

Stefan Mennemeier

Babak Samari

Über die Kunst, geboren zu werden

Geschichten und Zeichnungen
über
Integration und Intuition



Der Mensch ist ein Bergwerk reich an Edelsteinen von unschätzbarem Wert. Nur die Erziehung kann bewirken, dass es seine Schätze enthüllt und die Menschheit daraus Nutzen ziehen kann.

Bahá'u'lláh

Was man liebt, findet man überall, und sieht überall Ähnlichkeiten. Je größer die Liebe, desto weiter und mannigfaltiger diese ähnliche Welt.

Novalis

Liebe ist das unbedingte Interesse
an der Entwicklung des anderen

Gerald Hüther

Diese Geschichten und Zeichnungen wurden in verschiedenen Lebenssituationen frei improvisierend und intuitiv erstellt: Sowohl die gezeichneten wie die geschriebenen Geschichten erzählen und wollen zu weiteren eigenen Erzählungen ermutigen !

Die Inspiration der geschriebenen Geschichten entstammte sowohl aus Erlebnissen als häufig aus der therapeutischen Anwendung der positiven und transkulturellen Psychotherapie™ nach Prof. Nossrat Peseschkian und der Anwendung von Somatic Experiencing® / Peter Levine.

Die Intuition für die Zeichnungen entstand sowohl in Alltagsbegegnungen als auch durch erlebte Erfahrungen von existentieller Bedeutung.

Die Geschichten und die Zeichnungen können Sie ermutigen, zu reflektieren, sich zu wundern, zu lachen, selbst zu entscheiden, Ihren Gefühlen zu folgen, zu unterstützen, zu träumen und vor allem: Ihre eigene Geschichte über Ihre Kunst, geboren zu werden, zu erzählen ...

Mögen diese Geschichten Integration, Vertrauen, Bewältigung und Kommunikation fördern und zur Einheit der Menschheit beitragen ! - Das Buch erscheint ebenfalls auf Englisch, Ukrainisch und Russisch.

Wenn Sie in weitere Sprachen übersetzen oder das Buch als Ermutigungsprojekt im pdf-Format frei teilen wollen, fragen Sie uns an - *Lebenskunst-SMe@gmx.de*.

© 2022 Stefan Mennemeier (Texte, Herausgabe)

Kontakt: *Lebenskunst-SMe@gmx.de*

© 2022 Babak Samari (Bilder / Zeichnungen),

Kontakt: *babaksamari@yahoo.com*

Umschlag und Layout: Stefan Mennemeier,

Umschlagsbild Babak Samari © 2020

Die Reproduktion der Zeichnungen variiert aufgrund der Größe der Ursprungsformate.

Druck und Distribution im Auftrag der Autoren:

tredition GmbH, Halenreie 40-44, 22359 Hamburg, Deutschland

Softcover ISBN 978-3-347-70831-0

e-Book ISBN 978-3-347-70833-4

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte sind die Autoren verantwortlich.

Jede Verwertung ist ohne ihre Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag der Autoren, zu erreichen unter: tredition GmbH, Abteilung "Impressumservice", Halenreie 40 - 44, 22359 Hamburg, Deutschland

Jede Ähnlichkeit mit lebenden oder verstorbenen Personen oder mit biografischen Aspekten lebender Personen wäre rein zufällig und keinesfalls beabsichtigt.

Band 1 der Reihe „FlorAzul Lebens-Kunst - Intuition und Integration“ - *Florazul.bandcamp.com*

Wir danken herzlich:

Gisela von Brunn

für ihre Unterstützung bei der Text-Korrektur und der Erarbeitung der ergänzenden englischen und der spanischen Übersetzungen

Natalia Ruda

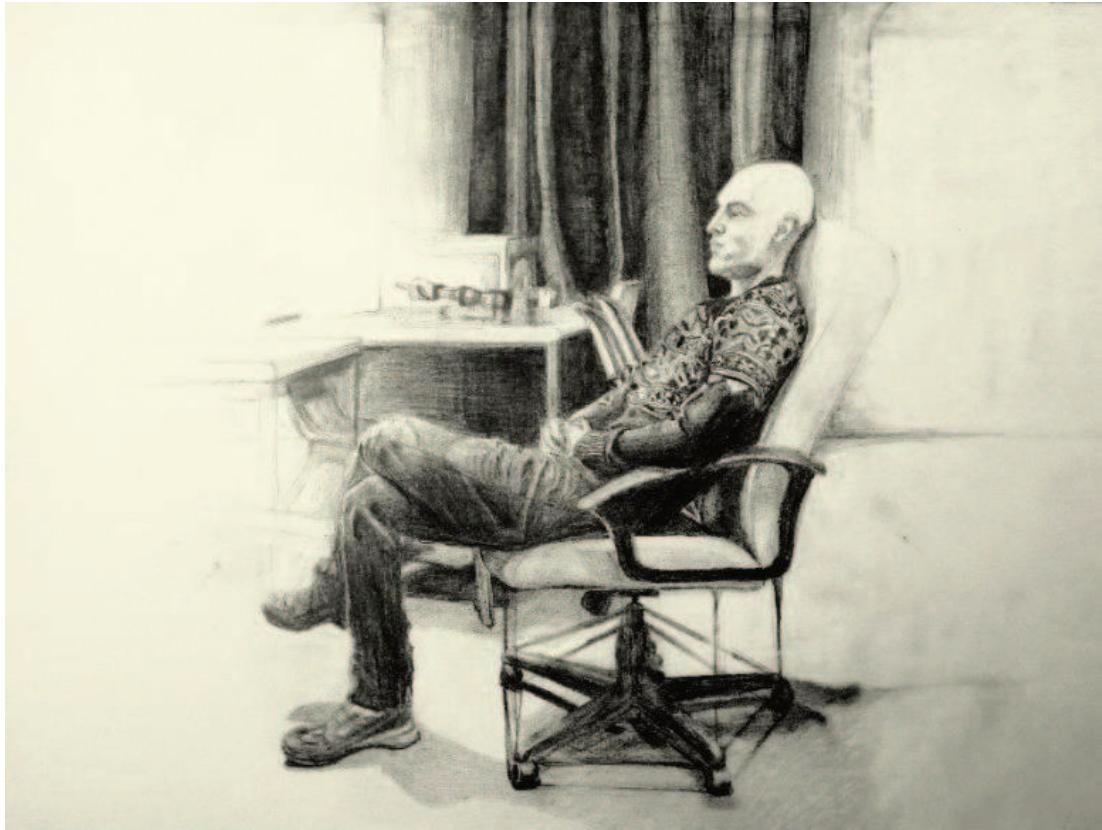
für ihre Überarbeitung der ukrainischen und englischen Übersetzungen der Vorveröffentlichung

Polina Efremova

für ihre Überarbeitung der russischen Übersetzung

Ulla Wallbach und Wolfgang Korz

für die technische Unterstützung in der Bearbeitung der Zeichnungen



gewidmet

Zora und Björn Juraschitz
und
Ali Vaziri

Ich male und zeichne als tägliche Arbeit. Ich arbeite, um zu vergessen, die Zeit, meine Vergangenheit, was ich erlebt habe.

Wenn ich eine besondere Situation erlebe, eine Haltung, oder ein Foto, eine soziale Szene, bleibt sie in mir hängen. Das spontane Bild, das in mir bleibt, entwickelt sich bei der Arbeit weiter.

Im Prozess des Malens lasse ich mich frei, versuche, spontan zu entscheiden, was ich male, was hervorkommt. Meine Vorstellung davon ist auch ein Erlebnis, das ich loslassen will: das erlebte Erlebnis und das vorgestellte Erlebnis durchmischen sich.

Ich male nicht nur, was ich erlebt habe, sondern lasse mich inspirieren, was weiter in meiner Phantasie passieren könnte. Als ich diese Bilder gezeichnet habe, musste ich täglich zeichnen, um mein Gleichgewicht zu wahren. Wenn die Erinnerungen kamen, habe ich gezeichnet.

Zu malen heißt für mich, intuitiv die Vorstellungen der Zusammenhänge aus Natur, Begegnung und Beziehungen zwischen Menschen und Objekten spontan zu erfahren und zu verstehen, warum die Natur diese Vorstellungen zeigen möchte, und diese Erkenntnisse auf das Papier zu bringen.

