

Artikel erscheint voraussichtlich im Sommer 2019 in der *Zeitschrift für Bewusstseinswissenschaften – Transpersonale Psychologie und Psychotherapie*, 25. Jahrgang 1/2019. Verlag Via Nova. Petersberg.

Meditation and Art – Große Werke der Malerei bewusst wahrnehmen

von Andreas de Bruin

Zusammenfassung

„Meditation and Art“ stellt einen Weg, eine Methode vor, wie man die Werke der großen Meister der Malerei bewusst wahrnehmen und ihre innere Architektur erschließen kann. Dabei sind Konzentration und Fokussierung wesentliche Voraussetzungen. Neben der systematischen Bildanalyse haben sich Ansätze aus dem Bereich „Achtsamkeit und Meditation“ hierbei als sehr nützlich erwiesen. Auf dem internationalen Kongress „Museum Guides Now!“ des Amsterdamer Rijksmuseums 2017 wurde „Meditation and Art“ erstmals vorgestellt. Öffentliche Workshops, Privatführungen sowie auch Lehrveranstaltungen wurden inzwischen in mehreren bedeutenden Museen Europas durchgeführt und stießen bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern auf große Begeisterung. Der Artikel beschreibt den Ansatz anhand eines ausführlichen Fallbeispiels.

Schlüsselwörter

Achtsamkeit, Albrecht Dürer, Alte Meister, Malerei, Meditation, Museumsführung, Selbstbildnis im Pelzrock

1. Einführung

*My sach die gat / Als es oben schtat –
Meine Geschicke werden von oben bestimmt.*

Albrecht Dürer

Betrachtet man die Entstehung der Werke der großen Meister sowohl in der Malerei als auch in der Musik wird als Inspirationsquelle für den weiteren Schaffungsprozess nicht selten eine Verbindung mit dem Göttlichen genannt. Von dem Komponisten Johannes Brahms ist beispielsweise bekannt, dass er einmal, als er gefragt wurde, woher er seine Inspiration erhalte, zur Antwort gab: „Nicht ich, sondern der Vater, der in mir wohnt, der tut die Werke“ (Abell 1981, S. 59). Und Beethoven soll einmal auf eine Kritik eines Konzertmeisters, der sich während der ersten Probe einer neuen Komposition beschwert hatte, dass eine gewisse

Stelle für die linke Hand so nicht spielbar geschrieben sei, erwidert haben: „Als ich diese Stelle schrieb, war ich mir bewusst, von Gott dem Allmächtigen inspiriert worden zu sein“ (Abell 1981, S. 58). Auch Mozart sah sich in diesen „höheren Sphären“. Man fragte ihn einmal, wie er komponierte, und er erwiderte: „Es geht bei mir zu wie in einem schönen, starken Träume.“ (Abell 1981, S. 61).

In der Malerei finden wir ebenfalls solche Hinweise. Der Hofmaler der Medici und Kunsthistoriker Vasari sagte zu Raffael: „Dort scheint fürwahr der Hauch der Gottheit in der Schönheit der Figuren und dem Adel der Malerei zu wehen; wer dies Bild aufmerksam betrachtet, muss erstaunen, wie ein sterblicher Geist durch das unvollkommene Mittel einfacher Farben, mit der Herrlichkeit der Zeichnung, gemalte Gegenstände als lebend erscheinen lassen kann.“¹ (Vasari 2014, S. 344f.). Und bei Rembrandt sprach man als Ausgangspunkt seiner Werke von der „Erhebung seiner Seele“ (Némo o. A., S. 16).² Wie im einleitenden Zitat dieses Artikels zu lesen, war sich auch Dürer einer höheren Inspirationsquelle bewusst und hielt diese Überzeugung in Worten neben der Datierung in seinem Selbstbildnis von 1493 fest.³

Den großen Meistern der Musik und Malerei zufolge verbirgt sich in ihren Werken eine besondere Kraft, und diese zu erschließen fordert eine besondere Herangehensweise. Für die Musik beinhaltet das, dass der Hörer der Musik auch wirklich zuhört und sich bewusst und mit voller Aufmerksamkeit den musikalischen Themen, Stimmungen und Wendepunkten widmet.⁴ Und beim Betrachten von Kunstwerken geht es darum, das Bild in seiner ganzen Tiefe wahrzunehmen und zu verstehen. Das außergewöhnliche bei der Malerei ist, dass wir in Museen das Original direkt vor Augen haben, so wie der Künstler es geschaffen hat, abgesehen von eventuellen Änderungen oder Reparaturen die im Laufe der Zeit am Bild vorgenommen wurden. Ohne Filter wird die individuelle Art und Weise wahrnehmbar, wie der Künstler seine Inspiration mittels Farben und „komponiert“ hat.

Heute zeichnet sich ein Museumsbesuch oftmals dahingehend aus, dass man in einer kurzen Zeitspanne, etwa an einem Sonntagnachmittag, möglichst viele Kunstwerke ansieht. Mancher

¹ Siehe auch Cornacchia 1967, S. 3.

² Siehe auch Némo o. A., S. 70.

³ Siehe Dürers Selbstbildnis von 1493, neben der Datierung ist der Spruch vermerkt: *My sach die gat / Als es oben schtat* (vgl. Grebe 2013, S. 30) Auch übersetzt als: Meine Angelegenheiten werden höheren Orts [von Gott] bestimmt (Eberlein 2014, S. 16).

⁴ Eine hervorragende Methode, die klassische Musik mittels des bewussten Hörens zu erschließen, bietet die internationale Musicosophia-Schule in Sankt Peter (Deutschland), www.musicosophia.com. Für einen ausführlichen Artikel über den Musicosophia-Ansatz siehe Bruin, A. de (2011). Wirkungsdimensionen ästhetischer Medien. Analysiert anhand des Musicosophia-Ansatzes, in: Bruin, A. de / Höfling, S. (Hrsg.). *Es lebe die Jugend! Vom Grenzgänger zum Gestalter*. München: Hanns-Seidel-Stiftung 2011, S. 81-102. Der Artikel ist als PDF erhältlich unter: www.hm.edu/meditationsmodell (siehe Profil / Kostenlose Downloads).

Museumbesucher ist noch dazu mit dem Fotografieren der Bilder beschäftigt, sodass noch weniger Zeit bleibt, um sich wirklich auf die Bilder einzulassen und sie ausführlich zu betrachten.

Vielen Besuchern fehlt grundsätzlich auch das Handwerk, um einen intensiven Zugang zu einem Gemälde zu finden. Texttafeln mit Angaben zum Schaffensdatum und einem einleitenden Kurztext reichen hier nicht aus. Museumsführungen sind sehr wertvoll, aber die Vermittlung bloßer Informationen über die jeweiligen Werke kann dem eigenen, persönlichen Zugang im Wege stehen, da es den Wahrnehmungsprozess zu sehr lenkt. Es ist wichtig, dass Raum bleibt, um das Bild selbst entdecken zu können. Der schottische Maler Benjamin Creme sagte einmal, dass ein Bild zu erklären, „dem Betrachter einen ‚Einstieg‘ ermöglichen [kann]; aber zu verstehen, um was es bei einem Bild geht, ist nicht dasselbe wie ein Bild zu erfahren, zu erleben“ (Creme 2010, S. 11).

Während meiner öffentlichen Workshops und Privatführungen insbesondere im Kunsthistorischen Museum Wien, im Amsterdamer Rijksmuseum, in der Dresdner Gemäldegalerie Alte Meister sowie bei den wöchentlichen Lehrveranstaltungen in der Alten Pinakothek in München habe ich beobachten können, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sich gerne auf die kurzen meditativen Übungen einlassen. Auf dem internationalen Symposiums „Museum Guides Now!“ des Amsterdamer Rijksmuseums 2017 wurde der Ansatz „Meditation and Art“ im Schwerpunktbereich „Future“ erstmals anhand eines Kurzvortrages sowie eines Workshops präsentiert. Im Folgenden wird er anhand des Werkes „Selbstbildnis im Pelzrock“ von Albrecht Dürer näher erläutert. Abgeschlossen wird mit einem kurzen Ausblick.

2. Ansatz

Beim Ansatz „Meditation and Art“ spielt vor allem die meditative Stille eine wichtige Rolle, und zwar die Stille vor dem Betrachten eines Bildes, während des Betrachtens und nach dem Betrachten eines Bildes. Die Stille vor und nach dem Betrachten eines Bildes wird erreicht durch eine innere Zentrierung, wie beispielsweise die Konzentration und Besinnung auf den eigenen Atem. Die Stille während des Betrachtens entsteht durch die Fokussierung auf die verschiedenen Aspekte des Bildes. Damit tritt der Betrachter in einen inneren Dialog mit dem Bild, bei dem versucht wird, sich möglichst nicht durch (abschweifende) Gedanken und/oder

Emotionen, die sich nicht auf das Bild an sich beziehen, ablenken zu lassen. Die Verschmelzung, die dadurch entsteht, verschafft die Möglichkeit, sich auf das Bild als Ganzes einzulassen und über die Aspekte des Bildes hinaus auch seine besondere individuelle Ausstrahlung wahrzunehmen.

