkstatt besonders auf Affektexpressionen (Variante eines Ausdrucks) der Teilnehmenden achten. Denn Reaktionen auf das Thema WASSER wie Ohnmachtsempfindungen, Trotz, Unwille oder gar Widerstand angesichts der schiereren Überforderung eines möglichen eigenen Engagements zum Schutz der – zwischenzeitlich knappen – Ressource Wasser, sodann auch private wund- oder totgeschwiegene traumatische Erlebnisse können (re-)aktiviert werden und überhandnehmen. All dies kann Teil der jeweiligen Wasserhistorie sein und begründet, warum zu Anfang einer Schreibwerkstatt zunächst das leibliche Erleben zu fokussieren ist.

Vor diesem Hintergrund ist es bei der Vorbereitung der Schreibwerkstatt zweckmäßig, für die Gruppe zunächst Übungen mit einem niedrigschwelligen gemeinsamen Nenner zu finden, welcher wiederum auf einer *allgemeinen* Wasserhistorie basiert. Hierfür eignen sich besonders biologische Aspekte wie Tränen, Schweiß, Durst. Sie werden allem voran als Wasserhaushalt des Körpers (Mikroebene) gesetzt. Davon abgeleitet werden dann je besondere, individuelle Wasserhistorien erfahrbar. Damit lässt sich gleich zu Beginn einer IPBT-Schreibwerkstatt eine erste Vertrauensbasis im kleinen Erlebnisraum des Kennenlernens aufbauen. Welcher niedrigschwellige Nenner aus dieser Mikroebene einen guten Zugang zum Thema WASSER ermöglicht, ist für einzelne Teilnehmende ebenso wie für die Schreibgruppe als Ganzes in einem möglichst frühen Stadium einer Interaktion zu identifizieren und das ursprüngliche Konzept ggf. zu modifizieren. Dabei gilt, dass selbst biologische oder physiologische Aspekte für Individuen von unterschiedlicher Wertigkeit sein können und ggf. emotionale Reaktionsmuster oder voreilige Bewertungen auslösen.

Vermöge des leiblichen Erlebens lernen Teilnehmende von Anfang an, aus dem unerschöpflichen Vorrat ihrer multisensorischen, multimnestischen und multiexpressiven Kapazitäten⁷ (erneut oder neu zu) agieren. Diese Kapazitäten – also das Zusammenspiel der Sinnesorgane, die Vielfalt der Erinnerungen und Gedächtnisleistungen sowie die vielfachen verbalen und nonverbalen Ausdrucksformen inklusive aller kreativen, gestalterischen und künstlerischen Varianten – werden erstens durch Nutzung der *Heraklitischen Spirale*, bzw. hermeneutischen und therapeutischen Spirale in der Integrativen Therapie, (H. G. Petzold, 2007b, S. 600) gefördert; es kommt der Kreislauf von Initial-, Aktions-, Integrations- und Neuorientierungsphase zum Einsatz. Zweitens zielt die Aktivierung dieser Kapazitäten auf ein Verstehen der eigenen Wasser-Historie hin. Mithilfe der Initial-, Aktions- und Integrationsphase werden die Kapazitäten in *bewusstwerdende zerebrale* Bewegung gebracht. Hierdurch werden archivierte oder neu hinzugekommene *Eindrücke*, ebenso archivierte oder neu hinzugekommene *Ausdrücke* sowie das Erleben vitaler Evidenz bei der Auseinandersetzung der Teilnehmenden mit dem Thema WASSER gefördert. Im besten Fall entwickelt sich dieser Prozess hin zu konkreten Konzepten individueller oder kollektiv-gesellschaftlicher benigner Handlungskontrolle (Kuhl, 1983).

Die Wasserhistorie kann den Teilnehmenden schließlich als Biosodie sichtbar werden. Sie klinkt sich durch das Sichtbar-werden im je einzelnen Teilnehmender bzw. Teilnehmerin in die Gesamtentwicklung des WASSERS ein: an welcher alle Lebewesen teilhaben und von welcher alle Lebewesen ein Teil sind. Diese Sichtbar-Werdung der Gesamtentwicklung am Individuum selbst stellt die Basis für eine Neuorientierung mit fassbarem Bezug zur eigenen Um- und Mitwelt dar; als pragmatisches und niedrigschwelliges Beispiel sei hier ein veränderter, reflektierender Umgang mit Fertiggericht-Ernährung oder chemischer Medikamentation (Urin/Abwasser) benannt.

Auch dort, wo es an aktivem Wissen über die Bedeutsamkeit und Begrifflichkeit von „gutem“ WASSER mangelt, kann durch niedrigschwellige Übungen passives Wissen zunächst *wahrnehmbar*, sodann *erfassbar* und danach *verstehbar*⁸ gemacht werden (H. G. Petzold & Orth, 2007, S. 600). Durch die vervollständigte Anwendung des Prinzips der hermeneutischen Spirale führt dies im heilsamsten Fall dahin, Erkenntnis über eigene *und* handelnde Verantwortung vermittelt eines Sich-und-Anderen-*Erklären* zu erlangen. Es eignen sich hierfür als explizites und implizites *Sinnbildmaterial* die verschiedenen Teilprozesse des Wasserkreislaufes: Durchfluss, Abfluss, Niederschlag, Grundwasserneubildung, etc.

Anhand dieser Teilprozesse kann ein, durch den hermeneutischen Prozess hindurchgegangenes *Wissen* „bewusst... werden“ und zwar als eines, das *sich* eigenleiblich *vermittelte*. Das durch das

⁷ Vgl. hierzu die multitheoretisch fundierte Praxis der Integrativen Therapie von Orth, I., Petzold, H. G. (1993c).

⁸ Siehe ggf. Grafik zu *Hermeneutische und therapeutische Spirale* in der Integrativen Therapie diese Arbeit S. 33.

Leibgedächtnis aktivierte Wissen wird so als Faktum vom individuell und kollektiv Lebensgeschichtlichen der Teilnehmenden her abgeleitet. Einerseits aus den vorangegangenen Top-down- (kognitiv, z. B. Vorwissen/Bildung, Einfluss auf Wahrnehmung), andererseits aus Bottom-up-Prozessen (Einfluss der Reize auf die Kognition).

WASSER wurde und wird als Lebensgeschehen erlebt oder modifiziert nochmals durchlebt. Im besten Fall manifestiert sich das WASSER-Wissen als eine zukünftige Ressource: indem bei den Teilnehmenden durch die verwendeten Medien und Techniken eine Offenheit gegenüber ihrem Leibgedächtnis entsteht und dessen viszerale, atmosphärische, ikonische, szenische und verbale Mit-Gestaltungspotentiale erkannt werden. Erst dann kommt es emotional, volitiv und kognitiv zu dauerhaft *zerebral initiierten, also synaptisch modifizierbaren und muskulär trainierbaren* Neubahnungen – die fortan dem WASSER-Schutz und damit dem Eigenschutz dienen; mit anderen Worten: dem Entstehen neuer Strategien und Routinen im psychischen und physischen Umgang mit WASSER dienen. Solches gilt für die individuell-körperliche Ebene genauso wie für die des atmosphärischen Wasserkreislaufs.

Leibzentriertes Arbeiten via Wasserhistorie kann in poesitherapeutischen Schreibwerkstätten somit als eine Methode des Erkenntniszugewinns genutzt werden, damit Umweltschutz mit Ausrichtung auf *Kulturarbeit* als Mitwelt- und Eigenweltschutz *am Individuum selbst verstehbar* werden können. Diese Dimension ist konzeptionell rückgebunden an das Prinzip der guten Selbstfürsorge. Teilnehmende sollen ihr eigenleibliches Spüren in diesem Prinzip erfassen dürfen, welches zur – ggf. polylogen – WASSER-korrektiven Zwiesprache mit sich selbst führen kann. Diese Voraussetzung muss gegeben sein, damit die Teilnehmenden eine Auto-Nachbeelterung bzw. Selbstfürsorge in der jeweiligen Hydrologisation zulassen und umsetzen können.

In dieser Begegnung mit sich selbst als ‚gutem Gefährten‘, als ‚guter Gefährtin‘, im Aufeinandertreffen des eigenen, vielleicht unerwartet fremden und des anderen, vielleicht sogar erwartet fremden Leib, im Kontakt mit dem Zwischenmenschlichen, dem Anderen an sich (*Levinas*) kann es sodann gelingen, auch WASSER als einen fundamentalen Aspekt von Konvivialität und Konvoi (H. G. Petzold, 2005f, g, update 2010, S. 27) zu identifizieren und erfahrbar werden zu lassen. Konvoi wird darum thematisch spezifiziert: zwar als Konvoi-Wanderung/Völkerwanderung der Menschheit durch die Zeiten – doch darin zentral das WASSER als ein diese regulierendes, auch die Kriegs- und Zivilisationsgeschichte ordnendes Element. Konvivialität⁹ (I. Orth, 2002; H. G. Petzold,

⁹ vgl. hierzu H. G. Petzold (1988t): “Konvivialität ist ein term zur Kennzeichnung eines “sozialen Klimas” wechselseitiger Zugewandtheit, Hilfeleistung und Loyalität, eines verbindlichen Engagements und Commitments für das Wohlergehen des Anderen [...] die Grundlage guter ‘naturwüchsiger Sozialbeziehungen’, wie man sie in Freundeskreisen, Nacharschaft, ‘fundierter Kollegialität’ [...] findet.” – Außerdem: “Konvivialität ist die Qualität eines freundlichen, ja heiteren Miteinanders, Gemeinschaftlichkeit, die aufkommt, wenn Menschen bei einem Gastmahl oder in einem Gespräch oder einer Erzählrunde zusammensitzen, wenn sie miteinander spielen, singen, wenn Lachen und Scherzen den Raum erfüllt oder sie gemeinsam Musik hören oder einer Erzählung lauschen. Die Qualität der Konvivialität umfaßt Verbundenheit in einer Leichtigkeit des Miteinanderseins, wo jeder so sein kann und

2012c) ist vor diesem Hintergrund umso wichtiger, als sie das *movens* darstellt, welches den Konvoi auf eine miteinander *gut gestaltbare* Zukunft hinlenken darf, basierend auf dem integrativen anthropologischen Grundaxiom „Sein ist Mit-Sein“ (H. G. Petzold, 1978c), welches für den konvivialen Weg richtungsweisend ist, da Zusammenhalt und Zusammenarbeit unter salutogenetischen Vorzeichen gestärkt werden sollen (i. G. zu konkurrenz- oder territorialmotivierten Konvoi-Strukturen).

In jeder Schreibwerkstatt sind die Verläufe der Ko-responsenzen, der Ko-Kreativität sowie Konsens- und Dissensbewegungen in den Dyaden und der Gruppenarbeit zu beachten. Inkorporiertes und interiorisiertes Stimm-, Satz- und Handlungsmaterial der Teilnehmenden sollten gleichzeitig in Augenschein genommen werden. Der eine Teilnehmende mag eine fundamental-idealistische Auffassung zum Schutz von WASSER haben, die andere Teilnehmende vielleicht eine pragmatische oder beruflich bedingt realistische. Grundsätzlich liegt für das durch die jeweiligen Wasserhistorien geprägte Miteinander innerhalb der Schreibwerkstatt folgende anthropologische Formel zugrunde:

Der Mensch ist zugleich exzentrisches Leibsubjekt und als Leib zentriert in der Lebenswelt. Er ist ein Körper-Seele-Geist-Wesen in einem sozialen und biophysikalischen Umfeld, d. h. er steht in Kontext und Kontinuum in der lebenslangen Entwicklung einer souveränen und schöpferischen Persönlichkeit und ihrer Hominität (H. G. Petzold, 2002b).¹⁰

Egal, ob es altbekannte oder neu hinzukommende Eindrücke (einer Gestaltung) mit und am WASSER des jeweiligen informierten Leibes oder der jeweiligen informierten Sprache der Teilnehmenden sind – sie sollen ihre Ausdrücke in der kreativen *Ver-sinn-bild-lichung* finden. Denn „[i]n jeder Form und in jedem Prozeß der Metamorphose sind Innen und Außen verschränkt: Das letztlich bedeutet **Information**“ (H. G. Petzold, 1987k/1990b/2017, S. 696). Dies passiert auf folgenden Ebenen: sprachlich, tänzerisch, malerisch, musikalisch, theatralisch, psychodramatisch, handwerklich oder

akzeptiert wird, wie er ist, und so eine 'Konvivialität der Verschiedenheit' möglich wird, wo ein Raum der Sicherheit und Vertrautheit gegeben ist, eine gewisse Intimität integerer Zwischenleiblichkeit, in der man ohne Furcht vor Bedrohung, Beschämung, Beschädigung, ohne Intimidierung zusammen sitzen, beieinander sein kann, weil die Andersheit unter dem Schutz der von allen gewünschten, gewollten und gewährten Gerechtigkeit steht und jeder in Freiheit (parrhesiastisch) sagen kann, was er für wahr und richtig hält.“ – „Konvivialität als kordiales Miteinander macht 'gutes Leben' möglich. Der 'eubios' aber ist für Menschen der Boden des Sinnerlebens. Er wird von dem integrativen „Koexistenzaxiom“: „Sein ist Mitsein, Mensch ist man als Mitmensch“ unterfangen.“

¹⁰ Vgl. H. G. Petzold (2002b), daraus auch die erweiterte anthropologische Grundformel: „Der Mensch [Mann und Frau] ist ein **Körper-Seele-Geist-Subjekt** (= **informierter Leib**) in einem sozialen und ökologischen **Kontext/Kontinuum**. In der Korrespondenz mit dem Anderen und in der Interaktion mit relevanten Umwelten hat er die Chance, in einem selbstreflexiven und diskursiven Entwicklungsprozeß in der **Lebensspanne** und in den gegebenen und zu gestaltenden **Lebenslagen** eine komplexe Persönlichkeit und damit seine **Hominität** zu entwickeln, d. h. ein kohärentes und zugleich pluriformes **Selbst** zu konstituieren, ausgestattet mit einem leistungsfähigen, transversal operierenden **Ich** und einer konsistenten, aber flexiblen **Identität**. Eine solche Persönlichkeit vermag sich in Wandlungen der **Kultur** und des Zeitgeistes zu regulieren und sich in wechselnden Lebenslagen und Veränderungen des sozialen Netzwerks, bei sich transformierenden Qualitäten des Lebens in Gesundheit und Krankheit, Glück und Leid zu entwickeln und zu einer persönlichen Souveränität und Lebenskunst zu finden. Dabei gelingt es ihr, in all diesem **Sinn** zu schöpfen, Sinnlosigkeit auszuhalten und im Meer der Weltkomplexität hinlänglich sicher zu navigieren, weil komplexe Persönlichkeiten fundamental in zwischenmenschlichen Beziehungen, in **Dialogen**, in intersubjektiver **Ko-responsenz**, in kokreativen **Polylogen** verwurzelt sind, welche selbst wiederum in Makro- und Mikrostrukturen gründen.“ (Hinweis: Im Original enthaltene Zusatzverweis-Nummerierung wurde durch die V. entfernt.)

spielerisch-haptisch. Daraus resultierende *movement produced information* wird durch Verschränkung von Eindruck und Ausdruck zur vitalen Evidenzerfahrung, *emovere* (vgl. Ilse Orth & Petzold, 2007, 721-774) – ‚ein Gefühl ist immer eine Bewegung‘.

Zugrunde liegt all dem die Auffassung von vitaler Evidenz als dem „*Zusammenwirken* von rationaler Einsicht, emotionaler Erfahrung und leibhaftigem Erleben“ (H. G. Petzold & Orth, 2007, S. 868). Dieses Zusammenspiel lässt sich, mit Blick auf die Bedeutung von WASSER, für das nachstehend formulierte Konzept *individueller und kollektiver vitaler Evidenz in Kombination mit der Ansicht der Menschnatur als pars pro toto* mit einem Zitat Goethes beschreiben:

Das Besondere unterliegt ewig dem Allgemeinen;
das Allgemeine hat ewig sich dem Besondern zu fügen. (Goethe, 1823)

Es folgen Ausführungen zu einer WASSER-Mikroebene, welche hier über den menschlichen Körper definiert ist, sowie zu einer WASSER-Makroebene, welche hier die ökologisch-atmosphärischen und geo-wissenschaftliche Aspekte meint.

MIKRO- UND MAKROEBENE „WASSER“

Mikroebene Wasser: Narrativ/Narration – Körpereigenes Element

Zwar weiß „man“, dass der menschliche Körper zu einem großen Teil aus Wasser besteht. Dieses Wissen aber ist als Allgemeinwissen von Bildungswissen und zudem von Erkenntnis zu unterscheiden. Es ist oftmals ein „gehörtes Wissen“, das zu einem „erzählten Wissen“ wird, ggf. wieder umgekehrt stattfindet und so reproduziert wird. Für die Interpretation einer so gestalteten *Erzählung* einer „WASSER-Allgemeinbildung“ ist festzuhalten, dass

[d]ie Unterscheidung zwischen Vermittlung und Inhalt [...] die Analyse der dargestellten Handlung und der Welt, in der sie stattfindet, [ermöglicht und legitimiert,] als eigenständige[] Bedeutungsschicht von [gelebten, A. d. V.] Erzähltexten mit spezifischen Elementen und Strukturen. (Martínez & Scheffel, 1999, S. 22)

Häufig wächst erst ein bewusstes und reflektierendes Interesse am körpereigenen Wasserhaushalt, wenn Auffälligkeiten im mikrobiologischen Wasserkreislauf auftreten, z. B. bei akutem, andauerndem Durst bzw. Dehydration oder bei Beschwerden und Erkrankungen wie Ödemen. Davon bestimmt entsteht ein Verlangen nach „Einnahme“ von „gesundem“ Wasser ...und WASSER bedingt Gesundsein, Gesundbleiben und Gesundwerden: interzellulär, intrazellulär, transzellulär und extrazellulär versorgt es Zellen, Organe, Blut und Verdauungssystem mit der lebensnotwendigen Flüssigkeit.

Sauberes Trinkwasser – in Deutschland via Verordnung geregelt (vgl. Bundesamt für Justiz, 2018 TrinkWV und ABWasserV)¹¹– bedient mehr als nur die Vermeidung eines (ggf. anerzogenen) Ekelfaktors. Um dem Rang der Gesetze und Verordnungen zum Schutz von WASSER in hiesigen Breitengraden gerecht zu werden, fantasiere man kurz, man müsste, wie viele Menschen andernorts, mit verunreinigtem, verschmutztem, vergiftetem oder verseuchtem Wasser Nahrung zubereiten, Körper- und Haushaltshygiene betreiben oder es trinken. Bereits mithilfe dieser Vorstellung wird „unser“ integrales Gedächtnis bzw. Leibgedächtnis (H. G. Petzold, 2007b, 593, 632-633) durch Erinnerungen aktiviert, aber auch durch die Befähigungen unserer Fantasie und die vorhandenen Informationen kultureller und medialer Art¹². Bei den meisten Personen des zentraleuropäischen Kulturkreises wird sich als Empfindung Abwehr oder Ekel, vielleicht sogar ein Grauen einstellen; spürbar durch veränderten Spannungszustand der Muskeln. Eine typische Reaktion ist dies darum, weil wir einen geeichten Begriff von WASSER, auf Basis oben genannter Wasserstandards in unserem je lebensweltlichen Kontext und Kontinuum (vgl. H. G. Petzold, 2002b) vermittelt bekommen. Er konfiguriert diese Empfindungen – und wird dennoch mit jedem weiteren WASSER-Kontakt mal mehr und mal weniger modifiziert. Dort aber, wo der Umgang mit schlechtem Wasser alltäglich ist, mögen soeben beschriebene körperliche Reaktionen und Empfindungen nicht ausgelöst werden. Ganz im Gegenteil könnten solche Reaktionen vielleicht sogar Erstaunen hervorrufen.

Mit Bezug zu und in Beziehung zu WASSER erzählt folglich jeder (s)ein Narrativ. Eine Ebene dahinter wiederum gibt es weitere, andere WASSER-Narrationen, vielschichtig wie Stückwerk. Eine davon ist die des planetaren ‚WASSER-Dramas‘: „In jedem prozeßhaften Geschehen (Drama, Narration) wirken Strukturelemente (Skripts, Narrative etc.)“ (H. G. Petzold, 2007a, S. 854). Durch die Begegnung der Teilnehmenden in der Schreibwerkstatt mit a) *sich selbst* als ‚guter Gefährtin / gutem Gefährten‘ und b) als kreative Abwandlung davon mit dem WASSER als guter Gefährtin / gutem Gefährten – kann es zu neuen Narrationen kommen. Maligne Narrative, hier definiert als Lebenserzählungen, die keine „Wandlung wollen“ (sensu Rilke¹³), können ihre Kapitel schließen.

Es sei zwischendurch in Kürze angefügt, dass die Frage nach dem Wie und Was des Erzählten und zu Erzählenden auch die weltpolitische Ebene betrifft: Agiert die Gattung ‚MENSCH‘ (westlicher Verortung) ihrem Selbstbild nach – dieses ist auch heute noch kultur-, religions- und wissenschaftshistorisch geprägt – und erachtet sie sich als höchstes evolutions-geschichtliches

¹¹ Vgl. https://www.gesetze-im-internet.de/trinkwv_2001/index.html. Hinweis: Richtlinien für WHO, EU und Deutschland differieren.

¹² Leibgedächtnis kann auch durch z. B. mediale Informationsaufnahme produziert und im Fall rezipiert werden, z. B. körperliches Mit-Erschrecken, Mitleiden oder Empathie bei Tagesnachrichten zu Überflutungen, Wasser-Not, etc. Ähnlich finden sich auch Leibgedächtnis-Inhalte als Reaktionen auf Gebilde der Fantasie oder auf Träume, hier speziell auf Alpträume.

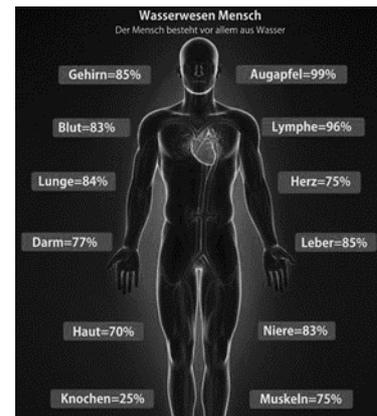
¹³ Vgl. auch H. G. Petzold (1987k/1990b/2017): „Das ‚Wolle die Wandlung!‘ (Rilke) muß ergänzt werden durch ein ‚Wisse die Wandlung!‘, denn es wird darum gehen, die Richtung [kennen zu lernen, um sie dann, A. d. V.] zu kennen, in die wir uns zu wandeln haben oder aktiv wandeln wollen.“

Resultat des Erdplaneten, sollte sie als *Mikroebene* bereits aus Gründen des Überlebenswillens Vorsorge für die Makroebene WASSER als „ein verletzliches Ganzes“ tragen, zitiert nach Prof. E. B. Jacob (Kronberger, 2008). Konkret gilt es zu handeln: erstens, präventiv, d. h. keine Privatisierung von Wasser, zweitens, restriktiv, d. h. beispielsweise Pharmakonzern-Auflagen bei Abwasserregelung neu definieren, drittens, progressiv, d. h. ein Gesetz zum Recht auf sauberes Wasser weltweit asap *in der Praxis* standardisieren, und viertens, offensiv, d. h. mit zielgerichtetem Bildungsauftrag, in Zusammenarbeit mit den Medien. Bedauerlicherweise werden auch politisch ‚maligne Narrative erzählt‘.

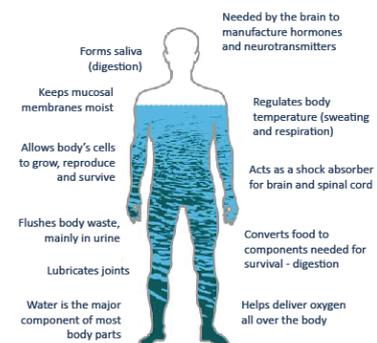
„Wenn jeder MENSCH als Teil des Wasserkreislaufs“, wie der Umweltforscher und Wasserchemiker Dr. Klaus Lanz¹⁴ festhält, „noch in der vorhergehenden Woche partiell Bestandteil von Wolken, Regen, Meeren etc. gewesen ist“, bedeutet dies: Makro- und Mikroebene, atmosphärischer und biologischer Wasserkreislauf, sind interdependent. Diese Abhängigkeit ist beteiligt an unser aller Gesundheit und bedingt, wie es um die körperlich-psychische Zukunft ganzer kommender Generationen bestellt ist. Von der nationalen und internationalen Wasserpolitik sind mithin *alle* Individuen auf ihrer Mikroebene betroffen.

Nachdem soeben die humane und planetare Bedeutsamkeit skizziert wurde, seien als nächstes Zahlen für die Mikroebene aufgezeigt (Abb. 3, schwarzweiß d. V., Schwiebus, 2019; Abb. 4, USGS, 2021), denn sie visualisieren die Wichtigkeit leiblicher Erkenntnispotentiale zur WASSER-Thematik und vermitteln einen Eindruck der vielfältigen Inter- und Intradependenzen. Ähnlich dem atmosphärischen Wasserkreislauf hat im menschlichen Körper das Wasser Aufgaben wie Reinigung, Kühlung, Erhitzung und Transport. Wasser balanciert den Stoffwechsel und damit das Funktionieren des körperlichen Zusammenspiels aus.

Die Effektivität dieser sogenannten Osmoseregulation ist abhängig vom Lebensalter und der Lebensweise: Wenn der Wassergehalt unterversorgt ist, hat dies lebensbedrohliche Folgen. Das gilt vor allem für ältere Menschen, deren Wasserhaushaltsniveau sich von im Schnitt ca. 75 % auf ca. 65 % verringert. Wasser trinken nach dem Aufstehen gilt als Präventionsmaßnahme für Krankheiten und entlastet auf Dauer den Verdauungstrakt; eine gesunde Darmtätigkeit wiederum vermeidet viele



What Does Water do for You?



¹⁴ Telefoninterview vom 13.09.2016 und 22.09.2016 mit Dr. Klaus Lanz (Chemiker, Publizist, Umwelt- und Wasserforscher), Gründer und Leiter des unabhängigen Forschungs- und Beratungsinstituts *international water affairs*.

Erkrankungen. Wasser bedingt ebenso die Elastizität der Haut und garantiert deren stabile Funktion im Immunsystem. Die generelle Leistungsfähigkeit des menschlichen Gehirns lässt sich um bis zu ca. 20 % steigern, wenn über den Tag verteilt pro Stunde einmal 0,2 l Wasser eingenommen werden, darüber hinaus werden Konzentrationsfähigkeit und Neuroplastizität, konkret das Arbeitsgedächtnis und die Lernfähigkeit, durch Trinken positiv beeinflusst (Lehrl & Wagner, 2012; Wagner et al., 2012). Mit Wasser-Einnahme und Wasser-Qualität hängt somit akut der eigene Gesundheits- und Lebensvollzug zusammen. Die Liste der positiven Wirkungen und der Wichtigkeit von – gesundem – Wasser könnte hier um viele weitere Punkte ergänzt werden.¹⁵

Poesie- und bibliotherapeutisches Arbeiten als Interventions- und Präventionsansatz für die Makroebene - MENSCH als Mit-Wasser

Wie bereits geschrieben geht es bei der vorliegenden Arbeit – die grundlegendes Verständnis für die poesie- und bibliotherapeutische Wirkweise der Thematik WASSER schaffen will – nicht nur darum, abzuklären, inwieweit Wasser eine heilsame Wirkung auf psychische und physische Bedingtheit von Individuen hat (Röttjer, 2019) und *deswegen* Umweltschutz Relevanz habe. Vielmehr ist es das Anliegen aufzuzeigen, warum und inwiefern Schreibwerkstätten zu WASSER-Thematik einen relevanten Anteil haben an einer über das Individuum hinausgehenden, weitreichenden, weil menschheitsgeschichtlich salutogenetischen Bedeutsamkeit. Die potentielle Wirksamkeit im Sinne von Kulturarbeit, und die auf diese Weise darin angelegte *Polylogik* einer Weltarbeit *als Weltbürger* (vgl. zum Kosmopolitismus-Diskurs Coulmas, 1990; NUSSBAUM, 2020; Schiller & Irving, 2015) sowie der Versuch einer Überlebensarbeit der Menschheit soll begründet sein (Gerten, 2018). Angemerkt sei: Dies gilt mithin vielleicht nur gegenwärtig, insofern die Menschheit als evolutionäre Gesamtheit selbst als ein Teil aller diastolischen und systolischen Prozesse zur Geschichtlichkeit bestimmt ist.

Ein menschheitsgeschichtlich salutogenetischer Rahmen erfordert eine andere, eine erweiterte Sichtweise: Der Mensch ist Mensch als Mit-Mensch, indessen aber eben auch als Mit-Säugetier, als Organismus ist er Meta- und Mit-Organismus zugleich (Bosch & Miller, 2016; Jéquier & Constant,

¹⁵ Vgl. hierzu weiterführend zwei Kurzvideos: „Wasser ist Leben“, Hostert (2019), sowie „WissensWerte Wasser“, edeos (2019).

2010) und steht somit im Mit- und Nebeneinander (durch die scheinbare Grenze der Membran) zum Wasser. In diesem letztgenannten Sinne ist der Mensch durch seine biologisch abhängigen Prozesse vom Wasser (Harvard Medical School, 2019; Roth, 2010) zugleich „Mit-Wasser“¹⁶. *MENSCH-Sein* ist immer ein solches in *synchronen und diachronen Zusammenhängen jedweden Weltzugangs* – folglich auch in Bezug auf Wasser. Dieser Zugang geschieht normalerweise aus der Eigen- und Mitwelt heraus. Kontinuumstheoretisch fallen darunter real-erlebte sowie historisch-ererbte und historisiert-ererbte Umwelt, Lebenswelt, Situation, Sozialwelt, Lebenslagen (H. G. Petzold, 2002b). Metatheoretisch, in Bezug auf *large range theories*, gilt es damit nicht nur, die erkenntnistheoretischen, wissenschaftstheoretischen, anthropologischen, kosmologischen, gesellschafts-theoretischen und ontologischen Referenzrahmen zu akquirieren (Stichwort: Tree of Science). Sondern es ist auch vonnöten, ggf. angängige Fehl-Konditionierungen von darin situierten Wissensbeständen zu WASSER zu erarbeiten. Diese Erarbeitung geschieht in steter multidimensionaler und transversaler Reflexivität. Sie sodann generiert im förderlichsten Fall eine entsprechende Ethik. Eine, die ein ‚demütigeres‘ Verständnis von Menschsein und Wasser transportiert, verstanden als Gesinnung eines Dienens, dies wiederum im Sinne einer folgerichtig bewahrenden Einstellung und/oder einem Zurücknehmen schädigender Interessen gegenüber einer Natur-Gemeinschaft; vergegenwärtigt und konkretisiert als die Gemeinschaft mit dem Wasser.¹⁷

Makroebene Wasser – Wissenschaftliche Aspekte

Evolutionstheorie und Humanbiologie

In der Evolutionstheorie und Humanbiologie spielte Wasser eine wichtige Rolle bei *scientific turns*. Neue Kenntnisse setzten teils revolutionäre Sichtweisen auf den Menschen und seine Entwicklung durch. Lange galt die Savannentheorie, wonach unsere Ahnen sich aufrichteten, um perspektivische Vorteile gegenüber natürlichen Feinden zu haben. Jedoch brachte die Zweifüßigkeit gegenüber der Vierfüßigkeit die Verlangsamung des Fluchttempo mit sich, weswegen die Theorie nicht ausreichend stichhaltig scheint. C. Niemitz¹⁸, Evolutions- und Humanbiologe, vertritt daher die These, dass der Mensch im Wasser seinen aufrechten Gang erlernte und nicht auf dem Festland (Niemitz, 2004b). Zwar ist diese These in ihrer Ausschließlichkeit gegenüber weiteren, parallelen Entwicklungsmöglichkeiten hin zur Bipedie und nachfolgenden Evolutionsfaktoren zu eng gefasst

¹⁶ Wenn im weiteren Verlauf von Eigen- und Mit-Wasser gesprochen wird, so tragen diese Begriffe einerseits diesem organischen Tatbestand Rechnung. Andererseits sollen „Eigen- und Mit-Wasser“ als mögliche kreative Begriffsformen angeboten werden, die in kreativen Schreibwerkstätten durch dieserart versinnbildlichte Benennung sowohl Zugang wie auch Abgrenzungsangebote zur Thematik schaffen können. Als solche wollen sie von den Leser*innen verstanden sein.

¹⁷ Vgl. hierzu die Organisation The Rights of Nature, <https://therightsofnature.org>

¹⁸ Siehe die Dokumentation „Das Geheimnis des aufrechten Gangs“ *Das Geheimnis Des Aufrechten Gangs* (2012)

(vgl. zum Hominisationsdiskurs und einhergehenden Aspekten Gallagher, 2018; H. G. Petzold, 2019d) . Es lässt sich jedoch mit Bezug auf die vorliegende Thematik festhalten, dass verschiedene archäologische Begleitfunde auf ein Leben am Ufer *und* im Flachwasser hindeuten, sowohl bei dem „ältesten Hominiden Sahelanthropus tchadensis, einem Uferbewohner“ (Niemitz, 2004a), als auch bei der Gattung der Australopithecinen, von denen als bekanntestes Beispiel Lucy (Australopithecus afarensis) angeführt wird. Laut Niemitz „kann man die ökologische Bindung unserer Ahnen an das Wasser durch die gesamte Zeit nicht nur für diese frühen Hominiden nachweisen.“¹⁹ Homo Sapiens baute seine Siedlungen immer dort, wo Zugang zum Wasser gegeben war, ob als Quelle, Brunnen, Bach, Fluss, See, Binnenmeer oder Meer (Niemitz, 2004b). Für Niemitz' These spricht auch, dass die menschliche Haut an Fingern und Füßen bei Wasserkontakt zu schrumpeln beginnt und dadurch ein

¹⁹ Ibid., weiter als Exkurs: „Anatomie, Humanethologie und die Herkunft vom Ufer: Jene unserer Urahnen, die in der Übergangsphase noch wackelig aufrecht gingen, mussten für eine plötzliche Flucht zurück auf ihre vier flinken Beine – alles andere wäre tödlich gewesen. Für einen im Wasser auf Nahrungssuche watenden Primaten aber hätten längere Beine eine ganze Reihe von Vorteilen besessen. Bei längeren Beinen fließt weniger Wasser gegen den Körper, sondern zwischen den Beinen hindurch, was Energie spart. Man blickt etwas steiler in Wasser hinab, was dann nachweislich weniger spiegelt, so dass man Wassertiere besser sieht.

Bei längeren Beinen schaut mehr vom Körper aus dem Wasser, so dass der Auftrieb geringer und die Fähigkeit zu Gehen besser ist. Gleichzeitig werden Hüfte, Knie und Sprunggelenke des noch schlecht an aufrechte Belastungen angepassten Körpers durch den Auftrieb weniger belastet, was die ‚konstruktiv noch unfertigen‘ Gelenke schont. Außerdem bietet Wasser einen gewissen Grad an Zähflüssigkeit; diese Viskosität führt dazu, dass ein aufrecht gehender Mensch bei einem schlecht platzierten oder koordinierten Schritt nicht gleich hinfällt. Übertrieben könnte man sagen: Im Honig kann man sich durch einen Sturz nicht verletzen. Rehabilitationszentren machen beispielsweise mit Rehabilitanden nach einem Schlaganfall wahrscheinlich das nach, was die Natur an schonender Umwelt den ersten Aufrechtgängern anbot.

Für einen watenden Primaten gab es also Selektionsfaktoren für einen aufrechten Gang und für längere Beine. Voraussetzung war lediglich, dass er sich vom Ufer aus zum Schlafen bald auf die Bäume, vielleicht eines Galeriewaldes am Rand eines Flusses oder der Küste, begeben konnte, ohne weit zu wandern. Als er so genügend lange Beine hatte, um einen vierfüßigen Gang wesentlich zu erschweren, blieb er wohl gleich aufrecht und konnte nun allmählich seine Phase der Optimierung für eine auch wandernde Lebensweise beginnen. Dies klingt sicher ungewohnt, aber keine andere Theorie erklärt bisher die Selektionsbedingungen der kritischen Übergangsphase. Wenn sich die hier vorgestellte Theorie eines Tages als falsch erweisen sollte, kann daher auf die bisherigen Theorien jedenfalls nicht zurückgegriffen werden. Dann wäre also eine andere, völlig neue Theorie nötig.

Die Psychologie und die Humanethologie sind für eine geschlossene Argumentationskette unerlässlich, denn nur bei stimmigen Befunden kann die Konsistenz zusammen mit Ergebnissen beispielsweise der Primatologie oder der Paläanthropologie zu einem stabilen Theoriegebäude führen. Dass die Verfügbarkeit über Ressourcen einen der wesentlichsten Selektionsfaktoren überhaupt darstellt, ist unumstritten. Möglicherweise erklärt diese Tatsache, warum die Verfügbarkeit über ein Ufer, wie ein Seegrundstück, einen so hohen gesellschaftlichen Stellenwert besitzt. Kulturunabhängigkeit von Verhaltensweise gilt aber bereits seit Darwin unverändert als starkes Indiz für eine phylogenetische Bedingtheit des Phänomens. Nun besitzen aber nicht nur der Schlosspark Charlottenburg oder Potsdam Teichlandschaften, Wasserkaskaden oder idyllische Seeblicke, sondern auch die Wasserlandschaften von Palästen, angefangen von der Alhambra über Bogor bis Shigeriya oder das Taj Mahal.

Da es sich hier nur um zwar konsistente, jedoch wenig beweiskräftige Indizien handelt, hat die Forschungsgruppe Humanbiologie methodisch sehr unterschiedliche humanethologische Untersuchungen durchgeführt, beispielsweise eine Befragung mit dem Ziel einer Definition der Idylle. Als Ausgangspunkt diente die These, nach der ein Ort des „Sich-Wohlfühlens“ kein Ort sein kann, der biologisch notwendigen Bedürfnissen des Menschen widerspricht. Eine zweite Untersuchung betraf die Nutzung von Schwimmbädern in Berlin durch Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

In einer dritten Studie untersuchten wir die Nutzung von Parks in Berlin, einerseits mit Wasserlandschaften (Teichen, begehbar großen Brunnenanlagen oder ähnlichem Inventar) und andererseits ohne jegliches Wasser. Alle drei Untersuchungen ergaben: Strikte Bevorzugung von Uferlandschaften, eine lokomotorisch und kommunikatorisch stimulierende Funktion der Anwesenheit von Wasser, ein Faktum, das ich hier verkürzt als Wohlfühlindex bezeichnen möchte, und das sehr elementar von der Anwesenheit von Wasser abhing.

Die Beobachtung, dass die Schwimmbadbesucher, unabhängig vom Alter, nur ein Prozent der Beobachtungsdauer wirklich schwammen, dient als Hinweis dafür, dass wir von unserer Verhaltenstendenz her keine Schwimmer sind. Erwachsene wateten oder planschten im Durchschnitt acht Prozent, Kinder verbrachten fast 40 Prozent der Beobachtungszeit im Wasser. Zusammen mit vielen weiteren, hier nicht darstellbaren Argumenten lässt sich die Bindung des Menschen an das Wasser schlüssig aus unserer biohistorischen Herkunft erklären. Dies gilt auch für die Kausalgeschichte des aufrechten Gangs.

besseres Greifen ermöglicht wird (Kareklas et al., 2013). Ein weiteres Argument für die niemitzsche Theorie ist, dass „[d]as Blut in unseren Adern [...] denselben Salzgehalt wie die Ur-Ozeane“ (Flannery, 2011) hat. Auch die Paläogenetik und Paläobiologie verweisen auf eine Verbindung zwischen Wasser- und Landlebewesen, z. B. bei der Gattung Tiktaalik (Shubin & Vogel, 2008).

Chemie und Physik

Zunehmend gehen Wissenschaftler davon aus, dass nicht nur die chemische Zusammensetzung von Wasser relevant ist, sondern dessen jeweilige und augenblicksabhängige Struktur. Gemeint ist die je spezifische Verkettung der Wassermoleküle via Wasserstoffbrückenbindungen als Gruppierung bestimmter Moleküle über einen bestimmten Zeitraum, sogenannte Wassercluster. Hieraus leiten manche Experimentatoren ab, Wasser könne eine Merkfähigkeit (Kröplin, 2001) oder eine Art Gedächtnis besitzen (Christ, 2013; Perkul, 2010).²⁰ Diese speziellen Versuche sind bislang nur eingeschränkt reproduzierbar, d. h. nach wissenschaftlichen Standards nur teilweise oder bedingt signifikant (Seidl, 2012). Der Spekulation zugeordnet wird auch die Auffassung, welche von einer „Energetisierung“ oder „Aktivierung“ des Wassers spricht (Grander, 2020). Häufig ist die Faszination an einem dahinter vermuteten Prinzip ‚gesunder Wasserkräfte‘ darin begründet, dass zwar eine postulierte Wirkung des Wassers ‚in der Praxis funktioniert‘. Jedoch tut sie dies, ohne dass die entsprechenden naturwissenschaftlichen, also chemischen, physikalischen oder mathematischen Beweise bereits ausreichend erbracht worden wären.

