

RALF MATTI JÄGER

SEELISCHES UND
LEIBLICHES FÜHLEN

PHÄNOMENOLOGISCHE
DIFFERENZIERUNGEN

EIN KURZER HINWEIS



verwandeln verlag

Einleitung

In der US-amerikanischen Embodiment-Forschung wird die Bedeutung des Leibes für das menschliche Dasein stark betont. Das ist als Abwendung von den verkopften Anthropologien beispielsweise der Neurowissenschaften zu begrüßen. Jedoch finden sich in der Embodiment-Forschung Verkürzungen, die für jeden, der sich mit der seit 1901 entstandenen Phänomenologie bei Husserl, Scheler, Plessner usw. auskennt, schwer hinnehmbar sind. In folgender Email, die ich am 11.1.2015 angeregt durch den Artikel *Die Bedeutung von Embodiment für Psychologie und Psychotherapie* aus der Zeitschrift *Psychotherapie* (17. Jg., Bd. 17, Heft 2, S. 259-267) von Maja Storch und Wolfgang Tschacher geschrieben habe, versuche ich auf den Unterschied zwischen leiblichem und seelischem Fühlen phänomenologisch hinzuweisen, um die eigenständige Bedeutung des Fühlens, der Einfühlung, der Empathie, der Gefühle deutlich zu machen.

Meine Email wurde von Maja Storch und Wolfgang Tschacher in der zweiten Auflage ihres Buches *Embodied Communication – Kommunikation*

beginnt im Körper, nicht im Kopf (2016, 172-175)
abgedruckt. Im Folgenden ist sie leicht überarbeitet
worden.

Sehr geehrte Fr. Dr. Storch,
Sehr geehrter Hr. Prof. Tschacher,

in der Zeitschrift *Psychotherapie*, 17. Jg. Bd. 17, Heft 2, S. 259-267 habe ich Ihren Artikel *Die Bedeutung von Embodiment für Psychologie und Psychotherapie* gelesen. Hiermit möchte ich Ihnen eine kurze Rückmeldung geben. Das Thema ist für mich selbst von zentraler Bedeutung, da ich als Kunsttherapeut (Malen, Plastizieren, Zeichnen, Schreiben) in der Psychosomatik, Akut-Psychiatrie, insbesondere in der Traumatherapie arbeite, von der Phänomenologie her komme und über Kunsttherapie promoviere.

Im Grunde bin ich mit Ihrem Anliegen vollkommen eins: die Bedeutung von Körper und Leib wird in der Psychotherapie noch immer weit unterschätzt. Mein Eindruck ist jedoch, dass Sie mit dem Begriff *Embodiment* eine Reihe von Differenzierungen nicht machen, die aus meiner Sicht unerlässlich sind. So halte ich einerseits eine Differenzierung von *Körper* und *Leib*, wie sie bei Husserl urständet, bei Helmuth Plessner, Gabriel Marcel, Merleau-Ponty u.a. ausgeführt und spätestens

durch Wolfgang Blankenburg und Hilarion Petzold in die Psychiatrie und Psychotherapie eingeführt worden sind, für phänomenologisch unerlässlich. Darüber hinaus scheint es mir sinnvoll, zwischen leiblichem und emotionalem Erleben klar zu scheiden. Ich möchte dies erläutern.

Sie schreiben, »emotionale Prozesse« würden durch »Körperhaltung und Mimik verursacht« und sprechen damit im Sinne der *James-Lange-Theorie*, von der Sie sagen, sie würde durch »Embodiment-Befunde« unterstützt. Im Rahmen meiner Forschungen zum Kunstschaffensprozess habe ich in James' *Psychologie* (engl. 1892, dt. 1920) nachgelesen, wie er zu der Überzeugung kommt, dass die Gefühle vom Körper abhängig seien. Da macht er m. E. einen gewichtigen Fehler im Hinblick auf die Forschungsmethode. James stellt seine Eingangsfrage so:

»Wenn wir nämlich irgendeine starke Gemütsbewegung vorstellen und dann versuchen, von dem Bewusstsein derselben alle Empfindungen ihrer körperlichen Symptome abzuziehen, dann werden wir finden, dass wir nichts übrig behalten, kein 'psychisches Material', aus dem die Gemütsbewegung wieder aufgebaut werden könnte, und dass ein kalter

und neutraler Zustand intellektuellen Erfassens allein zurückbleibt«¹

So wie James die Sache angeht, macht er von vorneherein einen schwerwiegenden methodischen Fehler: Er stellt sich darauf ein, »Körpersymptome abzuziehen« - oder wie es weiter heißt: »wegzudenken«, zu »subtrahieren«. Er behauptet, seinen Forscherblick auf seine Gemütsbewegungen zu richten, ist aber mit seinem Bewusstsein aktiv damit beschäftigt, einen Teil derselben zu beseitigen. Denn den Körper selbst kann er nicht beseitigen. Er kann nur dasjenige beseitigen, was ihm von seinem Körper fühlbar wird, was ihm bewusst wird. So schränkt James also zwangsläufig den inneren Blick ein, anstatt ihn für dasjenige, was möglicherweise erlebt werden könnte, zu öffnen. Für ihn selbst bleibt als Ergebnis dieser Prozedur nur ein, wie er schreibt, »kalter und neutraler Zustand intellektuellen Erfassens« zurück. Kein Wunder.

Umgekehrt wäre vorzugehen, nämlich phänomenologisch in Offenheit spürend, ahnend und wahrnehmend auf das zu blicken, was sich in mir vollzieht, wenn ich fühle. Da erlebe ich meinen Leib, aber ebenso sehr erlebe ich, dass mein Gefühl der Trauer nicht identisch ist mit den Tränen, die mir über die

¹ James 1920, 379.

Wangen laufen, nicht identisch ist mit dem gesenkten Haupt, den eingezogenen Schultern. Sondern beides geht Hand in Hand. Dies muss man phänomenologisch und begrifflich differenzieren. Das eine wird im Bereich seelischen Fühlens erlebt, das andere sind Erlebnisse im Bereich des Leibes. James' Aussage, dass die Emotionen von Körpererscheinungen abhängig seien, ist weltanschaulich motiviert. Er glaubt, dass die Emotionen vom Körperlichen abhängen, also glaubt er auch, das so zu erleben.

Wenn Sie selbst schreiben, dass »emotionale Prozesse« durch »Körperhaltung und Mimik verursacht« seien, argumentieren Sie folglich ebenso undifferenziert und letztlich falsch wie James. Ja, Körperhaltung und Mimik gehen mit dem Gefühlserleben Hand in Hand, und selbstverständlich lässt sich das Gefühlserleben verändern, wenn ich Menschen dazu anhalte, ihre Körperhaltung und Mimik zu ändern. Das sind oftmals wichtige und hilfreiche therapeutische Schritte. Dennoch folgt daraus noch nicht, dass das Gefühlserleben von der Körperhaltung »verursacht« sei, wie Sie schreiben. Die These einer grundsätzlichen, d.h. ontologischen Abhängigkeit des Gefühlserlebens von der Körperhaltung ist phänomenologisch nicht haltbar.

Ähnlich schwierig ist der von ihnen verwendete Begriff der »Zwischenleiblichkeit«. Wobei hier die

Phänomenologen selbst ein Problem aufgeworfen haben, welches zu einem Reduktionismus führt. Unter dem Begriff des *Leibes* ist ein Beobachtungsfeld eröffnet worden, wo eben von nicht-sinnlichen Vorgängen zwischen Mensch und Mensch und Mensch und Welt gesprochen werden darf. Aber jetzt geschieht – ausdrücklich bei Hermann Schmitz – Folgendes: Alles, was in der abendländischen Tradition seit zwei Jahrtausenden differenziert als *Leib*, als *Seele*, als *Geist* benannt worden ist, fällt plötzlich unter den Begriff des Leibes. Schmitz behauptet:

»In dieser Grundsicht der Lebenserfahrung vor der kulturspezifischen Vergegenständlichung gibt es keine den Körper zum Menschen ergänzende Seele...«²

Das erinnert an James' Postulate. Schmitz' radikale Ablehnung des Seelenbegriffs lässt vermuten, dass er Angst hatte, seine *Neue Phänomenologie* werde als unseriös, weil angrenzend an Spiritualität, abgelehnt, wenn er von einer Wahrnehmbarkeit oder Erlebbarkeit des Seelischen gesprochen hätte. In der Folge wird der Leibbegriff nicht nur bei Schmitz, sondern auch bei Hilarion Petzold aufgebläht³. Er umfasst nunmehr all

² Schmitz, *Leib und Gefühl*, 2008, 28.

³ Siehe z.B. