

## Die Zeit im sich explizierenden Prozess.

Kommentar zu „Body Memory“ von Thomas Fuchs

Gekürzte Version

E. T. Gendlin, Universität Chicago

Übersetzung: Christiane Geiser

(in Zusammenarbeit mit Donata Schoeller, Friedgard Blob und Ernst Juchli)

in: THE FOCUSING NEWSLETTER, SEPTEMBER 2011

Die Frage, die noch bis vor kurzem am häufigsten durch meine Philosophie hervorgerufen wurde, war „Aber wieso der Körper??“

Inzwischen hat nun jedoch endlich der erlebende, erfahrende (*experiencing*) Körper Eingang in unseren gegenwärtigen intellektuellen Diskurs gefunden. Gallagher (2005) zeigt, dass Verhalten nicht vollständig durch die Physiologie erklärt werden kann. Mikro-Prozesse im Körper seien zum Teil durch unsere Intention und durch unser Tun bestimmt, z.B. wenn wir im Sport „springen“ und „Regeln“ in Übereinstimmung bringen wollen. Stuart (2010) zeigt, dass wir in verkörperter Interaktion leben. Radman (im Druck) meint, dass „Mentales“ durch körperliche Erfahrung gestaltet wird.

Fuchs (im Druck) bietet einen weiteren Zugang an. Er beschreibt, wie das Gedächtnis des Körpers in allem gegenwärtigen Leben funktioniert. Allerdings stellt er es insgesamt so dar, als ob körperliches Tun lediglich aus Gelerntem, Automatisiertem, Repetiertem bestünde, als ob es nur sich-*Wiederholendes* gäbe, Gewohnheiten, *Wieder-Inszeniertes*, als ob der Körper nur seine Vergangenheit *wiederholen* könne, als ob er unfähig sei zu irgendetwas Neuem:

*„Durch Wiederholung und Übung hat sich eine Gewohnheit entwickelt. Über lange Zeit antrainierte Bewegungsmuster und Wahrnehmungen haben sich verkörpert ... Was wir uns auf diese Weise angeeignet haben ... ist das geworden, was wir heute sind; implizites Wissen ist unsere gelebte Vergangenheit.“*

Ich dagegen meine, dass die Gegenwart befähigt sein muss zu etwas Neuem; denn sonst hätte vergangenes Erleben ursprünglich gar nicht geschehen können! Diese Vergangenheit beruhte womöglich auf einer früheren Vergangenheit, aber sie musste ja trotzdem auf eine Art und Weise neu sein. Und nicht nur bezogen auf einen früheren Zeitpunkt: *Gegenwärtiges* Erleben ist immer fähig zu etwas Neuem, das die Vergangenheit neu gestaltet.

Wir können sagen, dass gegenwärtiges Leben eine „Vergangenheit“ *hervorbringt, indem* es sich selbst neu formt.

Die Vergangenheit ist nicht vergangen, weil ein Beobachter beschliesst, dass sie auf einer früheren Position der absoluten Zeitlinie von Newton stattgefunden hat. Die Vergangenheit ist die Vergangenheit des lebenden Prozesses selbst, *zur Vergangenheit gemacht* durch seine neue Gegenwart.

Aber dieser sich erneuernde Lebensprozess kann nicht in die gewohnten konzeptionellen Modelle eingepasst werden; *nicht in das Modell getrennter einzelner Einheits-Ereignisse und auch nicht in den üblichen Holismus.*

Ich will nun versuchen, an ein paar Beispielen ein alternatives Modell zu zeigen.

## „Holismus“

Alles Leben ist in sich hochkomplex. Selbst eine einzige Zelle macht so viele Dinge auf einmal. Diese „Dinge“ sind keine separierten einzelnen Elemente, und doch bleiben sie *spezifische* Geschehnisse. „*Nicht-separierte Spezifika*“ sind miteinander verknüpft, aber sie sind weder vereint oder vermischt noch verschmolzen. Sie bleiben präzise und deutlich spezifisch.

Wenn jemand Klavier spielt, funktioniert jeder Finger des Spielenden auf eine spezifische Art und Weise in seiner eigenen Handlungssequenz. Holistisch in eins verschmolzen könnte das Stück nicht gespielt werden. Das Wort „holistisch“ ist insofern richtig, als der Spielende spielt, ohne dass er eine nach der anderen jede einzelne Fingerbewegung abrufen. Auch Fuchs würde die spezifische Präzision jedes Fingers nicht leugnen. „Holistisch“ beschreibt die Aufmerksamkeit des Spielenden, nicht die Art und Weise, wie seine Finger funktionieren.

In den alten Modellen IST alles *entweder* separiert *oder* es ist vereint. Um die Art von „Spezifität“ zu konzeptualisieren, die wir hier vorfinden, brauchen wir eine neue Art von Konzept. Wir können das Konzept gerade hier kreieren, wenn wir schauen, wie jeder Finger seine spezifischen Aktionen vollzieht. Lassen wir diese Art des Funktionierens ein Konzept definieren! Wie wir es benennen, ist nicht so wichtig. Ich schlage vor „*funktionale Spezifität*“ (*functional specificity*), „*nicht-separierte Vielfalt*“ (*unseparated multiplicity*) und „*implizite Präzision*“ (*implicit precision*) (siehe Gendlin 1997, im Druck).

Aber was im Bewusstsein des Spielers vorgeht, ist nicht unbestimmt. Es ist *determinierter*, als ein festes Muster es sein könnte, weil es *beides* ist: ausserordentlich spezifisch *und* offen dafür, auf eine gänzlich neue Art und Weise ausgeführt zu werden.

Eine musikalische Komposition zum Beispiel entsteht im Komponisten zuerst als Improvisation, und zwar direkt aus dem Körper. Dann wird sie aufgeschrieben. Ein guter Notensatz ist aber eine Chance für einen einzigartig frischen Ausdruck. Wenn die Komposition lediglich repetiert wird, beklagen die Kritiker, dass die Aufführung leer, sinnlos gewesen sei. Und selbst die einzigartige Weise, wie der Ausführende spielt, kann ihre aufregende Wirkung verlieren, wenn so gespielt wird, dass es wiederholbar wird. Der Ausführende bemüht sich, eine frische, unverbrauchte Ausdrucksweise kommen zu lassen (vgl. Gendlin 1993).

In den alten Modellen wäre es paradox zu sagen, dass etwas *beides* ist: gänzlich determiniert und doch offen für weiteres Kommen. Aber wir gestehen dem zu, ein neues Konzept zu definieren. „Nicht-separierte Vielfalt“ und „Felt Sense“ beziehen sich auf eine umfassendere Ordnung, als es das fest fixierte Muster eines statischen „IST“ jemals sein kann.

## **Zeitgestalten**

Wenn wir schreiben, denken wir die Wörter, und unsere Finger tippen die Buchstaben. Fuchs weist erhellend darauf hin, dass wir komplexe Handlungen ausführen können, indem wir auf das Resultat, das wir wollen, hinzielen. Wir könnten das nicht tun, wenn wir zuerst auf einen Teil hinzielen würden und dann auf den nächsten. Wir gehen geradewegs mit diesem Ziel voran und wissen noch nicht, was genau wir tun werden. Der Körper muss das finden, was getan werden muss, und sehr oft tut er das auch.

Die Zukunft, die wir uns vorstellen, gibt der entstehenden Gegenwart ihre Gestalt. Der lebendige Prozess findet nicht nur auf einer linearen Zeitlinie statt „jetzt - jetzt –jetzt“. *Es ist immer die ganze Sequenz impliziert*, auch wenn nichts dergleichen je vorher geschehen ist.