Babak Samari, Nov. 2022



gewidmet

Vera, Aaron & Mina Mennemeier
meinen Eltern und meiner Schwester Andrea
der Bahá'í-Gemeinde

Martina S. Schäfer, Vivian Rekus, Kai Dumeier
Heike Gisela Bollhorst †

Ewa Dowiąła et al. im "WAPP Soz. Ass. Project" Leszno / Polen
Familie Peseschkian
und
Babak Samari

Viele meiner Geschichten, gerade die wundersamen und merkwürdigen, beruhen auf konkreten persönlichen Erfahrungen, und alle haben zumindest einen wahren Kern. Ich schreibe seit meiner Kindheit intuitiv improvisierend. Viele der Geschichten stammen aus meiner therapeutischen Anwendung der Positiven & Transkulturellen Psychotherapie™ nach Prof.Nossrat Peseschkian, wenn ich Geschichten für die Patienten, durch sie inspiriert, entwickelt habe.

Die Geschichten bedienen sich farbenfroher Spielfelder – immer wieder drücken sie Neugier, Glaube und Sehnsucht nach Entwicklung aus und ermutigen, Phantasien und Gefühle fließen zu lassen. Meine lebenslange Erfahrung ist die Erkenntnis, dass Kommunikation, liebevolles Verständnis und Entwicklung immer möglich sind. Also übe ich mein positives, ressourcenorientiertes Menschenbild und frage immerzu: Wozu ist es gut? Was ist der positive Sinn hinter all dem? Woran erkenne ich die spirituelle Vernetzung von Allem auch dieses Mal?

Andere Geschichten beinhalten therapeutische methodische Aspekte, wie sie z.B. in Somatic Experiencing© nach Peter Levine und in hypnotherapeutischen Ansätzen angewandt werden können, z.B. innere Kind-Arbeit, transgenerationale Ahnenarbeit und neuropsychologische Neuverhandlungen.

Auch empathisches Ausbreiten des Geistes im Versuch, sich in andere Lebewesen oder Lebensformen einzufühlen, sind imaginative Angebote, die therapeutisch hilfreich genutzt werden können.

Es bleibt dem geneigten Leser überlassen, im eigenen Leben Parallelen und Umsetzungen zu erfassen oder damit zu arbeiten. Allen Geschichten liegt zumindest ein wahrer Kern zugrunde.

Babak Samari und seine Zeichnungen berühren, verstören und inspirieren mich, seit ich ihn 2018 kennenlernte – gemalte Geschichten, die fragen: wie konnte es dazu kommen, und wie geht es weiter? Für Babak Samari, der seit 2008 in Deutschland lebt, stehen diese Fragen alltäglich zentral. Viele der Zeichnungen beinhalten eigene Geschichten und erinnern an unsere Begegnungen mit Menschen in besonderen wie in Alltagssituationen.

*Immer wieder spielen Heilungs- und Leidens-Entwicklungen eine Rolle; Schmerz, Verlust, Elend, aber auch Trost und Unterstützung sind den markant gezeichneten Gesichtern mimisch ablesbar; Kinder schauen bereits ernst-erwachsen, als ob sie wüssten, was auf sie zukommen kann; und immer wieder Flucht ins Überleben... die „**Kunst, geboren zu werden**“, fordert von Anbeginn, und Altwerden weicht dem greisen Abschied, begleitet oder einsam.*

Die Zeichnungen als Momentaufnahmen verbinden die Würde des Menschen mit dem tiefen Respekt vor der Einheit der Menschheit in ihrer Vielfalt: Diese rasch mit wenigen Strichen gemalten Beobachtungen mahnen, das persönliche Leid und die individuellen Entwicklungschancen würdevoll anzuerkennen und die Einheit der Menschheit aktiv zu fördern.

Stefan Mennemeier, September 2023

Wenn Sie die Geschichten und Zeichnungen in eigenverantworteter Selbsterfahrung und Beratung nutzen wollen, mögen diese Fragen zur Reflexion hilfreich sein:

... Welches Gefühle nehme ich in mir wahr ?

... Welche Erinnerungen / Ideen aus meinem Leben werden angesprochen ?

