

Körper oder Leib? Zwei Konzepte, zwei Seinsweisen.

Bin ich Körper? Oder mehr? Gedanken zu dem altertümlichen Begriff des Leibes.

Neue Phänomenologie - ein Konzept für die ganzheitliche Medizin?

Das subjektive Erleben als Parameter im wissenschaftlichen Diskurs.

"Mit den Händen die Seele berühren" - Graf Dürckheims "Personale Leibarbeit"

Dürckheim benennt den Bereich des Seelisch-Emotionalen. Er spricht damit den zentralen Wesenskern des Menschen an, von dem aus menschliches Miteinander und die Erfahrung von Transzendenz möglich sind. Dem Klienten tritt er von "Wesen zu Wesen" gegenüber.



Der Körper und der Leib

Was wir heute allgemein unter dem Körper verstehen, das ist die stoffliche Form unseres biologischen Daseins; und unter dem reduktionistischen Blickwinkel einer medizinischen Wissenschaft oder dem Leistungsdruck der Arbeitswelt sind oder tun wir im besten Fall das, was wir sollten: wir funktionieren. Die Arbeitswelt, die Medizin und diverse soziale Dienstleister stellen dazu Mittel bereit, damit dies auch (möglichst lange) so bleibt.

Der Leibbegriff hält diesem Entfremdungsprozess entgegen, dass der Mensch mehr ist und sich seine Existenz keineswegs im reinem Funktionieren erfüllt, wie dies uns der Körperbegriff einer Leistungsgesellschaft suggeriert. Der Leib, wie ihn zunächst Husserl, später Sartre konzipiert haben, ist „sich bewegend und wahrnehmend“, er ist vor allem Reflexion. Mein Leib ist nicht mein Körper, sondern ist vielmehr das Vermögen zu sehen, zu berühren, zu empfinden. Mit dem Leib setze ich mich mit meiner Umwelt auseinander, erfahre durch diesen eine Prägung, kann aber auch auf sie einwirken.

Welchen Beitrag liefert die Neue Phänomenologie zur besseren Leiberfahrung?

Die Neue Phänomenologie, eine philosophische Weiterführung und Vertiefung der Phänomenologie durch Herrmann Schmitz, interessiert sich für das, was der Mensch spürt, vor jeder Theorie, und zwar am eigenen Leibe. Dieser philosophische Ansatz wendet sich gegen den Reduktionismus des leiblichen Wahrnehmens durch die Methoden der Naturwissenschaften und will das Vertrauen des Menschen in seine eigene leibliche Natur wieder stärken.

Zum ersten Mal in der Wissenschaftsgeschichte werden innersubjektive Phänomene beleuchtet, beschrieben oder auch offen gelassen für neue, unerwartete Muster; von Interesse sind sogenannte relative Räume, subjektiv beschriebene Atmosphären, Interaktives und Intervalle, Zwischenräume, sogenannte Halbräume. Der Leib, die subjektive Wahrnehmung

wird zum „Messgerät“ einer schier unendlichen und niemals erschöpfend zu beschreibenden Welt.

Die Neue Phänomenologie wurde von Schmitz als anwendungsorientierte Philosophie konzipiert. Die Psychologie nutzt bereits deren Ansätze etwa bei der Beschreibung von Krankheitsbildern aus Klientensicht. Hier liegt ein Ansatz, der die Eigenwahrnehmung des Klienten stärkt und Wege zum besseren Verständnis des Krankheitsphänomens schafft. Wer den Weg an den Punkt der jetzigen Situation beschreiben kann, wer letztlich versteht, wie sich das Phänomen der Krankheit ihm persönlich mitteilt, der kennt die innere Landschaft besser als jeder behandelnde Arzt. Der Weg zurück in den Zustand der Besserung liegt im Bereich des Möglichen, weil das Krankheitsbild in seiner Botschaft und damit als Teil des individuellen Weges erkannt wurde.