Ich schlage ein erweitertes Zeitmodell vor. Zeit besteht nicht nur aus Jetzts. Das „jetzt – jetzt - jetzt“ *geschieht in das Implizieren hinein (occurs into the implying)*. Dadurch wird das Implizieren *vorangetragen (carried forward)*.

Lineare Zeit besteht nur aus Positionen auf der Zeitlinie eines Beobachters. Die Zeitmuster eines lebendigen Prozesses sind seine eigenen, der Körper trägt sich selbst voran. (Gendlin 1997, IVB)

## **Uns im Raum orientieren**

Wir leben nicht in einem leeren abstrakten geometrischen Raum - das hebt auch Fuchs hervor. Menschen machen neue Dinge und füllen mit ihnen die Welt. Dinge herzustellen erfordert, separate Teile machen zu können, die wir dann *von hier nach dort* bewegen und kombinieren. Menschliches Machen generiert den Hier-Dort-Raum, ohne weitere Merkmale. Es ist ein abstrakter Rahmen aus Punkten und aus Mathematik, eine wundervolle menschliche Schöpfung.

## **Interaktion**

Der Körper versteht andere, *bevor* wir uns selber verstehen. G .H. Mead zeigt, dass sich das Wissen über uns selbst zu allererst aus der vorgängigen Empathie mit anderen entwickelt. Wittgenstein schrieb: „Denken wir daran, wie jemand den Gesichtsausdruck eines anderen nachmachen kann, ohne den eigenen im Spiegel zu sehen.“ Unsere Körper können den Gesichtsausdruck und die Haltung eines anderen erzeugen, weil Körper *direkt* den Ausdruck anderer Körper beantworten.

Diese vorgängige gegenseitige Verbindung ist ein Aspekt der grösseren Gegebenheit, dass jeder lebendige Körper eine Körper-Umgebungs-Interaktion *ist*, lange bevor Wahrnehmung und Bewusstheit einen Körper *hier* getrennt von einer Umgebung *dort* annehmen.

Wir leben unsere Situationen mit unseren Körpern. Sie tun viel mehr, als wir wissen. Deshalb können andere spüren, was wir selbst in uns nicht wahrnehmen. Und deshalb funktioniert Focusing.

Wenn ich mich direkt auf das körperliche Spürvermögen beziehe, das zu irgendeiner Situation in mir aufsteigen kann, öffnet sich ein ganzes Feld von Einzelheiten. Ich höre etwas von „mir“, mit dem „ich“ gar nicht so vertraut bin.

Ein Jeder wird verständlich, wenn er auf diese Art mit sich selbst weitergeht, wenn er sein eigenes Erleben weiter und weiter ausfaltet und differenziert. Anfänglich fühlt es sich oft wie ein verschlossenes Rätsel an, sogar für einen selber.

Wir lernen dabei, wie wir einander zuhören können, wie wir Dinge zurücksagen können, die wir verstanden haben, um sie überprüfen zu können. Wir akzeptieren Korrektur um Korrektur, bis die Person zum Schluss ausatmet und sagen kann: „Ja, genau so habe ich es gemeint.“ Dann folgt ein charakteristisches kleines Schweigen, eine Stille. In dieser kleinen Stille geht die Person oft ein wenig weiter, tiefer. Und was sie als nächstes sagt, kommt aus einer tieferen Ebene, irgendwann als Felt Sensing.

Unsere Körper können jeden spürend verstehen, der von *felt sense* zu *felt sense* vertieft genug differenziert. Experienzielles Differenzieren hat diese Art von „Universalität“, obwohl es hinsichtlich menschlicher Inhalte ja gar keine Universalität gibt!

