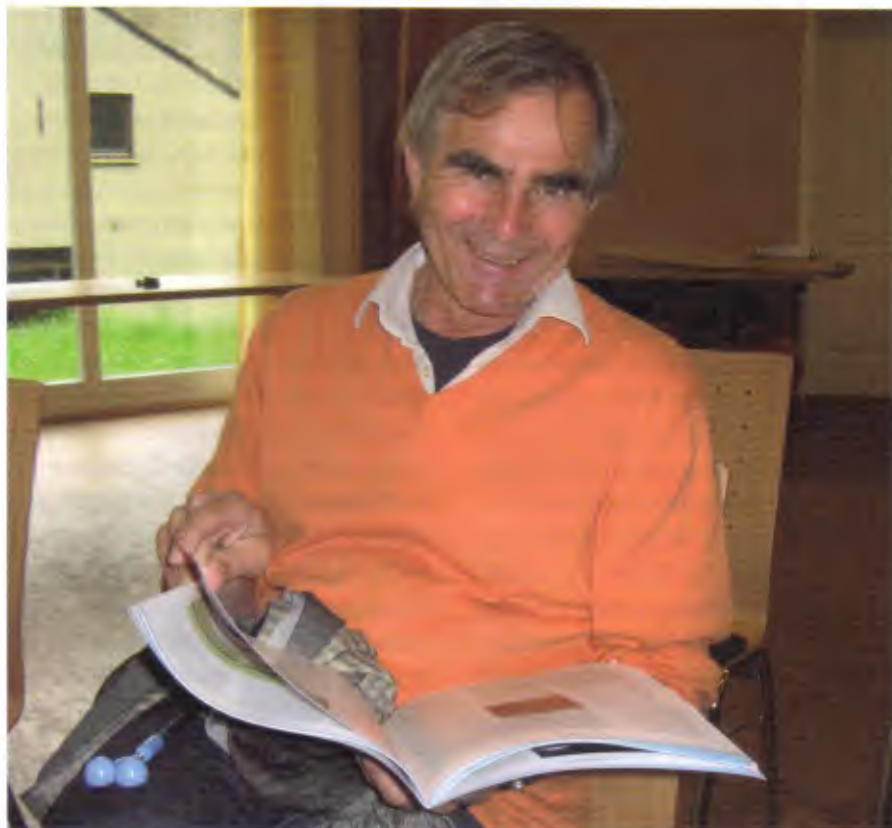


INTERVIEW

Foto: Bernadette Epp-Wohrl



Wolfgang Hätscher-Rosenbauer auf der „Internen“ Konferenz des Vereins für Gesundes Sehen im Mai 2012

Woher kommt das Licht beim Träumen?

Interview mit Wolfgang Hätscher-Rosenbauer

Wolfgang Hätscher Rosenbauer, 61 Jahre, ist Diplompädagoge, Farbtherapeut, Gestalttherapeut, Bildhauer und Leiter des Instituts für Sehtraining. Er gilt in Deutschland als der „Altmeister“ des Augentrainings. Seit nunmehr über 30 Jahren arbeitet er in diesem Bereich, bildet Sehtrainer aus, hat zahlreiche Bücher zum Thema geschrieben, eine Augenschule gegründet und u.a. den Continente Förderpreis der Veronica Carstens-Stiftung erhalten, und: Er ist Ehrenmitglied im Verein für Gesundes Sehen e.V.

Wolfgang, du bist DiplomPädagoge und hast nach dem Studium zunächst in verschiedenen Bildungseinrichtungen gearbeitet, dann aber deine ganze Aufmerksamkeit dem Augentraining gewidmet. Wie kam dieser „Berufs-Wechsel“ zustande?

Nun, mit 29 Jahren war ich für längere Zeit in Ceylon und Nepal. Diese Reise wurde für mich eine Selbstentdeckung des Sehsinns. In den viereinhalb Monaten, die ich dort verbrachte, habe ich persönliche Sehverbesserungen besonders

durch die Farbenvielfalt und die Farbenpracht in einem Batikatelier erfahren, die mich dazu gebracht haben, auf meine Sehhilfe zu verzichten, und das bei meiner Kurzsichtigkeit von immerhin 8 Dioptrien. Mir ist dort zum ersten Mal aufgegangen, dass die qualitative Leistung des Sehens mehr ist als die in Dioptrien messbare Sehschärfe und dass alles, was ich sehe, alle Seheindrücke immer in Resonanz sind mit der Innen- und der Außenwelt. Innere Sehqualitäten wie die Visualisierung und das Träumen oder das Schauen mit offenem Focus hatte ich bis dahin kaum beachtet.

„Ich hatte das Glück, einen Beruf zu haben, der mich begeistert – als Lehrer und als Forscher.“

Zurück in Deutschland hat mich dieses Thema nicht mehr losgelassen, und ich begann ein Training in der Bates Methode bei Maria Cares in Heidelberg, dann eine Farbtherapie-Ausbildung bei Theo Gimbel in England und schließlich eine Ausbildung in Gestalttherapie bei Sid Gershenson.

Parallel dazu begann ich bereits 1981 Sehtraining und Sehtherapie für Gruppen und in Einzelsitzungen anzubieten und lehrte „Die Kunst des Sehens“. 1985 gründete ich in Frankfurt eine „Schule für ganzheitliches Sehen“.

In Deutschland musstest du viel Pionierarbeit leisten, hast auch die erste Konferenz für ganzheitliches Sehen ins Leben gerufen und bildest seit vielen Jahren Sehtrainer aus.