... Was möchte ich, angeregt durch diese Erfahrung, in meinem Leben demnächst ändern ?

... Was möchte ich, angeregt durch diese Erfahrung, in meinem Leben nicht ändern?

... Was kann bleiben, wie es ist ?

... Was gefällt mir an dieser Geschichte / Zeichnung ?

... Was gefällt mir nicht an dieser Geschichte / Zeichnung ?

... Wie könnte diese Geschichte weitergehen ? Wie könnte sich diese Zeichnung weiter entwic

Über Leben

weiss

Verlust und Tod

stets
zum Greifen
nah.

Leben lebt Liebe

über
alle

Grenzen

hinaus.



Vor Jahren besuchte ich einen Freund bei seiner Familie in Heidelberg. Es war ein heißer, schwüler Tag mit sengender Sonne, und so war ich froh, die Fenster des Freundes verdunkelt zu finden.

Voller Stolz zeigte er mir in seiner angenehm kühlen Wohnung als erstes seinen Vorratsraum, vom Boden bis zur Decke mit Wasserflaschen-Kästen gefüllt.

„Uns kann diese Sonne nichts anhaben! Damit kommen wir den Sommer aus!“

Verwundert fragte ich ihn, warum er aber denn solch einen Wasserreichtum horte?

„In meiner Kindheit in Eritrea habe ich den Durst in der Trockenheit noch erlebt! Das vergisst man nicht!“

Ich entgegnete unbedacht: „Aber hier sind wir in Deutschland, einer der wasserreichsten Gegenden Europas!“

Mein Freund sah mich tief und liebevoll an, legte die eine Hand auf seine Brust und die andere behutsam auf meine über mein Herz, und sagte:

„Aber mein Land ist hier, in mir – so nah.“

Ein Mann betete zu Gott, ihm einen hilfreichen Engel zu schicken. Im Traum erschien ihm ein Engel, der ihm ankündigte, in sein Leben werde ein Engel kommen und ihm helfen. „Wie erkenne ich meinen Engel?“ fragte der Mann.

Der Engel im Traum lächelte: „Der Engel in Deinem Leben erkennt Dich.“ –

Am nächsten Tag ging der Mann neugierig durch die Stadt und fragte immer wieder andere Menschen, ob sie seine Engel seien. Ein Mann hielt ihn für verrückt, ein anderer lächelte und gab ihm ein Geldstück. Ein Kind lachte und rannte um ihn herum; eine junge Frau freute sich und lächelte ihn herzlich an, eine alte Frau auf einer Parkbank teilte ihr Brot mit ihm.

Am Abend betete der Mann zu Gott:

„Gott, ich habe heute so viele Menschen kennengelernt, die gut zu mir waren, ich habe Geld, Freude, Brot, und ein Lächeln gekriegt...“

O Gott, wer von ihnen – war denn jetzt mein Engel?“

Ein Mann aus Trinidad, schwarz mit Dreadlocks, bunter Kappe und unzähligen Einkaufstüten kam zu einem Arzt. Der Arzt war krank, hatte Fieber und schnupfte beträchtlich. Da er seine Praxis vor Kurzem erst eröffnet hatte, dachte er, er könne sich keine Ruhepause gönnen, und war auch krank in die Praxis gekommen.

„Wie kann ich Ihnen helfen?“, keuchte der Arzt mit völlig verstopfter Nase.

Der „Patient“ lächelte und antwortete auf englisch – „Ich glaube, ich kam, um *Dich* zu heilen.“ Dann zog er eine Ingwerknolle aus einer seiner Tüten und reichte sie dem Arzt, der Ingwer so erst kennengelernt und doch sofort vertrauensvoll hineinbiss. Der Ingwer schmeckte scharf und trieb dem Arzt Tränen in die Augen.

Darauf klopfte der Trinidader dem Arzt für seinen Mut anerkennend auf die Schulter und verabschiedete sich lachend.

Der Arzt schloss daraufhin seine Praxis, überlies die Kranken einem anderen, fuhr nach Hause und kurierte sich mit Ingwer.

Seitdem begegnet er seinem heilenden Engel immer wieder mal, überall.