Allerdings führen wissenschaftliche Forschungen zu den physikalisch und chemisch längst nicht geklärten Anomalien (Chaplin, 2018) zu interessanten Ergebnissen. Nach Kaatze (2017, S. 47) zeigen sie vor allem, dass Eigenschaften von Wasser wie „die tetraedische Struktur der Ladungsverteilung, die große Dichte und symmetrische Verteilung von Donator- und Akzeptorstellen für Wasserstoffbindungen und das permanente elektrische Dipolmoment“ erst dann verstanden werden kann, wenn das „Zusammenspiel der Vernetzung“ in allen Einzelheiten nachvollzogen würde. Denn just dieses wirft weitere Fragen auf (Saykally, 2015), z. B.: Wie viele Arten Eis gibt es? Gibt es zwei Arten flüssiges Wasser (Kilaj et al., 2018)? Wie verdunstet Wasser? Ist die Oberfläche von Wasser sauer oder basisch? Verhält sich Wasser im Nanobereich anders? Weshalb existiert die Dichteanomalie (Sciortino et al., 2003; Seidl et al., 2011) – und fasziniert damit, dass dadurch Wassertiere und Wasserpflanzen überwintern können? Die volle Bedeutung der These einer Licht-Wasser-Energie-Verbindung (Saykally, 2013) ist noch längst nicht erfasst und durch weiterführende Untersuchungen zu prüfen; vor allem i. B. auf muskuläre und zelluläre Vorgänge bei Säugetieren ist sie wenig erforscht.

²⁰ Kritisch zu hinterfragen sind jedoch die Studien Emotos, deren Resultate dieser vor seinem Tode widerrief.

Immer mehr Forschungsberichte verändern unser Verständnis davon, wie Wasser „funktioniert“ (Pang, 2014). Es wird davon ausgegangen, dass es einen weiteren Wasserzustand außer fest/flüssig/Dampf gibt. Dieser ist die sogenannte Exclusion Zone, eine Anordnung von Wassermolekülen in einem hexagonalen Kristallgitter (Pollack, 2013). Darüber hinaus zeigen Untersuchungsergebnisse, dass Wasser innerhalb seiner Liquiditätszustände ebenfalls Unterschiede aufzeigt (Maestro et al., 2016). Wasser weist zudem Reaktionen wie einen Verbindungsaufbau über eine Distanz hinweg auf. Reines Wasser beispielsweise, das in zwei verschiedenen Behältern unter elektromagnetische Spannung gesetzt wird, baut eine stabile Wasserbrücke auf, indem das Wasser die Behälter hinaufklettert und sich über die Ränder hinweg zusammenfindet (Fuchs et al., 2007). Diese Brücke schwingt und bleibt trotz einer knapp 2,5 cm langen Distanz überraschend lange stabil (Fuchs et al., 2014). Welche Vorgänge im Wasser dies ermöglichen, ist nicht geklärt. Wasser kann auch klumpig sein, d. h. bei bestimmten Frequenzen sind lokale Strukturen im Wasser stabiler, als bislang angenommen (van der Post et al., 2015).

Darauf basieren vermutlich die sogenannten Wasserklangbilder. Betrachtet man die Resonanz von Wasser unter dem Aspekt der Frequenz, zeigt es als erste Reaktion auf Schwingungsvorgänge konvexe und konkave Reaktionen (Lauterwasser, 2015, S. 33–34). Fügt man dem Wasser sodann andere Elemente hinzu, finden sich um jene herum einerseits äußere plastische Formprozesse und andererseits erscheinen, wenn zusätzlich Frequenzen auf das Wasser übertragen werden, innere Strömungsvorgänge. Wasser weist unter dem Einfluss von Schwingungszahlen durchaus klare Strukturen auf (Lauterwasser, 2015, S. 26–27). Auf Basis des physikalischen Phänomens der sogenannten Stehenden Welle²¹ finden sich in Kombination mit dem Prinzip der Chladni-Klangbilder (Smilansky, 2007) zahlreiche – mitunter verblüffende – Muster. Deren Formationen wiederum ähneln beispielsweise denen von Strings, aber auch jenen von klassischen Atommodellen.

Ausgewählte Beispiele der Wissenschaft für Poesie- und bibliotherapeutisches Arbeiten

WASSER – RESONANZ: Angelehnt an die soeben genannten Wasserklangbilder (Ullmann, 1996) und der dahinter stehenden physikalischen Prozesse sind für die Arbeit mit WASSER in poesie- und bibliotherapeutischen Schreibwerkstätten nachfolgende Prinzipien sinnbildlich auf die Teilnehmenden übertragbar. Es sind drei Schritte wichtig, die sich

²¹ Ibid. S. 25: „Wenn alle Randbedingungen (wie zum Beispiel die Größe und Form eines Gefäßes), die Eigenfrequenz des schwingenden Systems, Wellenlängen und Frequenzen über-ein-stimmen, dann bildet sich aus den Durchdringungen und Überlagerungen (Interferenzen) vieler entgegenlaufender Wellenimpulse plötzlich eine ganz ruhig schwingende Wellenform heraus – kein formloses, chaotisches Gewoge mehr, sondern eine klare Form, ein gemeinsames Auf und Ab der Wellen in den an Ort und Stelle verharrenden Bereichen der Schwingungsbäuche mit ebenso stationären Schwingungsknoten, das stabile Schwingungsmuster sogenannte Stehender Wellen.“

in den Gestaltbildeprozessen von Tonschwingungen [anhand] der Chladnischen Klangfiguren [wohinter reine Mathematik steckt, A. d. V.] unterscheiden: Ergreifen – Bewegen – Gestalten. Ergreifen: Die jeweilige Substanz muss durch die Schwingung berührbar, ansprechbar, das heißt schwingungsfähig sein und sich aus ihrer trägen Ruhe und ausschließlichen Schwerkraftbezogenheit lösen und herausreißen lassen. Bewegen: Die auf diese Weise gelockerte Ruheordnung und starre Struktur kommt in Fluss, gerät in Bewegung und erfährt eine Veränderung. Gestalten: Dies geschieht jedoch nicht nur in einer strukturauflösenden, chaotisierend-zerstörerischen Weise. Je nach Grad der Resonanz, der Über-ein-stimmung [sic!] von jeweiliger Tonhöhe und den inneren Gegebenheiten und Bedingungen des schwingenden Mediums (Eigenschwingung [...]) können in den Bewegungen auch formbildende, ordnende Kräfte ihre Wirkung zu entfalten beginnen. (Lauterwasser, 2015, S. 40)

Zwar gilt der aktuelle Wissenstand, dass Wasser im menschlichen Körper gebunden ist und in diesem Sinne nicht frei schwingt. Die vorgestellten Wasserphänomene lassen sich jedoch mit Blick auf ihre potenzielle Struktur, ihren musterhaften ‚Gedächtnisspuren‘ und ihren möglichen Informationstransmissionen gleichnishaft auf das *Phänomen der Resonanz* in der IT und PBT anwenden:

wenn bei den Teilnehmenden selbst inter- und intramediale Quergänge angestoßen [werden] und zwar durch ‚Resonanzphänomene‘, die die [zuvor verwendeten] Medien in ihnen auslösen oder – anders gwendet – durch den Aufforderungscharakter der Medien (Ilse Orth & Petzold, 2007, 742).

So findet sich in der Schwingungsqualität des Wassers und seiner Resonanz auf Frequenzen ein sinnfälliges Bild für jene Schwingungsfähigkeit, die ein Individuum mit einem anderen oder mit einer Gruppe und ebenfalls die Gruppe mit sich einzunehmen vermag.

WASSER – ABDRUCK: Auch scheint sich eine Art „Abdruck“ jener formgebenden Frequenzverhältnisse in Blut und Wasser von Individuen wiederzufinden. Versuche mit Musik zeigten beispielsweise messbar positive Auswirkungen auf Blutdruck, Puls und Atmung (Trappe & Voit, 2016).²² Gesang alleine wirkt bereits deutlich psychophysiologisch, z. B. stärkt er das emotionale Befinden, fördert konkret die Produktion von Immunglobulin A und das Bindungshormon Oxitozin (Kreutz, 2014), und die Cardia von Choristen schlagen im gleichen Takt (Vickhoff et al., 2013). Das salutogenetische Zusammenspiel von Körper (-flüssigkeit) und Frequenzen (Klang) ist längst noch nicht hinreichend erforscht. Insofern dürfen die unter *Makroebene Wasser* aufgeführten wissenschaftlichen Aspekte zumindest die Überlegung anregen, inwiefern ein Einfluss von Frequenzen, solarer Energie, etc., aufgrund ihrer biologisch-physikalischen Bedingtheit speziell auf den Wasserhaushalt von Individuen oder ganzen Gruppen unterschätzt sein könnte. Vor allem aber sollen die bis hierher vorgestellten wissenschaftlichen Forschungsfragen, Ansätze und Beispiele klar machen, dass unser Nichtwissen²³ den Umgang mit dem jetzigen „Wissen“ über Wasser (Saykally, 2010) bestimmen muss, und nicht umgekehrt. Das Nichtwissen mahnt das immense Verantwortungspotential an, das die WASSER-Wissenschaft gegenüber allem Leben hat (Kronberger,

²² Vgl. auch einen Experimentbericht auf http://www.weltimtropfen.de/forschung_musik.html

²³ *Was wir wissen, ist ein Tropfen. Was wir nicht wissen, ist ein Ozean.* Isaac Newton

2008). Diese Verantwortung fordert auch der Wasserchemiker *K. Lanz* und, damit einhergehend, die dringlich nötige unparteiische Einflussnahme auf Wirtschaft und Politik. Vor diesem Hintergrund sei an dieser Stelle darum auf eine grundsätzliche Verantwortungsübernahme auch des/der Schreibwerkstattleitenden bei der Vorbereitung der WASSER-Thematik hingewiesen.

WASSER – NETZWERKAKTIV UND NETZWERKVERÄNDERND: Wie bereits beschrieben fasst die aktuelle Forschung Wasser vermehrt als eine *aktive* Substanz auf, die eine Anpassungs- und Reaktionsfähigkeit gegenüber externen und internen Bedingungen wie auch gegenüber Signalen besitzt (Ball & Ben-Jacob, 2014). Die sich hierzu mehrenden Untersuchungsergebnisse könnten auf lange Sicht zwar den Vorwurf der Esoterik hinsichtlich eines ‚energetischen Aspekts von Wasser‘ modifizieren. Wichtiger für die vorliegende Arbeit ist jedoch die experimentelle Herangehensweise der wissenschaftlichen Studien. Demnach werden die Wassermoleküle nicht einzeln, sondern in ihrer Aktivität als Netzwerke und die Systematik ihrer Struktur(en) untersucht. Eine solche Herangehensweise ebenfalls in Analogie zu den Prinzipien der IT verstanden werden. Denn in Schreibgruppen ist die Interaktion von Individuen sowie Individuum und Gruppe aufschlussreiches Informations- und Diagnosematerial für den/die Leitende/n.

Die hier vorgestellten Ansätze, Teilergebnisse und Experimente aus der Wasserforschung, stellvertretend für viele andere, dürfen durchaus als eine Allegorie auf das menschliche Miteinander gelesen und angewendet werden. Einerseits als eine solche für intrapersonale, andererseits als eine solche für interpersonale ebenso wie für intrakulturelle und interkulturelle Polyloge. Falls die Zukunft qualifizierte und quantifizierbare wissenschaftliche Nachweise zu Wasser²⁴ und zu dessen transmembranen Wirkbereich bereitstellen kann, dürfte auch auf Seiten der psychologischen und psychotherapeutischen Forschung ein *scientific and practical turn* erwartet werden: Nicht nur Inhalt der 10% verbalen Kommunikation, sondern vielmehr Frequenz und Frequenzstärke (ZDF, 2018) – inkl. aller 90% nonverbalen Kommunikation – könnten mithin eine wesentlich bedeutendere Rolle im gesamten sozialen Miteinander spielen, sintemal alle Menschen Wasser enthalten, in diesem Sinne „WASSER-Träger“²⁵ sind. Aktuell jedoch ist dieses Gedankenexperiment nur Vermutung... Immerhin, aus phänomenologischen Observationen von Streit, Distress oder anders gearteter verlaubarer Aggressionen sind muskuläre und organische Reaktionen bekannt. Sie sind nicht nur Reaktionen auf verbale Inhalte, sondern häufig auch mimische, gestische, oft gesamtkörperliche Rückkoppelungen auf meist unangenehme bis schmerzhaft hohe Stimmfrequenzen und Lautstärken; zugrunde liegen zudem oft chronisch überforderte Stimmbänder. Wechselfolgen zeigen sich bei Atmung, bei Puls, bei

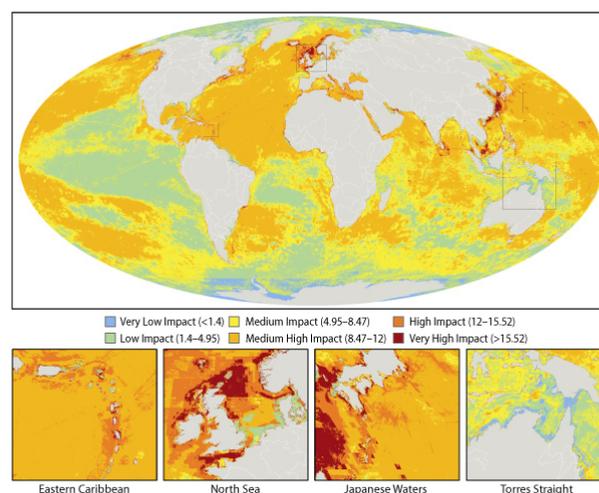
²⁴ Weitere Forschungsansätze, Personalie, Material siehe www.waterconf.org (jährliche Conference on the physics, chemistry & biology of water)

²⁵ Auch dieser Begriff eignet sich für einen Einsatz in der Schreibwerkstatt, weitere Ausführungen folgen später.

Blutdruck, selbst bei Magen und Darm. Das WASSER spielt in allen diesen muskulären und zellulären Prozessen eine immense Rolle. Also muss auch die Umkehrung der Kenntnisse denkbar sein: Eine ruhige, authentische Stimme und Atmung vermag die Stimmungslage des Gegenübers positiv zu beeinflussen. Gleichmaßen sind Authentizität in Stimme und Körpersprache als auch Maß ihrer Frequenz grundlegende Bedingung für eine gute und gesunde Begegnung zwischen Menschen. Dies stellt auch Therapeuten oder Leitende von poesie- und bibliothérapeutischen Schreibgruppen vor die Herausforderung, Stimm- und Atmungskennntnis (Pühn, 2014, S. 66–69) sowie Stimm- und Atmungspflege (Scheufele-Osenberg, 1987, S. 154–173) in die Vorbereitung und Durchführung ihrer Angebote mit einzubinden – und genügend Wasser zu trinken.

Wasser – Ressource... Verbrauch... Verschmutzung

Parallel zu den hier vorgestellten Entdeckungen der Wissenschaft und ihrer Bedeutung für den Menschen soll im Weiteren aufgezeigt werden, wie fragil das Element Wasser geworden ist (ZDF, 2016) sowie auf unterschiedliche Quellen zur weiteren Information hingewiesen werden. Eine grafische Übersicht zu dem anthropogenen Einfluss auf die Weltmeere erfasst die Korrelation von Verbrauch und Verschmutzung (nachfolgend Abb. 5, Halpern et al., 2008). Gelbe und rote Indikation zeigen die Regionen, die durch Übersäuerung, Überfischung, Verschmutzung, Invasion von spezifischen Arten oder starker Aufheizung ihr natürliches Gleichgewicht verloren haben. Auffällig ist, dass nur bei großer Distanz und nahe den Polen noch die blaue Färbung gegeben ist, die gutes Wasser anzeigt. Diese Areale sind wenig besiedelt. Die Verteilung lässt auf den schädlichen Einfluss durch den Menschen schließen.



Industrie und Kriege schädigen auf Dauer die Ressource Wasser. Beide verbrauchen in hohem Maße oder zerstören sogar Wasservorräte. Sowohl Plastikrückstände im Wasser, die giftig sind für die Nerven, als auch belastetes Industrieabwasser aus Antibiotika-Produktion, das multiresistente

Supererreger begünstigt, sind Beispiele für schadhafte intra- und intersomatische Folgen. Kriegstreibende Vorschläge wie die Privatisierung von Wasser zeigen zudem auf, wie instabil freier Zugang zu sauberem Wasser weltweit geworden ist.

Ein Überblick über die europäischen Frischwasser-Ressourcen, aber auch über ihren immensen Verbrauch durch die Agrikultur findet sich via Water Data Center (European Environment Agency, 2019). Eine Übersicht über die weltweiten Konflikte, ausgelöst durch Kämpfe um Wasser oder Zugang zu Wasser findet sich in der interaktiven Water Conflict Chronology Map (Pacific Institute, 2018b) sowie gelistete Details zu den Kriegen (Pacific Institute, 2018a).

Versorgung und Mangel

Gewässerverschmutzung hat längst exorbitante Dimensionen angenommen. *Der MENSCH und das Meer: Warum der größte Lebensraum der Erde in Gefahr ist* von Roberts (2013) gibt einen Überblick über den Einfluss des Menschen und die Folgen für das Wasser. Es werden die Verschmutzung in Städten durch Industrie, Landwirtschaft, im Speziellen sogenannte Tote Zonen, giftige Algenblüten, langlebige organische Schadstoffe, Schwermetalle, Plastikmüll, Erdöl, Lärm und eingeschleppte Arten erläutert. Es drohen immense Schäden, u.a. durch das bereits benannte Mikroplastik (Lang et al., 2018; Moos et al., 2012). Gesundes und sauberes Wasser ist längst schon keine Selbstverständlichkeit mehr. Nachstehend ein graphischer Überblick zu Trinkwassermangel, Wasserverteilung, Wasserversorgung, Verschmutzung – vermutlich ist die Dunkelziffer wesentlich höher:

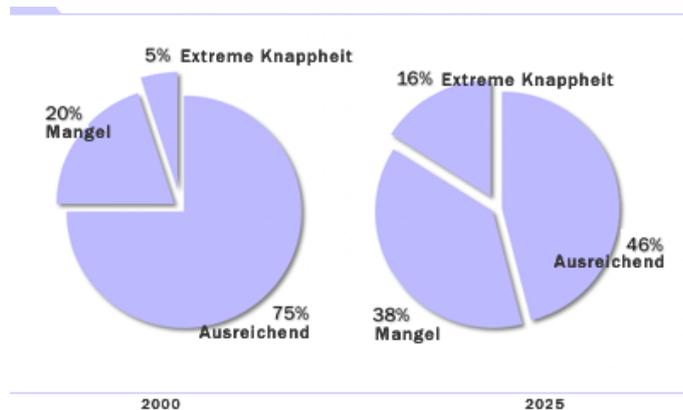


Abb. 6: Verschlechterung der Wasserversorgung bis zum Jahr 2015 (Unesco, 2016)

Verteilung der weltweiten Wasserressourcen

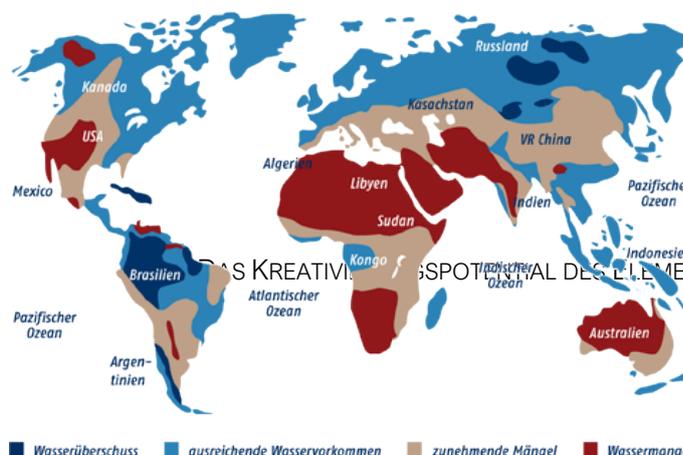


Abb. 7: Rehnelt, 2018

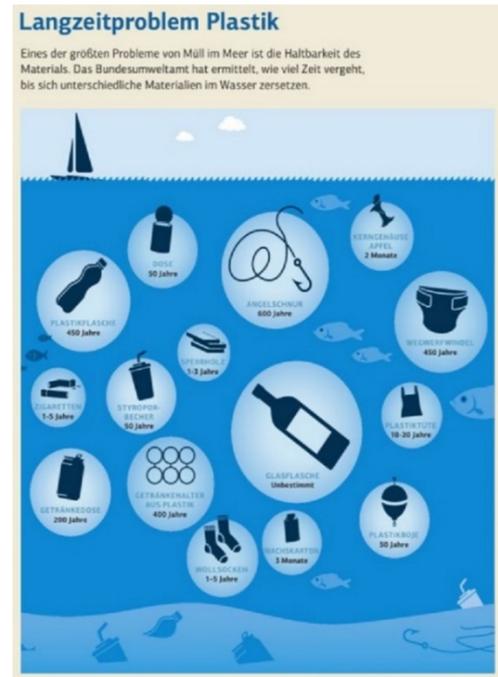
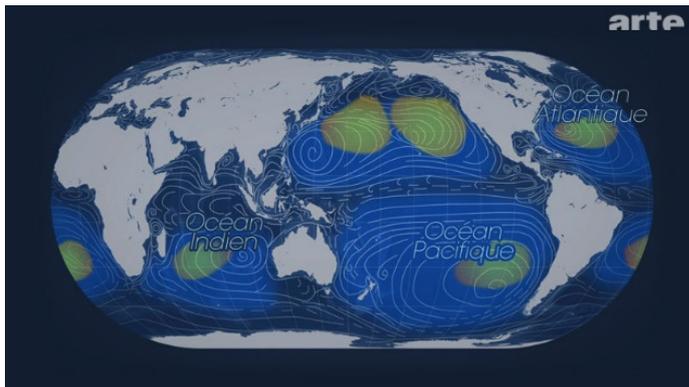


Abb. 8: Ribot, 2018

Hilfreich für das Verständnis der Komplexität der Wasserproblematik innerhalb human-mundaner Zusammenhänge ist die visuelle Konkretisierung in Form von Bestandteilen der Müllteppiche, kombiniert mit Zahlen und Fakten, wie die nachfolgende Übersicht zum Langzeitproblem Plastik zeigt (Abb. 9, Kadel & Offermanns, 2016, S. 11).

Der sogenannte „Wasser-Fußabdruck“ bezeichnet den internen und externen Wasserverbrauch pro Person, inkl. virtuellem Wasserverbrauch, welcher Warenproduktion, Transport, Logistik, etc. definiert. Der Wasser-Fußabdruck liegt in Deutschland bei 4000 Liter pro Tag pro Person. Der durch die UNESCO jährlich veranstaltete internationale Weltwassertag machte 2016 zwar auf Missstände aufmerksam. Er formulierte aber auch, wie ökonomisches Wachstum bei gesteigerter Investition in den Strom- und Wassersektor zunehmen kann (Unesco, 2016). Das setzt fragwürdige Signale, denn: 70 % der Erde mögen zwar von Wasser bedeckt sein und zu der Illusion verleiten, es gäbe genügend Wasser. Doch nur 3 % davon sind Süßwasservorkommen, also potenzielle Trinkwasservorkommen. Im Zuge der geographischen Süßwasserverteilung und globalen Wasserknappheit wird Trinkwasser

weltweit teurer. Dennoch werden beispielsweise in Deutschland pro Kopf inklusive Hygiene täglich durchschnittlich 120 Liter verbraucht.

Es eignet sich insbesondere die Seite des WWF zur Information über die weltweite Wasserverschmutzung. Dort gibt es außerdem Tipps, was Einzelpersonen aktiv dagegen tun können (WWF, 2018). Auch virtuelle WASSER-Fußabdrücke können reduziert werden.

Nachhaltigkeits- und Bildungsprojekte als Informationspool

Als Informations- und Vorbereitungsfundus für Schreibwerkstätten eignen sich Projekte, die auf Bildung basierend, sich um Nachhaltigkeit bemühen und einen bewussten Umgang mit WASSER vermitteln. Hierzu gehören Literatur, Schulungsvideos, Dokumentationen, Projekte mit Webpräsenz, Regierungsprojekte und dergleichen mehr. Oft haben Sie Beispielcharakter und können daher andernorts imitiert werden. Als Beispiel sei *Die Wasserschule* genannt (Regierung von Oberfranken, 2008). Hier findet sich Material für eine Projektwoche. Es zeigt einfach nachzumachende Experimente und präsentiert eine praxisorientierte Klassifikation verschiedener Unterthemen zum Thema WASSER. Des Weiteren erläutern die Bildungs- und Lehrpläne der Länder eine Fülle an Experimenten (Landesbildungsserver Baden-Württemberg, 2018). Sie können leicht und mit wenig Zusatzmaterial in einer Poesie- oder bibliothераapeutischen Schreibgruppe eingesetzt werden. Auch eignet sich das Buch „Die Wasserforscher: Was Wasser alles kann“ (Berger & Schmotz, 2010). Die dort vorgestellten Experimente vermitteln nicht nur Kindern Einsichten in die Thematik WASSER.

Das Konzept *Die Bibliothek am Meer* beinhaltet eine ungewöhnliche Herangehensweise an das Unterthema ‚Nachhaltigkeit‘. Hier handelt es sich um einen vormals wöchentlichen Lesezirkel in der Bibliothek von Zwischenahn, welcher sich des Themas Wasser literarisch annahm, d.h. heißt ausgewählte Textpassagen oder Romane, die von oder am Wasser handeln, wurden dort als Gruppe gelesen und besprochen. Dieses Konzept könnte für eine Poesie- und bibliothераapeutische Schreibgruppe in einer Nachmittagssequenz in Koppelung mit dem sogenannten *shared reading*²⁶ angewendet werden (Cook et al., 2017; Longden et al., 2015; Longden et al., 2016). Daran ließe sich gut eine Schreibaufgabe in Dyaden anschließen, z. B. ein Wasser-Zuhörer-Dialog oder ein Regen-Pfütze-Dialog etc. Auch sind zusätzliche Übergänge zwischen den Poesietherapeutischen Techniken und Methoden denkbar, z. B. falls darüber hinaus im Anschluss in der Gruppe

²⁶ Weitere Informationen via www.shared-reading.de oder www.thereader.org.uk

„veröffentlicht“ (Stichwort: Prozess der Veröffentlichung), also laut vorgelesen und ggf. durch die Konzepte Feedback und Sharing²⁷ gegangen wird.

Ein weiterer nennenswerter Ansatz ist das universitäre Forschungsprojekt *Rheines Wasser*. Der Chemieprofessor Fath durchschwamm hierfür den Rhein. Dies stellte ein unkonventionelles Bemühen dar, für Forschungsgelder für das elektrochemische Verfahren der Integration perfluorierter Tenside (PFT) in Industrieabwässern zu werben. Das Verfahren beruht laut Fath auf der Formel ‚Start of the pipe‘. Das bedeutet, dass Abwässer dort gereinigt werden, wo sie entstehen und nicht erst in großen Kläranlagen aufbereitet werden sollten (Fath, 2016). Dieser Ansatz kann sinnbildlich auf die Prinzipien der IBPT übertragen werden: Nicht reine Symptom-, sondern Miteinbeziehung von Ursachenanalyse und Ursachenbearbeitung zählen, umgesetzt in der Dialektik von Phänomenologie und Hermeneutik.

Es bleibt hier für Selbstfürsorge und Kulturarbeit mit und am WASSER als benigne Verschränkung festzuhalten: Was für das Sehen die Beleuchtung ist, ist für das Fühlen die Bewegung des eigenen Leibes (Merleau-Ponty), sowohl seines Berührt-Werden als auch seines In-Gang-Kommen – von und durch WASSER.

KREATIVIERUNG DURCH DAS ELEMENT WASSER

WASSER – philosophische und kreativitätstheoretische Bezüge

Kulturgeschichtliche Überlegungen für poesie- und bibliotherapeutische Schreibgruppen zum Element WASSER

Kulturgeschichtlich ist der hiesige Begriff „Wasser“ von antiken Philosophien geprägt. Zu nennen sind hier besonders diejenigen von Thales von Milet und Heraklit. Thales bemüht sich, die Weltentstehung aus dem Wasser zu begründen, „Aus Wasser durch Verfestigung ist alles, und ins Wasser durch Verflüssigung kehrt alles zurück“ (Mansfeld, 1986, S. 52). Dieser Ansatz ist dem Typus bzw. dem Narrativ der aquatischen Kosmogonie zuzuordnen. Gleichzeitig ist in dieses Narrativ die Gegenüberstellung von Männlich-Weiblich sowie die Figuration einer „Besiegung“ (Böhme & Böhme, 2004) hineingewoben.²⁸ Bei der Bearbeitung des Themas WASSER in Schreibwerkstätten ist vor

²⁷ Erläuterung zu den Konzepten a) „Feedback“ und b) „Sharing“: a) Stimme, Mimik, Gestik, Körperhaltung, Körperbewegungen, Atmung – was nehme ich (äußerlich, objektiv, neutral) beim ändern wahr? und b) Was hat das Hören, Sehen, Wahrnehmen bei mir ausgelöst? Welche Emotion entstand bei mir?

²⁸ „Kultur- und symbolgeschichtlich bleibt [das Wasser] [] dauerhaft mit dem Weiblichen assoziiert. Denn die *Urflut*, die das amorphe Materiemeer bezeichnet, birgt in sich das Doppelantlitz der *Magna Mater*, die fruchtbarer Schoß und verschlingender Abgrund in einem ist. Thales (um 620 – um 540 v. Chr.) bezog seine ein-elementare Theorie der Weltentstehung aus dem Urgrund des Wassers

diesem kulturphilosophischen Hintergrund zu bedenken, dass spezifische geistesgeschichtliche Sedimente nach wie vor tief eingeschrieben sind in unsere gesellschaftliche und individuelle Wahrnehmung:

„Letztlich [...] zielten sowohl die altisraelitischen (theologischen) wie die griechischen (philosophischen) Anstrengungen darauf, dem mächtigen weiblichen Chaos [d. h. Urgrund Wasser] die kreative Potenz zu rauben und einem welt- und kulturstiftenden Herren-Gott zuzuschlagen, dessen Erbschaft die philosophische Vernunft [übernehme]“. (Böhme & Böhme, 2004, S. 39)

Mythoforme und szientistische Sichtweisen auf das WASSER gab es durch alle Zeiten hinweg. Sie traten oft parallel auf, vermischten sich häufig, zumal mit Auffassungen über die anderen kulturgeschichtlichen Elemente Erde, Feuer und Luft. Dies zeigen die tradierten Schriften von Heraklit, Empedokles, Aristoteles, Platon und Paracelsus zu WASSER (vgl. hierzu die entsprechenden Kapitel in Böhme & Böhme, 2004).

Auch heute noch ist diese Doppelperspektive existent. Einerseits szientistisch, steht die Wasserforschung doch, wie bereits erläutert, in den Bereichen der Biologie, Chemie und Physik vor einem *scientific turn*, dadurch, dass Netzwerkpotentiale und -aktivitäten wieder stärker in den Blick genommen werden, um auf die Funktionsabläufe der noch ungeklärten Eigenheiten zu schließen. Andererseits mythoform, als Beispiel dafür seien Tauf- und Weihwasserriten genannt, die immer noch weltweit praktiziert werden.

Für die IPBT sind beide Ausrichtungen von Bedeutung: die mythologische, religiöse, aber auch die philosophische, naturwissenschaftliche. Ggf. sind maligne Riten, Idolatrie oder Vergötterung zu identifizieren und in benigne Formen von Ritual (Knull, 2007)²⁹, Wertschätzung und Selbstwahrung zu wandeln. Ebenso gilt es, den szientistischen Blick zu fördern. So entstand aus naturwissenschaftlicher Praxis, aus dem Beobachten heraus das Heraklit zugeschriebene Zitat *panta rei – alles fließt*. Auch das eingangs zitierte *Wer in dieselben Flüsse hinabsteigt, dem strömt stets anderes Wasser zu*³⁰ soll von Heraklit stammen. Der darin erkannte dauernde Wandel, das Wahrnehmen des ständigen Werdens allen Seins, also ‚Einheit und Vielheit‘ als stets ‚im Fluss‘, sind zentrale Leitgedanken der IT. Diese Worte können dort zum Einsatz kommen, wo Teilnehmende blockiert sind und den Blick für das befreiende Potential steter Bewegung und stetem Wandel verloren haben. Denn beiden Redewendungen sind das Loslassen-lernen und Wagemut implizit.

Die Wesenheit, die dem WASSER in Symboliken und Narrativen kulturell-geistig zugeschrieben wird, ist einerseits philosophisch zu besehen. Andererseits ist seine naturwissenschaftliche Eigenheit

sicher aus den ägyptischen aquatischen Kosmogonien – denn das Meer lag dem alten Griechenland denkbar fern, nicht mehr aber dem Reisenden Thales aus der Hafenstadt Milet. Thales ist auch die historische Umschaltstelle dafür, daß in der Philosophie der Gegensatz von Geist (*nous, nomos, logos*) und Materie dauerhaft, wenn auch latent, eine sexuelle Konnotation behielt.“, *ibid.* S. 39.

²⁹ „Das Ritual als Kontinuität von Erfahrung des Gesundungsprozesses erstreckt sich vor allem auf strukturierte Heilmethoden.“, *ibid.*, S. 104.

³⁰ DK 22 B 12 ποταμοῖσι τοῖσιν αὐτοῖσιν ἐμβαίνουσιν ἕτερα καὶ ἕτερα ὕδατα ἐπιρρεῖ·

(H₂O) zu beachten. Sodann ist dem Verhältnis von WASSER-Wissensständen zu WASSER-Nichtwissensständen in ihrer jeweiligen Abhängigkeit von- und Bezogenheit zueinander Aufmerksamkeit zu schenken. Hinzu kommt, bedingt durch Nichtwissensstände, auch ein sogenanntes *potential future knowledge*, dass die weiteren, naturwissenschaftlich zu klärenden Eigenheiten von WASSER als Potenzial antizipiert. Damit gemeint ist, dass ebenfalls zu betrachten sind: das Verhältnis des Wissens zu den Ahnungen vom Wandel der Kenntnisse. Dies gilt in Bezug auf eine je gegebene persönliche Auffassung zu WASSER, speziell jedoch zum benignen Selbstverständnis als „Mit-WASSER“ (s. Erläuterungen, S. 16/17 sowie Fußnote 16); genauso wie i. B. auf gesellschaftliche Begriffe von WASSER. Dies bedeutet, dass bereits das vorherige Hin-Spüren und Hin-Denken zu Prozessen der Erkenntnis oder zumindest zu Vorformen der Erkenntnis anzunehmen sind, in Dependenz zum gegebenen WASSER-Kennntnisstand eines Individuums oder einer Gesellschaft. In diesem Aspekt des *prozessualen Wandels* liegt zugleich der ‚Urgrund‘ der Kreativierung bzw. die ‚Quelle der Kreativität‘.

Nach Holm-Hadulla (2011, S. 55) sind wir, „wenn wir philosophischen Vorstellungen [persönlicher und gesellschaftlicher Kreativität] folgen[,] immer von destruktiven Kräften bedroht und der Kampf zwischen antagonistischen Regungen ist nie abgeschlossen.“ Dies zeigt sich unter anderem daran, dass, philosophisch betrachtet, der kulturgeschichtliche Begriff von WASSER zu gleichen Teilen in ein real und symbolisch korrespondierendes Verhältnis zu setzen ist. Beispielsweise ist die Bezogenheit des Menschen zum Wasser in der Geschichte der Boots-, Segel-, oder Seefahrt einerseits eine der Eroberung, und damit eine der *creatio* (sofern „Poseidon“ und „Aiolos“ einer Überfahrt gewogen sind). Andererseits bleibt diese Bezogenheit trotz aller technischer und rationaler Fortschritte eine kontinuierliche und fundamentale Abhängigkeitsbeziehung mit Destruktionspotential. Sie bleibt somit faktisch ein, plötzlich Realität werdendes, Ausgeliefertsein (Böhme & Böhme, 2004, S. 278–280).

Es lässt sich zwar von der biblischen Sintflut-Erzählung wie auch vom Gilgamesch-Epos ableiten, dass dem Menschen eine „Bewältigungsform“ vor der Übermacht des je Anderen – hier der [destruktiven] Naturgewalt – durch „Vorsorge, Wachsamkeit und Fluchtbereitschaft“ inne ist (Böhme & Böhme, 2004, S. 276). Daher sei Flucht an dieser Stelle verstanden als rechtzeitiger oder konsequenter Ausstieg aus malignen und dauerhaft schadenden sozialen Netzwerken, mithin als eine prophylaktische Bewältigungsform. Bedenkenswert mögen jene

Elemente als feindliche Gewalten, als das Übermächtige der Natur, demgegenüber der MENSCH klein und ohnmächtig ist und sich allenfalls durch Wachsamkeit und technische Maßnahmen schützen kann und im Übrigen auf Beschwörung und Gebet angewiesen bleibt[, sein]. Insofern aber der MENSCH den Elementen als dem unendlich Größeren entgegentritt und ihrer Übermacht standhält, vermag er diese Macht als Erhabenheit zu erfahren und wird selbst an ihnen in der Regel zum tragischen, gelegentlich aber auch zum dämonischen oder komischen – Heros (Böhme & Böhme, 2004, S. 268).

Jedoch geht es bei IPBT-Schreibwerkstätten zum Thema WASSER nicht um die unabhängige

Erfahrung einer Erhabenheit gegenüber der Natur, geschweige denn um eine technische Überlegenheit. Vielmehr steht eine *abhängige* „Selbsterfahrung des Menschen angesichts der Naturgewalt“ (Böhme & Böhme, 2004, S. 278) im Zentrum. Eine also, die explizit in der *Erfahrung der Verbundenheit* das Verständnis ‚des WASSER-Miteinanders‘ fundiert. Diese Erfahrung sodann wird in konkreten Kooperationen zum Schutze dieser Koalition ‚MENSCH in/als Natur‘ platziert – auch wenn sich solches zunächst nur auf der Mikroebene und dort z. B. durch Zufuhr ausreichender Flüssigkeit manifestieren mag, basiert es trotzdem auf der Plastizität des Gehirns und den Prozessen des Wandels.

Nach Betrachtung der philosophischen Schöpfungsvorstellungen kommt Holm-Hadulla zu dem Schluss, dass nur „[i]m Idealfall ein dynamisches Gleichgewicht von Ordnung und Chaos, Verstetigung und Verflüssigung, Konstruktion und Destruktion [herrscht,] in dem die schöpferischen Kräfte überwiegen“ (Holm-Hadulla, 2011, S. 55). Vor diesem Hintergrund muss daher erst recht gelten: Im zeitlichen Prozess der Erkenntnis – also über ein Philosophenleben hinaus – wird auch eine „Philosophie des Wassers“ als Teil der gesamten Wissenschaftsgeschichte erfasst von der zyklischen Haltung *Von den Phänomenen zu den Strukturen zu den Theorien (bis zur Wissenschaft) und wieder zurück zu den Phänomenen* (frei nach Mandelbrodt).

Kreativitätstheoretische Überlegungen für poesie- und bibliotherapeutische Schreibgruppen zum Thema Wasser

WASSER ist Grundbedingung für die Entstehung alles Lebendigen und ist damit *das* Ur-Bild von Gestaltung und *creatio*. Zunächst meint dies den konstruktiv-schöpferischen Aspekt: Wasser – in den natürlichen Formen seines Vorkommens – passt sich den Umgebungsgegebenheiten an und gestaltet sie zugleich mit. Als Beispiel seien Windungen von Flussläufen genannt. Sie wälzen sich nicht geradlinig über die Erdoberfläche, sondern gliedern sich in die Landschaft ein, z. B. in die von Bergen und Hügeln, oder sie verändern sukzessive, z. B. durch Erosion. Insofern kann als eine WASSER-Charakteristik die Bewegung *Im Zeitenverlauf Veränderung durch Passung* genannt werden. Dies kann in Schreibwerkstätten als kreatives Prinzip erarbeitet werden. Es korrespondiert dem „Kontext- und Kontinuum“-Ansatz in der IPBT. Wird dieser mit der Perspektive ‚Wasser als Urgrund alles Lebendigen‘ kombiniert, vergrößert sich seine Reichweite um ein Vielfaches. Die nachfolgenden kreativitätstheoretischen Formulierungen gewinnen folglich eine Dimension von *natura naturans*, sowohl für den Menschen – und konkret für Teilnehmende einer Schreibwerkstatt – als auch für seine Um- und Mitwelt. Durch diese Reichweite ist Kreativität mehr als nur *natura naturata* und mehr als nachweisbare „Konserve“ (Moreno, 2007a, S. 187).

