

Heidi von Allmen Stadler

Ich bin ein Mensch, der versucht, mit dem Herzen zu denken und zu fühlen

Artikel im ‚Sterngucker‘ (Dezember 2001) von Regula Elizabeth Fiechter



Ein Besuch bei Heidi von Allmen Stadler gleicht einem Ausflug in die Märchenwelt. Das Atelier in Gümligen befindet sich in einem Holz(hexen)häuschen, drinnen heisst einem sanfte Musik willkommen. Überall an den Wänden hängen Bilder, Werke von Heidi von Allmen. Zwei gemütliche Sofas, darüber ein Baldachin gespannt, ein Klavier, das als Abstellfläche für ein Bild dient, viele Pflanzen, fast wie daheim. Aber eben, nur fast: Im riesigen Raum stehen auch Tische und Malfarben, fein säuberlich in Kisten nach Öl, Acryl und Gouache sortiert. Im Atelier entstehen nicht nur die Bilder, auch die Kurse in Ausdrucksmalen finden hier statt.

Von Frutigen, wo Heidi von Allmen im August 1957 im Zeichen der Jungfrau, Aszendent Krebs, geboren wurde, bis hierher ins Atelier war ein langer Weg. «Ich habe mich immer intellektuell geschult, bis ich merkte, dass der reine Intellekt kalt ist.» Die kaufmännische Ausbildung ist jedoch auch heute noch der Brotberuf. Eigentlich wäre sie gerne Krankenschwester geworden: «Daraus ist nichts geworden, aber ich habe das Gefühl, dass ich jetzt die Menschen seelisch pflege und geistig nähre. Was ich den Menschen mit meinen Bildern vermitteln kann, ist Lebenskraft. Wenn ich die Leute beobachte, die in meine Ausstellungen kommen, merke ich, wie aufgestellt sie sind, wie die Farben auf sie wirken. Während den kreativen Malkursen achte ich darauf, dass ich intuitiv wahrnehme, wann ich einen Impuls für die künstlerische oder persönliche Entwicklung geben muss.

Dabei geht es mir vor allem darum, die Kursteilnehmenden zu sensibilisieren, dass sie einerseits spontan, aber auch achtsam sind, nicht zerstören, was sich in ihren Bildern zeigen will. Ich bin dabei, immer mehr auf meine Wahrnehmungsfähigkeit zu vertrauen, um die richtigen Impulse zu geben.» Achtsamkeit nicht nur beim Malen, auch im Alltag achtet Heidi von Allmen auf die leisen Töne und übt sich in Langsamkeit. «Seit zwei, drei Jahren übe ich diese Langsamkeit – ich muss sie mir immer wieder ins Bewusstsein rufen, damit ich nicht ins Fahrwasser der Hektik und des Stresses komme und bewusst langsam und mit wachsamer Ruhe meine Arbeit ausführe. Die Schnelligkeit ist nicht besser, aber die Langsamkeit bringt Qualität.»

Die meisten Bilder sind in grün, blau, orange und gelb gemalt. Orange, die Mischung aus rot und gelb, ist ihre Lieblingsfarbe. Mars, der rote Planet und die Sonne bilden in ihrem Horoskop eine Konjunktion, auch sie vermischen ihre Energien... «Das ist ja spannend, gibt es eigentlich im Horoskop auch einen Hinweis auf die Kunst?». Voilà: Venus steht in der Waage. Aber: Eine Sonne-Mars-Konjunktion sucht ihren künstlerischen Ausdruck nicht nur im Malen. Heidi bestätigt das, indem sie von ihrer Zeit als Kunstturnerin erzählt und wie Kunst, Kreativität und Kultur sie ständig begleiten. «Ich habe mein ganzes Leben an meiner Persönlichkeit gearbeitet und mich dabei vom Verstandes- zum Gefühlsmenschen gewandelt, was mich dazu führte, die Mitte zu entwickeln, nämlich die Herzenskräfte.» Mir fällt auf, dass der Sinn dieser Worte auch aus ihren Bildern spricht.

Einerseits die klar strukturierten, figürlichen Bilder. Etwa die Seerosen, welche akribisch bis ins letzte Detail stimmen. Als Kontrast dazu die medial anmutenden Bilder, auf denen sich schemenhaft Engelwesen und Lichtwelten zeigen. Diese Bilder sind immer wieder ein Geschenk für die Malerin. «Für diese Bilder muss ich mich in einer ganz bestimmten Stimmung befinden, achtsam sein und spüren, wenn etwas entstehen will. Etwa letztes Jahr, kurz vor Weihnachten, als es draussen dämmerte, malte ich eine Kerze, die für mich Licht, Liebe und Hoffnung symbolisiert. In den Tagen vor Weihnachten ist das Göttliche verstärkter da, die ganze Wahrnehmung ist anders, intensiver. Ich liebe diese Zeit der Dämmerung. Bilder, die in solchen Momenten entstehen, sind eigentliche Seelenbilder.»

Immer wieder im Gespräch fällt das Wort Achtsamkeit. Für den vietnamesischen Mönch Thich Nhat Hanh hat die Achtsamkeit höchste Qualität. Seine Bücher bedeuten ihr viel. Auch in den Schriften von Rudolf Steiner fand sie vieles, das sie intuitiv gefühlt und durch ihre Ausbildung zur Kunst- und Gestaltungstherapeutin erlebte, für das ihr aber der theoretische Hintergrund gefehlt hat. Das war mit ein Grund, sich zur anthroposophischen Biographieberaterin ausbilden zu lassen. Heidi von Allmen möchte das Gelernte später mit ihrer Arbeit als Kunsttherapeutin kombinieren. «Ich bin sehr kommunikativ, das Gespräch ist mir wichtig. Ich möchte die Begegnung mit den Menschen nicht nur durch künstlerische Gestaltung, sondern auch über das Wort, das Gespräch vertiefen. Es ist mir zum Beispiel wichtig, meine Ausstellungen mit Führungen, an denen ich meine Bilder „erkläre“, abzurunden. Von dem, was mir die Menschen dort sagen, lerne ich am meisten und ich kann mich weiter entwickeln. Dabei suche ich immer die Herausforderung, sie ist es letztlich, die mich weiter bringt.»