Teil I: Gehmeditation und Stille-Meditation

Es gibt einige Techniken, die hilfreich sind, um in eine Haltung der Gelassenheit, der Achtsamkeit und inneren Ruhe zu kommen, die für die eingehende Betrachtung der Gemälde unerlässlich sind. Das geht schon damit los, dass man sich beim Betreten eines Museums möglichst nicht von den vielen Eindrücken und Besuchern ablenken lässt. Hier kann die Gehmeditation wirksam sein: Wenn wir zu einem Bild gehen, achten wir auf unsere Füße und auf die Schritte, die wir machen; je konzentrierter und fokussierter wir das tun, desto weniger lassen wir uns von den Bildern, den Geräuschen und Menschen um uns herum ablenken. Beim Bild angekommen widmen wir uns für einige Minuten mit geschlossenen Augen dem eigenen Atem. Erst danach betrachten wir gemeinsam das Bild näher.

Teil II: Bildbeschreibung / Aspekte eines Werkes

Der nächste Schritt ist die Beschreibung des Bildes. Folgende Aspekte sollen dabei beachtet werden:⁵

- Farbe
- Komposition
- Licht und Schatten / Helligkeit / Kontrast
- Ausdruck
- Technik / Malweise
- Form / Figuren / Gegenstände

In Kleingruppen beschäftigen wir uns mit einzelnen Aspekten des Werkes ausführlicher. Jede Gruppe bekommt Zeit, um sich mit einem Aspekt auseinanderzusetzen. Danach werden alle gefundenen Details zusammengetragen, indem die Gruppen ihre Überlegungen vorstellen. Diese können nach jeder Präsentation von den anderen Gruppen sowie vom Kursleiter ergänzt und erweitert werden. Statt gleich zu Beginn kunsthistorische Informationen über ein Bild zu erhalten, erarbeiten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zunächst einen eigenen Zugang.

⁵ Für eine Einführung in die Bildbeschreibung siehe Systematische Bildanalyse 2017c sowie 2017a und b. Für eine kurze Erläuterung verschiedener Kunstrichtungen, Werke, Themen und Maltechniken siehe Hodge, S. (2018).

In Bezug auf den Aspekt „Komposition“ wird geprüft, wie der Künstler sein Bild „komponiert“ hat, sprich: wie die Farben und Formen zusammengesetzt sind und die gesamte Bildfläche aufgeteilt ist. Dabei können etwa die Mittelachsen, Diagonalen und der Goldene Schnitt (die größtmögliche Harmonie im Bild) näher betrachtet werden. Eine zweite Ebene besteht aus den Grundformen Dreieck, Kreis und Oval. Zudem können als weitere Ebene auch die freien Linien im Bild gesucht werden. Wie diese Ebenen angewandt werden, ist abhängig von der Formsprache des jeweiligen Künstlers.⁶

Beim Aspekt Form / Figuren / Gegenstände können die Elemente Proportion, Stofflichkeit / Textur sowie Details unterschieden werden. Die Frage ist hier, inwiefern die Formen mit der Realität übereinstimmen oder eher vereinfacht bis hin zu völlig abstrakt sind. Sind beispielsweise Figuren in der richtigen Proportion abgebildet oder eher verzerrt dargestellt? Sind die Materialien und Oberflächen der verschiedenen Gegenstände wie Kleidung, Haut, Holz und Stein, qua Stofflichkeit / Textur unterschiedlich oder gleich dargestellt?⁷

Teil III: Kunstgeschichtliches Wissen

Nach der Bildbeschreibung werden im 3. Teil des Ansatzes die Daten zum Werk (Künstler, Entstehungsjahr, Größe, Malweise, Museumsort) herangezogen. Diese sind meistens als Kurztext neben dem Bild angebracht. Um die Bildgegenstände und ihre jeweiligen Bedeutungen richtig beschreiben zu können – die *Ikonografie* – sowie den gesamten Bildinhalt in Bezug zur damaligen Zeit zu erfassen – die *Ikonologie* –,⁸ werden weitere Informationen zu Bild und Künstler vermittelt: In welcher Epoche entstand das Bild? In welcher Lebensphase des Künstlers? Von wem wurde der Künstler in seiner Laufbahn inspiriert? Warum malte der Künstler sein Werk auf diese Weise? Was will der Künstler mit seinem Bild aussagen?

Teil IV: Abschlussmeditation

Am Ende schließen wir unsere Betrachtung mit einer kurzen Stille-Meditation, in der wir uns das Bild nochmals innerlich vor Augen führen.

⁶ Vgl. Systematische Bildanalyse – Komposition 16.05.2017 (2017a).

⁷ Vgl. Systematische Bildanalyse – Form und Malweise 08.04.2017 (2017b).