Kreativität ist: auf alte Situationen neu zu reagieren und auf neue adäquat. Diese Definition der Kreativität – sinnverwandt nach Moreno – kann durchaus auf bisher gegebene Informationen zu WASSER bzw. auf sein Potential zur ‚Kreativierung‘ angewendet werden. Nach Moreno ist das „Universum [...] unendliche Kreativität“ und Spontanität ihr „beständige[r] Begleiter“, der durch Intervention die „kreative[n] Prozesse frei[]setzt“ (Moreno, 2007a, S. 187). Darüber hinaus sieht er Kreativität als „das ewig nähernde [...] Zentrum“ und Spontanität als „die stets in Bewegung seiende [...] Befruchtung“ (Moreno, 2007a, S. 187). Assoziativ passt diese Beschreibung auf fließendes Wasser, das allewege im Wandel mit der es umgebenden Umwelt ist. Man erinnere sich weichgeschliffener Steine am Strand oder Küstenformationen, die Ergebnis einer ‚stets in Bewegung seienden Befruchtung‘ sind. Moreno führt in seinen kreativitätstheoretischen Überlegungen weiter aus, dass aus Interagieren von Kreativität und Spontanität „Synthese“ entsteht und, wenn diese zum „Produkt“ wird, folgt (kulturelle) „Konserve“ (Moreno, 2007a, S. 187). Sanitärvorrichtungen, insbesondere Toiletten (man rufe sich Latrinen in Erinnerung) sind ein Paradebeispiel für diesen Prozess der Kreativität hin zur Konserve. Doch WASSER läuft diesen konservierenden Prozessen zuwider: Kein Eiskristall, kein Regentropfen, kein Tautropfen gleicht dem anderen. Auch hierin liegt das Kreativierungspotential.

Für die IPBT-Arbeit mit WASSER ist ferner bedeutsam: „Kreativität ist auf den ‚Akt‘ selbst bezogen; Spontanität ist auf die ‚Bereitschaft‘ zum Akt bezogen“ (Moreno, 2007b, S. 196). In diesen kreativen und spontanen Momenten aber ist der/die Teilnehmende zugleich sein eigener Kontext und sein eigenes Kontinuum *unter und mit anderen*. Also ist er dies auch – bildlich gesprochen – unter anderen ‚WASSER-Kennntisständen‘ oder ‚WASSER-Erlebnissen‘ und mit anderen Wasservorkommen als dem je bloßen körpereigenen. Somit wirken in jene Prozesse von Synthese und Konserve zu jedem Zeitpunkt individueller, kultureller oder menscheitsgeschichtlicher Hydrologisation hinein weitere Kräfte, um dies

„am Beispiel des menschlichen Lebensschicksals klar[zumachen]: Gewiß vollzieht sich ein menschliches Lebensschicksal nach dem Gesetz, nach dem es angetreten ist. Gewiß aber gestalten die Umstände dieses Schicksal mit; Daimon und Kairos, Vorbestimmung und Gelegenheit treten zusammen. Geschichte ist immer Sinn und Wirklichkeit zugleich, Bedeutung und Kraft.“
(Gadamer, 1986, S. 32)

Damit gilt für den Kontext einer IPBT-Schreibwerkstatt zur Thematik WASSER: Auch in einem spontan-kreativen Akt wird etwas *erzählt*, gestaltet sich eine Geschichte (des „Eigen- oder Mit-WASSERS“). Vielleicht eignet sich allein die Ahnung einer neuen Narration dem oder der Teilnehmenden zu. In diesem Binnenraum des spontan-kreativen Aktes ist und wird sie simultan Sinn und Wirklichkeit. Zugleich entwickelt der Akt eine je eigenständige Bedeutung und Kraft, den Sinn und die Wirklichkeit des Jetzt-Raums der Teilnehmenden positiv zu modifizieren: als aus Vergangem Hervorgegangenes, als durch Zukünftiges Hindurchgegangenes.

Doch darf bei allen philosophisch-kreativen Vorüberlegungen zum Kreativierungspotential von WASSER nicht vergessen werden, dass dieses auch eine furchteinflößende Gewalt sein kann, im Sinne leibhaftiger Dimensionen und nachhallender *destructio*. Denn Teilnehmende können durch ihr Agieren und Interagieren im Kontext der WASSER-Thematik unterschiedliche regressive Formen austragen oder gar unabsichtlich aus ihren Erinnerungen erwecken, seien es milde Varianten wie z. B. schulische Imperative des Leistungsabrufs (Schwimm schneller!), oder heftig wirkende Informationen des Leibarchivs, wie z. B. ein Panikgefühl, zu ertrinken, ausgelöst durch Untertunken, gleichwohl dies nur ein ‚Kinder-/Jugendspiel‘ gewesen sein mag. Es sollte deshalb bei der Auswahl der Medien und ggf. der Experimente immer darauf geachtet werden, dass Regression im Dienste der Progression stattfindet. Dieses psychologische Prinzip sei hier verstanden als ein Sich-Hineinversetzen oder Sich-Zurückversetzen, jedoch tief schöpferisch und hin-spürend zu der in der Regression angelegten Ressource. D. h., entweder hin zu ausgleichenden Erinnerungen an gutes, gesundes Erleben mit WASSER, oder hin zur Bewusstwerdung dessen, was überstanden wurde. Diese damit verbundenen Erfahrungen bzw. Begriffe können sich sowohl auf der jeweiligen Mikro- wie auch auf der Makroebene befinden.

Zum Schutz vor möglicher destruktiver Kreativität, die, eine Regression begleitend, bei einer/einem Teilnehmenden aufkommen mag, kann von dem oder der Schreibwerkstattleitenden auch das Prinzip der Ko-Kreation angewendet werden. Gestaltungssequenzen lassen sich überleiten in ein gemeinsames Darstellen (Stichwort Therapeutisches Theater), sodass es durch die Gruppe zu einem sozio-benigen Regulativ kommen kann. Ko-Kreation zeigt sich sodann als „*leibliche Konkretheit, Intensität, Sinnhaftigkeit, Vielfalt, Ausdrucksfülle und Dauer (durée)*“ (Iljine et al., 2007, S. 210). Diese Aspekte sollten jedoch der Gruppe vorab in anderen medialen Einheiten an den verschiedenen Eigenschaften des WASSERS erkennbar gemacht worden sein, um als Ausweg aus destruktiver Kreativität überhaupt erkennbar zu sein. Destruktive Tendenzen Einzelner können dort wieder in den gemeinsamen „Fluss“ übersetzt werden, wo durch „coaction“ die Chance gegeben wird, dass „[i]n ihr [] Gefühle nicht nur besprochen, sondern gefühlt und gezeigt“ (Iljine et al., 2007, S. 210) werden. Ein weiterer Gesichtspunkt ist, dass Prozesse sowohl von *creatio* als auch von *destructio* sowohl eine verbale wie auch eine prä-verbale Qualität besitzen. Insofern kann bei beiden davon gesprochen werden, dass die im gestaltenden (neutrale Umformulierung durch die Verfasserin)

Bereich existierenden ‚Prä-Objekte‘ so primitiv sein müssen, daß man sie nicht als ‚organisiert‘ oder ‚ganz‘ betrachten kann. Erst nachdem es der [„ausdrucksgeliteten“, Umformulierung durch die Verfasserin] [] Arbeit gelungen ist, sie zu gestalten, zu organisieren, zu einem Ganzen zu machen, kann die [...] Interaktion zwischen ihnen und irgendwelchen äußeren Objekten stattfinden (Balint, 1970, S. 34).

Gerade eine wortlose Aggressivität und Destruktivität braucht Ko-Kreativität. Sie ermöglicht es, im Reagieren der Anderen auf das eigene Agieren helfende Optionen auf der sinnlich-atmosphärischen Ebene wahrzunehmen. Diese begleiten ggf. aus der destruktiven Spirale heraus und vermögen es,

den je eigenen Horizont des Teilnehmenden um das schöpferisch-kreative Miteinander zu erweitern. Es ist darum angebracht, an dieser Stelle den Begriff von ‚gesunder‘ bzw. ‚ungesunder Kreativität‘ einzubringen. Gesunde Kreativität ist, trotzdem sie destruktive Tendenzen beinhalten kann, eingebettet in Ko-Kreativität. Sie kann jene auffangen und in eine mit-schöpferische verwandeln. Als ungesunde Kreativität wird hier destruktive Kreativität bezeichnet, die sich isoliert. Symptomatisch ist, dass ihr die Ko-kreativität als eine explizite Coping-Strategie zum Maßhalten und zur Balance der Kräfte abhandengekommen ist. Sofern Schreibwerkstatt-Teilnehmende sich ko-kreativ gegründeter Anleitungen permanent entziehen wollen, gilt es den Blick zu weiten für das mitgebrachte vorhandene oder nicht vorhandene soziale Umfeld des- bzw. derjenigen. Deshalb ist dem/der Schreibwerkstattleitenden als „Praktiker/in“ angeraten, dass er/sie „die Psychologie des einzelnen und die dynamischen Prozesse der Entwicklung und der Abwehrorganisation“ (Winnicott, 1987, S. 87) für sich innerlich „zu beschreiben und dabei Impulse und Triebe im Hinblick auf den Einzelfall zu berücksichtigen“ (Winnicott, 1987, S. 87) weiß, und mehr noch muss er oder sie

an dieser Stelle, wo sich Kreativität verwirklicht oder nicht verwirklicht (oder verloren geht), die Umwelt in seine Betrachtung einbeziehen; Darstellungen, die das Individuum isoliert betrachten, können über das zentrale Problem des Ursprungs von [destruktiver] Kreativität nicht aussagen. (Winnicott, 1987, S. 87)

Kreativität und Spontanität im Kontakt mit WASSER, mit unserem Begriff oder unseren Kenntnissen davon, sollen keine maligne Regression auslösen, die dazu führen, dass jemand sich oder sein Ich verliert, dies gar in einer verwerfenden Auflösung von Identität.

Gerade die Arbeit mit WASSER kann ungute, „fortschwemmende“ Wirkung haben, kann das urgewaltige Zerstörerische im Seelischen aktivieren. Kreativität, egal in welcher thematischen Ausrichtung, ist „nicht leichtfertig aufzufassen[, das] Spannungsfeld von Schöpfung und Zerstörung individueller und sozialer Kreativität [nicht] zu vergessen“ (Holm-Hadulla, 2011, S. 55). Darum ist die konsequente Einbettung aller Medien und Techniken in die Anwendung der hermeneutischen Spirale unerlässlich.

Auch ist die stete Überprüfung der individuellen Prozesse der Teilnehmenden als Individuen und als Gruppe (Abb. 9, H. G. Petzold & Orth, 2007, S. 600) im Hinblick auf das Ko-Responzenzmodell (Abb. 10, H. G. Petzold & Orth, 2007, S. 673) als tetradisches Prinzip gefordert:

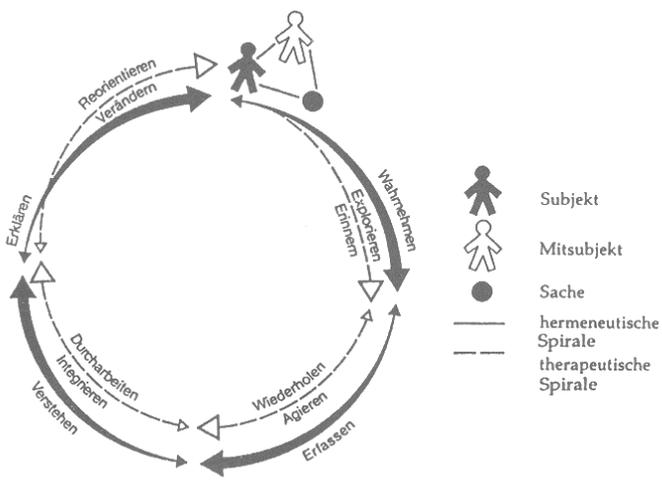


Diagramm 3: Die hermeneutische und therapeutische Spirale in der Integrativen Therapie (aus Petzold 1988p)

Diese Einbettung fördert, dass auch aus „biologischer

S WASSER – JUDITH

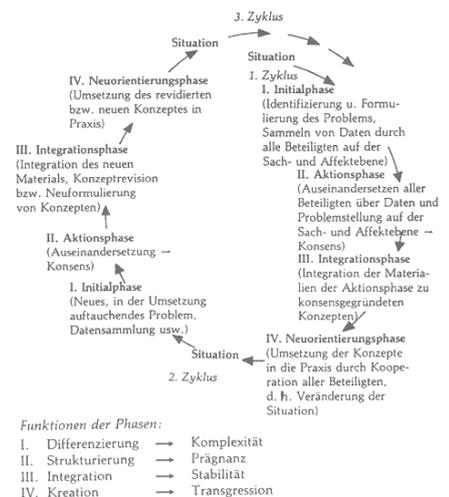


Abb. 2: Das Ko-responzenzmodell als „tetradisches System“ (aus: Petzold 1988n, 580)

Sicht kreative Entwicklung in einem Zusammenspiel von Strukturaufbau und Strukturabbau stattfindet“ (Holm-Hadulla, 2011, S. 70)³¹. „Flow-Erlebnis“ (Csikszentmihalyi, 2010; Holm-Hadulla, 2011, S. 54) oder „REST“ (Holm-Hadulla, 2011, S. 69) (Random Episodic Silent Thought) brauchen ein Expressionsmedium genauso wie einen Zeit-Raum-Rahmen. Abgesehen vom Ineinander-übergehen verschiedener Aspekte des individuellen und gemeinsamen Wahrnehmens, Denkens, Fühlens und Handelns, basierend auf vergangenen und gegenwärtigen RaumZeit-Erfahrungen (Konflux³²), brauchen sie zudem einen absehbaren oder zu erwartenden nächsten „Schritt“. Die Anwendung des Prinzips der hermeneutischen Spirale und des Tetradschen Systems *in Kombination* erlauben eine konstruktive Einbindung in einen Gesamtzusammenhang. Eben solcher Art, wie es auch die einzelnen Abschnitte der hermeneutische Spirale und Phasen bzw. Zyklen des Tetradschen System für Kreativität kennzeichnende Flow-Erlebnisse oder REST-Momente ermöglichen. Zusammengeführt können sie im poesie- und bibliotherapeutischen Arbeiten „ein dynamisches Gleichgewicht zwischen [...] Konstruktion und Destruktion, in dem die schöpferischen Kräfte überwiegen“ (Holm-Hadulla, 2011, S. 55) konfigurieren.

Darin eingebettete spontan-kreative Ausdrücke der Teilnehmenden können in der Folge dazu führen, dass die eigene WASSER-/Lebens-Geschichte und ihre jeweilige/n Binnengeschichte/n im *just-now*-Lebensvollzug jener Maxime auf *alte Situationen neu zu reagieren und auf neue adäquat* sinnstiftend und wirklichkeitsnah erfahren werden, *indem* sie Bedeutung und Kraft in jenem Moment der *creatio sui generis* entfalten:

„Kreativität ist eine kosmologische und anthropologische Konstante ... Sie ist ein für die Generativität der Evolution und die Dynamik kultureller Prozesse charakteristischer, also letztlich kollektiv gegründeter Impetus, zwischen vorhandenen Größen (Atomen, Molekülen, Menschen, Gesellschaften, Gedanken, Erkenntnissen, Theorien) Permeationen oder neue Konfigurationen herzustellen, ein Impuls zur ‚Ko-Kreativität‘. Durch sie entstehen synergetische Effekte und vermag der MENSCH in kokreativen Aktionen, Vorhandenes (Materie, Information, Gedanken, Wissen, Ausdrucksformen der Kunst etc.) in (neue) Beziehungen zu setzen und korrespondierend entwickeln. Unter Kreativität kann man deshalb alle Aktivitäten verstehen, die neue Entwicklungen – und das sind meist Beziehungskonfigurationen – vorantreiben. Dies gilt schon für die Generativität der Evolution. Für Humankreativität setzt dies eine mehrperspektivische, multidimensionale Wahrnehmung von Wirklichkeit voraus, der pluriformen Wirklichkeit der Welt und der polymorphen Wirklichkeit des eigenen Leib-Selbst. Wahrnehmung konnektiert und strukturiert – der MENSCH schafft nicht ‚ex nihilo‘. Wahrnehmung ist, besonders, wenn sie ‚Synopsen‘ schafft, als solche schon kreativ“ (Eisler-Stehrenberger, 2007, S. 131, nach Petzold 1971, 2).

Abermals sei bemerkt: WASSER thematisch transportierende Medien oder Techniken zur Kreativierung sollen bei einer poesie- und bibliotherapeutischen Schreibwerkstatt unbedingt ressourcenorientiert eingesetzt werden, damit das Moment der Zerstörung – das alle Kreation als

³¹ ...und weiter: „Neurobiologisch lässt sich nachweisen, dass Kohärenz im Wechsel mit Inkohärenz das wesentlichste Selektionskriterium des sich selbst organisierenden Gehirns darstellt und dass Leben ohne Kohärenz nicht denkbar wäre.“

³² „Konflux ist der Zusammenfluss der vielfältigen Medien und der Akteure in ihrer ganzen Unterschiedlichkeit, ihrer kreativen Gedanken und Aktionen und all ihrer Phantasie. Konflux ist Prozess und Ergebnis, ein kokreatives Zusammenspiel aller Elemente und Kräfte in Kontexten, aus deren Synergie wahrhaft NEUES hervorgehen kann“ vgl. Ilse Orth (2007); Sieper, J., Petzold, H.G. (1965)

Prozess in sich trägt, doch gerade das Element Wasser versinnbildlicht einen Prototyp menschlicher Urangst – durch Antizipation des möglicherweise Ängstigenden mitgedacht und als eigenes Handeln sichtbar und kontrollierbar wird. Daran anschließend erst kann beispielsweise durch Heranzoomen eines Ausschnittes (Stichwort Vergrößerungstechnik) als eine Art der Desymbolisierung Gemaltes, Tanz- oder Bewegungsexpression, Geschriebenes etc. exploriert und vertieft werden. Dies auch hier wieder zunächst durch weiteres eigenleibliches Spüren, welches ‚die Sinne unter die Lupe nimmt‘.

Wasser: Sprachtheoretischer Ansatz für poesie- und bibliothераpeutische Schreibgruppen und Methodikbezüge

Jedes ‚In-Gang-Kommen‘ und ‚Berührt-Werden‘ ist verknüpft mit Formen non-verbaler oder verbaler Ausdrucks. Diese Formen sprechen zugleich von den phänomenologischen Dingen an sich (Merleau-Ponty), ihrer Möglichkeit „zu sein“ oder erzählen sogar selbst. Jede Versprachlichung ist daher eine Positionierung im Gefüge der 3-Dimensionalität des Raumes und zugleich eine solche in der Annahme des Zeitigen, im Gestern, Heute, Morgen. Versprachlichung findet sich damit einerseits im Hier und Jetzt, im Zu-sagenden, Auf-zu-schreibenden und Aus-zu-drückenden als Manifestation des gefühlten oder erkannten Augenblicks. Andererseits präsentiert sich Versprachlichung immer auch als Prozess des Gewordenen im Rückblick, als derjenige des Seienden im Um- und Überblick sowie als derjenige des Werdenden sowie Gewordenen im Vorausblick.

Versprachlichung verhandelt in Abhängigkeit bereits existierender Referenzsysteme immer Problematisches, testet Wahrheitsansprüche, konstruiert neue oder zementiert alte Wirklichkeiten. Insofern ist es Aufgabe und Anforderung einer poesie- und bibliothераpeutischen Schreibwerkstatt zum Thema WASSER mit intendierter Kulturarbeit, Teilnehmende in Ko-Respondenzprozesse zu bringen. Das bedeutet, Gelegenheiten zu schaffen, in welchen sie selbst sich neuerlich mit den Fragen Nicht-Wissender konfrontieren und bisherige Antworten Wissender mutig hinterfragen. Frage und Antwort sind Basisfunktionen der Dialogorganisation. Bei ausgeglichener Interaktion und wiedererkennbarer Syntax schaffen sie Kohäsion und Kohärenz. Immer aber bedingen Frage und Antwort die Grundlagen für Kompromiss, Konsens und Dissens. Zur Ko-Respondenz *als stetem Prozess* muss die Frage als solche immer zuerst kommen und jede Antwort von einer weiteren Frage gefolgt sein, im Sinne der „Position auf Zeit“ (H. G. Petzold, 2010f).

Diese Position auf Zeit, in welcher Frage und Antwort sich gegenseitig erklären, versteht sich als eine temporäre durch ihren allzeit transversalen Charakter und einer im besten Fall darin je aktualisierten multipolyadischen sowie multipolylogen Exzentrizitäts**bewusstheit**. Diese Position auf Zeit erlaubt zudem die sukzessive Konstruktion eines kohärenten Sinns einer stets neu zu erzählender Narration. Sie macht jeden Lebensweg-Abschnitt zugleich zu einem potenziellen Erzählkonstrukt, welches sowohl retro- und prospektiv modifizierbar ist. Darin liegt heilsames Potential: Durch Sprachwahl (Eigen-)Welt nicht nur erschaffen, sondern auf Basis dieser Erkenntnis bewusst zum Guten hin verändern.

Die vorliegende Arbeit will in der Übersicht vor allem das *Kreativierungspotential* von WASSER *im Kontext der Methoden Poesietherapie und Bibliothherapie* beschreiben. Beide sind eingebettet in den Integrativen Therapie-Ansatz. Bereits vorgestellt wurden einige Optionen, die sich aus der Kombination beider Methoden bzw. der ihnen zugehörigen Techniken ergeben.

Die Methode der Poesietherapie nutzt das Schreiben im Sinne einer ästhetisch-poetisierenden wie poetischen Qualität. Klang durch Vokal- oder Konsonantenkumulation, Rhythmus, Metrum, spielerisch fabrizierte Grammatiken oder „Nicht-Grammatiken“ sowie der Gebrauch von Arachismen, Neologismen und Tropen, Wort- und Sinnfiguren erzeugen Atmosphären, die noch vor Szenen erfasst werden. Es gelingt ihr dieserart, auch prä- und/oder nonverbale Gehalte zu bearbeiten,

[d]enn die Geburt der Sprache ist der Dialog, er liegt vor den Worten: der Dialog der Haut, der Leiber, der Blicke, der Syntax der Gesten und Distanzen, die Zwischenräume, die voller Aussage sind, das Be-greifen, das noch keine Worte gefunden hat oder keiner Worte mehr Bedarf (H. G. Petzold & Orth, 2009, S. 70).

Poesietherapeutisches Vorgehen vermag durch diese Gegebenheiten und vermittelt Interaktion von Rezeption und Produktion maligne Narrative aufzuspüren und bestenfalls zu benignen Narrationen umzuschreiben oder an letzteren fortzuschreiben. Solche „verbalen Narrationen sind eingewoben in die Textur der Narration des Lebens – über die Lebensspanne hin“ (Grafik 12, H. G. Petzold & Orth, 2009, S. 72). Sie gilt es aufzuspüren und erneut als erlaubte Formen des Sich-daran-Erfreuens und des Durch-sie-Wohlseins zu integrieren.

Bevor auf die therapeutische oder persönlichkeitsbildende ‚Brauchbarkeit‘ der Poesie eingegangen wird, soll – der Kürze halber graphisch – dargestellt werden, welche Faktoren beim ‚Schreiben aus der Resonanz‘ hin zu einer produktiv-positiven Wendung einer Narration bzw. bei darin enthaltenen schreibend-erzählenden Etappen eine Rolle spielen (Abb. 11, Girgensohn & Sennewald, 2016, S. 17):

Das gezeigte Schreibprozessmodell vermittelt, was für die Teilnehmenden einer Schreibwerkstatt gerade im Moment einer Verdichtung ‚Komplexität‘ bedingt. Somatische, psychosomatische und emotionale Faktoren während des Schreibprozesses sind in diesem Modell noch gar nicht explizit erfasst... Jedoch hat gerade Poetisches die Eigenheit, sich der Mannigfaltigkeit des Daseins eingedenk zu sein, denn eine solche und darin resultierende „geistige[] Anforderungen“ der Poesie „ergeben sich letztlich aus dem Bestreben, durch sprachlich inszenierte Mehrdeutigkeiten und Vielschichtigkeiten die Komplexität unserer außersprachlichen Welterfahrung anzudeuten“ (Schrott & Jacobs, 2011, S. 74). So vermag es die Poesie, sanft und begleitend zu einer Freiheit des ‚unfertigen Ausdrucks‘ zu animieren: das *Dürfen von Werdendem* unterstützend statt das *Müssen von Seiendem* einfordernd. Auf diese Weise wird dem ‚Wort als solchem‘ seine Wirkung *und* Wirkmächtigkeit wieder beigeordnet, als ein solches erneut leiblich erfahrbar (Beispiel: „ein Sturm hat mich mit tränennasser Hand ergriffen“, aus dem Gedicht „Den Wogen gewogen“, von J. Beck).

Darin liegt auch das *im Körperlichen manifestierte Potential des Begreifens durch Sprache* begründet. Das „Zur Welt kommen – zur Sprache kommen“ (Sloterdijk, 2014) wird zum ‚Zur Sprache kommen – zur Welt kommen‘ des Einzelnen und seines jeweiligen Sprachausdruckes. In der so begründeten, ...und möglicherweise unvermuteten, weil überraschenderweise wieder zulässigen..., Akzeptanz und (!) in der vorausgehenden neutralen Wahrnehmung der Komplexität jedweder Seins-Welt ist die *facultas* (Möglichkeit *und* Erlaubnis) des Wandels angelegt. Im Reagieren darauf *wird Handeln*

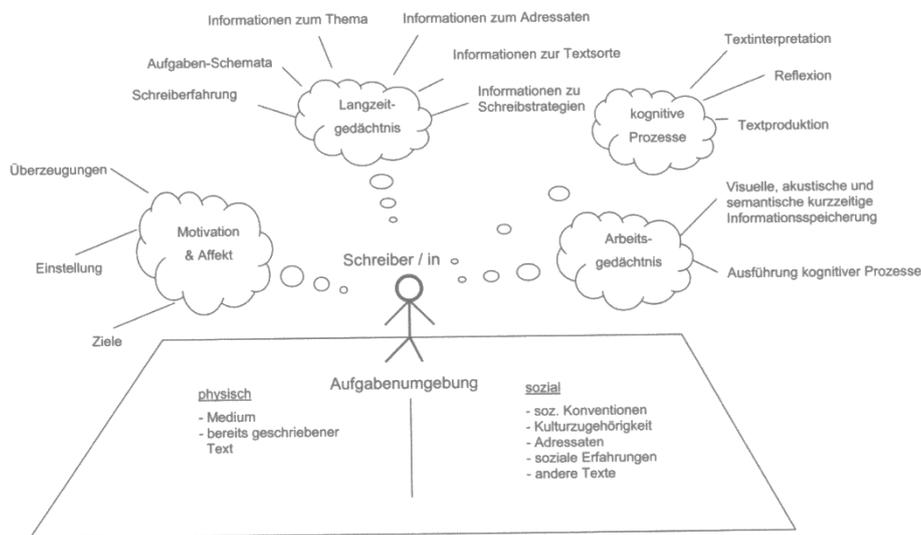


Abb. 1: Visualisierung zum Schreibprozessmodell nach Hayes 1996

provoziert, vollzieht es sich als eine, durch Wiederholung *neu* sichtbar werdende, gleichsam gewordene Chance zur eigenverantwortlichen Lebensgestaltung. Dieses Handeln ist in der lyrischen Produktion als solcher angelegt, indem meta-linguistische Erfordernisse – wenngleich für Teilnehmende zumeist unbewusst – dazu beitragen, Entscheiden und Akzeptieren zu fördern. Dies geschieht immer dann, wenn

the demands of structures [...] force writers to consider phrasings that would not otherwise occur to them. At times, the *process of weighing one word against another can reveal significant feelings* (H. v. V.). By the same token, certain forms are very compressed and *thus stimulate the participant to sort out what is most important and meaningful* (H. v. V.) (Hynes-Berry & McCarthy-Hynes, 1994, S. 181).

Die Methode der Bibliotherapie wiederum verwendet das geschriebene Wort, um im ‚Hallraum‘ der Hörenden seine heilsame Wirkung zu entfalten. Für die Bibliotherapie, aber auch für die Poesietherapie, ist das Faktum entscheidend, dass wir, wie bereits früher kurz erwähnt, weder ein Wort hören noch es denken können, ohne „dass dies von physischen Aktivitäten begleitet“ (Hynes-Berry & McCarthy-Hynes, 1994, 65) wäre. Nicht nur die damit verbundenen Muskelbewegungen der Sprechmotorik werden, u. a. vom Broca-Areal ausgehend, getriggert. Auch die Bewegungsabläufe, die in das Leibgedächtnis eingeschrieben sind, werden aktiviert (z. B. „Blumen pflücken“). Gleichwohl haben die meisten Menschen im Laufe der Zeit gelernt, die motorische Ausführung zu unterdrücken (Hynes-Berry & McCarthy-Hynes, 1994, *ibid.*)³³. Deshalb gilt mit Blick auf die Bibliotherapie nicht nur: „Die Worte beim Lesen zu erfassen“, heißt deshalb, vor allem [] prä-existierende[]Konzepte zu aktivieren, in denen sich unsere ureigensten Erfahrungswerte widerspiegeln: wir lesen uns also selbst“ (Hynes-Berry & McCarthy-Hynes, 1994, 66). Vielmehr „hören wir uns zugleich auch selbst“, wenn wir einem Text, einem Märchen lauschen, weil Wörter im limbischen System und der Hirnrinde jene neuronalen Aktivationsmuster auslösen, die uns zur Bewegung oder Bewegtheit des Leibes führen.

Diese sprachtheoretischen Überlegungen sind für die folgenden Ausführungen zum Wortfeld „Wasser“ relevant.

Wasser-Vokabular, literarische Primärquellen – Praxis

Der allgemeine WASSER-Wortschatz – nachfolgend – gleichwohl bisweilen auch kontextuell spezifisch, erlaubt durchaus einen niedrigschwelligen Zugang in z. B. das kreative Schreiben. Der oder die Schreibwerkstattleitende kann – für ein erstes Vertraut-werden mit und Kennenlernen der jeweiligen WASSER-Historie – anbieten, ein persönliches positives Erlebnis mit „dem Wasser“ zu notieren. Es eignet sich, an diese Übung Dyaden- und dann Plenumsarbeit anzuschließen, allerdings ohne Feedback und Sharing, nur – wer mag und kann – das Veröffentlichen des Textes und das Hin- und Hineinhören in den so entstehenden gemeinsamen Raum der einzelnen Erzählungen. Diese

³³ Es sei darauf aufmerksam gemacht, dass dies, wenn als Folge von Edukation und Sozialisation definiert, auch zu Schädigungen führen kann. Im negativen Fall war oder ist ein solcher Prozess der Suppression mit Zwängen verbunden und löst/e Mangel oder Defizite aus. Denn beiderlei – gute und schlechte Worte – sind mit unseren muskulären Impulsen verknüpft.

individuellen Erzählungen ordnen sich im Vorgang der größeren Thematik (WASSER) unter und gestalten so für die Zeit der Schreibgruppe ein vielstimmiges Erzählen – als ein Kaleidoskop von Wasser-Polylogen. Der eine wird sich vielleicht einer kalten, ungewollten aber belustigenden Dusche erinnern, während die andere bei einem Gewitter Schutz suchen konnte und sich schließlich am prasselnden Regen ergötzte und wiederum ein weiterer Teilnehmender schildert möglicherweise seine Vorliebe für Reisen zu römischen Aquädukten, wie dem beeindruckenden Pont du Gard in Südfrankreich. Ebenso wird sich, durch die Viel- und Mehrstimmigkeit der Geschichten, ein neues Lernen, auch über die Resonanz und das eigenleibliche Spüren beim Hören, bei den einzelnen Teilnehmenden abzeichnen, dies gerade vermöge unterschiedlicher Erfahrungs- und Bildungshorizonte.

Weiter lässt sich eine Übung durchführen, bei der, in Dyaden oder Kleingruppen, jeder Teilnehmende 10 Begriffe auswählt. Jeder der Begriffe ist beim gemeinsamen Schreiben in Kleingruppen, z. B. von einer Theaterszene, einzubringen. Hier folgt anschließend das Lesen im Plenum, wenn die Veröffentlichung zugelassen wird. Bei dieser Übung lässt sich in einer zweiten Plenums-Fragerunde auch ein gruppenspezifischer Reflexionsprozess anregen: Wie ist es uns dabei ergangen? Was fiel uns auf? Ggf. gab es Konsens, gab es Dissens, gab es Konsens über Dissens?

In einem nächsten Schritt kann die Theaterszene von jedem Teilnehmer mit Jaxonkreide separat auf Papier ins Bild gesetzt werden: Hierbei wird deutlich, wie unterschiedlich das Thema WASSER trotz einer vorangegangenen gemeinsamen Textproduktion veranschaulicht wird. So wird in der multimedialen Wiederholung plastisch und haptisch erfahrbar, dass jede/r Teilnehmende eine individuelle Wasserhistorie erzählt und sie dennoch nicht unabhängig voneinander gedacht, erlebt und verbreitet werden können (Stichwort *Multiperspektivität*). Diese Prozesse können sodann in einer weiteren Dyaden- oder Kleingruppenarbeit mit den Konzepten Feedback und Sharing reflektiert und unterstützt werden, um auch das Zusammenwachsen der Teilnehmenden der Gruppe, ihre Solidarität und ihr Vertrauen ineinander zu fördern. Es folgt zur begrifflichen Überschau zunächst eine

Liste zum allgemeinen Wortschatz:

Abfluss	aufgewühlt	bedrohlich
ablaufen	ausdehnen	beleben
Abregnungszone	auslaufen	Bermedeich
abschmelzen	ausscheiden	bewässern
abtauchen	austrocknen	Bewässerung
Abwasser	auswaschen	Bewegungsbad
Aerosol	Auswaschungen	Blau
Altarm	Bad	Bodenfeuchte
Altwasser	Badeeinrichtung	Boot
Anker	Baden	branden
ankern	Bäderkultur	Brandung
Aquifer	Bäderwesen	Brandung
Aquiferen	Badesteg	Brandungshöhle
Aquifuge	Badetemperatur	Brandungshohlkehle
arktisch	Badewanne	Brandungstor
Artesische Quelle	baumeln	brechen, sich
aufbrechen	Beben	Brecher

Brise	Fließgeschwindigkeit	Kanal
brüchig	Floß	Kanalsystem
Bruchwälder	flüchtig	Kanu
Brunnen	Fluss	Kar
Bucht	Flussbett	Karsee
Damm	Flussbiegung	Karstquelle
dämmen	Flussgeister	Kesselsee
Dampfbad	Flussgott	Kies
dampfen	flüssig	Kiesel
Dauerfrost	Flüssigkeit	klar
Dauerregen	Flusslandschaft	klatschen
Deich	Flusslauf	klein
Delta	Flussmündung	Klippe
Deltarm	Flussterrasse	Klippe
destillieren	Flusswasser	kneippen
dickflüssig	Flut	Kneippkur
donnern	Frauenbad	Kolk
Donnern	Freak Wave	Koralle
dunkel	frisch	Koralle
dünflüssig	Frischwasser	Korallenstöcke
Dünung	Frost	Krach
durchsichtig	frösteln	krachen
durchtränken	Frostsprenzung	Kraft
Dusche	Fußbad	Kräfte messen
duschen	Gegenwind	Kräuselwelle
Ebbe	Geröllstrand	Kreis
einlaufen	gestrandet	kreisen
eintauchen	getrieben	Kreuzfahrt
Eis	Gewalt	Kreuzfahrtschiff
Eisberg	Gewalt	Küste
Eisblock	gewaltig	Küstenlinie
Eisgebiet	Gewässer	Küstenlinie
eisig	Gewitter	Lagune
eiskalt	gewittern	Leitungswasser
Eiskoloss	Gewitterwolken	Luftblasen
Eiskristalle	Gezeiten	Luftfeuchtigkeit
Eislandschaft	Gezeitenströmung	Mäander
Eismasse	Gischt	Maar
Eismeer	glänzen	marin
Eisschicht	glänzend	Marschboden
Eisschmelze	glasklar	Matsch
Eisscholle	glatt	Meer
Eisstarre	Gletscher	Meereis
Eisstücke	Gletschereis	Meeresarm
Eiszeit	Gletschertopfsee	Meeresboden
Eiszeitalter	Gletscherzunge	Meeresgebiet
Eiszeitliche Ablagerung	Gletscherzunge	Meeresgrund
energetisch	glitzern	Meeresküste
Energie	glitzernd	Meeresrauschen
entschlacken	Grabenbruch	Meeresspiegel
Erdöffnung	Grabensee	Meeresströmung
erfreuen	Graupel	Meerestiefe
erfrischen	groß	Meerestiefsgebirge
ergießen	Grotte	Meerestier
erhitzen	Grundwasser	Meereswalten
erneuern	Grundwasserleiter	Meereswelle
Erneuerung	Grundwasserspiegel	Meermüll
fallen	Guss	Meersalze
fest	Hafen	Meerschnee
feucht	Hagel	Meerwasser
Feuchtgebiet	Heilbad	Mineralwasser
Feuchtigkeit	Heilquelle	Moor
filtrieren	hell	Mündung
Firn	Hochwasser	murmeln
Firneis	Hochwassermarke	Muschelbänke
Fischgründe	Hochwasserstand	Muscheln
Fjord	Hochwassertäler	nass
Flachküste	Horizont	Nass
Flachseen	Insel	Nebel
Fließbewegung	Inselgruppe	Nebelbank
fließen	Jungbrunnen	Nebeltropfen

Nebenfluss	schillern	Sturzbad
Nebenfluss	Schlacke	stürzend
Neuschnee	schlagen	Südsee
Niederschlag	Schlamm	Sumpf
Niedrigwassermarke	Schlammfluss	sumpfig
Niedrigwasserstand	schlammig	Sumpfland
Niedrigwassertäler	schleudern	Süßwasser
Nipptiden	Schlick	Süßwassereis
Nixe	Schlick	Sylphe
Nymphe	schmelzen	Tafelwasser
Oberflächeneis	Schmelzwasser	Tang
Oberflächenspannung	Schmelzwasser	Tau
Oberflächenwasser	Schmelzwasserbach	tauchen
Ozeanboden	Schmelzwassersee	Taucher
Ozeanische Kruste	schmutzig	Taufe
Ozeankruste	Schnee	Taufwasser
Packeis	Schneegebiet	Thermalbad
Packeisbildung	schneeig	Thermalquelle
Pegelstand	Schneekristalle	Thermalwasser
Perlen	Schnellen	Therme
plätschern	schrumpfen	Tidenhup
Plätschern	Schuttquelle	Tiefe
Polkappe	Schwämme	Tiefenwasser
Port	Schwefelbad	Tiefsee
prickelnd	schwefeln	Tiefseebecken
Priele	Schwefelwasser	Tiefseebecken
Qualle	Schweiß	Tiefseeebene
Quelle	schwellen	Tiefseeebenen
quellen	Schwellen	Tiefseeegraben
Quellwasser	schwer	Tiefseesediment
Radonwasser	Schwimmbecken	Tiefseespalte
rau	schwitzen	toben
rauschen	See	tosen
Regen	Seebeben	Totes Meer
Regenfälle	Seefahrer	Tränen
Regengebiet	Seefahrt	tränen
Reinigung	Seestrand	treiben
reinwaschen	Seeweg	Tretboot
rhythmisch	Seewind	trinken
Rhythmus	Seitenarm	Trinkkur
Riesenwelle	sickern	Trinkwasser
Riff	Siel	Trinkwasserversorgung
Rinne	Sintflut	Tropfchenpartikel
Rinnen	Sole	Tropfen
rinnen	Solebad	trüb
Rinnensee	spiegeln	tunken
Ritual	Spiralnebel	überfischen
roh	springen	Überfischung
rollen	Springflut	überfluten
Rückfluss	Springtiden	überfluten
Salzwasser	spritzen	Überflutung
Salzwiese	sprudeln	übergießen
Sand	spülen	Übergießung
Sandbank	Spülung	überschwemmen
Sanddüne	Stackdeich	Überschwemmung
Sandrippeln	Starkniederschlag	Überschwemmungsebene
Sandstrand	Staudamm	Ufer
Sandstrand	Steilklippe	Uferwall
sauber	Steilküste	Undine
sausen	Steilufer	Unendlichkeit
Schallwelle	Stoßwind	untermeerisch
Schaum	Strandkorb	unterseeisch
schäumen	Strom	untertauchen
Schelfe	strömen	Unterwasserbehandlung
Schichtquelle	Stromschnelle	Unterwassergebirge
Schiff	Strömungskraft	Urmeer
Schiffbruch	Strömungsrichtung	Ur-Ozean
Schiffer	Sturm	Urstrom
Schiffschronometer	stürmend	verdampfen
Schiffsmannschaft	sturmsgepeitscht	Verdampfung
Schiffsverkehr	stürmisch	verdichten

verdunsten	Wassergraben	Weihwasser
verdunsten	Wasserhandel	Weite
Verdunstung	Wasserheilstalt	Wellen
Verdunstungskälte	Wasserkante	Wellenberge
vergletschern	Wasserknappheit	Wellenbewegung
vergoren	Wasserkreislauf	Wellenbogen
vernebeln	Wasserkur	Wellenform
Vernebelung	Wassermangel	wellenförmig
versickern	Wassermasse	Wellengruppe
versiegen	Wassermenge	Wellenhöhe
verströmen, sich	Wassermolekül	Wellenhöhe
versunken	Wasserpegel	Wellenkamm
Verwerfung	Wasserqualität	Wellenkamm
Verwerfungsquelle	Wasserreserve	Wellenlänge
Vulkaninsel	Wasserreservoir	Wellenrichtung
wälzen	Wasserscheide	Wellental
Wanne	Wasserschicht	Wellness
Warft	Wasserschranke	Weltmeer
Waschbecken	Wasserschutz	wiegen
waschen	Wasserspiegel	wild
Waschung	Wasserstand	Windsee
Wasseradern	Wasserstraße	Windstille
Wasseranwendung	Wasserstrom	wirbeln
Wasserarm	Wassertemperatur	Wogen
Wasserbedarf	Wassertreten	Wolke
Wasserbeschaffenheit	wasserundurchlässiges Gestein	Wolke
Wasserdampf	Wasserverschmutzung	Wolkenberg
Wasserdichte	Wasserversorgung	zäh
wasserdurchlässiges Gestein	Wasservorrat	zersplittern
Wassereimer	Wasserwand	Zufluss
Wasserfall	Wasserwege	zugefroren
Wasserfläche	Wasserwirbel	zyklisch
Wasserflut	Watt	
Wasserführung	Wattenmeer	

Hieran anschließend sei eine Auswahl an Fremd- und Fachwörtern gegeben und vorab begründet: Fremd- und Fachwörter haben zweierlei poesie- und bibliotheraeutisch nutzbare Charakteristik. Einerseits sind sie als Fremdwörter unvertraut. Bisweilen weisen sie einen faszinierenden Klang auf. Sie erzählen ohne konkrete Erklärungen von anderem, weiteren Wissen. So beinhalten sie mögliche Erfahrungen. Sie vermitteln durch das Moment der Unkenntnis über die Hintergründe etwas von der Magie der Sprache. Allein durch Klang, Betonung und Gestimmtheit der Stimme flirrt etwas vom Zauber ihrer Wirkkraft, wie es aus Beschwörungs- oder Mantraritualen bekannt sein mag. Vorderhand bieten sich Fachwörter somit als „Wahl geheimnisvoller Namen, schwer aussprechbarer Worte“, die „als Beispiele [zudem] dafür dienen, dass das Aussagbare sein Geheimnis behalten soll und dennoch dem Zugriff der Sprache unterworfen bleibt“ (H. G. Petzold & Orth, 2009, S. 23). Fachwörter erlauben jedoch zugleich die spielerische Ausweitung des eigenen Horizonts oder Wissenstandes.