Auch in der Osteopathie gibt es den Bereich der Somato Emotionalen Praxis, die John E. Upledger geprägt hat und die sich deutlich unterscheidet von einer konzeptuellen Logik. Das Geschehen selbst, die Weisheit des Körpers, des individuellen Empfindens und des Leibgedächtnisses weisen den Weg.

Im Anschluss an die Behandlung des anatomischen Körpers empfiehlt Upledger, die angestauten Emotionen, die sich lösen wollen, mit den Händen zu ertasten und diese Bewegungen zuzulassen. Upledger, der die überragende Wirkung dieser Release Technik entdeckt, empfiehlt dem Behandler. "die Bewegung nicht zu führen, auch wenn wir zu wissen glauben, wohin sie führt". Diese teilnehmende Beobachtung eines Geschehens, das der Behandler lediglich unterstützt, beschreibt er als "... etwas deutlich anderes als die psychosomatische Medizin. Es betrifft das Zusammenwirken des Körpers mit dem Geist und nicht des Geistes mit dem Körper."

Graf Dürckheims "Personale Leibarbeit"

Eine weitere Schnittstelle benennt Graf Dürckheim, wenn er in der "Personalen Leibarbeit" davon spricht, die "Seele über den Körper" zu berühren. Wo auch immer die Seele im Körper "lokalisiert" sein mag, jenseits der Frage, ob es vom philosophischen Standpunkt aus aktuell ist, von einer "Seele" zu sprechen, benennt Dürckheim den Ort der Kommunikation der Menschen untereinander über ein uns allen Gemeinsames mit dem uralten Begriff der Seele. Wenn er den Menschen von "Wesen zu Wesen" berührt, tut er das, was bei einer allzu kühlen Betrachtungsweise des anatomischen Körpers fehlt: er stellt sich selbst mit allen Sinnesebenen und Erfahrungswerten in Korrelation zum Klienten.

In der Personalen Leibarbeit werden Lebens- und Sinnkrisen, Beziehungsprobleme oder die Aufarbeitung biografischer, oft frühkindlicher Verletzungen, zum Thema. Bereits eine sanfte Berührung des Lendenwirbelbereichs kann Erinnerungen an das Gehalten-Sein als Säugling wecken. Frühkindliche Störungen tauchen wieder auf. Das Berühren der Bauchdecke bedarf großer Vorsicht. Viele vertragen diesen Kontakt anfangs gar nicht, besonders wenn Missbrauch oder Essstörungen vorliegen. Sehr verbreitet sind Zwerchfellverspannungen. Deren Lockerung beansprucht Behutsamkeit und Zeit. Seelische Bedrückung, unverarbeitete Schocks, Schrecksituationen, zermürbende Lebensumstände kommen hier oft hoch.

Das Wahrnehmen des Atems, das Anregen des Atemflusses löst die Spannung bei der Behandlung des Rückens. Dort sammeln sich über die Jahre Angst, Scheu, Schuldgefühle, Aggressionen. Stilles Halten mit den Händen lockert die oberflächliche Tagesspannung. Gelangt man in tiefere Muskelschichten, fühlt man fast immer eine Verspannung in der Wirbelsäule. Mit gut dosiertem, punktuellen Druck löst sich der Muskelpanzer langsam. Die

Konzentration auf Kraftzentren im Körper schafft einen Ausgleich zwischen den schmerzenden und nicht schmerzenden Körperstellen. Dieses Phänomen überträgt sich auf die seelische Ebene: auch hier kommt es zur Distanz von schmerzlichem Erleben. Die sanfte Behandlung des Kopfes schafft Beruhigung. Mit der nochmaligen Berührung der Füße bildet sich ein Abschluss. Dieses neuerliche stille Auflegen der Handflächen auf die Fußsohlen spannt den Bogen vom Kopf bis zu den Füßen. Sehr häufig erlebt der Klient erst jetzt die Ganzheit seines Körpers. Dieses sich Ganzfühlen reicht über die Empfindung des physischen Körperinnenraums hinaus.