⁸ Vgl. Partsch 2018, S. 141. Siehe auch Battistini, M. (2003). Bildlexikon der Kunst Band 3. Symbole und Allegorien. Berlin: Parthas Verlag. Auch die weiteren Ausgaben dieser Lexikonreihe bieten zahlreiche Beispiele zur Ikonografie und Ikonologie.

3. Fallbeispiel



Bild: Albrecht Dürer (1471–1528), Selbstbildnis im Pelzrock, 1500.

Teil I: Gehmeditation und Stille-Meditation

- Gehmeditation zum Bild
- Kurze Bildbetrachtung
- Anschließend vor dem Bild einige Minuten Stille-Meditation mit geschlossenen Augen, bei der der Fokus beispielsweise auf dem eigenen Atem liegt.
- Nach der Kurzmeditation schauen alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer gemeinsam das Bild an

Teil II: Bildbeschreibung / Aspekte eines Werkes

Im Folgenden sind zur Veranschaulichung die Ergebnisse der Bildbesprechungen von Albrecht Dürers „Selbstbildnis im Pelzrock“ in der Alten Pinakothek München im Jahr 2018 aufgeführt:

a) Farbe

- *Verschiedene Brauntöne*
- *(Fast) schwarzer Hintergrund*
- *Schwarz (auf dem Mantel)*
- *Gold (Schrift, Haare)*

- *Gelb (im Marderkragen)*
- *Hautfarbe (Gesicht, Hals, Hände)*
- *Leicht rosa (Fingernägel)*
- *Weiß (Unterhemd?)*
- *Grünbraun (Augen)*

b) Komposition

- *Selbstbildnis im Hochformat*
- *Brustbild / Körperoberhälfte einer Person*
- *Linke Hand der Person ist im Bild nicht zu sehen*
- *Linker Arm ebenfalls kaum zu sehen*
- *Das Bild teilt sich in zwei symmetrische Hälften*
- *Das Selbstbildnis liegt auf der senkrechten Mittelachse der Bildfläche⁹*
- *Ein mittiges Dreieck (Spitze des Kopfes, Konturen der Haare, Schultern)*
- *Dreieckskomposition (Ruhe und Harmonie)*
- *Erinnert an die Art und Weise, wie Christus in der Ikonenmalerei dargestellt wird*
- *Unsichtbare Linien führen das Auge des Betrachters zur Hand und zum Kopf des Selbstbildnisses*

c) Licht und Schatten / Helligkeit / Kontrast

- *Licht kommt seitlich von links oben*
- *Person trägt das Haar offen in glänzenden Locken und hat einen gepflegten Bart*
- *Eigene Körperschatten modulieren Gesicht und Körper*
- *Neben den Augen ist ebenfalls die rechte Hand betont*
- *Hintergrund ist nicht sichtbar*
- *Man weiß nicht, wo die Person sich befindet*
- *Hell-Dunkel-Verteilung im Gesamtbild*
- *Homogen dunkler Hintergrund*
- *Herausstellen der Figur durch schwarzen Hintergrund*

⁹ Der Kopf liegt nicht hundertprozentig in der Mitte. Ebenso ist die Trennung der Haare nicht vollkommen symmetrisch. Die Augen sind etwas nach links gerichtet (vgl. Bailey 2011, S. 68).

d) Ausdruck

- *Gerader, direkter Blick*
- *Klarer und offener Blick*
- *Die Figur im Bild schaut den Betrachter einerseits an, andererseits aber auch durch den Betrachter hindurch*
- *Selbstbewusst, ein gewisser Stolz kommt zum Ausdruck*
- *Kraftvoller Blick, aber in sich ruhend*
- *Christusähnlichkeit*
- *Fingerstellung ist wie die Segnungshand von Jesus*

e) Technik / Malweise

- *Sehr realitätsnah gemalt*
- *Erdtöne in lasierender Malweise*
- *Pelzkragen und Locken sind äußerst fein ausgearbeitet, die Hauttöne ins Kleinste Detail nachvollzogen; sehr detailliert sind auch der Schnurrbart und die Augen*