Eine Auswahl an Fremd- und Fachwörtern wird mit den jeweiligen allgemesprachlichen Erklärungen (aufgeteilt auf Vorder-/Rückseite) auf Buntpapier aufgedruckt und einzeln auf dem Boden verteilt.

Die Teilnehmenden sollen sich je ein Wort und seine Erklärung aussuchen, welches sie just anspricht. Im Anschluss können aus dem Fremd- und Fachwort z. B. Akrostichen gebildet werden oder aus den Erklärungen zu den Fremd- und Fachwörtern Bilder gemalt werden. In Reaktion und Resonanz auf die Fremd- und Fachworte kommen persönliche Schwerpunkte zum Ausdruck. Anschließend Dyadenarbeit bietet die Option, diese individuellen Akzente zu extrapolieren. Teilnehmende erfahren so etwas über sich, über die anderen, aber auch über die Welt bzw. andere Welten. Als Beispiel sei hier das Wort „Fiumara“ (Flusslauf, der im regenlosen Sommer kaum oder kein Wasser führt) verwendet – im fremdartigen Klang, von Vokalen geprägt (Stichwort *Grundton-Arbeit*), aber auch aus der Bedeutung lassen sich Bilder und Erzählen ableiten.

Nicht alle Fach- und Fremdwörter eignen sich hierfür, der/die Werkstattleitende bzw. der/die Poesie-/Bibliotherapeut/in wägt ab, welche emotionalen Konfigurationen mit Ausdrücken bzw. ihren Erläuterungen verbunden sein können. Darüber hinaus liefert die nachstehende Auswahl mit den jeweiligen Erklärungen bereits einige sehr einfach medial-praktisch umsetzbare Erlebnis-Ansätze, wie z. B. das Prinzip der Emulsion, das sich mit Wasser und Olivenöl unbedenklich realisieren lässt und unmittelbar anschaulich ist.

Fremd- und Fachwörter mit ihren jeweiligen Erläuterungen erlauben simultan, wie bereits angedeutet, ein non-direktives Integrieren von zusätzlichem, neuem Wissen. Diese Art kreativ-therapeutisches Arbeiten kann mögliche Minderwertigkeitskomplexe bei heterogenen Bildungsniveaus puffern und wird zugleich vollständig in die Handlungskontrolle der Teilnehmenden gegeben. Dyadenarbeit vermag das neu gewonnene Wissen durch den Dialog und in sich darin vollziehenden Ko-Responenzen fixieren. In der Gruppenarbeit hingegen kann das ‚gemeinsame Entdecken und Lernen‘ *solidarisch* erfahrbar werden, im besten Fall weitere Wissbegierde und Neugier weckend.

Viele der Erläuterungen zu den Fach- und Fremdwörtern eignen sich für verschiedene Schreibformen der Poesietherapie: Vom Elfchen, das durch das Fremd-/Fachwort seinen Titel bekommt bis zum Märchen, das mit den Inhalten der beigefügten Erläuterung des jeweiligen Fremd-/Fachworts thematisch arbeitet. Hinweis: Es wurden diejenigen Fremd- und Fachwörter sowie jeweils die Erläuterungen selektiert, die n. A. d. V. ein ästhetisches und fiktionales Potential entfalten können. Viele erlauben eine metaphorische Identifikation und tragen so indirekt zur Veränderung der Eigenwahrnehmung der Teilnehmenden gegenüber WASSER bzw. der Perspektive auf sich selbst als Teil des Wasserkreislaufs bei:

Aqua destillata, Aquädukt, Aquafitness, Aquajogging, Aquakultur, Aquamanile, Aquamarin, Aquanaut, Aquaplaning, Aquarell, Aquarium, Aquatel, aquatisch, Aquavit, artesischer Brunnen, Balloelektrizität (Wasserfallelektrizität), *Bassena, Bifurkation* (Flussgabelung, bei der das Wasser eines Armes in ein anderes Flussgebiet abfließt), *blanchieren, Boiler, chlorieren, Danaidenarbeit* (<nach der griech. Sage, in der die Töchter des Danaos in der Unterwelt ein Fass ohne Boden mit Wasser füllen sollten>: vergebliche, qualvolle Arbeit; sinnlose Mühe), *Dehydratation, Denudation* (flächenhafte Abtragung der Erdoberfläche durch Wasser), *deszendert* (nach unten

sinkend (von Wasser od. wässrigen Lösungen), **Deuteriumoxid** (schweres Wasser), **deluieren** (verdünnen durch Zusatz von Wasser), **Dialyse, Dränung** (Entwässerung des Bodens durch Röhren- od. Grabensysteme, die das überschüssige Wasser sammeln u. ableiten), **emers** (über der Wasseroberfläche lebend (z. B. bei Organen einer Wasserpflanze, die über das Wasser hinausragen)), **Emulsion** (Gemenge aus zwei ineinander unlöslichen Flüssigkeiten (z. B. Öl in Wasser), bei dem die eine Flüssigkeit in Form kleiner Tröpfchen in der anderen verteilt ist.), **Erosion** (zerstörende Wirkung von fließendem Wasser, von Eis u. Wind an der Erdoberfläche.), **eskimotieren** (nach Art der Eskimos im Kajak unter dem Wasser durchdrehen u. in die aufrechte Lage zurückkehren), **euryhalin** (gegen Schwankungen des Salzgehaltes im Boden u. im Wasser unempfindlich (von Pflanzen u. Tieren)), **Evaporation** („Ausdampfung“, Verdunstung, Verdampfung), **exogen** (von Kräften ableitbar, die auf die Erdoberfläche einwirken, wie Wasser, Wind), **Fanglomerat** (ungeschichtete Ablagerung aus Schlammströmen zeitweilig Wasser führender Flüsse in Trockengebieten), **Fiumara** (Flusslauf, der im regenlosen Sommer kaum od. kein Wasser führt), **fluvial/fluvialtil** (von fließendem Wasser abgetragen od. abgelagert), **Geosphäre** (Raum, in dem die Gesteinskruste der Erde, die Wasser- u. Lufthülle aneinander grenzen), **Goretex** (wasser- u. windundurchlässiges, atmungsaktives Gewebe für Jacken, Schuhe), **guttieren** (Wasser ausscheiden (von Pflanzen)), **Hadrom** (leitendes u. speicherndes Element des Wasser leitenden Gefäßbündels bei Pflanzen (Holzfaser)), **Helophyt** (Sumpfpflanze (unter Wasser wurzelnde, aber über die Wasseroberfläche herausragende Pflanze)), **hemipelagisch** (1. dem 200-2700 m tiefen Meer entstammend (von Meeresablagerungen, z. B. Blauschlick). 2. (Zool.) nicht immer frei schwimmend (von Wassertieren, die im Jungstadium das Wasser bewohnen und sich später am Meeresgrund ansiedeln), **Heronball** (Gefäß mit Röhre, in dem Wasser mithilfe des Drucks zusammengepresster Luft hochgetragen od. ausgespritzt wird), **homogenisieren** (nicht mischbare Flüssigkeiten (z. B. Fett u. Wasser) durch Zerkleinerung der Bestandteile mischen.), **Hydathode** (Blattöffnung bei Pflanzen zur Abgabe von Wasser), **hytadogen** (1. aus einer wässrigen Lösung gebildet (von Mineralien). 2. durch Wasser zusammengeführt od. aus Wasser abgeschieden (von Schichtgesteinen).), **Hydrat** (Verbindung von Oxiden od. wasserfreien Säuren mit Wasser.), **Hydratation** (1. (Chem.) Bildung von Hydraten. 2. (Geol.) durch Absorption von Wasser verursachte Quellung u. Volumenvergrößerung von Mineralien u. die dadurch hervorgerufene Sprengung der Gesteine.), **hydraulisch** (mit Flüssigkeitsdruck arbeitend, mit Wasserantrieb), **Hydrochorie** (Verbreitung von Pflanzenfrüchten u. -samen durch das Wasser), **Hydrocopter** (Fahrzeug, das mit einem Propeller angetrieben wird u. sowohl im Wasser als auch auf dem Eis eingesetzt werden kann), **hydroenergetisch** (vom Wasser angetrieben), **hydrogam** ((von Pflanzen) wasserblütig, die Pollen durch Wasser übertragend.), **Hydrokarpie** (das Ausreifen von Früchten im Wasser), **Hydrolyse** (Spaltung chemischer Verbindungen durch Wasser.), **Hydromantie** (Zukunftsdeutung aus Erscheinungen in u. auf glänzendem Wasser (bes. im Vorderen Orient)), **Hydrometer** (Gerät zur Messung der Geschwindigkeit fließenden Wassers, des Wasserstandes od. des spezifischen Gewichts von Wasser.), **Hydromorphie** (besondere Ausbildung von Organen, die unter Wasser vorkommen (z. B. Stängel u. Blätter bei Wasserpflanzen)), **hydrophil** (im od. am Wasser lebend (von Pflanzen u. Tieren); Ggs. hydrophob (1). 2. (Chem.) Wasser, Feuchtigkeit anziehend, aufnehmend;), **hydropneumatisch** (gleichzeitig durch Luft u. Wasser angetrieben), **Hydrosphäre** (aus den Meeren, den Binnengewässern, dem Grundwasser, dem in Eis gebundenen u. in der Atmosphäre vorhandenen Wasser bestehende Wasserhülle der Erde), **Hydrozoon** (zu den Nesseltieren gehörendes, im Wasser lebendes Tier, das meist in Kolonien entweder am Grund festsetzt od. im Wasser umherschwimmt), **Hygrom** (Wasser- od. Schleimgeschwulst in Schleimbeuteln u. Sehnenscheiden), **hygroscopisch** (1. (Chem.) Wasser an sich ziehend, bindend (von Stoffen). 2. (Bot.) sich aufgrund von Quellung od. Entquellung bewegend (von toten Pflanzenteilen).), **Hygrotaxis** (Fähigkeit mancher Tiere (z. B. Schildkröten, Asseln), [über weite Entfernungen] Wasser bzw. das ihnen zuträgliche feuchte Milieu zu finden), **Isolation** (Verhinderung des Durchgangs von Strömen (Gas, Wärme, Elektrizität, Wasser u. a.) mittels nicht leitender Stoffe; auch ‚Isolationsmaterial‘), **Juvenilwasser** (direkt aus dem Erdinnern stammend, aufgestiegen), **Kaktus** (in vielen Arten in Trockengebieten vorkommende) meist säulen- od. kugelförmige Pflanze, die in ihrem verdickten Stamm Wasser speichert u. meist Dornen trägt, **Kalilaug** (durch Lösung von Kaliumhydroxid in Wasser entstehende farblose, ätzende Flüssigkeit, die bes. in der Waschmittel- u. Farbindustrie verwendet wird), **Kalzination** (das Austreiben von Wasser aus Kristallen), **Kannelierung** (Rinnen- u. Furchenbildung auf der Oberfläche von Kalk- u. Sandsteinen (verursacht durch Wasser od. Wind), **Katalase** (Enzym, das das Zellgift Wasserstoffperoxid durch Spaltung in Wasser u. Sauerstoff unschädlich macht), **Katharobie** (in sauberem, nicht schlammigem Wasser lebender Organismus), **kolmatieren** (Gelände mit sinkstoffhaltigem Wasser überfluten.) bzw. **Kolmation** (künstliche Geländeerhöhung durch Überschwemmung des Gebiets mit sinkstoffhaltigem Wasser; Auflandung), **Kondensation** (1. (Phys.) Verdichtung von Gas od. Dampf zu Flüssigkeit durch Druck od. Abkühlung. 2. (Chem.) chemische Reaktion, bei der sich zwei Moleküle unter Austritt eines chemisch einfachen Stoffes (z. B. Wasser) zu einem größeren Molekül vereinigen), **Krater** (altgriechischer Krug, in dem Wein mit Wasser gemischt wurde), **Krokodil** (im Wasser lebendes Kriechtier), **Lahar** (bei Vulkanausbrüchen austretender Schlammstrom aus Asche u. Wasser), **Lateralplan** (Fläche des Längsschnittes des Schiffsteils, der unter Wasser liegt), **Libelle** (am Wasser lebendes größeres Insekt mit schlankem Körper u. 2 Paar schillernden Flügeln.), **Lysimeter** (Gerät für wasser- u. landwirtschaftswissenschaftliche Untersuchungen zur Messung des Niederschlags, zur Bestimmung von Boden- u. Pflanzenverdunstung), **Mazeration** (Aufweichung pflanzlicher od. tierischer Gewebe bei längerem Kontakt mit Flüssigkeiten.), **Mine** (gegen Personen, Landfahrzeuge u. Schiffe einsetzbarer Sprengkörper, der meist massenweise im Gelände bzw. im Wasser verlegt wird), **Mineralquelle, Mineralwasser, Nektar** (ewige Jugend spendender Göttertrank der griechischen Sage.), **Nekton** (Schwimmendes«>: (Biol.) das Pelagial (2) bewohnende Organismen mit großer Eigenbewegung; Gesamtheit der sich im Wasser aktiv

bewegenden Tiere.), **neritisch** (1. in erwachsenem Zustand auf dem Meeresboden u. im Larvenstadium im freien Wasser lebend (von Tieren der Küstenregion). 2. den Raum u. die Absatzgesteine der Flachmeere betreffend), **Oase** (1. fruchtbare Stelle mit Wasser u. Pflanzen in der Wüste. 2. [stiller] Ort der Erholung), **Ooid** (kleines rundes Gebilde aus Kalk od. Eisenverbindungen, das sich schwebend in bewegtem Wasser bilden kann), **Osmose** (Übergang des Lösungsmittels (z.B. von Wasser) einer Lösung in eine stärker konzentrierte Lösung durch eine feinporeige (semipermeable) Scheidewand, die zwar für das Lösungsmittel selbst, nicht aber für den gelösten Stoff durchlässig ist), **Pelagial** (1. (Geol.) freies Wasser der Meere u. Binnengewässer von der Oberfläche bis zur größten Tiefe. 2. (Biol.) Gesamtheit der im freien Wasser lebenden Organismen), **Pinguin** (flugunfähiger, aufrecht gehender, im Wasser geschickt schwimmender Vogel mit flossenähnlichen Flügeln u. meist schwarzem, auf dem Bauch weißem Gefieder), **Plankton** («Umherirrendes, Umhertreibendes»: (Biol.) Gesamtheit der (größtenteils sehr kleinen) im Wasser lebenden Lebewesen, die sich nicht selbst fortbewegen, sondern durch das Wasser bewegt werden), **Plasmolyse** (Loslösung des Protoplasmas einer pflanzlichen Zelle von der Zellwand u. Zusammenziehung um den Kern durch das Entziehen von Wasser), **Polysaprobie** (Organismus, der in faulendem Wasser lebt), **Radiator** (Heizkörper bei Dampf-, Wasser-, Gaszentralheizungen), **raffaichieren** (kochendes Fleisch o. Ä. mit kaltem Wasser abschrecken), **Regelation** (bei Druckentlastung das Wiedergefrieren von Wasser zu Eis, das vorher bei Druckzunahme geschmolzen war (bei der Entstehung von Gletschereis u. der Bewegung u. Erosionsarbeit von Gletschern)), **rheophil** (vorzugsweise in strömendem Wasser lebend), **Rheotropismus** (durch strömendes Wasser beeinflusste Wachstumsrichtung von Pflanzenteilen), **sedimentieren** (1. (Geol.) ablagern (von Staub, Sand, Kies usw. durch Wind, Wasser od. Eis). 2. (Chem., Med.) einen Bodensatz bei Flüssigkeiten bilden), **sessil** (feststehend, festgewachsen (bes. von im Wasser lebenden Tieren) bzw. **Sessilität** (Lebensweise vieler im Wasser lebender Tiere (z. B. Korallen, die fest auf etwas angewachsen sind), **Sirup** (zähflüssige Lösung aus Zucker u. Wasser od. Fruchtsaft), **Sonar** (Unterwasserortungsgerät; Gerät zur Aufspürung u. Lokalisierung von Gegenständen unter Wasser (z. B. von Minen) mittels Schallwellen), **Sprinkler** (1. Teil einer Beregnungsanlage zum Feuerschutz (z. B. in Kaufhäusern), der bei bestimmter Temperatur Wasser versprüht. 2. Rasensprenger), **Stratifikation** (1. Schichtung [von Gesteinen]. 2. (Landw.) Schichtung von Saatgut in feuchtem Sand od. Wasser, um das Keimen zu beschleunigen), **subaqual** (unter Wasser befindlich; sich unter Wasser vollziehend), **submers** («untergetaucht»: unter Wasser lebend (von Wasserpflanzen)), **Sukkulente** (hauptsächlich in trockenen Gebieten vorkommende Pflanze mit besonderen, Wasser speichernden Geweben in Wurzeln, Blättern od. Stamm), **Tamponage** (Abdichtung eines Bohrlochs gegen Wasser od. Gas), **Torrente** (Wasserlauf mit breitem, oft tief eingeschnittenem Bett, das nur nach starken Niederschlägen Wasser führt; Gießbach, Regenbach), **Tripton** (im Wasser schwebender, feinsten organischer Detritus, d. h. das Abreiben«: 1. (Geol.) zerriebenes Gesteinsmaterial, Gesteinsschutt. 2. (Biol.) Schweb- u. Sinkstoffe in den Gewässern, deren Hauptanteil abgestorbene Mikroorganismen bilden. 3. (Med.) Überrest zerfallener Zellen od. Gewebe), **Trombe** (Wirbelwind in Form von Wasser- u. Windhosen), **Whirlpool** (Bassin mit warmem, durch Düsen in brodelnde Bewegung gebrachtem Wasser, in dem man sich sitzend od. liegend aufhält), **Xylem** (der Wasser leitende Gefäßteil der Pflanze), **Zement** (aus gebranntem u. sehr fein vermahlenem Kalk, Ton o. Ä. hergestellter, bes. als Bindemittel zur Herstellung von Beton u. Mörtel verwendeter Baustoff, der bei Zugabe von Wasser erhärtet.), **Zooplankton** (Gesamtheit der im Wasser schwebenden tierischen Organismen), **Zisterne** (unterirdischer, meist ausgemauerter Hohlraum zum Auffangen von Regenwasser [in wasserarmen Gebieten])

Weiter:

Metasäure (wasserärmste Form einer Säure), **Hydrophthalmus** («Wasserauge»: (Med.) Vergrößerung des Augapfels infolge übermäßiger Ansammlung von Flüssigkeit im Auge), **Siphon** (Abflussanlage, die unter eine Straße führt), Heliozoon (Sonnentierchen (einzelliges, wasserbewohnendes Lebewesen), **Dekrepitation** (das Zerplatzen von Kristallen beim Erhitzen, verbunden mit Knistern und Austritt von Wasserdampf.) bzw. **dekrepitieren** (unter Austritt von Wasserdampf zerplatzen (von Kristallen)), **Fumarole** (das Ausströmen von Gas u. Wasserdampf aus Erdspalten in vulkanischen Gebieten), **Hydrometeore** (durch Verdichtung von Wasserdampf in der Atmosphäre entstehende Niederschläge (z. B. Regen, Schnee, Tau)), **Kondensationskern**, **Kondensationsniveau**, **Kondensstreifen**, **Transpiration**, **hermetisieren** (dicht verschließen, luft- u. wasserdicht machen), Kaskade (stufenförmiger Wasserfall), **Katarakt** (Stromschnelle, Wasserfall), **Lagune** (1. durch eine Reihe von Sandinseln od. durch eine Nehrung vom offenen Meer abgetrenntes Flachwassergebiet vor einer Küste. 2. von Korallenriffen umgebene Wasserfläche eines Atolls), **Fata Morgana** (durch Luftspiegelung hervorgerufene Sinnestäuschung, bes. in Wüstengebieten, bei der entfernte Teile einer Landschaft näher gerückt scheinen od. bei der man Wasserflächen zu sehen meint), **Hydroplan** (Wasserflugzeug, Gleitboot), **Diluvium** (Überschwemmung, Wasserflut), **perennierend** (1. ausdauernd; hartnäckig. 2. (Bot.) mehrjährig (von Stauden- u. Holzgewächsen). 3. mit dauernder, wenn auch jahreszeitlich schwankender Wasserführung, Schüttung (von Wasserläufen, Quellen)), **Hydrämie** (erhöhter Wassergehalt des Blutes), **Tropophyt** (Pflanze, die auf Böden mit stark wechselndem Wassergehalt lebt), **Eustasie** (durch Veränderungen im Wasserhaushalt der Erde hervorgerufene Meeresspiegelschwankung.), **Typhon** (Wirbelwind, Wasserhose), **Kanal** (1. a) künstlicher Wasserlauf als Verbindungsweg für Schiffe zwischen Flüssen od. Meeren; b) [unterirdischer] Graben zum Ableiten von Abwässern), **Turbine** (Kraftmaschine, die die Energie strömenden Gases, Dampfes od. Wassers mithilfe eines Schaufelrades in eine Rotationsbewegung umsetzt), **Reservoir** (1. Sammelbecken, Wasserspeicher, Behälter für Vorräte. 2. Reservebestand, -fonds), **Seiches** (stehende Wellen, bei denen der Wasserspiegel am einen

Ufer steigt, am entgegengesetzten fällt (bei Binnenseen)), *Plasma* (<gr.-lat.; »Gebildetes, Geformtes, Gebilde«>: 1. (Biol.) Protoplasma. 2. (Med.) flüssiger Teil des Blutes; Blutplasma), *Fontäne* (aufsteigender [Wasser]strahl (bes. eines Springbrunnens)),

Kanalisation (1. a) System von [unterirdischen] Rohrleitungen u. Kanälen zum Abführen der Abwässer; b) der Bau von [unterirdischen] Rohrleitungen u. Kanälen zum Abführen der Abwässer. 2. Ausbau von Flüssen zu schiffbaren Wasserstraßen;), *Rheotaxis* ((Biol.) Fähigkeit eines Tieres, seine Körperachse in Richtung der Wasserströmung einzustellen), *hydropisch* (wassersüchtig, an Wassersucht leidend), *Pege* (kalte Quelle mit einer Wassertemperatur unter 20 °C), *anotherm* (mit zunehmender Wassertiefe kälter werdend), *isobathe* (Verbindungsline zwischen Punkten, an denen gleiche Wassertiefe herrscht), *katothem* (mit zunehmender Wassertiefe wärmer werdend), Hydrophoren (Wasserträger[innen]), *Isombre* (Verbindungsline zwischen Orten mit gleicher Wasserverdunstung). (Duden, 2001)

Redewendungen

Bereits zu Beginn wurde das berühmte Wort Heraklits zitiert, *Wer in dieselben Flüsse hinabsteigt, dem strömt stets anderes Wasser zu*. Es gibt darüber hinaus zahlreiche andere sinnfällige Redewendungen, die eingesetzt werden können. Einige der Idiome drücken missglückende Begebenheiten aus. Bei diesen ‚geflügelten Worten‘ eignen sich als Schreibübungen auch *Umkehrungen* des ursprünglich gemeinten Sinnes, z. B. „das Wasser steht ihm bis zum Knöchel“ oder „unter Wasser laufen können“. Derart ‚um-sinnig‘ erweitern sie das Kompetenz- und Perzeptionsrepertoire der Teilnehmenden. Auch kann bei einer sich daran anschließenden Aufgabenstellung – z. B. Bilder zu den Redewendungen zu entwerfen – mit der Kopfstandtechnik oder Provokationstechnik nach Edward de Bono gearbeitet werden.

Umkehrungen spielen mit den Reminiszenzen kulturell ererbter Wissens- und Erfahrungshorizonte. Wenn sie eingegliedert werden in den schreibproduktiven Prozess, erlauben sie nicht nur ein, durch das verändert verwendete Mittel, multiperspektivisches Arbeiten. Sie gewähren auch ein Arbeiten, das in der Vielfalt der vielstimmigen ‚Antworten‘ der ganzen Gruppe Neues entdecken lässt, da jede/r Teilnehmende Informationen von sich, über sich, in sich, aus sich, an sich und an andere in seinem jeweiligen Schreiben als Reaktion auf die entsprechenden Umkehrungen findet. Es folgt eine Auflistung:

- Alle **Wasser** laufen ins Meer. (Bibel, Prediger 1:7) – es kommt alles irgendwann zusammen.
- auch nur mit **Wasser** kochen – auch keine Wunder vollbringen
- auf hoher **See** – weit draußen auf dem Meer
- auf **See** bleiben – den Seemannstod sterben
- **Bad** in der Menge – unmittelbarer Kontakt mit einer [wohlmeinenden] MENSCHENmenge
- **baden** gehen – keinen Erfolg mit etw. haben; mit etwas hereinfliegen, scheitern
- bei **Wasser** und Brot sitzen – im Gefängnis sein
- da/bis dahin fließt noch viel **Wasser** den Berg/] [Variante: Flussname] hinunter – das dauert noch eine lange Zeit
- das haut den stärksten **Seemann** um – das verkraftet niemand
- das ist **Wasser** auf seine Mühle – das kommt ihm sehr gelegen. Häufig unfreiwillige Hilfe an Dritte. Aus der Müllersprache, wo Mühlräder auf Wasser angewiesen waren.
- das ist **Wasser** in den Bach getragen – es ist überflüssig, unsinnig. Vgl. „Eulen nach Athen tragen“.
- das **Wasser** steht ihm bis zum Hals (seit dem 17. Jahrhundert). – er ist in einer sehr bedrohlichen Lage. Das **Wasser** läuft ihm im Grunde zusammen. – er hat großen Appetit; er freut sich sehr.
- den **Bach** runter sein – am Ende, verloren sein
- den **Bach** runtergehen – scheitern, zugrunde gehen, zunichte werden
- die **Segel** streichen – seinen Widerstand, ein Vorhaben aufgeben
- du bist wohl [als Kind] zu heiß **gebadet** worden! – du bist wohl nicht recht bei Verstand!

- ein Schlag ins **Wasser** – ein Vorhaben ist missglückt, brachte nichts.
- ein stilles **Wasser** – ein ruhiger MENSCH
- ein Sturm im **Wasserglas** – viel Wirbel um nichts.
- ein warmer **Regen** – eine größere (unverhoffte) Geldeinnahme
- es **regnet**/gießt/schüttet usw. wie aus/mit Kübeln/Kannen – es regnet sehr stark
- Es treibt ihm das **Wasser** in die Augen. – er weint (übertragen: er leidet).
- etw. ist ein **Tropfen** auf den heißen Stein – etw. ist zu wenig, um Veränderung zu bringen.
- etw. schlägt dem Fass den Boden aus – eine Sache/Handlung ist unerhört.
- etw. unter **Wasser** setzen – etw. mit Wasser überfluten
- etw./jd. bringt ein Fass zum **überlaufen** – der letzte Tropfen, der fehlte, um eine Katastrophe auszulösen.
- etwas **ausbaden** müssen – für etwas übermäßig oder ungerechtfertigt bestraft werden. Bis in die Neuzeit war es nicht unüblich, dass mehrere Personen nacheinander das gleiche Badewasser benutzen mussten. Die letzte Person in der Reihenfolge bekam das kühlsche und schmutzigste Badewasser und musste zudem noch *ausbaden*, d. h. die Wanne reinigen und an ihren Platz zurückbringen.
- hier, dort usw. wird auch nur mit **Wasser** gekocht – hier, dort usw. geht es auch nicht anders zu als überall, werden auch keine Wunder vollbracht
- in **See** gehen/stechen – aufs Meer hinausfahren
- ins kalte **Wasser** geworfen werden – ohne ausreichende Vorbereitung vor eine schwierige Aufgabe gestellt werden.
- ins kalte **Wasser** springen/geworfen werden – sich in ungewohnter Situation, bei einer völlig neuen Aufgabe bewähren müssen
- ins **Wasser** fallen – ausfallen, nicht stattfinden können
- ins **Wasser** gehen – sich das Leben nehmen durch Ertränken
- jdm. **Wasser** in den Wein gießen – jmds. Begeisterung dämpfen
- Jmdm. das **Wasser** abgraben – jmdn. seiner Wirkungsmöglichkeiten berauben / seine Existenzgrundlage nehmen.
- jmdm. nicht das **Wasser** reichen können – an jmds. Fähigkeiten, Leistungen, o. Ä. nicht heranreichen
- jmdn. im **Regen** stehen lassen – jmdn. in einer Notlage, in einer schwierigen Situation alleinlassen; jmdm. nicht helfen
- jmdn., sich über **Wasser** halten – jmds., seine eigene Existenz (in wirtschaftlicher Hinsicht) erhalten
- kein **Wasser** halten können – nicht gediegen sein; unreell sein.
- kein **Wässerchen** trüben können – ein ungefährlicher MENSCH sein; oder anderen vorspielen, man sei harmlos
- mit allen **Wässern** gewaschen sein – sehr gerissen sein, alle Tricks kennen
- mit vollen Segeln – mit aller Kraft, mit vollem Einsatz
- nahe am/ans **Wasser** gebaut haben – sehr leicht in Tränen ausbrechen
- reinsten **Wässers**, von reinstem **Wasser** – ohne Einschränkung, durch und durch
- Rotz und **Wasser** heulen – stark weinen
- Sein **Wasser**/sich **Wasser** abschlagen – urinieren (veraltet, für Männer)
- sich tapfer über **Wasser** halten – nicht scheitern
- steter **Tropfen** höhlt den Stein – Geduld und Hartnäckigkeit beseitigen auch unüberwindlich scheinende Hindernisse
- Stille **Wasser** gründen tief – äußerlich zurückhaltende MENSCHEN haben oft überraschende Charaktereigenschaften. Vormals in Schlesien soll es „Stilles Wasser, tiefer Loch“ geheißen haben.
- übers **Wasser** laufen können – Wunder wirken können
- unter **Wasser** stehen – überflutet sein
- vom **Regen** in die Traufe kommen – ein Pechvogel sein, dessen Lage sich zunehmend verschlechtert.
- **Wasser** fließt halt immer bergunter – so ist der Lauf der Dinge.
- **Wasser** hat keine Balken – Wasser ist gefährlich, weil man darin untergehen und ertrinken kann.
- **Wasser** in ein/mit einem Sieb schöpfen – sich mit etwas Aussichtslosem abmühen
- **Wasser** marsch! – Kommando zum In-Betrieb-Setzen einer Feuerspritze, einer Wasserkanone.
- **Wasser** predigen und Wein trinken – andere zur Genügsamkeit, Sparsamkeit, Verzicht o. ä. aufrufen, aber sich selbst keinerlei Einschränkungen dieser Art unterwerfen.
- **Wasser** treten – sich durch tretende Beinbewegungen an der Wasseroberfläche halten / barfuß im kalten Wasser gehen
- **Wasser** und Blut schwitzen – sich sehr fürchten, ängstigen, auch vor Entlarvung.
- **Wasser** unter dem Kiel haben (in gutem Fahrwasser sein) – vorwärtskommen
- wie aus dem **Wasser** gezogen sein – nass geschwitzt sein
- wie mit kaltem **Wasser** übergossen – plötzlich ernüchert, enttäuscht
- wie Sand am **Meer** – zahllos, im Überfluss
- wie/nur ein **Tropfen** auf den/einen heißen Stein sein – viel zu wenig sein
- zu **Wasser** werden – nicht verwirklicht werden können
- zur **See** fahren – auf einem Seeschiff arbeiten, Dienst tun

Lyrik

Der Auswahl der Gedichte für Poesie- und Bibliothherapie zum Themenschwerpunkt „Wasser“ sei

Folgendes vorangestellt: Das Gedicht braucht den Hallraum des Herzens des Zuhörers (Domin, 1988). Dies gilt auch für Schreibgruppenleiter/innen und Poesietherapeut/innen. Durch vorausgehende Selbsterfahrung hinsichtlich des potentiellen Resonanzraumes eines Gedichtes soll nötige Bedachtsamkeit walten können, wann und wo ein Gedicht zum Einsatz kommt – im Sinne des rechten Augenblicks, Kairos (Gadamer, 1986).³⁴

Die bereits weiter oben genannte charakteristische Wiederholung der Vielheit in der Einheit und die dadurch entstehende Kontinuität von vergangenem, gegenwärtigem und zukünftig antizipierbarem Erleben ist Grundbedingung für poesietherapeutisches Arbeiten. Es findet sich wieder in den Anwendungen von Rhythmen, Metren, Reimschemata und Stilmitteln. Mit ihnen vermag poetische Sprache eine besondere – als Reaktion auf die entsprechenden Umkehrungen – „Fluss“-Melodie auszulösen. Einerseits reagiert das Sprachwissen auf das Gehörte, andererseits sind die Brüche, Enjambements, und grammatischen Sonderkonstruktionen Potential, Worte ‚anders‘ als in der Alltagssprache gesprochen zu hören. Dieses Potential macht das Gedicht zu einem ‚künstlichen‘, aber ebenfalls ‚künstlerischen‘ Außen in einem gegebenen Setting, wie ein solches die Kunsttherapie fördert und beinhaltet. Es stellt „a third node in the therapeutic dialogue“ (Caeners, 2011, S. 252), der als Performanz und Interpretation sowohl in Rezeption als auch Produktion neue Einsichten und Entwicklungen zulässt: Insofern darf Poesietherapie durchaus als ein „artefactual expressive art therapy“ gesehen werden, „a definition that accounts for the importance of the creative artefact (the poem) and the expression in the context of art and therapy“ (Caeners, 2011, S. 252). Hinzu kommt, dass „[d]ie im Gedicht benannte Erfahrung [...] dem Menschen gegenüber[tritt] als etwas Objektives und [...] auf eine neue Weise vollzogen [wird]: als sein Eigenstes, das aber doch zugleich auch andern widerfährt, ihn mit der Menschheit verbindet, ohne ihn auszusondern“ (Domin, 2009, S. 11). Zwar mag das „palimpsest of poethry therapy [...] thus a collaborative work“ (Caeners, 2011, S. 255) sein,

(synchronically between the client, the poem and the therapist, but also diachronically, between the author-client and the reader-client within the virtual text of the current, yet historically determined life-story) and it is a work in progress; like every text it is a limitless hoard of meanings that depend on actualisation.“ und selbstverständlich kann es folglich keine „single truth in poetry therapy, nor [...] stable meaning (Caeners, 2011, S. 255)

geben. Denn es ist gerade diese Freiheit jener willentlich deutbaren Komplexität des noch unfertigen Ausdrucks eines Eindrucks, den ein Gedicht auf Teilnehmende macht, die es ermöglicht, einen eigenen Sinn zu generieren und mit Bezug zur persönlichen Lebensgeschichte zu interpretieren und zu formulieren. Dieses aber ist die notwendige, nur abhängig denkbare Aktualisierung der

³⁴ Verstanden wird dies hier als die Pflicht des Schreibwerkstattleitenden als ggf. Vortragender oder Redner eines Gedichtes „von all dem das Wo und Wann [zu] kennen“, dies gilt im Kontext der folgenden Ausführung: „Wirkliches Wissen muß auch noch, zu allem hinzu, was Wissen ist und das am Ende alles Wißbare, die > Natur des Ganzen < umschließt, den Kairos kennen, d. h. wissen, wann und wie man zu reden hat. Das kann man nicht selber durch Regeln und bloßes Lernen derselben erwerben.“ Gadamer (1986, S. 307). Vielmehr geht dieser Wissenskompetenz das Moment der Selbstwiderfahrnis und Selbsterfahrung in derselben voraus.

‚verdichteten Worte‘. Diese zu begreifen ist bedingt durch das ewige ‚co-‘. Der lesende und hörende MENSCH ist immer lesender und hörender Mit- MENSCH.

Nur die just benannte Freiheit wiederum vergönnt es den Teilnehmenden, selbst Dichtende zu werden. Sie gewährt, die Vielfältigkeit und Dependenz der Erfahrungen sinnhaft verdichten *zu dürfen* im Freiraum der Mündigkeit einer – und als solche vom Selbst anerkannt – gewordenen Persönlichkeit. Erst aus dieser ergibt sich das Vermögen, sprachlich wieder ‚Neues‘ zu erfahren, eigenständig andere Worte für längst Erzähltes oder Tot- und Wundgeschwiegenes, aber auch für Faulig-Gesprochenes und Tot-Erzähltes zu finden, wieder ‚in Fluss‘ zu kommen und nicht zu stagnieren. Konsequenterweitergedacht bedeutet dies, dass lyrische Sprache einen verantwortenden Verhandlungsraum eröffnet und erfordert:

Verantwortung kann nur tragen, wer bereit ist (in einem bestimmten Sinne), unreal oder idealistisch zu denken und zu handeln. Der „normale“ (verantwortungslos realitätshörige) Gebrauch von Sprache trägt Schuld daran, dass so viele Menschen an unveränderliche „Gegebenheiten“ zu glauben bereit sind. Sie ahnen vielleicht nicht, wie viel Macht sie allein dadurch besitzen, dass sie sprechen: In der Sprache wird permanent verhandelt, was Realität ist und was nicht (Weber, 2011, S. 127).