Es war ein Kaufmann, zu dem kam eines Tages ein Fremder in den Laden. Der Kaufmann blickte auf, ging auf ihn zu und begrüßte ihn herzlich wie einen alten, lang erwarteten Freund. Er lud ihn zu einem Tee ein und bewirtete ihn großzügig. Lange erzählten beide von der Jugend des Kaufmanns, sie lachten viel und freuten sich an den wohlreichen Erinnerungen seines Lebens.

Dann, nachdem sie eine Weile schweigend einander angesehen hatten, stand der Kaufmann auf, ging in ein hinteres Zimmer, packte ein kleines Köfferchen, kam dann lächelnd wieder nach vorne, verbeugte sich vor seinem Gast, und beide wandten sich zum Gehen.

Der Gast schob für den Kaufmann den Vorhang des Ladens beiseite. Während der Kaufmann an ihm vorüber hinaus trat, deutete der Gast, liebevoll lächelnd, auf das Köfferchen, und fragte behutsam:

„....Mein Lieber, wie so stets... an alles gedacht?“
„Man weiß nie!“
„Doch, man weiß.“

Der Kaufmann schaute zurück auf seinen Laden, sein Haus, sein Leben.
Der Gast beobachtete ihn geduldig und fragte, verständnisvoll lächelnd: „.... wie war es?“

„Schön“ flüsterte der Kaufmann, „....schön war es.“

Dann fasste er sich sein Herz, nickte ein letztes Mal, wandte sich dem Gaste zu, und zusammen gingen sie ihren Weg.



Ein Mann versuchte, sich durch schnelles Rennen von seinem Schatten zu befreien. Doch so schnell er auch rannte, sein Schatten verfolgte ihn auf Schritt und Tritt, und treu blieb er unter ihm wie eine beharrliche Katze, um seine Füße streifend; rennend, wenn er rannte, und stehend, wenn er stand. Völlig erschöpft hielt der Mann zur Mittagszeit in der Gluthitze vor einem Affenbrotbaum, dessen weiter Blättersaum vielen Menschen Schatten bot, die unter ihm rasteten, einander erzählten, spielten und aßen.

Ein alter Mann lachte ihn von dort an, und lud ihn ein, sich zu ihnen in den Schatten des Baumes auszuruhen.

„Was bist Du denn am Rennen?“ – „Der da, dieser dunkle Fremde da unter mir am Boden, er verfolgt mich schon mein Leben lang! Einmal will ich allein nach Hause zurückkehren, und nicht immer diesen gefräßigen schnorrenden Gast mitbringen zu müssen!“ –

Damit setzte er sich unter den Baum neben den fröhlichen Alten, der ihn anschaute und weiter lachte: „Schau doch um Dich – Dein gefräßiger Gast? Wo ist er denn jetzt?“ –

Der Mann schaute sich verblüfft um, und gewahrte doch nur den großen Schatten des Baumes, in dem er sich nun niedergelassen hatte, und sich nun ebenfalls ausruhen und abkühlen konnte. Erleichtert lehnte er sich zurück... und begann nach einem Moment der Ruhe selbst zu lachen:

„Mein Schatten, mein alter dunkler Freund? Hier ist er nicht – dort ist er nicht ... wird er wohl schon vor mir nach Hause gegangen sein? ... vielleicht kocht er gerade für uns alle hier ein leckeres Mahl !“

„Oma, Oma, guck mal, ein Pilz!“ –

„Ach Kind, das ist kein Pilz, das ist eine Nase. Die ist jemandem abgefallen.“ –

„Oma, was macht eine Nase?“ –

„Die sitzt im Gesicht und hält die Brille.“

„Wenn ich groß bin, möchte ich auch sowas haben: ein Gesicht und eine Nase!“

„Mein Liebling, schau mal: erst mal groß werden, dann ein Gesicht kriegen, dann kommt die Brille wie von selbst, und dann – am Schluss – findest Du dafür auch noch Deine passende Nase.“

„Lass sie mich mit nach Hause nehmen – ich möchte sie unter mein Kopfkissen zum Schlafen legen.“

„... Und die Nase hier lassen wir liegen; vielleicht kommt ja der, der sie verloren hat, nochmal hierher zurück und ist dann froh, wenn er sie hier wieder findet...“