f) Form / Figuren und Gegenstände

- *Auf Augenhöhe der Figur im Bild befinden sich auf einer horizontalen Linie eine Zahl, zwei Buchstaben und eine Inschrift*
- *Auf der linken Bildseite: Buchstaben / Monogramm AD sowie Jahreszahl 1500*
- *Auf der rechten Bildseite: lateinische Inschrift: „Albertus Durerus Noricus / ipsum me propriis sic effin / gebam coloribus aetatis / anno XXVIII. “*
- *Eleganter Edelmann, nur Körperoberhälfte sichtbar*
- *Künstlich gedrehte Locken, der gepflegte Bart mit den streng gezwirbelten Spitzen*
- *Pelzrock, mit Marderpelz gefütterter Umhang*
- *Zeigefinger deutet auf den Marderpelz; Hand greift in den Marderpelz hinein*
- *Zeigefinger zeigt auch in Richtung Herz*
- *Linke Hand ist nicht zu sehen*
- *Auf der glänzenden Hornhaut des Augapfels zeigt sich ein Fensterkreuz*
- *Der Hand erinnert in Position und Haltung an die Segnungshand von Jesus Christus*
- *Proportionen sind exakt wiedergegeben*
- *Detailgenaue Darstellung der verschiedenen Stofflichkeiten / Texturen (Mantel, Haare, Schnurrbart, Haut, Augen, Pelzkragen)*

Teil III: Kunstgeschichtliches Wissen

Im 3. Teil beschäftigen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit den kunstgeschichtlichen Informationen zum jeweiligen Werk. Der erste Anhalt dafür bieten die Angaben, die in der Regel auf einer Texttafel neben dem Bild angebracht sind. Des Weiteren sind Informationen zu entnehmen aus Museumsführern (manchmal im jeweiligen Kabinett vorhanden) und spezifischer Fachliteratur, aus dem Internet sowie aus Gesprächen mit Experten und Expertinnen.

Texttafel (Alte Pinakothek München)

Albrecht Dürer (1471–1528)

Selbstbildnis im Pelzrock

„So schuf ich, Albrecht Dürer aus Nürnberg, mich selbst mit zugehörigen Farben im Alter von 28 Jahren“ – jedes Wort der lateinischen Inschrift ist sorgfältig gewählt. Das wohl ungewöhnlichste Selbstbildnis der Kunstgeschichte berührt wohl jeden durch die strenge Frontalität und sorgfältige Ausführung. Als Bildnis-Formular wählte Dürer Ikonen des segnenden Salvators, doch im Detail sind seine Züge höchst individuell gestaltet. Der gerade Blick und die Hand im Bild thematisieren das Sehen und schöpferische Tun als solches.

Inv. Nr. 537

1805 aus Nürnberg durch Ankauf erworben

Weitere Objektdaten im Museumskatalog:

Albrecht Dürer

21. Mai 1471, Nürnberg – 6. April 1528, Nürnberg

Selbstbildnis im Pelzrock

1500

Öl auf Lindenholz

67,1 x 48,9 cm

Bezeichnet oben links 1500 / AD

Alte Pinakothek München¹⁰

¹⁰ Vgl. Schawe 2012, S. 104.

Fachliteratur und Internet

Auf seiner ersten Italienreise im Jahr 1494 kam Dürer mit den künstlerischen Leistungen der Renaissance in Berührung. Neue Kompositionselemente wie Perspektive, Proportionsverhältnisse, Maß und Harmonie lernte er kennen und erfuhr die Geometrie und Mathematik als Hilfswissenschaften der Kunst (vgl. Krauß 1995, S. 30; Gombrich 2015, S. 335ff.). „In seinem Bemühen um die klassische Form, um die perspektivische Raumdarstellung und um die genaue anatomische Erfassung des nackten menschlichen Körpers löste sich Dürer immer mehr von Kultur und Stil der Spätgotik, die ihn geformt hatten, und öffnete somit als erster der Renaissance die Pforten in Deutschland“ (Fossi Todorow 1964, S. 2). Ebenso stieß er in Italien auf ein völlig anderes Künstlerverständnis. War in seiner Heimat die Malerei noch ein zunftmäßiges Handwerk, wurden Künstler in Italien als Gelehrte und Wissenschaftler gesehen (vgl. Krauß 1995, S. 30; Gombrich 2015, S. 346).

In seinem Werk „Selbstbildnis im Pelzrock“, 1500, ist diese neue Erfahrung Dürers und die veränderte Sicht auf den Künstlerberuf klar ersichtlich. „Es ist das idealisierte Bild eines bestimmten Künstlertypus. Die nicht zu übersehende Christusähnlichkeit verweist auf den ‚gottbegnadeten Künstler‘, so wie ihn die italienische Hochrenaissance sah.“ (Krauß 1995, S. 30)¹¹ Mit dem Monogramm für Albrecht Dürer, *AD*, ist das Werk auf der linken Seite signiert und zwar genau auf Augenhöhe Dürers. Ebenso ist das Entstehungsjahr 1500 angegeben. Auf der rechten Seite steht, ebenfalls auf Augenhöhe, eine lateinische Schrift, die ins Deutsche übersetzt lautet: „*So schuf ich, Albrecht Dürer aus Nürnberg, mich selbst mit charakteristischen Farben im Alter von 28 Jahren*“ (Schawe 2012, S. 104).¹²

