
Seminar für Gestalttherapie

Gestaltberatung und Gestaltphänomenologie

Mein Name ist Beate Willauer und du hörst den Podcast des Seminar für Gestalttherapie, das ich gemeinsam mit Jan Kruse leite.

Gestalttherapie – das ist für uns gelebte Phänomenologie. Phänomenologie fragt: Wie zeigt sich Welt dem wahrnehmenden Organismus? Heute antworte ich mit einer kleinen Szene ... und einer Katze. Und erst einmal mit etwas historischem und begrifflichem Hintergrund.

Phänomenologie ist eine der Grossrichtungen in der aktuellen akademischen Philosophie. Sie ist eine relativ junge philosophische Disziplin, gut 100 Jahre alt. In den letzten Jahrzehnten hat phänomenologisches Philosophieren an Terrain gewonnen. Die philosophische Frage der Phänomenologie ist, wie Wahrnehmung, Bewusstsein, Erleben, Erfahrung aus der Perspektive des wahrnehmenden, erlebenden Organismus funktioniert und was davon zu halten ist. Ohne einem Biologismus zu verfallen, wählen wir sehr bewusst den Begriff des Organismus - in Anlehnung an unsere gestalttherapeutischen Gründereltern Laura Perls, Fritz Perls und Paul Goodman. Der Begriff des Organismus macht auch deshalb viel Sinn, weil wir damit down to earth kommen, auch in der Theoriebildung.

Mir geht es jetzt um den Begriff des Phänomens, der der Phänomenologie ihren Namen gibt. Ein Phänomen bezeichnet etwas, das sich zeigt. Ich bin in der deutschen Sprache zuhause und empfinde einen Satz wie 'Ein Phänomen ist das, was sich zeigt' als unvollständig, wenn auch nicht als grammatikalisch vollständig falsch. Ich frage mich ja, wem denn? Wem zeigt sich ein Phänomen? Ich glaube, es gibt mindestens zwei Arten von Antworten auf die Frage, eine schnelle, reflexartige und eine langsame, reflektierte. Die schnelle kann ungefähr so gehen: 'Ja, UNS zeigt es sich, das Phänomen. Uns Menschen.' Funktioniert, bleibt flach. Und etwas präziser: 'Ein Phänomen zeigt sich einem/einer, der/das oder die in der Lage ist wahrzunehmen.' Die langsame Antwort: 'Ein Phänomen zeigt sich allem, was affiziert werden kann.' Ich übersetze das Affiziertwerden mit 'von etwas betroffen werden können'. Die Katze, die unseren Garten kontrolliert, wird von sich bewegenden Grashalmen affiziert und gerade von der Wärme der Holzbank. Mich betrifft die Katze, die sich gerade in der Sonne räkelt, meine Hand streckt sich aus und sie beginnt sie zu kraulen. Ihr weiches Fell geht mich etwas an, ihr Schnurren, ihr gelegentliches Blinzeln genauso wie mein Gefühl von Wohlsein mit der Katze auf der Holzbank. Anderes betrifft mich in diesem Moment nicht, obwohl die Einladungen der Dinge da sind - der Bremslärm eines Autos, mein Durst, Gedanken an die Menschen, die von Kriegshandlungen bedroht sind, Sorgen um Freunde. Anderes kann mich betreffen, aber erreicht mich nicht in der Form, dass ich darüber sprechen, zu mir selbst und zu anderen, oder darüber schreiben kann.

Die Geschichte der Katze im Garten ist eine posthumanistische Geschichte, obwohl ich mehr über mich erzähle als über die Katze. Das ist so aufschlussreich wie klar, weil ich nicht über das Affiziertsein der Katze als Katze berichten kann, sondern lediglich über mein eigenes. Aufschlussreich ist es, weil sich hier die anthropozentrische Position durchdrückt. Ich könnte mich im Perspektivieren üben, wie Kant sagt, und mich mit der Frage beschäftigen, wie es für die Katze sein kann eine Katze inmitten hoher Grashalme oder auf einer wärmenden Holzbank mit einem anderen, sie streichelnden Tier zu sein. Die Grundfrage lässt sich so umschreiben: Wie ist es möglich, dass jemand wie ich, sozialisiert in der deutschen Sprache, in der westlichen Erzählung, Verkörperung eines vorwiegend westlichen Daseins, sich als kompetente Anwesende in Welt begreifen kann? Ich setze diese Überlegungen fort, die nicht nur therapeutische und ethische Implikationen, sondern auch politische haben können.

In unserem Seminar für Gestalttherapie kommen wir immer wieder auf die Idee eines Barfuss-Campus zurück. Mit beiden Füßen auf dem Boden stehen und gleichzeitig intensiv nachdenken, zum Beispiel darüber, was es mit dem Affiziertsein auf sich hat. Barfuss heisst, ich spüre den Boden, auf dem ich stehe und gewinne Boden unter meinen Füßen, wortwörtlich und metaphorisch. Ich habe Startpunkte und Standpunkte, von denen aus ich die Erkundung meiner Welt betreibe, meine Welt bewandere. Das ist, denke ich, die phänomenologische Position, eine Position der Vergänglichkeit und eine Position der Vergewisserung einer Gegenwart. Unser Barfuss-Campus ist ein nomadischer Campus, einer, der dem Interesse folgt, ihm nachwandert. Das Interesse ist ein inter-esse, ein existenzielles Embeddedseins. Ein Campus ohne Gänge, ohne Beamer, windige, zauberhafte, schmutzige Pfade, mitunter holprig und riskant. Die Füße zeichnen Kartographien des Wanderns. Es ist ein geteilter Boden, auf dem wir stehen und gehen. Das Barfuss-Gehen öffnet den Blick für die selbstverständliche Kompetenz von Körpern, ihr Gewandtsein. Ich bringe gern diesen phantastischen Sinn des 'Organismus-in-Bewegung', Propriozeption, ins Spiel. Unebenheiten gleichen sich aus, der Körper weiss um den Weg, kennt den Rhythmus. Das ist Lernen: Gehen und Denken, das geht. Das ist Therapie: Nicht Methode, nicht Technik, sondern Affiziertsein. Der phänomenologische Imperativ kann sein: Schau, bevor du deutest. Hör hin, bevor du antwortest.

So weit für heute.

Übrigens: Mehr über uns erfährst du, wenn du sfgt.ch, gestaltpraxis.ch und jankruse.net besuchst.