Ja, das war damals eine spannende Zeit, denn das Sehtraining war in Deutschland weitestgehend unbekannt. Aber bald war ich als Dozent sehr gefragt und habe Seminare im In- und Ausland durchgeführt. Die erste Sehtrainer-Ausbildung entstand 1986/87 in Zusammenarbeit mit Micha Krenz, einem Radix-Therapeuten. Wir nannten das zu diesem Zeitpunkt „Integratives Sehtraining“! ▶



Wolfgang Hätscher-Rosenbauer inmitten seiner von ihm ausgebildeten Sehtrainer in Oberursel.

„Den Sehsinn verstehen und ernst nehmen“

Damals hatte ich die Idee, eine Konferenz für ganzheitliches Sehen zu veranstalten. 1986 zur ersten Konferenz kamen 30 Leute nach Giessen, und die Resonanz war so großartig, dass sich zwei Jahre später zur nächsten Konferenz in Frankfurt bereits 100 Teilnehmer angemeldet hatten. Wir haben Sehtrainer aus England, Österreich, Deutschland, Frankreich, Belgien u.a. zusammengebracht. Diese internationalen Konferenzen werden seither regelmäßig in verschiedenen Ländern Europas von Kollegen-Teams durchgeführt.

Das ist eine tolle Sache geworden. 1991 – ich wollte vom therapeutischen eher zurück in den pädagogischen Bereich – gründete ich dann das „Institut für Sehtraining“ und bot die Ausbildung zum „Kursleiter Augenschule“ an. Bis heute habe ich etwa 350 Sehtrainer und Sehtrainerinnen ausgebildet.

Die Reformhaus-Fachakademie in Oberursel ist sozusagen deine Hausadresse, denn dort veranstaltest du seit vielen Jahren Seminare und bietest die Sehtrainer-Ausbildung an. Das von dir jährlich veranstaltete KursleiterMeeting – sozusagen die deutsche Sehlehrerkonferenz – gibt es ab diesem Jahr nicht mehr. Was sind die Gründe hierfür?

Das stimmt so nicht: Es heißt ab jetzt „Symposium“ und findet jeweils 2-jährig im Wechsel mit der Internationalen Konferenz zu be-

stimmten Themen statt, ist also eine Erweiterung des KursleiterMeetings. Und die Organisation übernimmt das „Forum Ganzheitliches Sehen“, in dem ich mitarbeite und das ein Netzwerk für die Aus- und Weiterbildung von Sehtrainern bilden will. In diesem Jahr findet das Symposium am 10. und 11. November in der Akademie Gesundes Leben in Oberursel zum Thema „Sehen in der Arbeitswelt“ statt, organisiert von Barbara Brugger und mir. Ich freue mich da schon sehr darauf. www.stressfreisehen.wordpress.com/symposium-2012

Du hast zahlreiche Bücher zum Sehtraining verfasst, unter anderem „Die Augenschule für Gesundes Sehen“ und die „3-D-Augenschule“. Dein neuestes Buch heißt: „Besser sehen in täglich 5 Minuten“ Ist das wirklich möglich, oder wie ist das gemeint?

Das ist ernst gemeint. Zeit ist relativ. Wir wissen heute aus der Gehirnforschung, dass es vielmehr darauf ankommt, regelmäßig Lernimpulse zu setzen, gesunde Rituale zu entwickeln, die alltagstauglich sind. Dabei sind Bewusstheit, Neugier, Freude am Entdecken und Leidenschaft beim Üben wichtiger als die Länge der Übungszeit. Wenn es uns gelingt, beim Üben unmittelbar eine Steigerung der Sehqualität zu erleben, wirkt das nachhaltig.

Wie siehst du die Zukunft des Sehtrainings und was sind deine persönlichen Pläne?

Das Sehtraining muss raus aus den Nischen. Sehtraining ist nicht nur als Therapie zu sehen oder als Training zur Leistungssteigerung, sondern dient der Gesundheitsförderung, der Prävention und der Förderung der Selbstwahrnehmung. Wir leben in einer Zeit, die die Sinne und vor allem den Sehsinn stark vereinseitigt, also bestimmte Sinnesfunktionen überlastet, andere unterfordert. Zu lernen, uns gesunde Grenzen zu geben, was nur über eine gesunde Selbstwahrnehmung geht, ist ein starkes Thema.

Mein persönliches Interesse am Sehtraining gilt besonders der Farbtherapie und der Kreativitätsförderung. In Zeiten, wo das „Burn-out“ häufiger vorkommt als Rückenschmerzen, geht es darum, Ressourcen freizumachen für ein kreatives Leben. Wir können den Kontakt zu den eigenen Visionen und der eigenen kreativen inneren Quelle fördern und wieder herstellen. Und mich interessieren weiterhin auch Fragen zum Sehen, die bis heute nicht erforscht sind, wie: „Woher kommt das Licht beim Träumen?“

Neben meiner Arbeit als Sehtrainer und Autor widme ich mich etwa zu einem Drittel meiner Zeit der Bildhauerei, die ja viel mit dem Sehen, dem Wahrnehmen zu tun hat. Ende 1997 schenkte mir meine Frau einen Bildhauerkurs, und hat damit genau das Richtige für mich gefunden. Ich habe inzwischen ein Atelier in Frankfurt/Fechenheim, bearbeite dort Holz und Stein, und es entstehen Kunstwerke aus der Symbiose verschiedener Materialien. Das erfüllt mich mit Freude.

Herzlichen Dank für das Interview Wolfgang und Dir alles Gute.

www.institut-fuer-sehtraining.de
www.hätscher-rosenbauer-sculpturen.de