Selbstbewusst ist der junge Maler, mit klarem und offenem Blick.¹³ „Die strenge Frontalität, die erhobene Hand und selbst die drei Haarsträhnen in der Stirn folgen dem Muster der ‚vera ikon‘ (des wahren Antlitz Christi).“ (Grebe 2013, S. 63) Lediglich der Pelzrock und die auf sich selbst und auf den Marderpelz gerichtete Hand sind nicht konform, wodurch das Bild anstelle einer Ikonendarstellung eher einer Idealisierung gleicht. Eine Aufforderung Dürers, den Künstler als zweiten Schöpfer (*imitatio Christi*) zu sehen, der mittels seines Genies wie Gott ebenfalls Perfektes und Dauerhaftes schaffen kann (vgl. Grebe 2013, S. 63). Um dieses

¹¹ Siehe auch Bailey 2011, p. 68.

¹² Neben „charakteristischen“ werden auch andere Übersetzungen genannt wie „eigenen/wirklichen“ (Grebe 2013, 63), „mich kennzeichnenden“ (Eberlein 2014, S. 54), „angemessenen“ (Biser / Baumstark 2012, S. 52), „zugehörigen“ (Texttafel, Alte Pinakothek München), „unvergänglichen“ (Rauterberg 2013, S. 12) und „dauerhaften“ (Krauß 1995, S. 30).

¹³ Diese Wirkung wird unterstützt durch die symmetrische frontale Wiedergabe. Dürer malte sein Selbstbildnis Mithilfe eines Spiegels. Die abgebildete rechte Hand ist in Wirklichkeit seine linke Hand. Seine rechte Hand, seine Malhand, ist nicht sichtbar (vgl. Eberlein 2014, S. 54f.).

zu untermauern, fallen zudem die detailliert herausgearbeiteten Augen sowie die Hand der Figur deutlich ins Licht, die beiden wichtigsten Werkzeuge eines Malers.

Im seinem „Selbstbild im Pelzrock“ wird deutlich erkennbar, dass Dürer sich keineswegs als Handwerker, wie Maler bis dahin in seiner Heimat eingestuft wurden, sieht (vgl. Rauterberg 2013, S. 12). Die glänzenden Locken und der gepflegte Bart weisen auf eine höhere Herkunft hin; den unteren Schichten fehlten die finanziellen Möglichkeiten dafür. Mit filigranen Fingern greift Dürer sanft in den Marderpelz seiner Schube und weist damit gezielt auf dieses Kleidungsstück hin. Nach der damaligen Kleiderordnung war der Pelzrock nur wenigen Privilegierten wie etwa Ratsherren mit amtlichem Bezug zur Rechtsprechung vorbehalten.¹⁴

Der Bezug zu dieser Rechtsprechung, die Kunst als Urteilskraft bei der Weltdeutung zu sehen, ist im Bild Dürers wichtig. Die Aufgabe des Künstlers, Maß, Zahl und Proportion mittels Augenmaß richtig zu beurteilen (*giudizio dell'occhio*) und so Weltordnung und Schönheit zu schaffen. Und da im erweiterten Sinne auch Verhaltensweisen Maß und Proportion unterliegen, ist eine direkte Verbindung zur Moralvorstellungen gelegt. Damit übernimmt für Dürer der Künstler in seiner Rolle als zweiter Schöpfer auch die Verantwortung eines Weltenrichters, wie Christus diese Funktion innehat.

Das Selbstbildnis erinnert auch an Darstellungen des segnenden Salvators, wodurch die Nachahmung Christi noch eine weitere Bedeutung erhält: der Mensch als Nachfolge Christi (vgl. Schawe 2012, S. 104). Betrachtet man das Selbstbildnis Dürers, hat man den Eindruck durch die Figur im Bild selbst ebenfalls angeschaut zu werden. Diese Berührung ist tief und bewegt uns. Prüft man die Augen im Detail, so sieht man auf der Hornhaut des Augenapfels ein Fensterkreuz. Einerseits die naturgetreue Abbildung der Spiegelung des Zimmerfensters (vgl. Eberlein 2014, S. 52f.)¹⁵, andererseits auch ein möglicher christlicher Hinweis. Der Blickkontakt zwischen der Figur im Bild und dem Betrachter erfolgt durch das Kreuz (vgl. Biser / Baumstark 2012, S. 59f.). In Bezug auf die *imitatio Christi* würde es bedeuten, selbst

¹⁴ Da Albrecht Dürer 1509 in den Großen Rat der Stadt Nürnberg berufen wurde und erst ab diesem Zeitpunkt den Marderpelz gefütterten Umhang tragen dürfte, gehen manche Fachkundige davon aus, dass er sein Selbstbildnis später gemalt haben muss und die Zahl 1500 nicht korrekt ist (vgl. Vahland 2015, 49f.). Siehe auch Systematische Bildanalyse – Albrecht Dürer – Selbstbildnis im Pelzrock (2017d). Eberlein zufolge wurde die Beschriftung wahrscheinlich erst später hinzugefügt (vgl. Eberlein 2014, S. 54).