Auch wenn Sprache nicht die Materialität bestimmter Abstrakta wiederzugeben vermag (vgl. Weber, 2011, S. 138), wie z. B. „Liebe“, „Zuneigung“ oder „Wertschätzung“, weil sie alle an körperlich-räumliche Ausdrucksformen gebunden sind, so kann sie dennoch folgendes: Sprache, speziell in verdichteten Formen, stellt Sehnsucht her, just im Benennen des Nicht-Existenten, des Noch-Nicht-Existenten und zudem bedingt in dem Nicht-Materialisierenden, das Sprache *ist*. Sehnsucht aber nach einem guten, gesunden oder gesundenden Möglichkeitsraum ist ein starker Katalysator, der in somatischen und sensomotorischen Realisationen seinen ‚Widerhall‘ findet.

Eine Weiterführung einer *Rezeption* von Geräusch-, Laut-, Wort-, Satz- oder Textstrukturen ist im Medium des Schreibens sowie mithilfe produktionsorientierter Techniken wie Gedicht/Haiku, Märchen, automatischem, sequenziellem, aber auch kreativem oder biografischem Schreiben umsetzbar. Jedoch kommen für verschiedene Aspekte des WASSERS auch unterschiedliche Formen in Frage. Bevor weitere denkbare *intermediale* Quergänge und Techniken vorgestellt werden, sollen daher auch die *intramedialen* Voraussetzungen in den Blick genommen werden. Zum Beispiel *Gedichtauswahl anhand von lyrischen Formen* oder der Arbeit mit ihnen. Im Folgenden seien in aller Kürze einige Aspekte hierzu vorgestellt.

Lyrik, die wie keine andere Gattung Schmuck, *ornamentas*, einer Sprache verkörpert, erlaubt in ihrer je eigenen Form das ‚Anders-Sein‘, das ‚Auffällig-Werden‘. Dahinter steckt das Dürfen, indem sie sich geschmückt mit Arachismen, Neologismen, Tropen, Wort- und Sinnfiguren präsentiert und damit immer auch eine Auffassung von Leben mit einer zugehörigen Form der *Stilqualität* repräsentiert. Die Qualität des eigenen Rede- und Sprachstils ist immanent und veräußert sich in der Rezeption als die Option des ‚Anders-Daseins‘. Je nach Stadium der Schreibgruppe ist es sinnvoll, darauf zu achten, ob Gedichte z. B. Tropen der 1. Klasse enthalten, also solche mit geringer Distanz zum eigentlichen

Ausdruck, sogenannte Grenzverschiebungstropen, oder jene der 2. Klasse, die Sprungtropen. Letztere sind dort angebracht, wo noch keine Konfrontation, sondern lediglich eine Evokation eines ggf. konfliktbeladenen Themenaspekts provoziert sein will. In einer Sequenz, die etwa mit ‚Tränen‘ arbeitet, sind erstere daher nicht zu empfehlen, da sie einen plakativen und häufig konventionalisierten Charakter haben. Dadurch kann die individuelle Bedeutung für Teilnehmende unterminiert werden. Sprungtropen hingegen eröffnen der Fantasie das Feld, bewirken mithin eine Reihung von Assoziationen, so dass sich ein identifikatorischer Bezug zum Gedicht durch die durch sie ausgelösten ‚eigenen‘ Gedanken ermöglicht.

Aus der Versschule seien für die Arbeit mit Gedichten ebenfalls Optionen benannt. Der strömende Rhythmus (vergleiche die ersten Verse von Goethes Achilleis) nutzt den Hexameter und eignet sich besonders bei Arbeiten an Ufern, z. B. am Fluss, See oder Meer oder mit Geräuschen von Wellen. Denn dieser „Rhythmus hat sein eigenes Gepräge. Manches klingt gewiß an das »Fließen« an; vor allem das stete Weiterdrängen der Bewegung. [...] Strophen, in denen sich die Bewegung stauen und runden könnte, gibt es nicht“ (Kayser, 2002, S. 116). Dieser Rhythmus hat einerseits die Qualität, so das Gedicht inhaltlich konfliktlos ist, zu beruhigen, andererseits hat er die Qualität, Konflikte so zu thematisieren, dass seine Form zu einem Weiterschreiben und Weitergehen auffordert. Der *metrische* Rhythmus, dem zwar Eintönigkeit und Leiern nachgesagt werden, kann jedoch gut bei Arbeiten mit Quellen, Springbrunnen oder Geysiren eingesetzt werden. Auch bei der Konzentration auf Bilder und Handlungen wie z. B. Wassermühlen, Wasserschöpfen etc. lässt er sich anwenden, denn was ihn auszeichnet, ist durchaus das Wiederholende und, sofern bei der Nutzung das „Grundmaß frei umspielt“ (Kayser, 2002, S. 105) wird, vermag auch jene quellende, springende Qualität im Gedichtklang zu entstehen. In diesem findet sich für Teilnehmende ein durch stete Wiederholung ‚Schaffbares‘. Bei Arbeiten an kleinen Bächen oder mit warmem Wasser lässt sich der Wiegenlied-Rhythmus wiederum gut einsetzen. Er eignet sich auch für das Beenden einer Abendeinheit, lässt das Erfahrene des Tages hinübergleiten in die Nacht und dort „schließt sich nichts zu einem anschaulichen »Bilde«, und es stiften sich keine festen Beziehungen zwischen den Phänomenen, die da auftauchen“ (Kayser, 2002, S. 108). Der Wiegenlied-Rhythmus erlaubt darum ein Beruhigen des Aufgewühlten, eine Hinnahme des kognitiven *Noch nicht* vor dem leiblichen *Schon-Geschehenen*. Der sogenannte bauende Rhythmus dagegen zwingt die Konfrontation mit den Stürmen und Fluten (des Lebens) herbei und gibt dennoch dieser schwierigen Themenstellung eine Form, denn „jede Strophe steht als feste, in sich geschlossene Einheit da“ (Kayser, 2002, S. 113) und sollte ggf. in der durch den/die Poesie- und Bibliothérapeut/in getätigten Schreibanleitung durch vorgegebene Strophenzahl auch ein Ende finden. Der gestaute Rhythmus hingegen liefert die Möglichkeit, sich mit den Repressalien, die das WASSER durch den anthropogenen Einfluss erlebt, auseinanderzusetzen, denn „auffällig häufig und stark sind die Pausen, die die Bewegung immer

wieder aufhalten“ (Kayser, 2002, S. 115). Dieser kann gekoppelt an ein lyrisches Ich (u. a. das WASSER) eingesetzt werden.

Für die Reimarten seien stellvertretend einige wenige Beispiele für die Qualitäten aller Reimarten benannt: Der *Stabreim* kann hervorragend mit der Arbeit zu/bei Wasserfällen und Kaskaden kombiniert werden, ihn „empfindet unser Ohr weniger als Klang denn als Geräusch“ (Kayser, 2002, S. 96). Der *Anfangsreim* eignet sich bei der Konzentration auf Tropfen oder Tränen, hier bietet sich auch eine Variante am nächsten Tag an, das serielle Schreiben. *Kettenreim* kann bei Bildern oder Naturphänomenen wie Regen- oder Wasserböen, bei Anwendungen wie Kneippen oder Sprinklern verwendet werden usw. Eine extensive Auseinandersetzung mit der wasserklanglichen Qualität der gesamten Versschule sprengt den Rahmen dieser Arbeit. Dennoch wurden einige exemplarische Erläuterungen gegeben, um die Relevanz intramedialer Qualitäten und damit verbundener Qualia für die Auswahl von Gedichten und/oder lyrischen Formen, je nach rezeptions- oder produktionsorientierter Sequenz, hervorzuheben.

Gedichte:

- 13 (ans meer kommt wer die schuld nicht schafft) – judith zander
- 2 (blau hegt für alles blaue) – judith zander
- 2 (nachts noch trieb es uns zum strand) – judith zander
- Al fresco – Peter Rühmkorf
- Alles ist aus dem Wasser entsprungen! – Johann Wolfgang von Goethe
- Als schiebe man gestapeltes Wasser – Les Murray
- Am Strande – Marie Luise Kaschnitz
- Am Strande – Rainer Maria Rilke
- Am Turme – Annette von Droste-Hülshoff
- An den Mond – Johann Wolfgang von Goethe
- Auf dem Bootssteg – Björn Kuhlig
- Auf dem hohen Küstensande – Theodor Storm
- Auf dem Sankt Anna Platz – Georg Britting
- Auf dem See – Johann Wolfgang von Goethe
- Begegnung – Heinrich Heine
- Bei der Lektüre Pablo Nerudas – Hilde Domin
- Das Büblein auf dem Eise – Friedrich Güll
- Das Gewitter – Georg Trakl
- Das Schiff – Marie von Ebner-Eschenbach
- Das Segelschiff des Knaben – Oskar Loerke
- Der Herr der Insel – Stefan George
- Der Knabe im Moor – Annette von Droste-Hülshoff
- Der Lotse – Ludwig Giesebrecht
- Der Mann in der Stadt sagt – Georg Britting
- Der römische Brunnen – Conrad Ferdinand Meyer
- Der römische Brunnen von Conrad Ferdinand Meyer
- Der Sinn der Existenz – Les Murray
- Der stille Grund – Joseph von Eichendorff
- Der Strom – Georg Britting
- Der Sturm spielt auf zum Tanze – Heinrich Heine
- Der Taucher – Friedrich Schiller
- Der Zauberlehrling – Johann Wolfgang von Goethe
- Die Abgeschiedenen – Ludwig Uhland
- Die Brücke am Tay – Theodor Fontane
- Die Forelle – Christian Friedrich Daniel Schubart
- Die Frage bleibt – Theodor Fontane
- Die große Fracht – Ingeborg Bachmann
- Die Insel / Nordsee – Rainer Maria Rilke
- Die Küste im Rücken – Björn Kuhlig
- Die Lorelei – Heinrich Heine
- Die Nachtblume – Joseph von Eichendorff

- Die Sonne sinkt – Friedrich Nietzsche
- Die Vergeltung – Annette von Droste-Hülshoff
- Die Verscheuchte – Elke Lasker-Schüler
- Die zugenagelten Strandkörbe – Björn Kuhlig
- Diese vorüberrauschende blaue – Peter Rühmkorf
- Ein Meer – Björn Kuhlig
- Es war ein solcher Vormittag – Christian Morgenstern
- Es war zur Nacht – Alfred Mombert
- Ganz kurz vor dem Gewitter – Michael Krüger
- Gemahnt – Stefan George
- Gesang – Joseph von Eichendorff
- Gesang der Geister über den Wassern – Johann Wolfgang von Goethe
- Gesang Weylas – Eduard Mörike
- Gewitterregen – Wulf Kirsten
- Grenzen der MENSCHheit – Johann Wolfgang von Goethe
- Hälfte des Lebens – Friedrich Hölderlin
- Hoffnung – Emanuel Geibel
- Im Nebel – Hermann Hesse
- In tausend Formen – Johann Wolfgang von Goethe
- Johanna Sebus – Johann Wolfgang von Goethe
- John Maynard – Theodor Fontane
- Knabe und Tod von Erich Mühsam
- Köln – Hilde Domin
- König Karls Meerfahrt – Ludwig Uhland
- Leben – Nazim Hikmet (übersetzt von Rana Talu)
- Lenzfahrt – Conrad Ferdinand Meyer
- Lied vom Rhein – Max von Schenkendorf
- Mahomets Gesang – Johann Wolfgang von Goethe
- Meer – Erich Fried
- Meer am Morgen – Christian Morgenstern
- Meeres-Abend – Albrecht Schaffer
- Meeresleuchten – Friedrich Hebbel
- Meeresluft – Hermann Lenz
- Meeresstrand – Theodor Storm
- Meine alte Schiffsuhr – Joachim Ringelnatz
- Mit den fahrenden Schiffen – Georg Heym
- Mit zwei Worten – Conrad Ferdinand Meyer
- Morgen – Wolf Peter Schmitz
- Nacht – Hilde Domin
- Nachts – Rudolf Alexander Schröder
- Nähe des Geliebten – Johann Wolfgang von Goethe
- Nis Randers – Otto Ernst
- Nur zwei Dinge – Gottfried Benn
- Odysseus und die Circe – Peter Huchel
- Oktober – Heinrich Detering
- Passage des Odysseus – Dietrich Krusche
- Psalm 65 / Bibel
- Rätsel – Friedrich Schiller
- Regenlied – Klaus Groth
- Reiselied – Hugo von Hofmannsthal
- Römische Fontäne von Rainer Maria Rilke
- Rudern, Gespräche – Bertold Brecht
- Schinder – Christoph Meckel
- Seefahrt – Johann Wolfgang von Goethe
- Tränen in schwerer Krankheit – Andreas Gryphius
- Trost in Tränen – Johann Wolfgang von Goethe
- Trübes Wetter – Gottfried Keller
- Über dem Meer die bunte Wolke – Nazim Hikmet (übersetzt von Rana Talu)
- Um Mitternacht – Eduard Mörike
- Undine – Peter Huchel
- Vor dem Gewitter – Hermann Lenz
- Wasser zu Wasser – Andrea Lutz
- Weltgeheimnis – Hugo von Hofmannsthal
- Winternacht – Gottfried Keller
- Wo wir – Rudolf Hagelstange
- Zueignung – Johann Wolfgang von Goethe

Prosa

Prosa und speziell Märchen eignen sich in zweierlei Hinsicht für poesie- und bibliotherapeutische Schreibwerkstätten. Prosa – in Form von kurzen, thematisch und für den Verlauf des poesie- und bibliotherapeutischen Wirkens prägnanten Textauszügen aus Romanen, Novellen oder Erzählungen – erlaubt es beispielsweise, in einer poesitherapeutischen Durchführung aus der rezeptiven Instanz in die produktive überzugehen. Für die gewählte Passage wie für den/die Lesende/n und die Hörenden bedeutet dies vorab:

Langsam lesen bedeutet nicht unbedingt, viel zu lesen, sondern eher wenig, aber das Gelesene in sich aufzunehmen und zu verinnerlichen. Das gelingt besonders gut beim lauten Lesen, bei dem die Worte ohne Umwege unser Herz und unsere Seele erreichen. Diese Leseform hat eine alte Tradition [...]“ (Duda, 2008, S. 18).

In der Langsamkeit geschieht bereits eine Umdichtung in den Zuhörenden, basierend auf dem assoziativen Potential des Textauszugs. Zeiten und Räume werden fantasiert oder projiziert. Eigene biographische Inhalte mit dem Gehörten verknüpft. Das ist der Grund für die heilsame Wirkung, denn

[f]ür Texte, die uns auf diese Weise in unserem Inneren und in der Tiefe berühren, brauchen wir keine auch noch so gute Interpretation von außen, denn die allerbeste und für uns richtige finden wir in uns selber. Manchmal ist es ein spontanes Aha-Erlebnis, ein anderes Mal eine tiefe Einsicht, die erst später kommt. Meist aber ereignet sich die heilsame Wirkung der Literatur im Stillen und mitten im Leben. Und eigentlich ist es genau das, worum es bei der Lesekunst geht: Wir lesen für das Leben und damit das Leben gelingt. (Duda, 2008, S. 18)

Teilnehmende können anschließend das Gehörte in Poesie und Poetisches übersetzen und verdichten. Es eignen sich Volksliedstrophe, Vierzeiler, Elfchen. Für weitere Verdichtungsebenen bieten sich Haiku, Senryu und Tanka an. Dem rezeptiven und schreibproduktiven Ansatz können Sequenzen von Bewegungsausdrücken, dies u. a. in Form von psychodramatisch verwandeltem Textinhalt, und ebenso das Zeichnen mit Jaxon-Kreide zwischengeschaltet werden. Wichtig ist, dass die Überführung in ein je anderes Medium an das Textpotential sowie an die vorgegebene Textform (z. B. ein Dialogpart) angepasst und in der Reihenfolge aufeinander abgestimmt wird. Oft lösen bereits knapp bemessene Textstellen zu WASSER intensive innere Bilder und emotionales Erleben aus, für das Teilnehmende einen Ausdruck benötigen, der, initiiert durch die Anleitung des/der Leitenden bzw. des/der Poesietherapeut/in, nicht allzu lange auf sich warten lassen sollte.

Ähnlich intensiv wie benannte kurze Prosapassagen wirken insbesondere Märchen. Märchen operieren auf den Basisemotionen Freude, Angst, Ärger, Traurigkeit. Sie sind den beiden Prä-Emotionen des Wohlbefindens bzw. Unbehagens zuzuordnen. Nun entspricht diesen, dass es kein Denken ohne Fühlen gibt.

Um das Fühlen, Empfinden oder Emotionen der Teilnehmenden anzuregen eignet sich das Märchen somit sehr gut, denn seine Figuren und Handlungsstränge sind in dieser Hinsicht nicht komplex und

tendenziell einfach zu durchschauen. In diese sind oft nur wenige, meist stereotype, primäre kognitive Emotionen wie Heiterkeit, Zufriedenheit, Bedrohung, Niedergeschlagenheit und sekundäre kognitive Emotionen wie Liebe, Glück, Eifersucht, Zorn und Trauer integriert. Damit bieten sie einen vereinfachten Zugang zur ‚Welt der Gefühle‘, zumal mit Zunahme des Lebensalters auch die Reflexionsfähigkeit ansteigt und diese wiederum der Erkenntnis der jeweiligen Emotion bisweilen im Wege stehen kann. Manchmal vermischt sich das jeweilige daraus resultierende Fühlen oder Empfinden in der Detailanalyse, das Märchen aber erlaubt gemäß Stufenlehre einen Rückschritt. Ferner deswegen, weil es aufgrund des kulturellen Gedächtnisses auch dann der Kindheit – und damit einer weniger rational reflektierenden Denkweise – zugeschrieben wird, wenn in der individuellen Biografie keine Berührungspunkte gegeben waren. Doch,

[a]uch wenn Emotionen [für Erwachsene, A. d. V.] zumeist verworren sind, ohne sie würden wir in der Fülle der Informationen ertrinken, mit denen unser Gehirn jede Sekunde überschüttet wird. Erst durch unsere Gefühle stellen wir einen Kontakt zu unserer Umwelt her, indem wir etwas bei unseren Begegnungen mit Menschen, bei der Entwicklung von Gedanken oder bei der Betrachtung von Gegenständen empfinden und sie auf diese Weise für uns bedeutsam werden lassen (Stenger, 2014, S. 51).

Märchen eröffnen diesen rudimentär-emotionalen Kontaktaufbau. Sie können sowohl in der Initialphase als bibliothераapeutischer Stimulus als auch in der Aktionsphase als poesiherapeuthisches In-Bewegung-bringen, als Schreiben aus der Resonanz, eingesetzt werden. In beiden Fällen kann die Arbeit mit Märchen dann zum Zuge kommen, wenn noch kein konkreter Handlungsbedarf zu erkennen ist oder aktiviert werden soll, sondern vielmehr die Ahnungen dessen spielerisch evoziert werden sollen. Denn

[v]on einer räumlichen, zeitlichen, seelischen oder geistigen Tiefengliederung wie auch von einer nuancierten Darstellung des Gefühlslebens sieht das Märchen gewöhnlich ab. Gefühle erscheinen in Form von Ereignissen, als Zielsetzungen und als Handlungen. Das Innenleben erscheint projiziert in der Darstellung des Äußeren der verschiedenen Figuren bzw. des Geschehens (Hellgardt, 2007, S. 353).

Sie erlauben somit eine Auseinandersetzung mit dem noch kognitiv Unkonkreten, das dennoch in den Leibspeichern seine konkreten figürlichen oder szenischen Entsprechungen wiederfinden kann.

Auch bei der Auswahl der spezifischen Experimente ist es wichtig, wie auch derjenigen der Medien (Texte, Musik, Bilder, natürliche Materialien), dass sie in ihrer Präsentation oder Realisation immer ein Potential zum Schreiben hin entwickeln oder in einem Schreibkontext zum Einsatz kommen. Erlebnisaktivierende Experimente sind tendenziell vor oder während einer bibliothераapeutischen Sequenz einzusetzen, da sie vorbereiten und öffnen. Anschließend Texte zu hören, die vermittelnde oder experimentelle Phänomene beschreiben, wirkt,

weil das geschriebene Wort, das man annehmen oder lassen kann, nicht so bedrängend wie das gesprochene Wort ist. Denn das geschriebene Wort ist nicht so häufig mit Forderungen, Verboten oder anderen angstauslösenden Erfahrungen verbunden wie das gesprochene Wort. Aus diesem Grunde können viele Menschen ein Buch [oder einen Text wie ein Märchen] mit geringerer Abwehr und einem Maximum an Zugänglichkeit annehmen (Alston, 1967, 159f).

So können Teilnehmende beispielsweise während des Hörens eines passenden Märchens das Sprudeln oder vielfältige Blubbern von WASSER an den entsprechenden Stellen nachahmen. Eine stimmliche Geräuschproduktion ist ebenso möglich wie materialaktives Umsetzen, z. B. mit Luftpumpe und Wasser in einem Behälter oder im Glas mit Luftröhrchen. Beide Varianten passen sich ihrem Verlauf den Passagen Märchen an, mithilfe der je gewählten Intensität oder Häufigkeit. Eine spielerische Komponente des Leibgedächtnisses kann in Bezug auf das Lernen und Entdecken zu Kindergarten-, Schul- und Freizeiten (je nach Altersstufe der Teilnehmenden) angeregt werden. Kontextgebunden ist auch hier auf den Grundsatz *Regression im Dienste der Progression* zu achten; er ist mit der gebotenen Vorsicht anzuwenden.

Ein medialer Quergang kann folgen, z. B. eine Anleitung zum Schreiben hin wie: „Was das Wasser mir zu erzählen hatte, war ...“ oder in die Gegenwart fixierend „Was das Wasser mir erzählt, ist ...“. Selbstredend kann dies dazu führen, dass weitere Erinnerungen an WASSER oder anderes, passives Wissen über Wasser abgerufen werden. Anhand einer Abfolge medialer Quergänge bzw. der Reaktion, Interaktion und Resonanzstärke der Teilnehmenden zeigen sich immer auch Qualitäten der ‚Biosodie des Lernens‘ der einzelnen Teilnehmer (Stichwort *Lebenslanges Lernen, Wissbegier, Neugier, Reproduzierbarkeit des Gelernten*). Sie ist in ihrem individuellen Facettenreichtum mit Behutsamkeit in einen gemeinsamen dynamischen Gruppenprozess einzugliedern.

Wird vor einer bibliothераpeutischen Sequenz ein Wassersprudeln, Bachplätschern oder Quelleblubbern etc. über eine Audiodatei abgespielt, eignet sich zunächst eine Imaginationsreise, z. B. als Wanderung mit Rast an einer sprudelnden Waldquelle. Das äußerlich Gehörte und innerlich Gesehene kann in eine Malarbeit der Sinneseindrücke und Resonanzausdrücke übergeleitet werden, worauf schließlich ebenfalls eine Schreibsequenz in Form eines eigenen Märchens oder alternativ das Weiterschreiben eines nicht bis ganz zum Ende gelesenen Märchens folgen kann.

Das spezifische Wasserthematik-Lebensbild ‚Wanderung mit Erfrischung‘ eignet sich für ressourcenorientiertes Arbeiten zur Lebensspanne. Stereotyp assoziierbare kulturelle Gedächtnisinhalte und Begriffsprägungen wie ‚Der Wandersmann‘ oder ‚Der Wanderer‘ können dabei in den Blick genommen werden – sofern immer die notwendige Erfrischung an einer Quelle oder einem Brunnen während einer Wanderpause eingegliedert ist. Dieser Schwerpunkt bietet sich an, falls eine Schreibwerkstatt z. B. für Zielgruppen aus dem Managementsektor durchgeführt wird. Häufig ignoriert ihre Persona sowohl in Atmung, Haltung, Stimme und Zeitplanung nötige Pausen und Regenerationsmomente oder will sie mit ‚Produkteffektivität‘ füllen. Ruhepausen und Innehalten dienen der Selbstwahrnehmung, das Bedürfnis nach Wasser an einer Quelle der Selbsteinschätzung – wie viel der Kräfte wurden gebraucht, wie viele lassen sich noch nutzen. Dieser Ansatz hilft vor allem bei der Sensibilisierung für die eigene Resilienz, die zuvorderst auf Selbstwahrnehmung beruht.

Eine angemessene Selbstwahrnehmung bildet eine wichtige Grundlage für das Gestalten von sozialen Beziehungen, für das Herangehen an neue Aufgaben und das Bewältigen von Schwierigkeiten und Problemen. [...] In der Schutzfaktorenforschung gehört Selbstwahrnehmung allerdings zu den Faktoren, die empirisch am besten abgesichert sind, d.h. es ist belegt, dass dieser Faktor eine schützende Wirkung hat“ (Fröhlich-Gildhoff & Rönnau-Böse, 2015, S. 43).

Ausweitbar ist dieser Ansatz thematisch als Wanderung über ganze Hügel-/Bergketten sowie zwischengelagerte Bergseen, Quellen, oder Wanderwege entlang Wasserfällen. Sowohl Märchen als auch die Entwicklungs- und Reiseromane, insbesondere die Robinsonaden, sowie Reiseberichte offerieren hierfür viele Textpassagen.

Es folgt eine bündige Zusammenfassung speziell für die Wassersymbolik im Märchen, weitere Märchen-Symbole erläutern Bonin (2001) und Kieser (2014):

Wasser ist Gefühl

Seine fließende Bewegung entspricht der Beweglichkeit der Gefühle. In seinen vielen Erscheinungsformen, wie die Wolken (Bedrohung Vorahnung), der Regen (Fruchtbarkeit), der See (Heiterkeit), das Meer (Das Unbewusste) sowie der Fluß (Lebenskreislauf), verändert es immer wieder seine symbolische Bedeutung für das menschliche Leben.

Das Wasser verändert seinen Zustand, vom erstarrten Eis, zum fließenden Wasser, bis hin zum aufsteigenden Dampf. Gefühle können ebenso erstarren, fließen und sich verflüchtigen. Der Übergang von einem in den anderen Zustand ist fließend.

Das Wasser lässt sich wie die Gefühle nicht festhalten, aufgestaut kann es gefährlich werden, es türmt sich auf, bricht Deiche, überschwemmt das Land, reißt Alles im mächtigen Strudel mit sich fort.

Ist zu wenig Wasser da, gibt es Trockenheit, es wächst Nichts mehr, Hunger und Not breiten sich aus. Auch menschliche Gefühle können versiegen, zurück bleibt ein gefühlsarmer Mensch, gleich einer Depression oder Verhärtung.

Wasser ist wie die Gefühle auch, nicht schlecht oder gut, es kommt nicht jedem gleich gelegen. So kann ein Fluss für den Einen ein Hindernis, für den Anderen eine Möglichkeit des mühelosen Vorankommens darstellen. So freut sich der Bauer über den Regen damit die Wiese wächst, doch nach dem Schneiden muss das Gras trocknen und der Regen zerstört das Heu (Tax, 2020).

Märchen³⁵

- Das hässliche junge Entlein – Gebrüder Grimm
- Das Wasser des Lebens – Gebrüder Grimm
- Der Fischer und seine Frau – Gebrüder Grimm
- Der Garten im Brunnen – Ludwig Bechstein
- Der König im Bade – Ludwig Bechstein
- Der Schneemann – Hans Christian Andersen
- Der Wassertropfen – Hans Christian Andersen
- Die Gänsehirtin am Brunnen – Gebrüder Grimm
- Die Geschichte vom Gespensterschiff – Wilhelm Hauff
- Die Schneekönigin – Hans Christian Andersen
- Die sechs Schwäne – Gebrüder Grimm
- Die wilden Schwäne – Hans Christian Andersen
- Frau Holle – Gebrüder Grimm
- Star und Badewännlein – Ludwig Bechstein
- Der Froschkönig – Gebrüder Grimm

Romane, Erzählungen & Novellen

- A Descent into the Maelström – Edgar Allen Poe
- Bericht eines Schiffbrüchigen - Gabriel García Marquez

³⁵ Siehe für weitere Märchen-Tipps und speziell Erläuterungen zur Wasser-Symbolik in Märchen die Zusammenstellung von Starnier (2015).

- Das kalte Herz – Wolfgang Schmidbauer
- Das Narrenschiff – Hieronymos Bosch
- Das wasserscheue Krokodil – Gemma Merino
- Der Schimmelreiter – Theodor Fontane
- Die letzte Welt – Jochen Ransmayr
- Die neue Melusine – Johann Wolfgang von Goethe
- Die Wasserfälle von Slunj – Heimito von Doderer
- Jenseits des Meeres – Jon Walter
- Moby Dick – Hermann Melville
- Novecento – Alessandro Barricco
- Odysseus – Homer
- Regen und andere Niederschläge oder Die falsche Inderin – Johannes Muggenthaler
- Robinson Crusoe – William Dafoe
- Schwarm – Frank Schätzing
- Seefahrt ist not! – Gorch Fock
- Steine am Meer – Joachim Ringelnatz
- The old man and the sea – Ernest Hemingway
- Undine - Friedrich de la Motte Fouqué
- Vom Wasser – John von Duffel

Techniken

Den beiden Methoden Poesie- und Bibliothherapie sind verschiedenen Techniken³⁶ zuzuordnen, die sich im Kontext der Integrativen Therapie bereits bewährt haben. Im Folgenden wird eine Auswahl von Techniken präsentiert, für die deutsche IPBT entwickelt von H. G. Petzold und Orth (2008a, 1994a/2012). Dabei handelt es sich um: Doppeltechnik, Psychodrama; Lebenspanorama, Panoramatechnik; Selbstbilder, Selbstporträts, Souveränitätsbilder; Innere Beistände, Innere Feinde. Diese Techniken wurden von der Verfasserin der vorliegenden Arbeit für Schreibwerkstätten zum Thema WASSER mit den Schwerpunkten Persönlichkeitsbildung, Kulturarbeit und HYDROLOGISATION bzw. die hydrologische Dimension der Ökologisation entsprechend modifiziert. Es werden zudem auch weitere Übungen präsentiert, die von der Verfasserin dieser Arbeit selbst konzeptualisiert wurden. Sie sind explizit als solche gekennzeichnet.

Doppeltechnik, Psychodrama

³⁶ Unter Techniken sind die kreativen Prozesstechniken zu verstehen, wie sie in der Integrativen Therapie zur Anwendung kommen. Vgl. H. Petzold (2011e): Es sind Techniken, welche "die kreativen Medien prozessorientiert zugleich in diagnostischer und in therapeutischer Ausrichtung unter Einbezug projektiver, unbewusstes [sic!] Material evozierender, und semiprojektiver, bewusstes und unbewusstes Erinnerungsmaterial aufrufender, Prozesse [...] in konsequenter Anbindung an die anthropologischen, persönlichkeits-theoretischen, entwicklungs-theoretischen und gesundheits-/krankeit-theoretischen Grundlagen der Integrativen Therapie. [...] Sie sind "immer projektiv und [sic!] zumeist semiprojektiv [...], d. h. sie stellen der bewusstseinsfähigen Erinnerung zugängliche Ereignisse, Szenen, Personen, Fakten dar, weil sie aber Medien mit ihren Ausdrucks- und Gestaltungsmöglichkeiten in Formen, Farben, Symbolen nutzen, fließen immer auch unbewusste, projektive Momente ein", siehe auch H. G. Petzold und Orth (1994a/2012).

Die Doppeltechnik (vgl. H. G. Petzold, 1979d) auf das Thema WASSER (in der nun ausgeführten Variante v. d. V. angepasst) angewendet, nutzt schwerpunktmäßig den Hall oder das Echo. Dies kann einerseits mit Bezug auf Geräuschproduktionen angewendet werden, wonach Teilnehmende aufgefordert sind, Laute oder Geräusche des Wassers zu imitieren. Dies kann andererseits auch eine Zwischenstufe hin zum Psychodrama/therapeutischen Theater darstellen, als eine Interaktion zwischen den Teilnehmern, indem Äußerungen (Laute, Geräusche von Wasser oder Sätze/Aussagen zum Wasser) einander zugewandt wiederholt werden. Diese Form lässt sich einerseits als individual-expressives, andererseits als kollektiv-expressives Ausagieren ausführen. Letzteres lässt sich z. B. mittels oder im Kontext von therapeutischem Theater oder Psychodrama umsetzen.

Das therapeutische Theater oder Psychodrama erlaubt es den Teilnehmenden auch scheinbar Unbelebtes durch das Schauspiel zu beleben. Es seien dies theatralisch umgesetzte Spezialbereiche wie ‚ein Klärwerk, das spricht‘ oder ‚das Meer, das spricht‘ mit seinen jeweiligen Unterkategorien. Weitere Varianten sind denkbar, wie der Planet Erde, der mit der Atmosphäre oder den Wolken spricht. Sie werden miteinander als ‚Objekthaftes‘ oder Naturhaftes durch verbalen, gestischen und mimischen Ausdruck ‚ins Gespräch gebracht‘. Die sich durch das Psychodrama entwickelnde Rollenperformanz der Teilnehmenden fußt auf der Annahme, dass jeder Teilnehmende zu jedem Augenblick sein Rollenrepertoire erweitern kann. Durch spielerisches Probehandeln und Transformation werden den Individuen neue Handlungsräume in ihrem Alltag sichtbar. Als Szenerie kann z. B. eine Badewanne gewählt werden, welche mit Wasser befüllt und mit chemischen Badezusätzen zum Duften gebracht sowie anschließend mit chemischen Substanzen gereinigt wird, die wiederum sodann gemeinsam den Abfluss hinabfließen – und alternativ mit natürlichen, abbaubaren Zusätzen. Rollenerweiterung vor diesem Hintergrund ist identifikatorisch und multiperspektivisch gemeint, als diejenige der ‚Kulturarbeitenden im komplexen Wasserkreislauf‘. Jede/r Teilnehmende nimmt einen anderen Part in diesem Verlauf ein und bringt darin ein jeweiliges ‚Erleben‘ zum Ausdruck.

Die Doppeltechnik kann ebenfalls eingesetzt werden bei z. B. Sequenzen des dialogischen Malens. Im Echo des farbspektralen Ausdrucks, ob schriftzeichnend-symbolisch oder nonverbal als reine Bewegung, verhilft es dazu, bei sich oder durch den Doppeltechnik-Partner – trotz Imitation und Echo – dessen Variation des Ausdrucks wahrzunehmen und damit das eigene Repertoire möglicher Expressivität zu erweitern. Gerade in Bezug auf die WASSER-Thematik kann die Doppeltechnik dazu verwendet werden, die Ebenen der Auseinandersetzung mit WASSER als *Kommunikations- und Handlungsebenen im ökologischen Umfeld* zu explizieren.

Mithilfe dieser Technik und Technikvariationen wird eigenleibliches Spüren getieft. Dies gewährt den Teilnehmenden der poesie- und bibliotherapeutischen Schreibwerkstatt ein atmosphärisches Erfassen der *interdependenten Faktoren von individuellem, anthropogenem und atmosphärischen Wasserkreislauf*. Dieses Erfassen fördert zugleich das szenische Verstehen und fügt die einzelnen

Puzzle-Stücke aus Erinnertem und Erkanntem hinein in ein integratives Verarbeiten, welches sodann wieder zurückführt zu weiterem eigenleiblichem Spüren innerhalb des atmosphärischen Erfassen und szenischen Verstehen des größeren WASSER-Ganzen (gemäß der Fraktal-Theorie nach Mandelbrodt).

Lebenspanorama/Panoramatechnik

Das „Lebenspanorama“ bzw. die Panoramatechnik (vgl. Petzold, H. G., Orth, I., 1993a/2012) – eine am theoretischen Hintergrund der IT der „Philosophie des Weges“ (H. G. Petzold & Orth, 2004b) und ihrer „Lifespan Developmental Theory“ (Sieper, 2007b) ausgerichtete Kerntechnik des Integrativen Ansatzes – ist der mit Farben (z.B. Wachsmalkreiden) zu Papier gebrachte Lebenslauf. Dabei reicht das Panorama von der Geburt bis hin zu Visionen oder Vorstellungen des Alt-Geworden-Seins bzw. des eigenen Todes. In diesen ‚Aufzeichnungen‘ des eigenen Lebens stecken figuriert, symbolisiert und chiffriert die ungehörten Tönungen und Nuancen des Lebens, also solche, die im oralen Erzählen der Lebensgeschichte ggf. nicht thematisiert würden (i.B. auf das neurosalutogenetische Wirkspektrum vgl. Petzold, H.G., Orth, I., 2006). Für das Lebenspanorama eignet sich als Bildhaftes ein Quelle-Fluss-See-Verlauf – als Variante der ursprünglichen Weg-Metapher (vgl. Erläuterungen in Petzold, H.G., Orth, I., 1994a/2012). Das *Lebenspanorama* betont stärker die Entwicklung, die Biosodie und Biografie der Teilnehmenden. Es bindet sich zudem darinnen zusammen das menschliche Sein aller in den Flussverläufen, dieserart veranschaulichend die jeweilige Anknüpfung eines einzelnen Lebensweges an die der Mitmenschen. Dadurch wird jedes Individuum unweigerlich mit der Gemeinschaft aller, die leben/lebten, verbunden, antizipiert sich im Ur-Ozean als des Verlaufes Ende – die eigene Sterblichkeit ist Erkenntnis der ‚renovatio‘, die dem Wasser so charakteristisch ist. Das Lebenspanorama endet im ‚Meer der Zeit‘, erinnert so an den Zyklus von Geburt (Quelle) und Tod (Meer). Es birgt damit nicht nur das Moment des Kontinuums, sondern auch dasjenige der häufig zyklischen Phasen der verschiedenen Lebensalter.

Als Abstraktion bietet sich an, die zeitlichen Aspekte des ‚Vergangen-Gegenwärtig-Zukünftig‘ in den atmosphärischen WASSER-Kreislauf einzuordnen. Die *Panorama-Technik*, welche diese Aufteilung in retrospektive, aktuelle und prospektive Anteile vorsieht, ist einerseits freier in der Gestaltung. D. h. sie erlaubt auf individueller Ebene eine intensivere Auseinandersetzung mit dem eigenen Bezug zu WASSER: zum Natürlichen/Körperlichen in Abgrenzung oder alternativ in Einbindung des atmosphärischen Kreislaufs. Bei der Panorama-Technik rückt die Aufmerksamkeit hin zur zeitlichen Abhängigkeit jeder WASSER-Historie. Dies birgt darum das Potential, Handlungsnot zu entlarven (vgl. hierzu Ausführungen in Petzold, H. G., Orth, I., 1993a). Dafür stellt die Flussmetapher ein starkes,

weil Dynamik und Richtung vermittelndes Bild, sowohl auf metaphorischer Ebene als auch auf der Ebene der individuellen/kollektiven WASSER-Historie im Allgemeinen. Es wird eine die Lebensspanne meinende, retrospektiv und antizipierend prospektive Perspektive eingenommen, und damit auch die Basis für eine „Kontinuumsanalyse“ (H. G. Petzold, 2007b, S. 624) entworfen. Sie erlaubt eine „Überschau“ oder Übersicht über das „Ganze“ und beinhaltet „synoptische Qualitäten“, auf die ggf. tiefenhermeneutisch eingegangen werden kann.

Wichtig ist es beim Thema WASSER die Techniken, hier im Besonderen die Panorama-Technik, bereits in der Anleitung entsprechend zu modifizieren. Sofern nicht von vornherein die Flussmetapher, denn diese tendiert hin zur Kontextanalyse, verwendet wird. Bei der Panorama-Technik wird

bis zum gegenwärtigen Lebenszeitpunkt alles in Form und Farbe zu Papier gebracht [wird], was an bedeutsamen Ereignissen [mit Wasser, E. v. V.] ins Gedächtnis kommt, und dann wird antizipierend weitergemalt bis zum Alter hin, ja bis zum eigenen Tod, der in farblicher oder figuraler Symbolik Ausdruck finden kann (H. G. Petzold, 2007b, *ibid.*).

Damit erfahren die Teilnehmenden durch das im Gemalten zum Ausdruck Gebrachte mehr über Konflikte, die mit dem Thema WASSER in ihrem Leben ganz individuell einhergehen. Es birgt auch Hinweise, wo und wie sie derartigen Konflikten bisher aus dem Weg gegangen sind. Durch die Sichtbarmachung wird die Basis für neu erlernbare Handlungskonzepte geschaffen, um so Kompetenzen im Umgang mit WASSER weiterzuentwickeln – als dessen „Mit-WASSER“ (Stichwort „WASSER-TRÄGER“).