## **Zum Schluss**

1. Wir sind dabei zu lernen, wie wir uns über den alten Determinismus hinaus bewegen. Wir sind am Anfang einer neuen Wissenschaft lebendiger Prozesse, einer offeneren Kultur und einer neuen Entwicklung des Individuums.
2. Erfahrungen bauen auf früheren Erfahrungen auf. Was einmal neu war, wird zu einem alten Instrument beim Formieren eines neueren Neuen. Und das stimmt für die Spezies und für das Individuum. Jede Art ist genetisch schon bei der Geburt zu all dem in der Lage, was die Vorfahren langsam entwickelt haben. Verdauung und der Blutkreislauf im Körper arbeiten zuverlässig und repetitiv, obwohl sie in jeder neuen Situation variieren. Der Körper ist nicht wie eine Maschine, die wir zuerst anfertigen und erst dann in Gang setzen, wenn sie fertig ist. Von der ersten Zelle an hört der Körper nicht auf, sich selbst weiterzukonstituieren. Und genau so ist es mit neuem Verhalten und mit den Kognitionen.
3. Logik hat die Macht, „notwendige“ Implikationen determinieren zu können, die einige Rätsel lösen, aber eben diese Macht hält auch die Möglichkeit offen, in einer Art und Weise weiterzugehen, die die Logik überschreitet. Dieses scheinbare Paradox kann erklärt werden, wenn wir nicht nur das Muster in Betracht ziehen, sondern auch das erlebensmässige (*experiential*) Verstehen, das das Erklären mit sich gebracht hat. „Aha!“ rufen wir aus, wenn wir eine logische Erklärung verstanden haben. Das körperliche aha! bezieht mehr ein als das, was auf logische Art und Weise folgt. Deshalb müssen wir vor- und zurückgehen zwischen der Logik und dem körperlich gefühlten Verstehen. Beides baut aufeinander auf. Es wäre falsch, eine Ideologie zu entwerfen, in der wir das eine hochhalten und vorgeben, das andere nicht zu brauchen. Neue Klarheit ist ein körperliches Vorantragen (*carrying forward*). Deshalb kann es so aufregend sein. Denken ist nicht nur ein darüber-Nachdenken: Denken ist ein Modus lebendiger Prozesse.

Es gibt nur einen Lebensprozess, der die Vergangenheit fortsetzt in eine neue Gegenwart hinein, in der die Vergangenheit funktioniert. Das ist kein Paradox. In jedem gegenwärtigen lebendigen Prozess funktioniert seine Vergangenheit implizit so, dass sie über sich selbst hinausgeht.

4. Die neue Gegenwart verändert das, was die Vergangenheit einmal „war“. Auch das ist kein Paradox. Der Lebensprozess geht immer über sich selbst hinaus. Leben hat eine grössere Art von Ordnung, und die führt zu einer neuen Art von Konzepten.

## Literaturhinweise

Fuchs, T. (in press). The memory of the body. In S. C. Koch, T. Fuchs, & C. Müller (Eds.), *Body Memory, Metaphor and Movement*. Amsterdam: John Benjamins.

Gallagher, S. (2005) *How the body shapes the mind* (Oxford: Oxford University Press).

Gendlin, E.T. (1993, October). *Improvisation provides*. Paper presented at the Society for Phenomenology and Existential Philosophy, New Orleans. Available at [http://www.focusing.org/gendlin/docs/gol\\_2223.html](http://www.focusing.org/gendlin/docs/gol_2223.html)

Gendlin, E. T. (1997). *A process model*. New York: The Focusing Institute. Also available at <http://www.focusing.org/process.html>.

Gendline, E.T. (in press). Implicit precision. in Radman, Z. (Ed.) *Knowing without thinking*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Radman, Z. (in press). Preface. in Radman, Z. (Ed.) *Knowing without thinking*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.

Stuart, S.A.J. (2010) *Enkinaesthesia, biosemiotics and the ethiosphere*. In: Cowley, S., Major, J.C., Steffensen, S. and Dini, A. (eds.) *Signifying bodies: Biosemiosis, interaction and health*. Portuguese Catholic University, Braga, Portugal.

Wittgenstein, Ludwig. (1953/2001). *Philosophical investigations*. Blackwell Publishing. p.285.