¹⁵ Für eine Erläuterung wie Dürer sein Selbstbildnis mithilfe eines Spiegels gemalt hat siehe Eberlein 2014, S. 55ff.

zum Christus zu werden, aber nicht durch die Bürde sein Kreuz auf sich zu nehmen, sondern durch das Tragen des eigenen Kreuzes und das Meistern der eigenen Herausforderungen im Leben (vgl. Biser / Baumstark 2012, S. 58). Bedeutend in diesem Zusammenhang ist auch die Fingerrichtung der rechten Hand. Der Zeigefinger über dem Marderpelz weist nach oben in Richtung des Herzens. Womöglich ein Hinweis darauf, Christus im eigenen Herzen zu finden. Der Weg des *imitatio Christis* führt über das Herz.

Teil IV: Abschlussmeditation

Verinnerlichung des Bildes anhand einer Stille-Meditation.

4. Ausblick

„Ich habe Gänsehaut!“, sagte eine Teilnehmerin in der Alten Pinakothek beim Betrachten von Dürers „Selbstbildnis im Pelzrock“. „Er schaut mich mit so viel Ruhe und Kraft an und irgendwie durch mich hindurch!“ Die anderen Gruppenteilnehmerinnen ergänzen: „Für mich schaut er seitlich vorbei!“, „Nein, ich finde, er betrachtet mich!“, „Für mich ist es Gelassenheit und Ewigkeit!“.

Bei allen bisherigen Workshops und Privatführungen gab es spannende Dialoge mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern über die besprochenen Meisterwerke. „Ich war noch nie im Museum“, sagte ein über 80 Jahre alter Teilnehmer des Workshops, den dieser innovative geistige Zugang zum Bild beeindruckte. „Dieses Bild und vor allem dieser Ausdruck in den Augen Rembrandts hat mich sehr berührt.“ Mit welcher Tiefe er anschließend seine Erfahrung beim Anblick von Rembrandts Selbstbildnis aus dem Jahre 1652 schilderte, war sehr bewegend. Dass jemand, der zum ersten Mal ins Museum kommt, gleich so einen intensiven Zugang findet, war ein ganz besonderer Moment während des Meditation-and-Art-Workshops im Kunsthistorischen Museum Wien im April 2018.¹⁶

Insgesamt zeigen sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer immer wieder erstaunt, wie viel es in einem Bild zu entdecken gibt. Ob beispielsweise die Ausdruckskraft bei Rembrandt, die sanfte Wahl der Farben bei Raffael, die Bildkompositionen bei Veronese oder die Einflüsse von Mantegna, Bellini und Giorgione auf die Techniken Tizians: Die Entdeckungen sind immer wieder faszinierend. Studierende, die im Rahmen von Lehrveranstaltungen den Ansatz

¹⁶ Für eine Beschreibung des Ansatzes „Meditation and Art“ und des Workshops im Kunsthistorischen Museum in Wien April 2018 siehe Platzer 2018.

„Meditation and Art“ anwenden lernen und selbst Bilder vorstellen, berichten, dass sie sich mit Freude und Neugierde damit befassen und ihr Wissen über bestimmte Gemälde anhand von Museumsführungen, Internet und einschlägiger Fachliteratur erweitern. Neben den unterschiedlichen Bedeutungsebenen eines Werkes lernt man dabei auch so einiges über das menschliche Denken und Handeln in den jeweiligen Epochen. Das Entscheidende aber ist, dass viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer berichten, dass sie die Gemälde jetzt ganz anders betrachten, dass sie einen besseren Zugang dazu haben und ihnen der Museumsbesuch vertrauter geworden ist.

5. Literatur

- Abell, A. M. (1981): Gespräche mit berühmten Komponisten. Über die Entstehung ihrer unsterblichen Meisterwerke, Inspiration und Genius. G. E. Schroeder-Verlag. Kleinjörll bei Flensburg.
- Bailey, M. (2011): Dürer. Phaidon Press Limited. London.
- Battistini, M. (2003): Bildlexikon der Kunst Band 3. Symbole und Allegorien. Parthas Verlag. Berlin.
- Biser, E. / Baumstark, R. (2012): Schauen und Glauben. Gespräche über Meisterwerke der Alten Pinakothek. Verlag Herder GmbH. Freiburg im Breisgau.
- Cornacchia, P. (1967): Galerie der großen Maler. Raffael / II. Teil. Bastei-Verlag. Bergisch Gladbach.
- Cremer, B. (2010): Esoterische Kunst. Edition Tetraeder e. V. München.
- Eberlein, J. K. (2014): Albrecht Dürer. Rowohlt Taschenbuch Verlag GmbH. Reinbek bei Hamburg.
- Fossi Todorow, M. (1966): Galerie der großen Maler. Dürer. Bastei-Verlag. Bergisch Gladbach.
- Gombrich, E. H. (2015): Die Geschichte der Kunst. Phaidon Verlag. Berlin.
- Grebe, A. (2013): Albrecht Dürer. Künstler, Werk und Zeit. Wissenschaftliche Buchgesellschaft (BGW). Darmstadt.
- Hodge, S. (2018): Eine kurze Geschichte der Kunst. Laurence King Verlag GmbH. Berlin.
- Krauß, A. C. (1995): Geschichte der Malerei. Von der Renaissance bis heute. Könemann Verlagsgesellschaft mbH. Köln.
- Némo, P. (o. A.): Rembrandt Drawings. Productions Liber SA. Fribourg-Genève.

- Partsch, S. (2018): Schau mir in die Augen, Dürer! Verlag C. H. Beck oHG. München.
- Platzer, E. (2018): Die Kunst und die Meditation. In: Ursache und Wirkung (105), U/W Verlag. Wien, S. 72-74.
- Rauterberg, H. (2013): ICH, der Künstler. Eine Geschichte der Kunst, von Albrecht Dürer bis Ai Weiwei. Belser. Stuttgart.
- Schawe, M. (2012): Albrecht Dürer. Selbstbildnis im Pelzrock. In: Bayerische Staatsgemäldesammlungen (Hrsg.). Alte Pinakothek. Ausgewählte Werke. DuMont Buchverlag. Köln, S.104f.
- Vahland, K. (2015): Der Meister aus Franken. In: Geo Epoche Edition. Die Geschichte der Kunst (Hrsg.). Dürer und der Aufstieg der deutschen Kunst 1400–1600. G+J Medien GmbH. Hamburg, S. 34-51.
- Vasari, G. (2014): Künstler der Renaissance. Das Leben der berühmtesten Baumeister, Maler und Bildhauer. Anaconda Verlag GmbH. Köln.

Internet

Systematische Bildanalyse – Komposition / 16.05.2017 (2017a)

<https://www.youtube.com/watch?v=rgYsVnKT1Zs> (letzter Zugriff: 01.01.2019)

Systematische Bildanalyse – Form und Malweise / 08.04.2017 (2017b)

<https://www.youtube.com/watch?v=XAhfFsG5xkc> (letzter Zugriff: 01.01.2019)

Systematische Bildanalyse – Bildbeschreibung / 01.04.2017 (2017c)

<https://www.youtube.com/watch?v=HLfyDNh788Y> (letzter Zugriff: 01.01.2019)

Systematische Bildanalyse – Albrecht Dürer – Selbstbildnis im Pelzrock / 12.03.2017 (2017d)

<https://www.youtube.com/watch?v=a6TsjHV2xBI> (letzter Zugriff: 01.01.2019)

Summary

“Meditation and Art” presents a method that enables a more conscious perception of the paintings of the great masters. Through concentration and focus, the observer is able to access the inner architecture of a great work of art, complementing the usual technical and historical analysis of a painting. Thus mindfulness and meditation are effective tools that can add a new dimension to the appreciation and understanding of these masterpieces.

"Meditation and Art" was presented for the first time at the Amsterdam Rijksmuseum in 2017. Public workshops, private guided tours as well as university seminars have since been held in several major museums in Europe, and have met with great enthusiasm by participants. This article describes the approach based on a detailed case study.

Keywords

Mindfulness, Albrecht Dürer, Old Masters, painting, meditation, museum tour, Self-Portrait with Fur-Trimmed Robe

Zur Person

Professor Dr. Andreas de Bruin unterrichtet an der Hochschule München und im Rahmen einer Bildungs- und Forschungskooperation zusätzlich an der Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) München. Zu seinen Lehr- und Forschungsschwerpunkten gehören insbesondere die Wirkungsdimensionen von Meditation und Achtsamkeit. Er ist Initiator und Leiter des Münchener Modells „Meditation im Hochschulkontext“ sowie des öffentlichen und kostenlosen Rahmenprogramms „Spirituelle Lehrer und ihre Unterweisungen“.

Weitere Informationen: www.hm.edu/meditationsmodell