Selbstbilder, Selbstportraits, Souveränitätsbilder

Diese Techniken, die das eigene Selbst als Bild oder als Portrait farbig oder zeichnerisch zu Papier bringen – und gleichfalls zu den Prozesstechniken gehörig, die in dem Konzept des „Body Self“ bzw. des „Informed Body“ gründen (vgl. Entstehung und Anwendung in Petzold, H. G., Orth, I., 2017b, 2017a) – können einerseits die biologische Innensicht in den Blick nehmen: Wie stelle ich mir das von Wasser und Flüssigkeit durchdrängte Innere meines Körpers vor? Des Weiteren lassen sich Selbstbilder als Szenen kontextualisieren. Welches Selbstbild habe ich von mir in Bezug auf den atmosphärischen oder den anthropogenen Wasserkreislauf? Hierbei sollten bei der Arbeit mit WASSER zunächst keine anderen Personen integriert oder figuriert werden, da der Fokus zuvorderst ganz auf dem Selbstbild/Selbstporträt liegt. Selbstbilder und Selbstporträts können auch modifiziert werden, indem Sätze wie „Ich, ein Wasserträger“, „Ich, ein Wasserspender“, „Ich, ein Wasserschützer“ vorgegeben werden.

In einem nächsten Schritt können via Rahmentchnik andere ‚Wasserträger‘ eingeführt werden. Sie erlauben es, eigene Projektionen auf das Selbst sichtbar zu machen und Internalisierungen sowie Interiorisierungen durch die kreative Auseinandersetzung zu externalisieren. Selbstbilder,

Selbstporträts und Souveränitätsbilder nutzen allesamt die Ressource unseres Gedächtnisses, denn dadurch, dass dieses „die verschiedenen Stadien der Wandlung festhält, ermöglicht [es] uns, daß wir uns *retrospektiv* in verschiedenen Gestalten sehen können, um uns auf dieser Basis hier und heute *aspektiv* zu verstehen und *prospektiv* zu entwerfen“ (Ilse Orth & Petzold, 2007, 766). Dennoch ist das Gedächtnis abhängig von der Erinnerung und diese ist narratives Produkt sowie hörig der eigenen Sprech- und Sprachweise, die sich auch körperlich manifestiert. In dieser Interdependenz liegt jedoch zugleich das Potential ‚anders/neu zu erzählen‘.

Mit der *Vergrößerungstechnik* kann sodann u. a. der Kopf/Schädel als Kontur fokussiert werden, das Gehirn umfassend. Gerade hier unterscheiden sich oft die kognitiven von den emotionalen WASSER-Begriffen. Die Vergrößerungstechnik bietet sich immer dann an, wenn korrelierende oder kausale Zusammenhänge verdeutlicht werden sollen.

In diesem „zweiten Durchgang“ des Malens gewinnen unbewußte Tendenzen an Prägnanz. Sie werden deutlicher. Probleme schälen sich heraus, sie gewinnen an Kontur und – obwohl es sich in der Regel bei der „Vergrößerung“ um die Ausarbeitung eines Details handelt – werden Probleme als *komplex* und *klar* zugleich erlebt. (Ilse Orth & Petzold, 2007, 752)

Die *Rahmentchnik* wiederum erlaubt eine Tiefung emotionaler Reflexion in Bezug auf das eigene Verhältnis zu WASSER und zu dessen vielfältigen Bedeutungen für die Biosodie. Sie kann in einem weiteren Schritt in Kombination mit der Technik des Selbstporträts auf die Augen angewendet werden: Welche WASSER sehen diese oder sind sie selbst überschwemmt und dadurch kaum imstande, zu sehen? Das betrifft einerseits den körpereigenen Wasserhaushalt wie andererseits den planetaren Wasserkreislauf sowie den emotionalen wie den rationalen Zugang dazu.

Soeben benannte Rahmentchnik lässt sich gut mittels Vorgabe von Sätzen zur Thematik WASSER einführen. Dabei werden auf einem breiten Rand/Augenrand um das Porträt herum z. B. die *Einflüsse von Wasser auf den Körper* oder in einer erweiterten Variante *Einflüsse einer bedrohten Ressource Wasser auf die ‚Innenwelt‘* verbildlicht. Auch Souveränitätsbilder arbeiten mit der Rahmentchnik. Gerade für die Phase der Neu-Orientierung eignet sich diese Technik: Auf dem breiten Rahmen lassen sich Optionen des Nahfeldes neu erworbener Handlungskontrolle zum Schutz von Wasser ausdrücken, sowohl auf individuellem als auch auf kollektivem Level.

Innere Beistände, Innere Feinde

Bei Bewusstseins- und Wortschatzarbeit mit einem Schwerpunkt auf den Umgang mit Wasser ist die Technik der inneren Beistände bzw. inneren Feinde zu empfehlen (H. G. Petzold, 1985). Mit ihnen kann – speziell für die Bewusstwerdung und Bewusstheit über WASSER als *Eigen- oder Mit-WASSER* (s. Erläuterungen S. 17 sowie Fußnote 16) – eine wichtige Differenzierung der jeweiligen Funktion der inneren Beistände und inneren Feinde herausgearbeitet werden. Dies gelingt über die Begriffsfelder *Eis/eisig/einfrieren* und *Hitze/hitzig/aufheizen* via Bezug zur *Dichteanomalie*. In der poesie- und

bibliotherapeutischen Arbeit eignet sich diese Eigenschaft des Wassers hervorragend als Sinnbild, insbesondere bei durch Wunden und Verletzungen bedingten Emotionszuständen. Ob die inneren Beistände noch benötigt werden, ob andere und/oder neue benötigt werden, ob die inneren Feinde wirklich noch da sind, ob andere und/oder neue hinzugekommen sind, kann hierdurch gut beleuchtet werden. Dabei gelten die Prinzipien ‚Verteidigung statt Angriff‘ und ‚Angriff statt Verteidigung‘. Ihnen können innere „Beistände und innere Feinde“ (vgl. weitere Ausführungen in H. G. Petzold, 1975m) zugeordnet werden, im Folgenden an einem Beispiel ausgeführt: Erst das genaue Betrachten der Funktion von Eis und Kälte erlaubt das Fragen nach dem, was ‚überwintern oder gekühlt werden muss‘ und weshalb so. Zum Beispiel assoziiert Dichteanomalie das Jahreszeitenbild, das Aufbrechen einer Eisschicht und den nachfolgenden Frühling ...Wasserlebewesen und -organismen können durch die Dichteanomalie überwintern. Nahrungsmittel werden eingefriert um zu ‚überwintern‘. Eispackungen kühlen und lindern den Schmerz bei Prellungen und Schwellungen... Sich ‚eisig‘ oder ‚kalt‘ zu verhalten, kann also zunächst eine ablehnende Haltung zum Schutz vor Übergriffen darstellen, ist *Verteidigung statt Angriff*. Wenn die Funktion von Eis und Kälte geklärt ist, lassen sich anschließend neue Handlungsmuster hin zur ‚Wärme‘ erarbeiten. Sie erwachsen aus dem Verständnis für die eigene ‚Eiszeit‘. Danach sind diese in den Lebensvollzug integrierbar und werden nicht abgespalten.

Umgekehrt wiederum sind die Bereiche des Hitzigen dem Prinzip *Angriff statt Verteidigung* zuzuordnen. Das ‚kochende Blut‘ bzw. Wasser, Verbrennungen, etc. sind hier zu nennen. Diese Variante kann genauso mit Aufwand respektive Verlust von Energie verbunden sein oder als unangenehm erfahren worden sein wie die der ‚Kälte‘ untergeordneten Erfahrungen. Der ‚Hitze‘ sind ebenfalls entsprechende innere Beistände oder innere Feinde zugeordnet. Es lässt sich fragen, welche inneren Beistände hilfreich sind, um einen *kühlen Kopf* zu bewahren; die heiße Tasse Tee mit einem guten Freund etc. Auch in diesem Kontext lassen sich Optionen hin zu *Wärme* erarbeiten (sinnbildlich für Geborgenheit), um eine konstruktive, integrationsorientierte Handlungskontrolle aufzubauen.

Separat können selbstverständlich auch innere Beistände und innere Feinde mit Bezug auf den Schutz der Ressource WASSER erarbeitet werden. Diese können ggf. in die vorgegebenen Kategorien a) körpereigener, b) anthropogener, c) atmosphärischer oder d) kosmologischer Wasserkreislauf unterteilt werden. Hier taucht häufig der Bereich der *Überforderung* oder bildlich formuliert, der *innere Schweinehund* als Facette eines inneren Feindes auf. Es ist infolgedessen im Verlauf der Arbeit an inneren Beiständen und inneren Feinden darauf zu achten, dass von den Teilnehmenden ausreichend innere Beistände gefunden oder wiederentdeckt werden, die ein hinreichendes Gegengewicht geben können.

Die Erarbeitung *neuer* innerer Beistände (H. G. Petzold, 1975m) mithilfe der WASSER-Thematik kann sodann insbesondere bei Schreibwerkstätten genutzt werden, die mit Depressiven arbeiten oder wenn im Verlauf von Workshop-Einheiten auffällt, dass ein/eine Teilnehmende/r einem depressiven Schub ausgesetzt ist. In solchen Fällen kann die Trias aus *Licht-Wasser-Energie* aus dem Bereich der Wissenschaft metaphorisch angewendet werden. In der Initialphase sollte dies durch eine entsprechende Imaginationsanleitung vorbereitet werden. Hier kann das fachliche Wissen – normalsprachlich eingewebt – dazu verhelfen, dass Teilnehmende, die sich währenddessen als „Wasserträger“ und „Wasserkreislauf“ fantasieren sollen, dass sie umgebende Tageslicht mit anderen Sinnen als dem visuellen Sinn wahrnehmen. Auch können durch mentales Training die autonome Imagination von Lichtkugeln oder Lichtkörpern eingeübt werden, die das WASSER bei seiner Arbeit im menschlichen Organismus begleiten sollen.

Ebenfalls eingesetzt werden kann diese Imaginationstechnik in Form eines Leuchtkörpers, der spezifische Bereiche des Bewusstseins erhellt, von Erinnerungsraum zu Erinnerungsraum schwebt oder Wissensstände beleuchtet. Diese Variante erarbeitet Leuchtkugeln, Lichtballons, Glühbirnen oder andere Formen von Lichtkörpern wie naheliegend die Sonne³⁷ als trainierbare innere Beistände, die, während eines depressiven Schubs, in der Dunkelheit des Geistes beispielsweise auf ihren ‚Bahnen‘ kreisen können. Hierfür kann auch die Eigenschaft des Wassers, Licht zu reflektieren, aufgerufen werden, so dass sich der/die Teilnehmende als Spiegel des helleren Außen erfahren kann. Auch das Faktum, dass das menschliche Gehirn zu fast 90% aus Wasser besteht, kann dieser Übung als Information zugrunde gelegt werden. Da bei Depression die Eigenwahrnehmung verdunkelt bzw. Gedankengänge bildlich gesprochen ‚eingeschwärzt‘ sind, können im Bereich der Initialphase diese meditativen Imaginationsstimuli eingesetzt werden, die sich der Forschungserkenntnisse zur Interaktion von Licht, Wasser und Energie bedienen. In Kombination mit abrufbaren Erinnerungen und ausgehend von z. B. Eindrücken der Reflexion des Mondes in Pfützen kann sukzessive die Wirkung aufgebaut werden, hin zum wärmenden Licht der Sonnenstrahlen auf einer dadurch glitzernd und glänzend werdenden Meeresoberfläche.

Den beschriebenen Trainingseinheiten wiederum kann eine Aktionsphase folgen, die zu Malarbeit animiert, wobei zum Beispiel die Reise des Leuchtkörpers im Körper nachvollzogen werden kann oder die beleuchteten „Gegenden“ symbolisch abgebildet werden. Diese Übung zu inneren Beiständen und inneren Feinden kann ggf. mit der Technik des Körperbilds kombiniert werden. WASSER, als Bestandteil des *Organismus* MENSCH gewinnt hier an metaphorischer Bedeutung, und zwar eine, die heilsam konnotiert ist und ein Gegengewicht zu destruktiv assoziierten WASSER-

³⁷ Falls „Sonne“ verwendet wird, diese zunächst sprachlich niedrigschwellig als *Sonnenstern* einführen, da Sterne zunächst mit der Nacht verbunden werden, wiewohl sie immer, tags und nachts, „sind“.

Formen stellen kann, beispielsweise bei als negativ oder belastend empfundenen chronischen Weinkrämpfen (z.B. die Tränenflüssigkeit schützt die Horn- und Bindehaut des Auges).

Auch das Bild der Dämme und Deiche lässt sich den Kategorien innerer Beistände oder innerer Feinde zuordnen. Im Kontext jener Interdependenz von Kreativität und Zerstörung können schriftliche Übungen zu den persönlichen Dämmen oder Deichen ausgeführt sowie besprochen (und vielleicht gemalt) werden. In den Fokus rücken häufig diejenigen, die über die Jahre hin zur Kontrolle und Bewältigung emotionaler Fluten aufgebaut wurden. Nach der Zuordnung der ‚Dämme‘ oder ‚Deiche‘ zu den jeweiligen inneren Beiständen oder Feinden werden sie als eine gestaltbare Symbolik sodann unter dem Aspekt der aktuellen Angemessenheit, Reparaturbedürftigkeit oder erkannter Nutzlosigkeit eingehender betrachtet. Hierfür eignen sich Schreibeinheiten in Form von Briefen oder Tagebucheinträgen (Heute verbrachte ich Zeit an den Deichen...). Das anschließende Schreiben kann zum Ausdruck bringen, „was gemeinhin in der Alltagssprache verschleiert bleibt: die Individualität eigener Sprachgeschichte, [jenes] ‚Individuelle‘ des ‚Allgemeinen‘. [Denn] [d]ies zu aktualisieren, [sic!] intendiert die Poesietherapie“ (Thamm, 2009, S. 151). Möglich ist dabei auch eine anschließende Neu-Einordnung z. B. mithilfe der Technik der *personal powermap*.

Mittels der Technik der Inneren Beistände/Inneren Feinde und im Prozess der Hermeneutik ist auch die Entschlüsselung eigener Gesetze möglich, indem – auch hier metaphorisch vermittelt – „Wassergesetze“ zum Schutze vor (emotionalen) Fluten, von Verschmutzung des „inneren Flusses“ beschaut werden oder eine genaue Betrachtung des eigenen „Wasserstandes“ unternommen wird. Gesetze schützen und zugleich grenzen sie ein. Eine Kategorisierung und Neu-Ordnung dieser persönlichen Wassergesetze kann hilfreich sein, um sich der eigenen Verbundenheit mit a) dem natürlichen Wasserhaushalt der Erde, b) dem natürlichen Wasserhaushalt des Körpers und c) dem emotionalen Wasserhaushalt der Persönlichkeit anzunähern oder zu vergewissern. Sinnbildlich ausgedrückt: „Die Erkenntnisse von Strömungsverhalten und Wellengang sind es, die der unheimlichen Gewalt des Wassers seine Kraft entziehen“ (Böhme & Böhme, 2004, S. 276). Nicht nur das Wollen, sondern auch das Wissen prägt unseren Umgang mit Angst im Allgemeinen, mit Lebensangst im Besonderen. Poesie- und bibliotheraeutische Schreibwerkstätten können das Kreativierungspotential von WASSER sowohl leiblich als auch kognitiv erfahrbar werden lassen, so sie diese unterschiedlichen WASSER-Wissen/Erkenntnisse in deren Graduierungen medial abgreifen.

Das WASSER als Begriffskonzept für Emotion oder Weinen oder als darin gegründete, zu unterdrückende ‚Naturgewalt‘ kann ebenfalls mit der Technik der inneren Beistände oder inneren Feinde untersucht werden. Für manche Menschen ist die Emotion oder das Weinen ein innerer Feind, ein Ausdruck von Schwäche. Für andere ist es ein Beistand, ein Ausdruck von Akzeptanz eines traurigen oder sogar glücklichen Geschehens. Auch hier lohnt im Anschluss ein Nachspüren, ob die jeweilige Zuordnung und Bewertung der Emotionen oder des Weinens neue Qualitäten während der Bearbeitung gewonnen hat und nochmals überarbeitet werden will.

Eigene Techniken³⁸ – Umkehrung, Personifikation, Reaktionsmuster

Eine weitere Zugangsebene wird durch die Technik der *Umkehrung* ermöglicht: Dies bedeutet, MENSCH wird – da Natur seiend – selbst als eine Naturgewalt aufgefasst. Als solche wird er einer bedrohten Natur gegenübergestellt, explizit der bedrohten Ressource WASSER. So wird ein Perspektivenwechsel eingeleitet.

Bei der Identifikation mit dem WASSER können z. B. Klagepsalmen oder Balladen verfasst werden: als die evolutionäre Rede, als die planetare Geschichte des Wassers, etc. Weitere Erzähl- und Perspektivwechsel-Optionen sind die ‚Geschichte‘ des Strandes, des Baggersees, des verschmutzten Flusses, des Wassers in den Rohrleitungen, etc. (Stichwort Identifikationstechnik). Möglich wird diese perspektivische Umkehrung der eigenen Wahrnehmung durch die Personifikation/Hypostasierung mit WASSERS, welche dafür kulturgeschichtliche Wasser-Metaphern und -Symbole aufzugreifen vermag. Dies gelingt jedoch nur, wenn der Mensch zunächst als das Bedrohliche, als die alles zerstörende Gewalt gesetzt wird.

Dieser Prozess, der auf einer Personifikation des WASSERS basiert, d. h. Wasser eine „Stimme“ zu verleihen, verläuft über das Abrufen des menschlichen Erfahrungshorizonts – mithilfe des kulturellen Gedächtnisses respektive der Kulturgeschichte und der damit verbundenen mentalen Repräsentationen –, worin Wasser als Naturgewalt erlebt wurde. In der Folge kann dann die Polarität des Kreativen, sowohl im Menschen als auch im Wasser, erarbeitet werden: das Schöpferische und Zerstörerische. Je nach Verlauf ist es sinnvoll, mit der Option einer *Partnerschaft zum Guten*, einer *Fürsorge für das Fließende* zu enden. Als Technikvariante kann dafür das Schreiben eines Plädoyers verwendet werden oder die Umsetzung in das inszenierende Erspielen.

Einen anderen Ansatz als Umkehrung basierend auf Personifikation bieten Frequenzen. Wie bereits ausgeführt, lösen Frequenzen, wenn Wasser ihnen ausgesetzt wird, konvexe und konkave Reaktionen aus. Vor dem poesie- und bibliothераpeutischen Hintergrund lässt sich die Auffassung des konstanten Wirkungswechselspiels von Eindruck und Ausdruck assoziieren. Durch Anwenden des Metaphorikpotentials von WASSER kann der/die Schreibwerkstattleitende dazu einladen, *Mein Reaktionsmuster als Wasserträger* zu malen, nachdem Audiodateien zu Wassergeräuschen abgespielt wurden oder auch bei Arbeiten nahe an Brunnen, Flüssen, Seen, Meeren, etc. Optional ist auch Musik einsetzbar, Chorgesänge, und dergleichen mehr.

³⁸ Zur Definition von Techniken s. Fußnote 1.

Die gemalten Frequenz-Reaktionsmuster bilden ab, wann und in welchem Maße äußere Einflüsse dazu führen, dass die eigenen „Wasserverhältnisse“ in Schwingung oder Bewegung geraten. Die Frequenzen, die ggf. nach einem Selbstporträt als „Wasserträger“ auch auf einem Rahmen dargestellt werden können (Rahmentchnik), zeigen durch die Farbwahl und/oder ihrem Verlauf an, ob Höhen und Tiefen überwiegen oder in Balance sind. Die gemalten Frequenzmuster können als Hinweis für den Grundzustand der Ent-, An- oder Spannung betrachtet werden.

Auch die Druckstärke der gemalten *Frequenzamplituden* birgt ein Potential, den Stärkegrad konkaver oder konvexer Reaktionen des „WASSERS in sich“ zu veranschaulichen. Ähnlich wie bei der Technik des geführten Zeichnens gilt hier, dass „[m]ehr als die Formensprache selbst die Strichqualität“ (Elbrecht, 2007, 479f) von Bedeutung ist. Dabei kann davon ausgegangen werden, dass „ein gestauter, mit viel Druck gezeichneter Strich [im Frequenzverlauf] [...] einer bedrückten, unterdrückten [, angespannten] Verfassung des Zeichners [entspricht]“ (Elbrecht, 2007, *ibid.*). Diese Technik ist zunächst niedrigschwellig, erlaubt jedoch besonders gut eine erste Tiefung durch Feedback und Sharing in der Dyadenarbeit und kann in der Folge in einer weiteren Malsequenz in Symbole transferiert werden, um dann von dort aus vermittels *Schreiben aus der Resonanz* erneut in das Malen übergeleitet werden. Dadurch kann die vorausgegangene Wirkung also auf der Ebene der Sprache zur Mehrfach-Benennung gebracht werden, so,

daß der handelnde Umgang mit den Kräften und der sichtbare Ausdruck des Tuns außerordentlich bestätigend und ermutigend [...] wirken. Die unfäßbaren und daher oft bedrohlich wirkenden Kräfte der Seele werden sichtbar, sie können begriffen werden (Elbrecht, 2007, 479f).

Ab und an geht mit der Erkenntnis, die sich aus dem Schreiben dem/der Einzelnen zueignet oder annähert, auch ein Gefühl von Überforderung und Überlastung einher, „[denn] die plötzliche Freiheit, sich selbst neu deuten zu dürfen, weckt auch Ängste, dies tun zu müssen“ (Thamm, 2009, S. 153). Zumal im expressiven Ausdruck mit kreativen Medien, wenn sie noch ungewohnt sind, sein Effekt auf die Psyche und Physis von den einzelnen Teilnehmenden oft weder erwartet noch vorhergesehen wird. Dort, wo dies der Fall ist, macht es Sinn, einer weiteren *Verdichtung des innerlich Geschehenen* Raum zu geben, z. B. in Form eines Haikus oder Vierzeilers oder eines einzelnen Satzes.

Modalitäten, Medien, & Intermediales Arbeiten

MODALITÄTEN: Es ist sinnvoll, auf Basis einer multimodalen bzw. intermodalen Praxeologie (vgl. Ausführungen in Petzold, H. G., Brühlmann-Jecklin, E., Orth, I., Sieper, J., 2007) zu operieren, wobei die *konfliktzentriert-aufdeckende Modalität* nicht aktiv bei Schreibwerkstätten angewendet werden sollte, die eine persönlichkeitsbildende und begleitende Ausrichtung haben. Diese Modalität ist

tendenziell dem Bereich professioneller Therapie zuzuordnen. Zunächst sollte bei einer sich zusammenfindenden Gruppe die erlebniszentriert-stimulierende Modalität anfangs angewandt werden. Sie trägt mittels kreativer Methoden, Medien und Imaginationsübungen dazu bei, dass mitgebrachte Persönlichkeiten flexibler werden und eigene Strukturgefüge als solche erkannt als auch im Verlauf der Schreibeinheiten als „re-organisierbar“ wahrgenommen werden. Besonders zu empfehlen ist die erlebniszentriert-stimulierende Modalität daher für die Initialphase.

Des Weiteren eignet sich für Arbeit mit der WASSER-Thematik die *übungszentriert-funktionale Modalität*, insbesondere in der Aktionsphase. Vor allem bei Schreibwerkstätten am Wasser können Haptik und andere körperlich-physische Trainings- oder Relaxationsmethoden (Biofeedback, atemtherapeutisches Vorgehen etc.) verwendet werden, sofern dafür Ausbildung und/oder Erfahrung zugrunde liegen. Mittels der Leistungen der Fantasie und vermöge des Erinnerungsspeichers lassen sich übungszentriert-funktionale Modi jedoch durchaus auch in abgeschwächter Form in der Initialphase einsetzen und sukzessive in die Aktionsphase transferieren. Selbstredend lassen sich – wie eingangs erwähnt – viele Varianten der konservativ-stützenden, palliativen Modalität bei der Erarbeitung der Thematik WASSER einsetzen. Diese, meist körperfokussierten Elemente, u.a. aus der Hydrotherapie, können ggf. Mangelenerfahrungen entgegenwirken. Weitere Konkreta wie Wärmflaschen oder warme Waschlappen in Bauch- oder Brustkorbbereich wirken beruhigend. Ein Glas Wasser, das zu trinken gegeben wird, symbolisiert zugleich Halt und Lebenselixier. Innerhalb dieser Modalität kann besonders gut mit der Technik der *Inneren Beistände* Unterstützung anempfohlen werden.

Zu nennen ist noch die *netzwerkaktivierende Modalität*, bei der sich zunächst die Gruppe durch die Interaktionen untereinander als abhängiges Ganzes erfährt, um sodann die Erkenntnisse aus den Übungen zu abstrahieren und auf die Netzwerke der jeweiligen Sozialwelten zuhause zu übertragen sowie wenn angebracht, diese zu sanieren. Sie eignet sich vor dem Hintergrund der WASSER-Thematik speziell dazu, diejenigen Ressourcen des eigenen Netzwerks anschaulich werden zu lassen, in denen der Schutz von WASSER, von „Eigen- und Mit-WASSER“ bereits einen expliziten Raum zugewiesen bekommen haben. Wo diesbezüglich jedoch Defizite oder Toxika existieren, können sie sichtbar gemacht werden und alternative, benigne Strukturen oder Strukturverläufe aufgezeigt bzw. ggf. gemeinsam entworfen werden. Generell empfiehlt es sich für benannte Art von Schreibwerkstatt einen direktiven, zugewandten und stützenden Stil anzuwenden.

MEDIEN: Für eine Schreibwerkstatt zum Thema WASSER gibt es eine Vielzahl verwendbarer Medien. Allem voran das *Wasser selbst* in seinen klassischen Zustandsformen, konkret Eis, Dampf, Liquid. Jede Art von Behältern, wie Schalen, Beutel, Gefäße, Krüge, Karaffen etc. kann die jeweiligen Zustände bzw. deren sinnliche Wahrnehmung modifizieren. Als Beispiel hierfür sei Eis genannt, das in einem Beutel andere Geräusche hervorruft als in einer Schale. Utensilien aus der Wasserumgebung,

wovon insbesondere zu nennen sind Moos, Schilf, Sand, Schlick usw., tragen bei haptisch-sinnlich ausgerichteten Übungen zur Erlebnisaktivierung bei.

Ebenso sind spezifische *Percussion-Musikinstrumente* (Beck, 1995) bei der Arbeit mit der WASSER-Thematik indiziert, wie z. B. Ocean Drum, Wassertrommel, Regenmacher, Rasseln, Froschfamilie, Regenrad, Wasserspiel aus Bambus, etc. Sie sind vor allem dort ersprießlich zu nutzen, wo bedingt durch die geografische Lage kein direkter Kontakt zu natürlichen Wasservorkommen gegeben ist. Mit ihnen lassen sich sowohl auditives Erleben wie auch die Gruppensolidarität stärken. Denn eine gemeinsame Laut- und Geräuschproduktion mit den verschiedenen Instrumenten, die sich bestimmten Wasserformen zuordnen lassen, übermittelt die Vielfalt und das parallele Geschehen des individuellen Tönens im Gesamtklang.

Water-sounds als *Audiofiles* (Audio Micro, 2019)³⁹ sind als Medien ebenfalls dort besonders ergiebig, wo kein unmittelbares Wasser-Hörerleben ermöglicht werden kann. Water-sounds können einerseits vor allem in der Initialphase eingesetzt werden, als erlebniszentriert-stimulierendes Moment. Sie zeichnen sich aber auch dadurch aus, dass sie, ähnlich einem Aufenthalt nahe natürlichen Wasservorkommen, als Hintergrundkulisse z. B. während einer Mal- oder Schreibphase fungieren können und mittels der Wirkmacht von Fantasie oder Leibgedächtnis ein Nähe-Erleben evozieren, hin zum WASSER.

Bereits als Medium benannt wurde *das Wort als solches*, insbesondere das Wortfeld zu WASSER, wenn es, strategisch eingesetzt, zum dynamischen Lernprozess und zur Erweiterung des Wissensstands beiträgt. Des Weiteren kamen bereits Gedichte und literarische Texte zur Sprache mit ihren jeweiligen Implikationen für das poesie- bzw. bibliothераpeutische Vorgehen. Hier sei nochmals darauf verwiesen, dass auch intramediale Quergänge wie z. B. der Wechsel von Rhythmik oder Metrik auch für Wasser-Musik oder Wasser-Geräusche zu beachten sind.

Für das *Malen und Zeichnen* eignet sich bekanntermaßen Jaxon- oder Öl-Kreide. Für die WASSER-Thematik sind aber auch Wasser- und insbesondere Aquarellfarben eine sehr gute Alternative. Letztgenannte vermitteln bereits bei ihrer Anwendung die alldurchdringende Eigenschaft des Wassers.

Des Weiteren können als Medien unterschiedlichste *Bildbände* wie z. B. *Wasser* von Edmaier und Jung-Hüttl (2015) verwendet werden und eine Quelle inspirierender Fotografien bereithalten. Sie regen zum Schreiben an oder können als Identifikationsobjekte angeboten werden. Die Bild-Auswahl des/der Schreibwerkstatt-Leitende/n sollte keine Tendenz (z. B. nur Fotos von verschmutztem oder

³⁹ Freier Download solcher Wasser-Sound-Effekte ist via Audio Micro möglich.

nur von klarem Wasser) vorgeben, sondern die Varietät und Wandlungsfähigkeit des Elements abdecken.

In ähnlicher Weise können *Kunstwerk-Drucke* verwendet werden. Das Moment des genauen, differenzierten Blicks auf das WASSER ist ihnen implizit und entwickelt oft automatisch einen subtilen Aufforderungscharakter, sodass der/die Teilnehmende mit anderen Augen und Sinnen Licht- und Wasserverhältnisse wahrnimmt und umsetzt. Besonders für die Arbeit mit der Trias *Licht-Energie-Wasser* sind Werke von Whistler und Turner hervorzuheben. Für die Arbeit mit *gesundem* Wasser als Hauptthema sind die Seerosenteich-Werke von Monet zu nennen und alle diejenigen zu empfehlen, die als Sujet Fließgewässer haben. Für die Arbeit zum Thema Stürme, Meeresfluten, usw. sei als Fundus die Werke skandinavischer, dänischer und niederländischer Künstler*innen angeraten. Aufgelistet seien, stellvertretend für viele weitere, folgende Kunstwerke:

- Die Brücke von Argenteuil – Claude Monet/1874
- Blaue Woge, Briarritz – James Abbott McNeill Whistler/1862
- Bretonische Küstenlandschaft – Eugène Boudin/1890
- Composition in Blue and Green – Else Alfelt/1949
- Das Eismeer, Chamonix – Joseph Mallord William Turner/1802
- Das Sklavenschiff – Joseph Mallord William Turner/um 1840
- Der Hafen von Boulogne im Mondlicht – Édouard Manet/1869
- Der Hafen von Honfleur – Eugène Boudin/1896
- Der Ozean – James Abbott McNeill Whistler/1866
- Der Pfad zur alten Fähre – Alfred Sisley/1886
- Der Strand von Sainte Adresse – Claude Monet/1886
- Der Teich – Claude Monet/ -
- Diana im Bade – Camille Corot/1835
- Dido erbaut Karthago – Joseph Mallord William Turner/1815
- Die Brücke von Narni – Camille Corot/1826
- Die Bucht von Weymouth-Bay – John Constable/1816
- Die Felsen von Belle-Île – Claude Monet/1886
- Die Flucht von Rochefort – Édouard Manet/ -
- Die Klippe von Penarth am Abend, Gewitter – Alfred Sisley/1897
- Die Lagune, Venedig: Nocturne in Blau und Gold – James Abbott McNeill Whistler/1879-1880
- Die See bei Saintes-Maries – Vincent Van Gogh/1888
- Die Themse im Winter – James Abbott McNeill Whistler/1860
- Felsen am Meer – Paul Gauguin/1886
- Fluss mit Bäumen bei Sonnenuntergang – Joseph Mallord William Turner/1820-1830
- Fluß mit Mühle und Segelschiffen in Holland – Johann Barthold Jongkind/1886
- Frieden: Begräbnis auf See – Joseph Mallord William Turner/1841
- Gestalten im Sturm – Joseph Mallord William Turner/um 1830
- Hafen von Pertrieux – Paul Signac/1888
- Harmonie in Blau und Silber: Trouville – James Abbott McNeill Whistler/1865
- Haus im Schnee – Alfred Sisley/1878
- Honfleur – Joseph Mallord William Turner/1830
- Kleine Brücke in Pontoise – Camille Pissarro/1875
- Kleine Wiese im Frühling, By – Alfred Sisley/1880
- Küstenlandschaft – Charles Daubigny/ -
- La Pointe Perkinidec bei Roscoff in der Bretagne – Theodor van Rijsselberghe/1889
- Landschaft – Alfred Sisley/ -
- Landschaft – William Turner/1835
- Landschaft mit Meer – Max Ernst/um 1922
- Les Îles d'Or – Henri Edmond Cross/1892
- Meer und Regen – James Abbott McNeill Whistler/1865
- Mount Stefind in Fog – Peter Balke/1860ies
- Nereids and Tritons – Eduard Weie/1917
- Nocturne in Blau und Silber – James Abbott McNeill Whistler/1872-1873
- Nocturne in Blau und Silber: Die Lichter von Cremorne – James Abbott McNeill Whistler/1872

- Nocturne in Grau und Gold, Chelsea im Winter – James Abbott McNeill Whistler/1876
- Nocturne in Schwarz und Gold: Feuerwerk – James Abbott McNeill Whistler/um 1874
- North Sea Dunes – Emil Nolde/1936
- Ocean and dark clouds – Emil Nolde/1935
- Poseidons rushing over the sea – Eduard Weie/1917
- Regen, Dampf und Geschwindigkeit – Joseph Mallord William Turner/um 1840
- Rough sea with a steamer near the coast of Norway – Peter Balke/1947-50
- Schiffe beim Laden von Kohle im Mondschein – William Turner/um 1835
- Schneesturm – Joseph Mallord William Turner/1842
- Seerosenteich – Claude Monet/1904
- Seineufer bei Champrosay – Auguste Renoir/1876
- Seine-Ufer im Herbst – Alfred Sisley/1876
- Staffa, die Fingalshöhle – Joseph Mallord William Turner/um 1832
- Steilufer bei Saint-Mammés – Alfred Sisley/1884
- Stormy Sea – Jens Søndergaard/1954
- Surf on a rocky Coast, Marina Piccola, Capri – Christen Køpke/1839
- Terrasse in Sainte Adresse – Claude Monet/1886-67
- The Gulf of Naples. Moonlight – Johan Christian Dahl/1820-21
- The sea at sunset – Jens Søndergaard/1955
- Ufer des Loing – Alfred Sisley/1886
- Unter der Brücke von Hampton Court – Alfred Sisley/1874
- Unwetter auf See – Joseph Mallord William Turner/1835-1840
- View on the sea – Niels Lergaard/1934, Winter
- Walton Reach – Joseph Mallord William Turner/1807
- Wild bewegtes Wasser mit Wrack – Joseph Mallord William Turner/1840
- Zwei Badende – Auguste Renoir/1915
- Zwielficht in Opal, Trouville – James Abbott McNeill Whistler/1865

INTERMEDIALES ARBEITEN: Aktuelles Wahrnehmen ist – und der memorierende Leib mit seinen Wasserprägungen reagiert – stets anders, wenn zudem mediale Quergänge ermöglicht werden. Dies gelingt z. B. durch sinnesaktivierendes Vorgehen mithilfe von Audioaufnahmen von Wasser-/Meeresrauschen, wenn diese mit Mal-Einheiten kombiniert werden. Es eröffnet sich, den Eigenschaften von WASSER entsprechend, ein unerschöpflicher Pool an Variationen von medialen Quergängen.

Mit WASSER lassen sich multisensorisches und speziell taktiles Erfahren von Flüssigformen wie verschmutztes, weiches, sprudelndes Wasser etc., ebenfalls visuelles Erfahren von Wasser, z. B. durch Anmischen von Wasserfarben, sodann auch rezeptives Erleben durch literarische Beiträge, überdies bewegungsaktivierendes Erleben durch z. B. Balancieren von Wasserschalen, und schließlich fantasie- und erinnerungsaktivierendes Erleben durch Imaginationsreise, bspw. entlang eines Baches (niedrigschwellig) oder eines Wasserfalles (tiefend) realisieren.

Wenn machbar, lassen sich auch kleine physikalische Experimente in eine Einheit integrieren. Dies entspricht ebenfalls dem erlebniszentriert aktivierenden Vorgehen. Wiederum kommen hierbei die facettenreichen Zustände von Wasser zum Tragen: Eis, Nebel, flüssig, fest, Kristall, warm, heiß, kalt, Dichte, etc. In diesem experimentellen Kontext sind auch die Dimensionen von Wasser und Klang relevant, insofern die Frage nach dem *Echo in uns* aufkommt. Daher kann man für die Wasser-Thematik das Sinnbild der *Stimmen des Wassers* ins Blickfeld nehmen, als rauschende, tropfende, fließende, wellende etc. Auch die *Stimmen der Körperflüssigkeiten* als schluckende, trinkende, urinierende, transpirierende eignen sich dafür. Diese Dimension lässt sich nicht nur im Medium des

Körpers als Qualität des Musikalischen und Lautlich-Sinnlichen wiedergeben, sondern auch in dem des Malens, der Bewegung, des Tanzes, des Schreibens. Erstes nimmt den vorgestellten Aspekt der Frequenz, des Abdrucks und der tonalen sowie tonpsychologischen Forschung auf.

Vor diesem Hintergrund ist eine weitere mögliche Übung, Teilnehmende auf die Suche nach dem Klang des WASSERS um sie herum und in der Folge des *Wasserklangs in ihnen* gehen zu lassen. Hierfür genügen einfache Materialien wie durchnässte Tücher, Wasserschalen oder größere Wasserbehälter, Trinkwassergläser, tropfende Trichter oder Filter und dergleichen mehr. In diesem praktischen Sinne wird der an anderer Stelle eingeführte, wissenschaftlich vermutete ‚Abdruck des Wassers‘ als eine Verschränkung des Eindrucks und Ausdrucks verstanden, welche in der IT als Phänomen der Resonanz definiert ist.

KREATIVIERUNG DURCH DAS ELEMENT WASSER: EINORDNUNG IN DIE GRUNDLAGEN DER IPBT

Wie gesehen birgt WASSER, ähnlich der Atmung, ein Kreativierungspotential, das von existentieller Bedeutung ist. Darum wird für die Arbeit mit WASSER Wirkmacht und Erkenntnisförderung angenommen, welche über diejenigen anderer Themen hinausgehen bzw. andere Bereiche, z. B. den der Gesundheit, Gesellschaft oder Natur, durchdringen und so gleichzeitig abdecken können. WASSER ist aufgrund seiner Wandlungsfähigkeit ein Element, ein Begriff und eine Metapher, welche für die Persönlichkeitsbildung und Entwicklungsprozesse der Teilnehmenden ein großes Ausmaß an befreienden Möglichkeiten für salutogenetische Veränderung eröffnen.

Die PBT und IT erlauben aufgrund ihrer Methodologie und Praxeologie und ihrer Verschränkung mit den ethiktheoretischen Positionen eine grundlegende Bearbeitung individueller und kollektiv bedeutsamer WASSER-Thematik. Sie kann dazu beitragen, die jeweiligen Aussagen – hierher gehören wissenschaftliche, gesellschaftliche und persönliche – und die jeweiligen Zielvorgaben zu prüfen und auf ihre Adäquatheit hin abzuwägen. Gerade das Thema WASSER mit seinen Dichotomien vorhanden/nicht-vorhanden, gesund/ungesund, rein/unrein, heilig/unheilig etc. fordert unmittelbar dazu auf, Konsistenz, Kongruenz und Realisierbarkeit zu be- und überdenken. Mit seiner Wandlungsfähigkeit und seiner unterschiedlichen Bedeutung für die je eigene Wasserhistorie spiegelt WASSER allegorisch zugleich die Mehrperspektivität der IT begrifflich, symbolisch und bildhaft wider.

In der Praxis ermöglicht WASSER einen haptischen, metaphorischen und realen Zugang zum heuristischen Arbeiten. Durch seine ‚Eingebundenheit‘ in kategorisierbare und dennoch ineinandergreifende Kreisläufe und die damit einhergehende Interdependenz verweist WASSER auf die

Notwendigkeit, zum richtigen Zeitpunkt im richtigen Kontext eine spezifische Optik einzunehmen oder diese an einer anderen zu kontrastieren.

Atmosphärisch ist das Wasser wie kaum ein anderes Thema mit soziokulturell konventionalisierten und literarisch kanonisierten Ur-Bildern, Ur-Ängsten und Ur-Wesen – den Urmüttern (Goethe/Jung) seien hier Urväter dazugesellt – verknüpft. Damit verbunden sind das szenische Verstehen und atmosphärische Erfassen sowie Tiefenhermeneutik und Breitenhermeneutik (sensu Merlau-Ponty), die WASSER durch seine Allverbundenheit und Alldurchdringung in besonders intensivem Ausmaß hervorrufen kann. Mit dem Reichtum an Medien und medialen Quergängen, der Einbettung in den planetaren und kosmischen Lebensraum, den mannigfaltigen kulturgeschichtlichen Arten und Formen seines Wahrgenommen-worden-Seins ist WASSER sowohl psychisch wie physisch heilsam. All dies zusammengenommen macht das Thema WASSER zu einem der besten Katalysatoren für PBT- und IT-basierte, therapeutisch erwünschte, salutogenetische Veränderungen.

14 plus 3 Wirkfaktoren der IT (4, 5, 7, 8, 9, 11, 12, 14, 15)

Auf 10 der 14+3 Wirkfaktoren der *Integrativen Therapie* (H. G. Petzold, 2016n; H. Petzold et al., 2019e) soll mit Blick auf das Kreativierungspotential von WASSER näher eingegangen werden. Zur Übersicht seien hier nochmals die Heilfaktoren (Stand 2020) aufgeführt:

- 1) Einführendes Verstehen (EV)
- 2) Emotionale Annahme und Stütze (ES)
- 3) Hilfen bei der realitätsgerechten, praktischen Lebensbewältigung, Lebenshilfe (LH)
- 4) Förderung emotionalen Ausdrucks (EA)
- 5) Förderung von Einsicht, Sinnerleben, Evidenzerfahrung (EE)
- 6) Förderungen kommunikativer Kompetenz und Beziehungsfähigkeit (KK)
- 7) Förderung leiblicher Bewusstheit, Selbstregulation und psychopsychische Entspannung (LB)
- 8) Förderung von Lernmöglichkeiten, Lernprozessen und Interessen (LM)
- 9) Förderung reaktiver Erlebnismöglichkeiten und Gestaltungskräfte (KG)
- 10) Erarbeitung von positiven Zukunftsperspektiven (PZ)
- 11) Förderung eines positiven, persönlichen Wertebezugs (PB)
- 12) Förderung eines prägnanten Selbst- und Identitätserlebens (PI)
- 13) Förderungen tragfähiger sozialer Netzwerke (TN)
- 14) Ermöglichen von Solidaritätserfahrungen (SE)
- 15) Förderung eines lebendigen und regelmäßigen Naturbezugs [protektiv, supportiv] (NB, ÄE)
- 16) Vermittlung heilsamer ästhetischer Erfahrungen [protektiv, supportiv,] (ÄE)
- 17) Synergetische Multimodalität [protektiv, supportiv, konfrontativ] (SM)

Zuvorderst kann durch die Arbeit mit (und am) Wasser ein *lebendiger Naturbezug (NB)* gefördert werden, der bestenfalls durch *regelmäßige* aktive Hinwendung bzw. durch Wiederauffinden der eigenen ökopyschosalutogenetischen Bezüglichkeit zu Wasser eine nachhaltige Stärkung des Seins mit und innerhalb der Natur gewährleistet (H. G. Petzold, 2019d). Durch Aufenthalte im oder am Wasser – seien dies Quellen, Bäche, Flüsse, Wasserfälle, Seen oder das Meer – können vielfältige *ästhetische* wie auch synästhetische *Erfahrungen (ÄE)* ausgelöst und/oder vermittelt werden. Sie können sich mit Dimensionen wie Verlauf, Kraft, Weite, Tiefe und Bewegung verbinden, welche, so

denn eigenleiblich erfahren, sowohl im gegenwärtigen Moment wie auch in der Erinnerung ihr heilsames Potential entfalten können. Daran anschließend leistet WASSER einen Beitrag zur *Förderung des emotionalen Ausdrucks (EA)*. Nicht nur deshalb, weil es als Basis der Tränenflüssigkeit ein Symbol für Emotionen liefert und diesbezüglich eine Art Renaissance auf allen ‚Kanälen‘ erfährt (Möhrmann, 2015), sondern auch, weil WASSER für die Ur-creatio und die Ur-Ängste steht und dieserart thematisch einen Fundus an kulturgeschichtlichen Auffassungen und Überlieferungen zu Emotionen und daran gekoppelte Motivationen bietet. Damit offeriert es eine Palette an wiederzugewinnenden emotionalen Expressionskompetenzen, falls diese den Teilnehmenden abhandengekommen sind, ihnen genommen oder ihnen nicht vorgelebt wurden. So sind Stürme, das Eis, die Eiseskälte, die Sturzflut, das kochend heiße Wasser, etc. begrifflich als jeweiliges Wortbild einer Emotion in unseren Sprachgebrauch eingegangen. Hier von den Narrativ/en eines emotionalen Ausdrucks zu dessen benignen Narration/en zu gelangen, ist zugleich *Förderung von Einsicht, Sinnerleben, Evidenzerfahrungen (EE)*. Alle drei werden hinsichtlich des Umgangs mit WASSER, der Sinnhaftigkeit von Umwelt- und Wasserbewusstheit sowie Förderung von Evidenzerfahrung mitbegünstigt – als einer einerseits individuell jeweiligen oder einer andererseits kollektiv verallgemeinerbaren Relevanz jeder Einsicht und jedes Sinnerlebens im individuellen, anthropogenen und atmosphärischen Wasserkreislauf.

Im Kontext von WASSER als ‚Eigen-Wasser‘ wird auch die *Förderung von leiblicher Bewusstheit (LB)* unterstützt: erstens, angesichts der Bedeutung des Wassers als prozentual hohem Anteil am menschlichen Gehirn zum einen der Geist selbst, zweitens, in Anbetracht der Bedeutung für die Osmose-Regulation zum anderen der Körper und, drittens, mit Augenmerk auf Emotionen und Zartheit des Seins auch Seele (im Sinne einer ästhetischen Erfahrbarkeit von Leben)/Psyche. WASSER trägt als gesundheitsregulierendes Funktionselement explizit dazu bei, den Aspekt der *Förderung der Selbstregulation (LB)* kenntlich zu machen und stellt hierfür zugleich ein Sinnbild zur Verfügung. Nicht zuletzt kann WASSER mittels hydrotherapeutischer, thalasso- und balneotherapeutischer Übungen oder imaginativ-auditiver Meditationen zur *Förderung psychophysischer Entspannung (LB)* beitragen.

Beschrieben wurden bereits ausführlich die Optionen zur *Förderung von Lernmöglichkeiten, Lernprozessen und Interessen (LM)*. Der bisherige Kenntnisbereich über das WASSER, der noch längst nicht und auch keineswegs annähernd erschöpfend erforscht ist, gleicht unserem Kenntnisstand über uns selbst und veranschaulicht damit Chancen auf und die Relevanz für weitere Lernprozesse. Weil WASSER Teil von uns ist, begehrt sein ‚appellativ-appellierender‘ Charakter von uns, mehr über es zu lernen und zu wissen. Zumal, wenn wir die Selbstfürsorge für das „Eigen(e)-WASSER“ als einen lebenslangen Lernprozess wahrnehmen. Insofern wird die Selbstfürsorge auch Sorge für die Mitmenschen („Mit-WASSER“) und darin wiederum gründet die *Förderung von*

Interessen (LM), die sich in Umweltschutz, Wasserschutz, Konsumverhalten und Hygiene wiederfinden können.

Das Wasser selbst ist ein Element, das sich durch seine Gestaltungskräfte auszeichnet, es verändert die Beschaffenheit von Oberflächen und dringt zugleich durch verschiedenste Schichten oder Korpusse. Daher gestattet es die *Förderung reaktiver Erlebnismöglichkeiten und Gestaltungskräfte (KG)*, weil es mit diesen Eigenheiten zur Ko-Kreativität auffordert. Die meisten verbinden mit Wasser hierzulande auch Szenen wie lustige Wasserschlächten oder Wasserspiele mit Bällen, Ratespiele zu Unterwasser-Gesang, Synchronschwimmen, Wasserballett und viele weitere Erlebnisse mehr. Zusammengenommen liefern sie einen großen Pool an vielfältigen Entdeckungsmöglichkeiten der (Frei-)Zeitgestaltung. Diese können erneut aktiviert oder mit zusätzlichen Varianten durch technologische Fortschritte ergänzt werden. Wasserkontakt als solcher ist bereits eine (körperliche) Grenzerfahrung, die das Eigenerleben zum Erlebnis lassen werden kann. Insofern erlaubt die Arbeit mit Wasser auch eine *Förderung eines prägnanten Selbst- und Identitätserlebens (PI)*, besonders, wenn sich der ganzen Gruppe die Erkenntnis einstellt, dass alle Individuen zu beträchtlichem Anteil aus Wasser bestehen und durch WASSER existieren. Gerade in diesem Erleben von gemeinschaftlicher Kenntnis und gemeinsamem Lernen liegt zudem das Potential für das *Ermöglichen von Solidaritätserfahrungen (SE)*, ...sinnbildlich als „WASSER“-Gemeinschaft auf individueller wie auf kollektiver Ebene. Gute Selbstfürsorge für den eigenen Wasserhaushalt wirkt auch nach Außen und beeinflusst andere in ihrem Erkenntnisprozess und Selbstverständnis als – begriffsbildlich formuliert – „Mit-WASSER“.

Bewusstseinsarbeit mit Fokus auf Förderung von Sinnerleben

Poesie- und bibliothераapeutisches Arbeiten mit dem hier beschriebenen Kreativierungspotential des WASSERS nutzt durch textrezeptives sowie textproduktives, integratives Gestalten folgendes Wissen:

Dichter wußten seit Jahrhunderten, daß ein Mensch ist, was er sieht. Illusion ist also das Material unseres Lebens. Die Dichter dieser Welt wissen dies nicht nur, sie sind auch ständig auf der Suche nach immer fruchtbareren Bedeutungen, die unter unseren Illusionen verborgen sind. (Ansell, 2009, S. 171)

Teilnehmende einer poesietherapeutischen Schreibwerkstatt werden in ihrem Prozess, dichterisch und dichtend, umdichtend und verdichtend auf ihre Lebenswahrheiten einzuwirken, begleitet. Eigene Wünsche und eigene Projektionen geleiten stets nicht nur die Sinnfrage, sondern auch die Sinnsuche, die Sinnantwort und das jeweilige Erleben. Bisweilen stellen die Projektionen oben genannte Illusionen dar. Hier kann die Poesie- und Bibliothераpie mit ihren Methoden, Techniken und Medien Alternativen eröffnen, die bereits bei den Wünschen und Projektionen ansetzen. Teilnehmende haben die Chance, in Resonanz und dennoch aus sich heraus „Kennen in Erkennen“

(H. G. Petzold & Orth, 2009, S. 69)⁴⁰ zu wandeln, Kenntnisse in Erkenntnisse zu transformieren. Die Arbeit mit Texten und speziell die Arbeit mit der WASSER-Thematik – Wasser, über das wir noch so wenig wissen – gesteht weiterhin folgendes zu:

Rezeption vollzieht sich als Annahme von Voraussetzungen, die im Text nicht gemacht werden (Substitution); als Auswahl eines, Weglassen eines anderen Teils von Voraussetzungen, die im Text gemacht werden (Selektion); als Verbindung der substituierten und selektierten Voraussetzungen zu einem anderen als dem im Text gegebenen Bedeutungszusammenhang (Deformation). In diesen – stets natürlich in Wechselwirkung auftretenden - Momenten zeigt sich die Subjektivität der Rezipienten. (Hillmann, 1974, S. 228)

Im Erkennen der Zusammenhänge zwischen WASSER und (ökologischem) Selbst liegt, sinngemäß nach dem Wasserforscher Jakob, verborgen die Ahnung vom, ‚großen, verletzlichen Ganzen‘ (vgl. hierzu die Darlegungen struktureller globaler Zusammenhänge m. B. zu Wasser u.a. in Gerten, 2018; Mauser & Wiegandt, 2013; Settele, 2020; Tvedt & Brunstermann, 2013). Wiederum in der Selbstgestaltung des ‚kleinen, verletzlichen Ganzen‘, d. h. des einzelnen Individuums und seiner nahen Mit-Welt, steckt die Eigenverantwortung ebenso darinnen wie in der Mitgestaltung der Lebensumstände diejenige der Mitverantwortung gegenüber denjenigen anderer. Hierin trägt die Arbeit mit WASSER unmittelbar zur *Bewusstseinsarbeit* bei, indem sie *den Fokus auf die Konnektivität, Kontinuität und Kontextualität aller Lebensbedingungen richtet*. Dadurch eröffnet sie das Erleben eigenen Mehrwerts, offeriert sie eine Option zur Beantwortung der individuellen Sinnfrage. Denn letzte ist es, die ein Vakuum hinterlässt, so sie nicht beantwortet werden kann – und eine Fülle erlaubt, so sie nicht beantwortet werden muss. Es bleibt festzuhalten:

„Der Sinn des Lebens ist das Leben selbst!“ Das ist keine billige Aussage, denn sie führt hin zum Postulat einer „Ehrfurcht vor dem Leben“ (A. Schweizer), Leben, das seine Dignität u.a. erhält, weil es alle Möglichkeiten des Sinnes, unseres Sinnes birgt. Sie führt weiterhin zu einer „Freude am Lebendigen“, in dem alle Möglichkeiten des Glücks liegen – und was wäre Leben, Sinn, Lebenssinn ohne Glück? Und weil Leben, das Lebendige all diese Möglichkeiten für uns bereitstellt, welche die Schrecken und all das Schlimme und Furchtbare, was Menschen immer wieder auch erleben müssen, ertragbar, aushaltbar, überwindbar machen, ist es dann nicht ein zentrales Sinnmoment, das Leben, das Lebendige zu lieben? (H. G. Petzold & Orth, 2005a)

Erst wenn die Sinnfrage keine alleinige, ‚hedonistisch-solipsistische‘ ist, sondern eine am *Anderen* ausgerichtete, erfüllt sich das Versprechen einer Multiperspektivität, die es ermöglicht, Vielfalt als das Besondere im Allgemeinen wahrzunehmen. Darin enthalten ist das Potential, den „anderen“ Blick auf sich selbst ggf. zu modifizieren oder diesen überhaupt mit einem neutralen, wohlwollenden Interesse für die eigene Sicht zuzulassen. ‚Andere‘ ist bzw. sind gedacht als Mitmenschen („Mit-WASSER“), die sich real oder fiktiv, vergangen, gegenwärtig oder zukünftig, internalisiert oder interiorisiert, externalisiert oder fantasiert dem Ich äußerlich und innerlich in seinem Kontinuum und Kontext beigesellen. Identität als Sinnerleben basiert auf den Prozessen der Destrukturierung und Restrukturierung einer Struktur (Cohen, 1985), die sich polykommunikativ von klein an durch das

⁴⁰ Ibid.: „In diesen schöpferischen, gestaltbildenden Prozessen wird die Aktivität des Ich gestützt, das Selbst zu erkennen und es in diesem Akt des Erkennens zugleich zu gestalten.“

Leben hindurchzieht und polylogisch wird: möglichst viele und vielfältige Ausdrücke für Eindrücke zu entwickeln – Sprachvariationskompetenz auf allen kommunikativen Kanälen als Reaktion auf den „stummen Sinn“ (Husserl) und als Agieren nach dem Prinzip „mehrfacher Sinnzuwachs“ (Frühmann, 2009, S. 231), als Vollzug im Sinne von „Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen“ (Rilke).

Erfahrungen von vitaler Evidenz

Vitale Evidenz meint „das Zusammenwirken von rationaler Einsicht, emotionaler Erfahrung, leibhaftigem Erleben und sozialer Bedeutsamkeit“ (Schweighofer, 2017). Die *Erfahrung vitaler Evidenz* basiert auf der Wirkfähigkeit der gewählten Methode bzw. der verwendeten Methoden, Techniken und Medien zur Veranschaulichung und Vergegenwärtigung existenzieller Relevanz: dessen, was thematisch in den Fokus rückt – hier das WASSER – und dessen, was im Zusammenhang damit die individuelle Wasserhistorie bedingt(e). Dies schließt daran gekoppelte Momente körperlicher, emotionaler Erfahrung wie auch kognitive Prozesse von Erkennen und Erkenntnis ein. Sie vermögen, vor allem durch ihr Zusammenspiel, vitale Evidenz auszulösen. Teilnehmenden sollen daher Möglichkeiten geboten werden, im Kontext guter Selbstfürsorge als „Eigen-WASSER“ oder „Mit-WASSER“ benigne und maligne Symptomatik ihrer Hydrologisation differenzieren zu lernen. Diese Art von Begegnungen (mit sich und anderen) und ‚subjektive Empirien‘ (in sich und durch andere) in einen Zusammenhang früherer, gegenwärtiger und zukünftiger Umgangsformen mit Gefühlen, Erinnerungen und szenischem Erleben einerseits einzuordnen, andererseits als leibhaftiges Erleben einer sozialen Bedeutsamkeit zuzuordnen, ist Ziel des poesie- und bibliothераpeutischen Arbeitens.

Vitale Evidenz ist darum auch ein Fundament für nachhaltigeren Umgang mit WASSER. Das WASSER als Element und Thema liefert vielfältige Optionen, Top-Down und Bottom-up als prozessuale Interaktion zu erleben. Einflüsse auf körperliche, anthropogene und atmosphärische Kreisläufe sind dabei zu erschließen. Unerlässlich ist daher bei der Arbeit am und mit WASSER die Einbettung von vitaler Evidenz *in den Gesamtzusammenhang der inter- wie intrapersonalen Ursprünge* möglicher maligner Wasserkonflikte sowie möglicher benigner Wasserhistorien.

Es zählen für diese Einbettung sowohl die Erfahrungsmomente primärer Ich-Funktionen der Teilnehmenden wie Wahrnehmen, Erinnern, Wollen, Denken, Fühlen, Entscheiden und Handeln. Sie treten zyklisch in den Zentren, Semiperipherien und Peripherien der einzelnen Phasen des Tetradischen Systems in Kraft. Im besten Fall koppeln sie mit den sekundären Ich-Funktionen des Integrierens, Differenzierens, Demarkierens, Planens, Metareflektierens, mit Rollendistanz, dem Wahrnehmen und Aushalten von Ambiguitäten, dem Ausbilden einer Souveränität im Umgang mit Wasser, einer wachsenden Frustrationstoleranz gegenüber scheinbar utopischen Bemühungen zum Schutz von WASSER und gleichzeitig sich steigernde Kreativität zur nachhaltigen Verbesserung der

eigenen Wasserqualität und derjenigen der anderen. Diese Koppelung ist es, die auch nachträglich Wirkmacht im Lebensumfeld und Lebensvollzug ermöglicht. Teilnehmende können aus dem Erleben vitaler Evidenz heraus ein Verständnis für ihre Ich-Funktionen im Kontext WASSER entwickeln, so, dass sich Verantwortung für jede Form von Wasserkreislauf und Wasserteilhabe nicht als Last, sondern als Chance definiert.

Überlegungen zum Ko-Existenzaxiom im Kontext der Subkategorie Hydrologisation – Gewinn an Exzentrizität

Alles Sein ist Mit-Sein, diese zu den zentralen Basisprinzipien der IT gehörige Maxime (Petzold 1978c), nimmt ein grundsätzlich „plurales“, „polymorphes“ Sein an und besagt, anthropologisch auf die Menschheit gewendet, dass alle nur gemeinsam existieren, vermittelt in der mundanologischen Position der IT (H. G. Petzold, 2019e; Welsch, 2015) und tautologischen Formulierung, dass *alles Leben erst das Leben auf diesem Planeten* ermöglicht, hier somit die Gaia-Hypothese von Lovelock und Margulis reflektierend und modifizierend. Das ist das Fundament für eine veränderte Haltung gegenüber allen, den Menschen umgebenden natürlichen Bedingungen.

Teilnehmende einer poesie- und bibliothераpeutischen Schreibwerkstatt erwerben durch die Prozesse der Ko-respondenz(en) und der Ko-Kreativität eine differenziertere, multiperspektivische Sicht auf ihr Dasein, Hiersein, Dort-sein. Dieser Form der *durée* ist die Option der vernunftbegleiteten ‚Vogelperspektive‘ beizugesellen, sodass die erlebte *RaumZeit* in nachträglich prozessierbare Segmente des Begreifens, Erfassens und Verstehens eingeordnet und ggf. sortiert/umsortiert werden kann. Eine Schreibwerkstatt, die thematisch WASSER in den Blick nimmt und damit jene genannten Prozesse erlebbar, sodann das Leibselbst erfahrbar macht sowie die Potentiale der Kognition als ‚lebbar‘ vermittelt, wird *Ko-Existenz* als ein allem *zugrundeliegendes Prinzip* in multiplexer Weise durchdringen. Vom eigenen Körper ausgehend, wo das Wasser seine Funktionen übernimmt bis hin zu den partiellen Auffassungen von Wasservorkommen und Wasserkreisläufen ist es schließlich das WASSER selbst, neben dem bzw. mit dem Menschen, Tiere und Pflanzen koexistieren.

WASSER stellt vor diesem Hintergrund in Schreibwerkstätten sinnbildlich eine Art Mediatormedium dar, bietet – ähnlich wie in der Poesie- und Bibliothераpie Text, Textur, Poesie und Poetisches – die Möglichkeit, Ko-Existenz zunächst als ein Angebot der Natur und/oder als naturgegebene polymorphe Ontologie wahrzunehmen. Die Schwere oder Bürde, die bisweilen mit der Erkenntnis von Ko-Existenz einhergehen mag (sei es durch das *man kann nicht nicht kommunizieren*, sei es durch das *man kann nicht nicht ko-existieren*), kann durch bei der Thematik WASSER gut aufgefangen werden. Denn, mit den Eigenschaften des Wassers, sich stets zu wandeln und stets wieder zu

fließen, kann auch die stete Veränderung als Grundbedingung eigenen Seins als Mit-Sein (an)erkannt und akzeptiert werden – und zu neuer Leichtigkeit im alltäglichen Denken und Handeln führen.

Die *Ko-Existenz* wird im Umgang mit WASSER nicht allein auf diejenige der Mit-Menschen bezogen, sondern ist hier erweitert gedacht: MENSCH kann und darf sich einordnen in ein größeres Gesamtes, von sowohl synchroner als auch diachroner Bedeutung, und zwar als Mit-Säugetier, als Mit-Organismus, und letztlich aus der Erkenntnis der Wasserkreisläufe heraus sinnbildlich als „Mit-WASSER“ (vgl. ggf. nochmal Ausführungen, S. 16/17). Gerade letztgenanntes erfordert eine grundlegende Akzeptanz der Charakteristika allen Seins – zu werden und zu vergehen, sich zu gestalten und gestaltet zu werden, zu fließen und zu stocken, zu beeinflussen und beeinflusst zu werden. Dadurch vermag die Arbeit mit der Thematik WASSER in Schreibwerkstätten für die Teilnehmenden, den Blick(-wechsel) auf den Menschen, auf ‚den/die Anderen um mich herum und zugleich mit mir‘ zu erleichtern. In diesem kreativpotentiellen Sinne sind wir als „Mit-WASSER“ nicht länger nur abgegrenzt Körper und Person mit „Eigen-WASSER“, sondern haben Anteil am Lauf der Zeit und des Lebens.

Eine solche Ko-Existenz-Erkenntnis aus der Arbeit mit der WASSER-Thematik heraus liegt einem umfassenden *Gewinn an Exzentrizität* zugrunde. Erst im erweiterten Verstehen und Verständnis als Person mit „Eigen-WASSER“ – also als Leib, in dem das Wasser spezifische Funktionen übernimmt (Liska et al., 2019; Young et al., 2019) und für den die Hydrologisation durch die mit ihr verbundenen je speziellen Begriffskategorien zur je eigenen Wasserhistorie beigetragen hat – eröffnet sich die grundgebende Dialektik, allegorisch formuliert, hin zum Tragen von „Mit-WASSER“ der anderen und sodann zum Erkennen, selbst Träger von „Mit-WASSER“ zu sein. WASSER macht ein Distanz-Nehmen sowie Nähe-walten-lassen ‚hin zum Anderen‘ sowohl konkret als auch bildlich und gleichnishaft deutlich: Auch Aggregatzustände *existieren als solche*, gleichwohl sie immer im Wandel begriffen sind. Dementsprechend veranschaulichen sie explizit Formen der Grenzziehung bei gleichzeitiger Verbundenheit als WASSER-ZUGEHÖRIG im jeweiligen Seinszustand.

Eine derartige Form der Verbundenheit durch Erkenntnis zentriert im eigenen Leib und in der koexistiven bzw. konvivialen Lebenswelt und Lebenspanne, ist es, was die Arbeit mit WASSER als kulturbezogenen Inhalt transportieren kann. Im Sinnspruch „Als Mit-WASSER *ist* mein Eigen-WASSER“ formuliert sich diese Verbundenheit. Erst bei zeitgleicher Exzentrizität durch das Betrachten der eigenen Subjektivität, die in der Subjekthaftigkeit des Anderen gründet, d. h. von außen her, wird es wiederum möglich, einen Zugewinn an Exzentrizität zu erhalten – für die Mitmenschen genauso wie für alle anderen Formen des Mit(einander)-Sein, in welche menschliches Leben eingebunden ist.

Kulturarbeit: Förderung von Wissensrepräsentation und Erkenntnisgewinn durch erneute Enkulturation und Ökologisation

Der MENSCH *als Mit-ME MENSCH in Um- und Mitwelt* wurde in der vorliegenden Arbeit unter Beschreibung und Anwendung der Dimension Hydrologisation als einer Subkategorie von Ökologisation vor dem Hintergrund des Ko-Existenzaxioms in einer kreativen Sprachanwendung als „*Mit-Wasser bedingt durch sein Eigen-Wasser*“ bezeichnet. Für die bereits in der IT und PBT integrierten und angewandten Prozesse der Sozialisation, Enkulturation und Ökologisation wurde die wichtige Subkategorie *Hydrologisation* expliziert und spezifiziert, sowie ihre zahlreiche Konnektivierungen mit den Oberkategorien dargelegt. Poesie- und bibliotherapeutische Schreibwerkstätten, die sich thematisch mit WASSER auseinandersetzen, leisten Kulturarbeit unter den Bedeutungsverweisen, die diese Begrifflichkeit der Hydrologisation zusammenführt: Durch Bewusstwerdung der Teilnehmenden ihrer selbst als WASSER-Verantwortliche und -abhängige, und damit als Zugewandte einer zu schützenden und lebenswichtigen Ressource, kann der Grund gelegt werden für einen wichtigen Teil ökofamilialer Kulturarbeit, die, im übertragenen Sinne formuliert, ähnlich der Schwingungen eines durch äußere Wirkung beeinflussten Wassers wie z.B. eines Tropfen, der hineinfällt in die Oberflächenspannung, im besten Fall immer weitere Kreise zieht.

Teilnehmende sollen bei Schreibwerkstätten zur WASSER-Thematik folgendes als Erkenntnis mitnehmen: Schütze ich Wasser, schütze ich mich. Das Prinzip der guten Selbstfürsorge wird hier als ein Modus mit Blick auf WASSER zugrunde gelegt, der sich, in all dessen Durchdringungen verschiedenster Kreisläufe, in einer Kombinatorik der just benannten Prozesse zur Hydrologisation bündelt. Aus dem Erkennen der individuellen Hydrologisation vermag das Sehen der kollektiven zu entstehen und damit die Basis für eine Förderung von partiellem Engagement zum Schutz von WASSER sowie selektive Offenheit gegenüber neuen Sichtweisen und Kenntnisständen, Wissenschaftsbemühungen und traditionellen Bräuchen, die der Bedeutsamkeit von WASSER huldigen.

Kulturarbeit passiert dort, wo sich dem Wahrnehmen das Erfahren und Erkennen beigesellen kann. WASSER als Thema für Schreibwerkstätten hat die Besonderheit, dass so vieles darüber weder bekannt noch erkannt ist. So führt, dieser Tatsache geschuldet, das Thema WASSER die Teilnehmenden automatisch in einen Prozess der Wissensrepräsentation, der Wissensaneignung und der Wissensreflexion. Dies wiederum wird nicht nur auf individueller Ebene vollzogen, sondern ist auch Part des Konvois, der sich Forschung und Schutz dieser existenziellen Ressource widmet. Solches hat nicht nur gesellschaftliche, sondern auch politische Dimensionen:

Auch fehlt eine weltweite Rechtsinstanz, die sich der Vielzahl ökologischer, sozialer und rechtlicher Probleme im Zusammenhang mit dem Wasser widmen könnte. Daher brauchen wir dringend weitere Vereinbarungen, in denen Wasser zum Gemeinschaftsgut erklärt wird, und eine neue internationale Rechtsinstitution, deren Grundsatz der Schutz und die gerechte Verteilung des Wassers sind. (Barlow & Clarke, 2002, S. 152)

In der Anteilnahme und Beteiligung an diesen Prozessen passiert erneute Enkulturation, durch vermehrte Aufmerksamkeit für die Einwirkungen der jeweiligen Ökologisation, die eine Hydrologisation des Leibselbst bedingen. Poesie- und bibliotherapeutische Schreibwerkstätten, die solches im Blick haben und mit dem Thema WASSER arbeiten, können sowohl zur Salutogenese der Teilnehmenden auf der persönlichen Ebene als auch zu derjenigen der Weltgesellschaft beitragen. Wie zu Anfang ausgeführt, eignen sich für die kreativen Schreibwerkstätten zur Veranschaulichung der Zusammenhänge die bildlichen Begriffe „Eigen-WASSER“ und „Mit-WASSER“.

Ziel der vorliegenden Arbeit war es, WASSER als Thema für poesie- und bibliotherapeutisches Arbeiten in Schreibwerkstätten zu empfehlen, zu begründen, und einen Überblick über die vielfältigen Möglichkeiten zu geben, wie es eingesetzt werden kann. Poesie- und bibliotherapeutische Schreibwerkstätten können aufgrund der in ihnen verwendeten Medien und Techniken Teilnehmenden ermöglichen, sich selbst, ihren Konflikten und Problematiken inne zu werden, und diese zu bearbeiten. WASSER in den Fokus dabei zu rücken eröffnet zugleich eine besondere Weitung, hin zum ‚Anderen‘, zum Mit-Existierenden, und fördert das Wahrnehmen der eigenen Gestaltungsräume.

Das Kreativierungspotential von WASSER ist in seiner Charakteristik und Beschaffenheit bereits angelegt. So können Teilnehmende einerseits durch Identifikation, andererseits durch Um- oder Neuformulierungen ihrer Wasserhistorie erfahren, wie Hydrologisation dazu beiträgt, Ich-Identität zu konfigurieren. Außerdem bietet das Thema WASSER vielfältige kulturgeschichtliche begriffliche Manifestationen, die als Folien für das eigene Sein und Erleben genutzt werden können.

Für poesie- und bibliotherapeutisches Arbeiten gilt, Teilnehmenden das Umfeld zu schaffen, in welchem sie, sich neutral wahrnehmend und mit Interesse beobachtend, ihrem Kontinuum und Kontext begegnen dürfen. Die emotionalen und kognitiven *Bausteine des Ichs, der Identität und der Antwort auf die Sinnfrage* sind nicht irreversibel ‚gemeißelt‘, sondern unterliegen den Prozessen des Werdens und Vergehens und der zu schaffenden Optionen für ein flexibles und dynamisches „Weltverstehen“ (vgl. Ausführungen in H. G. Petzold, 2020f). So schließt diese Arbeit mit einem Zitat, das im Hinblick auf die potentielle Reichweite poesie- und bibliotherapeutischen Arbeitens auf eine Voraussetzung für den Erfolg möglicher ‚therapeutischer‘ Interventionen hinweist, die allen Wahrnehmungen und allem Erleben von Sein als – wie hier bildlich benannt – „Eigen- und Mit-WASSER“ eigen ist: „Doch war die Entstehung der primären Bausteine des Lebens von einer entscheidenden Bedingung abhängig – dem Vorhandensein von Wasser in flüssigem Zustand“ (Vasilyan, 2016, S. 17).

ZUSAMMENFASSUNG/SUMMARY

Zusammenfassung: Das Kreativierungspotential des Elements „Wasser“! – „Hydrologisation“ – Die hydrologische Dimension der „Ökologisation“

Ihre Rolle in kreativen, biografischen Schreibwerkstätten auf Grundlage der *Integrativen Poesie- und Bibliotherapie*; „Hydrologisation“ als Option poesie- und bibliotherapeutischer Konzeptualisierung im *Integrativen Ansatz* – ein Beitrag zur Information und Vorbereitung für poesie- und bibliotherapeutisches Arbeiten mit der Thematik „Wasser“.

Ausgeführt werden die zahlreichen intermedialen Quergangsoptionen poesie- und bibliotherapeutisch orientierter Schreibwerkstätten, die mit dem Element „Wasser“ arbeiten. Grundlegende Informationen des thematischen Feldes werden gegeben. Das Konzept der „Hydrologisation“ wird dargelegt, anschließend konkrete Vorschläge zu verwendbaren Texten aus den Bereichen Lyrik und Prosa sowie das Wortfeld benannt. Techniken und Methoden der IPBT werden mit Blick auf die praxeologische Bedeutung der Wasser-Thematik beleuchtet. Eine Begründung für die Relevanz der Arbeit mit Wasser wird durch Untersuchung bzw. Einbettung in die Aspekte Kulturarbeit und Sinnförderung gegeben.

Schlüsselwörter: Wasser, Kreativierung, IPBT, Schreibwerkstatt, Bewusstseins- und Kulturarbeit

Summary: The potential of creativisation of “water”! – “Hydrologisation” – The hydrologic dimension of “ecologisation”.

It's role in creative, biographical writing groups based on integrative poetry- and bibliotherapy, „hydrologisation“ as an option for poetry- and bibliotherapeutical conceptualising within integrative therapy – contribution for information and preparation concerning poetry- and bibliotherapeutical work referring to this topic “water”

The numerous options for intermediary crossways within poetry- and bibliotherapeutical oriented writing groups referring to the element “water“ are explicated. Basic information on the thematic field is given ahead. “Hydrologisation“ is presented as a concept beneficial within the poetry- and bibliotherapeutical approach. Concrete suggestions for usable texts from poetry and prose as well as naming the semantic field are implemented. Techniques and methods related to praxeologic meaning of the given topic are highlighted. Relevance of working with “water“ is reasoned within aspects like sensitization for awareness and culture.

Keywords: Water, creativisation, IPBT, writing group, sensitization, for awareness and culture

LITERATURVERZEICHNIS

- Alston, I. S. (1967). Bibliotherapy and Psychotherapy. *Library Trends*, 11, 159–176.
- Anderson, M. (1995). *Heilen mit Wasser: Güsse, Bäder, Wickel, Packungen, Wärme und Kälte* (2. Aufl.). *Natur hilft heilen*. Jopp.
- Ansell, C. (2009). Psychoanalyse und Dichtung. In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, Literarische Werkstätten* (S. 167–184). Aisthesis Verlag.
- Assmann, A. (2009). *Erinnerungsräume: Formen und Wandlungen des kulturellen Gedächtnisses* (4. Aufl.). Beck.
- Audio Micro. (2019). *Free Water Sound Effects*. Stock Audio Library. <https://de.audiomicro.com/freie-sound-effekte/freies-wasser-sound-effekte>
- Averbeck, H. (2012). *Von der Kaltwasserkur bis zur physikalischen Therapie. Betrachtungen zu Personen und zur Zeit der wichtigsten Entwicklungen im 19. Jahrhundert*. EHV.

- Balint, M. (1970). *Therapeutische Aspekte der Regression. Die Theorie der Grundstörung*. Klett Cotta.
- Ball, P. & Ben-Jacob, E. (2014). Water as the fabric of life. *The European Physical Journal Special Topics*, 223(5), 849–852. <https://doi.org/10.1140/epjst/e2014-02112-4>
- Barlow, M. & Clarke, T. (2002). *Blue Gold. The Battle Against Corporate Theft of the World's Water*. Toronto: Stoddart Publishing.
- Dt. (2003): *Das globale Geschäft mit dem Wasser*. Antje Kunstmann GmbH.
- Beck, J. H. (Hg.). (1995). *Encyclopedia of percussion*. Garland.
- Berger, U. & Schmotz, C. (Hg.). (2010). *Velber-Kinderbuch. Die Wasserforscher: Was Wasser alles kann*. Velber.
- Böhme, G. & Böhme, H. (2004). *Feuer, Wasser, Erde, Luft: Eine Kulturgeschichte der Elemente* (1. Aufl.). Beck.
- Bonin, F. von. (2001). *Kleines Handlexikon der Märchensymbolik*. Kreuz.
- Bosch, T. C. G. & Miller, D. J. (2016). *The Holobiont Imperative: Perspectives from Early Emerging Animals* (1st ed. 2016). Springer. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&AN=1177770> <https://doi.org/10.1007/978-3-7091-1896-2>
- Breitburg, D., Levin, L. A., Oschlies, A., Grégoire, M., Chavez, F. P., Conley, D. J., Garçon, V., Gilbert, D., Gutiérrez, D., Isensee, K., Jacinto, G. S., Limburg, K. E., Montes, I., Naqvi, S. W. A., Pitcher, G. C., Rabalais, N. N., Roman, M. R., Rose, K. A., Seibel, B. A., . . . Zhang, J. (2018). Declining oxygen in the global ocean and coastal waters. *Science (New York, N.Y.)*, 359(6371). <https://doi.org/10.1126/science.aam7240>
- Bundesamt für Justiz. (2018). *Verordnung über die Qualität von Wasser für den menschlichen Gebrauch*. https://www.gesetze-im-internet.de/trinkwv_2001/index.html
- Caeners, T. (2011). *Poetry as Therapy. Contemporary Literary Theory as a Foundation of Poetry Therapy*. Wissenschaftlicher Verlag Trier.
- Chaplin, M. (24. Juli 2018). *Anomalous properties of water*. http://www1.lsbu.ac.uk/water/water_anomalies.html
- (2013). *Top Secret Wasser* [Dokumentarfilm]. <https://www.youtube.com/watch?v=TaFE8SMOZ0s>
- Cicero, M. T. (1990). *Vom Wesen der Götter (De natura deorum)*. Lat./Dt., hg. v. W. Gerlach und K. Bayer (3. Aufl.). Artemis Verlag.
- Cohen, J. L. (1985). Strategy or Identity: New Theoretical Paradigms and Contemporary Social Movements. *Social Research*, 52(4), 663–716.
- Cook, A. L., Silva, M. R., Hayden, L. A., Brodsky, L. & Coddling, R. (2017). Exploring the Use of Shared Reading as a Culturally Responsive Counseling Intervention to Promote Academic and Social-Emotional Development. *Journal of Child and Adolescent Counseling*, 3(1), 14–29. <https://doi.org/10.1080/23727810.2017.1280327>
- Coulmas, P. (1990). *Weltbürger: Geschichte einer Menschheitssehnsucht* (1. Aufl.). Rowohlt.
- Csikszentmihalyi, M. (2010). *Flow: Das Geheimnis des Glücks* (15. Aufl.). Klett-Cotta.
- Dasgupta, P. (Hg.). (2021). *The economics of biodiversity: the Dasgupta review*. HM Treasury.
- Domin, H. (1988). *Das Gedicht als Augenblick von Freiheit: Frankfurter Poetik-Vorlesungen 1987/1988. Serie Piper: Bd. 991*. Piper.
- Domin, H. (2009). Das Gedicht als Begegnung. In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, Literarische Werkstätten* (S. 11–17). Aisthesis Verlag.
- Duda, M. (2008). *Das Glück, das aus den Büchern kommt. Lesekunst als Lebenskunst*. Claudius Verlag.
- Duden. (2001). *Das Fremdwörterbuch*. CD-ROM (7. Aufl.). Duden.
- Eckstein, D., Künzel, V. & Schäfer, L. (2017). *Global Climate Risk Index 2018: Who Suffers Most From Extreme Weather Events? Weather-related Loss Events in 2016 and 1997 to 2016*. Germanwatch Nord-Süd Initiative e.V.
- edeos (Hg.). (2019). *WissensWerte: Wasser*. <https://edeos.org/downloads/wissenswerte-wasser/>
- Edmaier, B. & Jung-Hüttl, A. (2015). *Wasser*. Prestel.
- Eisler-Stehrenberger, K. (2007). Kreativer Prozeß - Therapeutischer Prozeß. In Petzold, H. G., Orth, I. (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., S. 113–168). Aisthesis Verlag.
- Elbrecht, C. (2007). Das Geführte Zeichnen auf dem Hintergrund der Initiatischen Therapie. In Petzold, H. G., Orth, I. (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., S. 473–498). Aisthesis Verlag.
- Erl, A. (2008). Kollektives Gedächtnis und Erinnerungskulturen. In A. Nünning & V. Nünning (Hg.), *Einführung in die Kulturwissenschaften: Theoretische Grundlagen - Ansätze - Perspektiven* (S. 156–185). Verlag J. B. Metzler. https://doi.org/10.1007/978-3-476-05057-1_8
- European Environment Agency. (2019). *Data centre overview: Water*. <https://www.eea.europa.eu/themes/water/dc>
- Fath, A. (2016). *Rheines Wasser: 1231 Kilometer mit dem Strom* (1. Aufl.). Carl Hanser Fachbuchverlag. <http://dx.doi.org/10.3139/9783446449930> <https://doi.org/10.3139/9783446449930>
- Fialka-Moser, V. (2009). *Hydrotherapie und Balneotherapie*. Hydrotherapie in Theorie und Praxis. Pflaum.
- Flannery, T. F. (2011). *Auf Gedeih und Verderb: Die Erde und wir: Geschichte und Zukunft einer besonderen Beziehung*. Fischer.
- Friedman, H. & Bruzek, A. (1997). *Die Sonne: Aus der Perspektive der Erde. Spektrum-Bibliothek: Bd. 13*. Spektrum-der-Wissenschaft-Verlagsgesellschaft.
- Fröhlich-Gildhoff, K. & Rönnau-Böse, M. (Hg.). (2015). *Resilienz*. Ernst Reinhardt Verlag.

- Frühmann, R. (2009). Poesie - ein Weg zu sich selbst. In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, Literarische Werkstätten* (S. 219–242). Aisthesis Verlag. Metareflexionen zur Überwindung von Entfremdung durch poetisches Sagen.
- Fuchs, E. C., Wexler, A. D., Paulitsch-Fuchs, A. H., Agostinho, L. L. F., Yntema, D. & Woisetschläger, J. (2014). The Armstrong experiment revisited. *The European Physical Journal Special Topics*, 223(5), 959–977. <https://doi.org/10.1140/epjst/e2013-01924-x>
- Fuchs, E. C., Woisetschläger, J., Gatterer, K., Maier, E., Pecnik, R., Holler, G. & Eisenkölbl, H. (2007). The floating water bridge. *Journal of Physics D: Applied Physics*, 40(19), 6112–6114. <https://doi.org/10.1088/0022-3727/40/19/052>
- Gadamer, H.-G. (1986). *Hermeneutik II: Ergänzungen*. Gesammelte Werke 2. Mohr.
- Gallagher, S. (2018). Rethinking Nature: Phenomenology and a Non-reductionist Cognitive Science. *Australasian Philosophical Review*, 2(2), 125–137. <https://doi.org/10.1080/24740500.2018.1552074>
- (2012). *Das Geheimnis des aufrechten Gangs* [Dokumentation]. SFR. <https://www.youtube.com/watch?v=R0qOpuVxSGU>
- Gerten, D. (2018). *Wasser: Knappheit, Klimawandel, Welternährung*. C.H. Beck.
- Girgensohn, K. & Sennewald, N. (2016). *Schreiben lehren, Schreiben lernen: Eine Einführung. Einführung Germanistik*. WBG.
- Goethe, J. W. v. (1823). *Maximen und Reflexionen. Aphorismen und Aufzeichnungen*. Aus Kunst und Altertum, 4. Band, 2. Heft. Eigenes und Angeeignetes. Nach den Handschriften des Goethe- und Schiller-Archivs, hg. von Max Hecker (1907). Verlag der Goethe-Gesellschaft.
- Grander, J. (2020). *Grander-Wasser: Wasserforschung*. <http://www.grander.com/international/wasser/wasserforschung>
- Grube-Korth, C. (2018). *Wasser – das verbindende Element analog zur Wirkung der Integrativen Therapie* (Grüne Texte 04/2018). EAG-FPI. <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/04-2018-grube-korth-c-wasser-das-verbindende-element-analog-zur-wirkung-der-integrativen/>
- Halpern, B. S., Walbridge, S., Selkoe, K. A., Kappel, C. V., Micheli, F., D'Agrosa, C., Bruno, J. F., Casey, K. S., Ebert, C., Fox, H. E., Fujita, R., Heinemann, D., Lenihan, H. S., Madin, E. M. P., Perry, M. T., Selig, E. R., Spalding, M., Steneck, R. & Watson, R. (2008). A global map of human impact on marine ecosystems. *Science (New York, N.Y.)*, 319(5865), 948–952. <https://doi.org/10.1126/science.1149345>
- Harvard Medical School. (2019). *Biological Roles of Water: Why is water necessary for life?* <http://sitn.hms.harvard.edu/uncategorized/2019/biological-roles-of-water-why-is-water-necessary-for-life/>
- Hellgardt, H. (2007). Märchen und Märchentherapie in der Sicht der Individualpsychologie Alfred Adlers. In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., S. 345–369). Aisthesis Verlag.
- Hillmann, H. (1974). Rezeption empirisch. In W. Dehn (Hg.), *Ästhetische Erfahrung und literarisches Lernen* (S. 219–237). Athenäum-Fischer-Taschenbuch-Verlag.
- Holm-Hadulla, R. M. (2011). *Kreativität zwischen Schöpfung und Zerstörung: Konzepte aus Kulturwissenschaften, Psychologie, Neurobiologie und ihre praktischen Anwendungen*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- Hostert, A. (2019). *Quarks & Co: Wasser ist Leben*. <https://www1.wdr.de/mediathek/video/sendungen/quarks-und-co/video-wasser-ist-leben-106.html>
- Hynes-Berry, M. & McCarthy-Hynes, A. (1994). *Biblio/Poetry Therapy - The Interactive Process: A Handbook*. North Star Press of St Cloud.
- Ilijine, V. N., Petzold, H. G. & Sieper, J [Johanna]. (2007). Kokreation - die leibliche Dimension des Schöpferischen - Aufzeichnungen aus gemeinsamen Gedankengängen. In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., S. 203–212). Aisthesis Verlag.
- Jéquier, E. & Constant, F. (2010). Water as an essential nutrient: the physiological basis of hydration. *European journal of clinical nutrition*, 64(2), 115–123. <https://doi.org/10.1038/ejcn.2009.111>
- Kaatze, U. (2017). Wasser - ein besonderer Stoff: Die faszinierenden Eigenschaften von Wasser lassen sich nicht allein durch die Existenz von Wasserstoffbrückenbindungen erklären. *Physik Journal*, 16(10), 41–47.
- Kadel, R. & Offermanns, K. (2016). Das Gift der Meere.: Plastikmüll gefährdet das Ökosystem der Ozeane. In *Chancen. Kompakt 2016* (S. 10–11).
- Kareklas, K., Nettle, D. & Smulders, T. V. (2013). Water-induced finger wrinkles improve handling of wet objects. *Biology letters*, 9(2), 20120999. <https://doi.org/10.1098/rsbl.2012.0999>
- Kayser, W. (2002). *Kleine deutsche Versschule*. UTB.
- Kieser, G. (2014). *Wörterbuch der Märchen-Symbolik* (2. Aufl.). Param.
- Kilaj, A., Gao, H., Rösch, D., Rivero, U., Küpper, J. & Willitsch, S. (2018). Observation of different reactivities of para and ortho-water towards trapped diazenylium ions. *Nature communications*, 9(1), 2096. <https://doi.org/10.1038/s41467-018-04483-3>
- Knill, P. (2007). Neue Entwicklungen der Therapie mit kreativen Medien. In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., S. 93–112). Aisthesis Verlag.
- Kreutz, G. (2014). Does singing facilitate social bonding? *Music and Medicine*, 6(2), 51–60.
- (2008). *Unser Wissen ist ein Tropfen: Wasser - Das unbekannte Wesen* [Film]. <https://vimeo.com/40756509>

- Kröplin, B.-H. (Hg.). (2001). *Welt im Tropfen: Gedächtnis- und Gedankenformen im Wasser*. Gutesbuchverlag.
- Kuhl, J. (1983). *Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle*. Springer.
- Landesbildungsserver Baden-Württemberg (Hg.). (2018). *Wasser - Versuchsanleitungen und Arbeitsblätter*. http://www.schule-bw.de/faecher-und-schularten/mathematisch-naturwissenschaftliche-faecher/chemie/neuer-index.html/mat-seki/bnt_ch/wasserblaetter
- Lang, S.-C., Mayer, P., Hursthouse, A., Kötker, D., Hand, I., Schulz-Bull, D. & Witt, G. (2018). Assessing PCB pollution in the Baltic Sea - An equilibrium partitioning based study. *Chemosphere*, 191, 886–894. <https://doi.org/10.1016/j.chemosphere.2017.10.073>
- Lauterwasser, A. (2015). *Schwingung - Resonanz - Leben: Wasser-Klang-Bilder und die Formen des Lebendigen*. AT Verlag.
- Lehrl, S [Siegfried] & Wagner, G [Günter]. (2012). *Rosbacher Trinkstudie IV*. Gesellschaft für Gehirntraining e. V., Kuratorium Therafit, Institut für Sporternährung e. V. Bad Nauheim. <http://www.rosbacher.de/media/trinkstudie/ergebnisse-trinkstudie.pdf>
- Liska, D., Mah, E., Brisbois, T., Barrios, P. L., Baker, L. B. & Spriet, L. L. (2019). Narrative Review of Hydration and Selected Health Outcomes in the General Population. *Nutrients*, 11(1). <https://doi.org/10.3390/nu11010070>
- Longden, E., Davis, P., Billington, J., Lampropoulou, S., Farrington, G., Magee, F., Walsh, E. & Corcoran, R. (2015). Shared Reading: assessing the intrinsic value of a literature-based health intervention. *Medical humanities*, 41(2), 113–120. <https://doi.org/10.1136/medhum-2015-010704>
- Longden, E., Davis, P., Carroll, J., Billington, J. & Kinderman, P. (2016). An evaluation of shared reading groups for adults living with dementia: preliminary findings. *Journal of Public Mental Health*, 15(2), 75–82. <https://doi.org/10.1108/JPMH-06-2015-0023>
- Maestro, L. M., Marqués, M. I., Camarillo, E., Jaque, D., Solé, J. G., Gonzalo, J. A., Jaque, F., Valle, J. C. D., Mallamace, F. & Stanley, H. E. (2016). On the existence of two states in liquid water: impact on biological and nanoscopic systems. *International Journal of Nanotechnology*, 13(8/9), 667. <https://doi.org/10.1504/IJNT.2016.079670>
- Mansfeld, J. (Hg.). (1986). *Die Vorsokratiker: Griechisch/deutsch*. Reclam.
- Martínez, M. & Scheffel, M. (1999). *Einführung in die Erzähltheorie* (8. Aufl.). Beck.
- Mausser, W. & Wiegandt, K. (Hg.). (2013). *Forum für Verantwortung: Bd. 17273. Wie lange reicht die Ressource Wasser? Vom Umgang mit dem blauen Gold* (4. Aufl.). Fischer-Taschenbuch-Verl.
- Möhrmann, R. (Hg.). (2015). *"So muß ich weinen bitterlich". Zur Kulturgeschichte der Tränen*. Alfred Kröner Verlag.
- Moos, N. von, Burkhardt-Holm, P. & Köhler, A. (2012). Uptake and effects of microplastics on cells and tissue of the blue mussel *Mytilus edulis* L. after an experimental exposure. *Environmental science & technology*, 46(20), 11327–11335. <https://doi.org/10.1021/es302332w>
- Moreno, J. L. (2007a). Kanon der Kreativität und Analyse der Kreativitätscharta (Aus: Sociometry 4, 1955, 103-104). In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., S. 187–188). Aisthesis Verlag.
- Moreno, J. L. (2007b). Theorie der Spontanität-Kreativität (Aus: Sociometry 4, 1955, 105-118). In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., S. 189–202). Aisthesis Verlag.
- Niemitz, C. (2004a). *Das aufrechte Ufertier*. Wasser. Freie Universität Berlin. https://www.fu-berlin.de/presse/publikationen/fundiert/archiv/2004_02/04_02_niemitz/index.html
- Niemitz, C. (2004b). *Das Geheimnis des aufrechten Gangs: Unsere Evolution verlief anders*. Beck.
- NUSSBAUM, M. (2020). *Kosmopolitismus: Revision eines Ideals*. WBG THEISS.
- Obbard, R. W., Sadri, S., Wong, Y. Q., Khitun, A. A., Baker, I. & Thompson, R. C. (2014). Global warming releases microplastic legacy frozen in Arctic Sea ice. *Earth's Future*, 2(6), 315–320. <https://doi.org/10.1002/2014EF000240>
- Orth, I [I.]. (2002). *Weibliche Identität und Leiblichkeit – Prozesse „konvivialer“ Veränderung und Entwicklung – Überlegungen für die Praxis: Integrative Therapie 4, 2002, 303-324; erw. (2010): Weibliche Identität und Leiblichkeit - Prozesse „konvivialer“ Veränderung und Entwicklung - Überlegungen für die Praxis*. In: Petzold, H. G., Orth, I., Sieper, J. (2010a): *Gewissensarbeit, Weisheitstherapie, Geistiges Leben - Themen und Werte moderner Psychotherapie*. Wien: Krammer.
- Orth, I [Ilse]. (2007). Das Konflux-Modell und die Arbeit mit kokreativen Prozessen in Teamarbeit, Teamsupervision und Organisationsberatung (1996). In H. Petzold (Hg.), *Integrative Supervision, Meta-Consulting, Organisationsentwicklung: Ein Handbuch für Modelle und Methoden reflexiver Praxis* (2. Aufl., S. 211–248). VS Verl. für Sozialwiss. https://doi.org/10.1007/978-3-531-90723-9_8
- Orth, I [Ilse] & Petzold, H. G. (2007). Metamorphosen – Prozesse der Wandlung in der intermedialen Arbeit der Integrativen Therapie. In Petzold, H. G., Orth, I. (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., S. 721-774). Aisthesis Verlag.
- Orth, I., Petzold, H. G. (1993c). *Zur „Anthropologie des schöpferischen Menschen“*. POLYLOGE, 04/2015. <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/04-2015-orth-i-petzold-h-g-1993c-zur-anthropologie-des-schoepferischen-menschen/>
- Pacific Institute. (2018a). *Water Conflict Chronology Timeline List*. <http://www.worldwater.org/conflict/list/>
- Pacific Institute. (7. August 2018b). *Water Conflict Chronology*. <http://www.worldwater.org/conflict/map/>
- Pang, X. F. (2014). *Water: Molecular Structures and Properties*. World Scientific.
- (2010). *Water - Die geheime Macht des Wassers* [Film]. <https://vimeo.com/220437482>

- Petzold, H., Orth, I [I.] & Sieper, J [J.]. (2019e). *Die "14+3" Wirkfaktoren und -prozesse in der Integrativen Therapie.: Transversale Wege des Integrierens und Einflussfaktoren im Entwicklungsgeschehen: Metafaktoren, Belastungs-, Schutz-, Resilienzfaktoren bzw. -Prozesse und die Wirk- und Heilfaktoren/-prozesse der Integrativen Therapie.* (Ausgabe o.J.). Hückeswagen: Verlag Petzold + Sieper.
- Petzold, H. G. (2016n). „14 plus 3“ - Wege des Integrierens und Einflussfaktoren im Entwicklungsgeschehen: Belastungs-, Schutz-, Resilienzfaktoren bzw. -prozesse und die Wirk- und Heilfaktoren/-prozesse der Integrativen Therapie. Handout. Hückeswagen: Europäische 28Akademie für biopsychosoziale Gesundheit. Erweitert in: Petzold, H. G., Sieper, J., Orth, I. (2019e): *Die „14 plus 3“ Wirkfaktoren und -prozesse in der Integrativen Therapie. –Wege des Integrierens und Einflussfaktoren im Entwicklungsgeschehen: Metafaktoren, Belastungs-, Schutz-, Resilienzfaktoren bzw. -prozesse und die Wirk- und Heilfaktoren/-prozesse der Integrativen Therapie.* Revid. in Petzold 2016n. Forschungsbericht aus der Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Hückeswagen. (16T/2019). POLYLOGE. <http://www.fpi-publikation.de/supervision/alle-ausgaben/index.php16T>.
- Petzold, H. G. (1979d). *Die Doppeltechnik im Psychodrama.* In: Petzold, H.G.(1979k): *Psychodrama-Therapie. Theorie, Methoden, Anwendung in der Arbeit mit alten Menschen. "Beihefte zur Integrativen Therapie" 3, Paderborn: Junfermann, 2. Aufl. 1985. S. 139-197.*
- Petzold, H. G. (1978c). *Das Ko-respondenzmodell in der Integrativen Agogik: Integrative Therapie, I 178, S. 21-56.* EAG-FPI.
- Petzold, H. G. (1975m). *Ein Kriseneinterventionsseminar - Techniken beziehungsgestützter Krisenintervention, Aufbau eines „guten Konvois“, „innerer Beistände“ und „protektiver Erfahrungen“ in Integrativer Bewegungstherapie (IBT), Integrativer Therapie (IT), Gestalttherapie (GT).: Seminarnachschrift aus dem Seminar IBT-Krisenintervention. Knechtsteden 17. - 21. Mai 1975. Redaktion Johanna Sieper. Textarchiv Hilarion Petzold Jg. 1975.* http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/textarchiv-petzold/pdf_petzold_1975m-kriseneinterventionsseminar_-_techniken_beziehungsgestuetzter_kriseninterventio.pdf
- Petzold, H. G. (1988t). *Methoden des therapeutischen Umgangs mit Symbolen und Symbolisierungsprozessen – Überlegungen zu Kernqualitäten des Menschenwesens: Vortrag auf dem 7. Deutschen Symposium für Kunsttherapie, 27.-30.11.1988, EAG, Akademie, Hückeswagen, Symposiumsdokumentation.*
- Petzold, H. G. (2019e). *Natur sein, Natur-Sein – Nature embodied in time and space, in Kontext/Kontinuum.: „Ökologische Intensivierungen“ im Integrativen Ansatz der Therapie und Supervision.* (POLYLOGE 10/2019). EAG-FPI. <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/10-2019-petzold-h-g-2019e-natur-sein-natur-sein-nature-embodied-in-time-and-space-in.html>
- Petzold, H. G. (2012c). *Psychotherapie – Arbeitsbündnis oder „Sprache der Zärtlichkeit“ und gelebte Konvivialität? Intersubjektive Nahraumbeziehungen als Prozesse affiliaer „Angrenzung“ statt abgrenzender „Arbeitsbeziehungen“: Integrative Therapie 1, 73-94.* <http://www.fpi-publikation.de/artikel/textarchiv-h-g-petzold-et-al-/petzold-h-g-2012c-psychotherapie-arbeitsbuenndnis-oder-sprache-der-zaertlichkeit-und.html>
- Petzold, H. G. (1985l). *Über innere Feinde und innere Beistände.: In: Bach, G., Torbet, W., Ich liebe mich - ich hasse mich, Reinbek: Rowohlt, S. 11-15.*
- Petzold, H. (2011e). *INTEGRATIVE THERAPIE KOMPAKT 2011: Definitionen und Kondensate von Kernkonzepten der Integrativen Therapie - Materialien zu „Klinischer Wissenschaft“ und „Sprachtheorie“* (POLYLOGE 01/2011). EAG-FPI. https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold-integrative-therapie-kompakt-2011-upd.2011e-definitionen-und-kondensate_-_polyloge-01-2011.pdf
- Petzold, H. G. (2020f). *Der „INTEGRATIVE ANSATZ“ des „Selbst- und Weltverstehens“ (Oikeiosis) – Weltkomplexität offen halten: ein nicht-reduktionistischer, transversaler Blick.* für Menschenarbeiter (POLYLOGE 12/2020). EAG-FPI. <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/12-2020-petzold-h-g-2020f-der-integrative-ansatz-des-selbst-und-weltverstehens-oikeiosis-weltkomplexitaet/>
- Petzold, H. G. (2019d). *Notizen zur „OIKEIOSIS“, Selbstfühlen und Naturfühlen.: Transversale Selbst-, Natur- und Welterkenntnis, „kreativ-collagierendes Denken“, „Green Meditation“, „Green Writing“, „Grünes Handeln“ in der Integrativen Therapie* (POLYLOGE). Grüne Texte. EAG-FPI. <https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=petzold-2019d-2020c-oikeiosis-selbstfuehlen-naturfuehlen-transversal-gruene-texte-14-2019.pdf>
- Petzold, H. G. (2010f). *Sprache, Gemeinschaft, Leiblichkeit und Therapie: Materialien zu polylogischen Reflexionen, intertextuellen Collagierungen und melioristischer Kulturarbeit - Hermeneutica* [POLYLOGE 07/2010]. https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_petzold_2010f_sprache-gemeinschaft-leiblichkeit_und_therapie_polyloge_7_2010.pdf
- Petzold, H. G. (2002b). *Zentrale Modelle und Kernkonzepte der „Integrativen Therapie“.* POLYLOGE 02/2002. <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/02-2002-2002b-petzold-h-g-zentrale-modelle-und-kernkonzepte-der-integrativen-therapie/>
- Petzold, H. G. (2007a). *Integrative Dramatherapie und Szenentheorie-Überlegungen und Konzepte zur Verwendung dramatherapeutischer Methoden in der Integrativen Therapie.* In Petzold, H. G., Orth, I. (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis.* (4. Aufl., S. 868–880). Aisthesis Verlag.
- Petzold, H. G. (2007b). *Überlegungen und Konzepte zur Integrativen Therapie mit kreativen Medien und einer intermedialen Kunstpsychotherapie: Im Original: Transkript der Gastvorlesung an der „Akademie voor Educatieve Arbeid“, JELBURG - Hochschule für Kreative Therapie, Baarn, Holland, 3.12.1986.* In Petzold, H. G., Orth, I. (Hg.), *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis.* (4. Aufl., S. 585–638). Aisthesis Verlag.

- Petzold, H. G. (2005f, g, update 2010). *"Beratung" als Disziplin und Praxeologie zum Umgang mit subjektiven Theorien und ihren kollektiven Hintergründen in der modernen Wissensgesellschaft*. POLYLOGE, 06/2010. <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/06-2010-petzold-h-g-2005fg-update2010-beratung-als-disziplin-und-praxeologie/>
- Petzold, H. G. (1987k/1990b/2017). *"Form" und "Metamorphose" als fundierende Konzepte für die Integrative Therapie mit kreativen Medien - Wege intermediärer Kunstpsychotherapie*. POLYLOGE 11/2017. <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/11-2017-petzold-h-g-1987k1990b-form-und-metamorphose-als-fundierende-konzepte-fuer/>
- Petzold, H. G. & Orth, I [Ilse]. (2004b). *„Unterwegs zum Selbst“ und zur „Weltbürgergesellschaft“ - „Wegcharakter“ und „Sindimension“ des menschlichen Lebens - Perspektiven Integrativer „Kulturarbeit“ - Hommage an Kant* [Europäische Akademie für Psychosoziale Gesundheit, Hückeswagen 2004b, mimeogr. ergänzt in: Petzold, Orth (2004/2005a) 689-791.]. POLYLOGE. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/09-2009-orth-i-petzold-h-g-2004b-unterwegs-zum-selbst-und-zur-weltbuergergesellschaft.html>
- Petzold, H. G. & Orth, I [Ilse]. (2008a). *„Der schiefe Turm fällt nicht ... weil ich das will!“ – Kunst, Wille, Freiheit. Kreativtherapeutische Instrumente für die Integrative Therapie des Willens: Willenspanorama, Zielkartierungen, Ich-Funktions-Diagramme* [erschienen in: Petzold, H.G., Sieper, J. (2008a): *Der Wille, die Neurowissenschaften und die Psychotherapie*. 2 Bände. Bielefeld: Sirius, S. 593-653.]. FPI-Publikation. <https://www.fpi-publikation.de/textarchiv-petzold/petzold-h-g-orth-i-2008a-der-schiefe-turm-faellt-nicht-weil-ich-das-will-i/>
- Petzold, H. G. & Orth, I [Ilse] (Hg.). (2005a). *Sinn, Sinnerfahrung, Lebenssinn in Psychologie und Psychotherapie*. Sinn und Sinnerfahrung - Interdisziplinäre Perspektiven, Band 1 (Edition Sirius). Aisthesis Verlag.
- Petzold, H. G. & Orth, I [Ilse] (Hg.). (2007). *Die neuen Kreativitätstherapien. Handbuch der Kunsttherapie. Theorie und Praxis*. (4. Aufl., Edition Sirius). Aisthesis Verlag.
- Petzold, H. G. & Orth, I [Ilse]. (2009). Poesie- und Bibliotherapie. Entwicklung, Konzepte und Theorie - Methodik und Praxis des Integrativen Ansatzes. In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesietherapie, Bibliotherapie, Literarische Werkstätten* (S. 21–102). Aisthesis Verlag.
- Petzold, H. G. & Orth, I [Ilse]. (1994a/2012). *Kreative Persönlichkeitsdiagnostik durch "mediengestützte Techniken" in der Integrativen Therapie und Beratung* [Integrative Therapie 4 (1994) 340-391]. FPI-Publikation. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/03-2012-petzold-h-orth-i-1994a-kreative-persoendlichkeitsdiagnostik-durch-mediengestuetzte.html>
- Petzold, H. G., Brühlmann-Jecklin, E., Orth, I., Sieper, J. (2007). *„Methodenintegrativ“ und „multimodal“ – kokreative Strategien in den Konfluxprozessen der „Integrativen Therapie“. Zur Geschichte und Bedeutung der Begriffe.: Mitgliederrundbrief der Deutschen Gesellschaft für Integrative Therapie 2, 24 -36*. <http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-polyloge/download-nr-33-2008-petzold-bru-hlmann-jecklin-orth-sieper.html>
- Petzold, H. G., Orth, I. (2017b). *Epitome.: POLYLOGE IN DER INTEGRATIVEN THERAPIE: „Mentalisierungen und Empathie“, „Verkörperungen und Interzeption“ - Grundkonzepte für „komplexes Lernen“ in einem intermethodischen Verfahren „kreativen Denkens und Schreibens“*. In: Petzold, H. G., Leiser, B., Klempnauer, E. (2017): *Wenn Sprache heilt. Handbuch für Poesie- und Bibliotherapie, Biographiarbeit, Kreatives Schreiben*. Festschrift für Ilse Orth/Bielefeld: Aisthesis. S. 885-971. Auch in Polyloge. Polyloge 31/2017. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/31-2017-petzold-h-g-orth-i-2017b-epitome-polyloge-in-der-integrativen-therapie.html>
- Petzold, H. G., Orth, I. (2017a). *Interozeptivität/Eigenleibliches Spüren, Körperbilder/Body Charts – der „Informierte Leib“ öffnet seine Archive: „Komplexe Resonanzen“ aus der Lebensspanne des „body-mind-world-subject“*. (22/2018). Polyloge 22/2018; <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/22-2018-petzold-h-g-orth-i-2017a-interozeptivitaet-eigenleibliches-spueren-koerperbilder.html>.
- Petzold, H. G., Orth, I. (1993a). *Therapietagebücher, Lebensspanorama, Gesundheits-/Krankheitspanorama als Instrumente der Symbolisierung und karrierebezogenen Arbeit in der Integrativen Therapie* (POLYLOGE 26/2012). EAG-FPI. https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=polyloge_hp_orth_1993a_therapietageb_gesamt150113.pdf
- Petzold, H. G., Orth, I. (1993a/2012). *Therapietagebücher, Lebensspanorama, Gesundheits-/Krankheitspanorama als Instrumente der Symbolisierung und karrierebezogenen Arbeit in der Integrativen Therapie*. POLYLOGE 26/2012. <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/26-2012-petzold-h-g-orth-i-1993a-therapietagebuecher-lebensspanorama-gesundheits-krank/>
- Petzold, H.G., Orth, I. (2006). *Der „Schiefe Turm“ fällt nicht – Salutogenetische Arbeit mit Neuromentalisierungen und kreativen Medien in der Integrativen Therapie*. Hückeswagen: Europäische Akademie für psychosoziale Gesundheit. Erw. in Petzold, Sieper (2008a), S. 593-653. http://www.fpi-publikation.de/images/stories/downloads/textarchiv-petzold/petzold_orth_2008a_der_schiefe_turm_faellt_nicht.pdf
- Petzold, H.G., Orth, I. (1994a/2012). *Kreative Persönlichkeitsdiagnostik durch "mediengestützte Techniken" in der Integrativen Therapie und Beratung. Integrative Therapie 4 (1994)*. S. 340-391. EAG-FPI. <http://www.fpi-publikation.de/polyloge/alle-ausgaben/03-2012-petzold-h-orth-i-1994a-kreative-persoendlichkeitsdiagnostik-durch-mediengestuetzte.html>
- Pollack, G. H. (2013). *The fourth phase of water: Beyond solid, liquid, and vapor*. Ebner & Sons Publishers.
- Pühn, U. (2014). *Dein Grundton: Innerer Frieden durch die Kraft der persönlichen Schwingung* (1. Aufl., neue Ausg). AMRA Verlag.
- Räuchle, H. *Prozesse Persönlicher Hermeneutik und Lebensgestaltung durch die Integrative Poesie- und Bibliotherapie*. In: Petzold, Leiser, & Klempnauer (2018): *Wenn Sprache heilt. Handbuch für Poesie- und Bibliotherapie, Biographiarbeit und Kreatives Schreiben*. Festschrift für Ilse Orth. Studentexte Integrativer Therapie. AISTHESIS psyche. Bielefeld: Aisthesis Verlag (Aisthesis

- psyche). In (S. 45–94). https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=HeilkraftSpracheNEU_raelchle-persoentliche-hermeneutik-lebensgestaltung-int-poesie-u-bibliotherapie-heilkraft-sprache-07-2018.pdf
- Regierung von Oberfranken (Hg.). (2008). *Wasserschule Oberfranken: Wasser erleben - Nachhaltigkeit lernen*. https://www.regierung.oberfranken.bayern.de/imperia/md/content/regofr/umwelt/wasser/wasserschule_oberfranken/infomaterial_projektwoche_schule.pdf
- Rehnel, R. (2018). *Verteilung der weltweiten Wasserressourcen: Wissenswertes* [Zweckverband Wasser / Abwasser "Obere Saale" Schleiz]. <http://www.zwa-oberesaale.de/wasser/wissenswertes.php>
- Ribot, J.-C. (2018). *Mit offenen Karten: Konflikte um die Ressource Wasser*. Weitere "Müllinseln". <http://ddc.arte.tv/karten/53> und <https://www.arte.tv/de/videos/083964-023-A/mit-offenen-karten/>
- Roberts, C. (2013). *Der Mensch und das Meer: Warum der größte Lebensraum der Erde in Gefahr ist* ((S. Vogel, Übers.)) (1. Auflage). Deutsche Verlags-Anstalt.
- Rosen, J. (2017). Here's how the world could end—and what we can do about it. Vorab-Onlinepublikation. <https://doi.org/10.1126/science.aag0664>
- Roth, H. J. (2010). *Des Lebens Elemente*: Wasser*. Deutsche Apotheker Zeitung. <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2010/daz-13-2010/des-lebens-elemente>
- Röttger, P. (2019). Wind - Wasser - Wolken: Meereseferfahrungen, die heilsam sind. Die heilende Kraft der Landschaft. In H. G. Petzold, B. Ellerbrock & R. Hömberg (Hg.), *Die Neuen Naturtherapien: Handbuch der Garten-, Landschafts-, Wald- und Tiergestützten Therapie* (S. 805–826). Aisthesis Verlag.
- Saykally, R. (2010). *What makes the water wet.: (Public Lecture)*. <https://vimeo.com/11854837>
- Saykally, R. (2013). Simplest Water Cluster Leaves Behind its Spectral Fingerprint. *Physics*, 6. <https://doi.org/10.1103/Physics.6.22>
- Saykally, R. (2015). *Five things we still don't know about water*. Nautilus. <http://nautil.us/issue/25/water/five-things-we-still-dont-know-about-water>
- Scheufele-Osenberg, M. (1987). *Atemschulung für seelisches und körperliches Gleichgewicht*. Atmung, Haltung, Stimmstütze. ECON.
- Schiller, N. G. & Irving, A. (Hg.). (2015). *Whose cosmopolitanism? Critical perspectives, relationalities and discontents*. Berghahn.
- Schrott, R. & Jacobs, A. (2011). *Gehirn und Gedicht. Wie wir unsere Wirklichkeiten konstruieren*. Carl Hanser.
- Schweighofer, A. (2017). *Kleines Wörterbuch der Integrativen Therapie*. EAG-FPI. https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=2017/05/lexikon_der_it.pdf
- Schwiebus, S. (2019). *Wasserwesen Mensch*. water4life. <https://www.water4life.info/?pid=1000222>
- Sciortino, F., La Nave, E. & Tartaglia, P. (2003). *Physics of the liquid-liquid critical point*. <http://arxiv.org/pdf/cond-mat/0309711>
- Seidl, M. (2012). *Wasser. Philosophie der Anomalie*. ORF. <http://sciencev2.orf.at/stories/1695000/index.html>
- Seidl, M., Elsaesser, M. S., Winkel, K., Zifferer, G., Mayer, E. & Loerting, T. (2011). Volumetric study consistent with a glass-to-liquid transition in amorphous ices under pressure. *Physical Review B*, 83(10). <https://doi.org/10.1103/PhysRevB.83.100201>
- Settele, J. (2020). *Die Triple Krise: Artensterben, Klimawandel, Pandemien : warum wir dringend handeln müssen*. Edel Books.
- Shubin, N. & Vogel, S. (2008). *Der Fisch in uns: Eine Reise durch die 3,5 Milliarden alte Geschichte unseres Körpers*. Fischer.
- Sieper, J [J.]. (2007b). *Integrative Therapie als »Life Span Developmental Therapy« und »klinische Entwicklungspsychologie der Bezogenheit« mit Säuglingen, Kindern, Adoleszenten, Erwachsenen und alten Menschen*. *Gestalt & Integration, Teil I* 60, 14–21, *Teil II* 61 (2008), 11–21. Update 2011, in: www.fpi-publikationen.de/materialien.htm - POLYLOGE: Materialien aus der Europäischen Akademie für Psychosoziale Gesundheit - 5/2011. <http://www.fpi-publikation.de/downloads/download-polyloge/download-nr-05-2011-sieper-johanna.html>
- Sieper, J., Petzold, H.G. (1965). *Spiralmotive, Skizzen, Überlegungen, Materialien*. Seminararbeit.: Seminar Prof. Dr. Vladimir N. Iljine, Institut St. Denis, Paris 1967; Teilweise in: Petzold, Sieper (1988b). <https://www.fpi-publikation.de/polyloge/24-2017-petzold-h-g-sieper-j-1988b-2017-die-fpi-spirale-symbol-des-herakliteschen-weges/>
- Sieper, J., Petzold, H.G. (2011). „Komplexes Lernen“ in der Integrativen Therapie und Supervision. Neueinstellung von POLYLOGE 10/2002. POLYLOGE 04/2011. <https://www.fpi-publikation.de/supervision/04-2011-sieper-j-petzold-h-g-komplexes-lernen-in-der-integrativen-therapie-und-supervision/>
- Sloterdijk, P. (2014). *Zur Welt kommen - zur Sprache kommen*. Frankfurter Vorlesungen (11. Auflage). Suhrkamp.
- Smilansky, U. (Hg.) (2007). *Nodal patterns in physics and mathematics: from Chladni's seminal work to modern applications - a historic scientific perspective*. *European physical journal special topics: Bd. 145*. Springer.
- Spektrum Akademischer Verlag. (2014). *Wasserkreislauf*. Lexikon der Geisteswissenschaften. <https://www.spektrum.de/lexikon/geowissenschaften/wasserkreislauf/18005>
- Starner, B. (2015). *Märchen vom Wasser des Lebens. Zum Erzählen und Vorlesen*. Urania.
- Stenger, C. (2014). *Lassen Sie Ihr Hirn nicht unbeaufsichtigt! Gebrauchsanweisung für Ihren Kopf*. Campus Verlag GmbH.
- Tax, D. (2020). *Erzählkarawane Ammersee: Märchensymbolik. Die vier Elemente. Das Wasser*. <http://www.erzaehlkarawane-ammersee.de/maerchensymbole/elemente/wasser.php?&width=1680&height=1050>

- Taylor, M. L., Gwinnett, C., Robinson, L. F. & Woodall, L. C. (2016). Plastic microfibre ingestion by deep-sea organisms. *Scientific reports*, 6, 33997. <https://doi.org/10.1038/srep33997>
- Thamm, A. (2009). Poesie und Integrative Therapie. Linguistische Überlegungen zu einem besonderen Sprachspiel. In H. G. Petzold & I. Orth (Hg.), *Poesie und Therapie. Über die Heilkraft der Sprache. Poesitherapie, Bibliotherapie, Literarische Werkstätten* (S. 135–158). Aisthesis Verlag.
- Tina Baier, Julia Schubert, Christian Weber. (2021). *Unterwasserlärm: Ruhe da unten!* <https://projekte.sueddeutsche.de/artikel/wissen/unterwasserlaerm-ruhe-da-unten-e190414/?reduced=true>
- Trappe, H.-J. & Voit, G. (2016). The Cardiovascular Effect of Musical Genres. *Deutsches Arzteblatt international*, 113(20), 347–352. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2016.0347>
- Tvedt, T. & Brunstermann, A. (2013). *Wasser: Eine Reise in die Zukunft* (1. Aufl.). Links.
- Ullmann, D. (1996). *Chladni und die Entwicklung der Akustik von 1750-1860. Science networks historical studies: Bd. 19.* Birkhäuser.
- Unesco. (2016). *2016 - Water and Jobs | United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.* <http://www.unesco.org/new/en/natural-sciences/environment/water/wwap/wwdr/2016-water-and-jobs/>
- Unesco. (2019). *Global Ocean Oxygen Network.* <https://en.unesco.org/go2ne>
- The United Nations. (2015). *World Water Development Report.* <http://www.unesco.org/new/en/natural-sciences/environment/water/wwap/wwdr/>
- The United Nations. (2018). *World Water Assessment Programme.* <http://www.unesco.org/new/en/natural-sciences/environment/water/wwap/>
- USGS. (2021). *The water in you: What water does for your body.* <https://www.usgs.gov/media/images/water-you-what-water-does-your-body>
- van der Post, S. T., Hsieh, C.-S., Okuno, M., Nagata, Y., Bakker, H. J., Bonn, M. & Hunger, J. (2015). Strong frequency dependence of vibrational relaxation in bulk and surface water reveals sub-picosecond structural heterogeneity. *Nature communications*, 6, 9384. <https://doi.org/10.1038/ncomms9384>
- Vasilyan, D. (2016). Entstehung des Lebens aus dem Wasser. In R. Triebkorn & J. Wertheimer (Hg.), *Wasser als Quelle des Lebens. Eine multidisziplinäre Annäherung* (S. 17–30). Springer Verlag.
- Vickhoff, B., Malmgren, H., Åström, R., Nyberg, G., Ekström, S.-R., Engwall, M., Snygg, J., Nilsson, M. & Jörnsten, R. (2013). Music structure determines heart rate variability of singers. *Frontiers in Psychology*, 4. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00334>
- Villaver, E., Schuh, S., Drechsel, H. & Heber, U. (2011). The Fate of Planets. In *AIP Conference Proceedings, Planets, evolved stars, and how they might influence each other* (S. 21–32). AIP. <https://doi.org/10.1063/1.3570977>
- Wagner, G [G.], Schröder, U., Schütz, T. & Lehl, S [S.]. (2012). *Clever trinken = Mehr Leistung: Mental fit durch Erhöhung der Trinkmenge um 1 Liter am Tag* (medicalsports network Nr. 4). Institut für Sporternährung e.V., Kuratorium Thera Fit, Gesellschaft für Gehirntaining e. V. http://www.rosbacher.de/media/trinkstudie/Rosbacher_Trinkstudie_in_msn_04_12-1.pdf
- Weber, M. (2011). *Zwischen Handwerk und Inspiration. Lyrik schreiben und veröffentlichen.* Uschtrin Verlag.
- Welsch, W. (2015). *Homo mundanus: Jenseits der anthropischen Denkform der Moderne* (2. Aufl.). Velbrück Wissenschaft.
- Winnicott, D. W. (1987). *Vom Spiel zur Kreativität.* Klett-Cotta.
- WWF. (2018). *Plastikmüll im Meer.* <https://www.wwf.de/themen-projekte/meere-kuesten/plastik/unsere-ozeane-versinken-im-plastikmuell/>
- Young, H. A., Cousins, A., Johnston, S., Fletcher, J. M. & Benton, D. (2019). Autonomic adaptations mediate the effect of hydration on brain functioning and mood: Evidence from two randomized controlled trials. *Scientific reports*, 9(1), 16412. <https://doi.org/10.1038/s41598-019-52775-5>
- ZDF. (28. Juni 2016). *Leschs Kosmos: Der Wandel der Meere.* <https://www.zdf.de/wissen/leschs-kosmos/wandel-der-meere-leschs-kosmos-mit-harald-lesch-100.html>
- ZDF. (16. Januar 2018). *Leschs Kosmos: Ausgeliefert - Die Macht der Töne.* <https://www.zdf.de/wissen/leschs-kosmos/ausgeliefert-die-macht-der-toene-102.html>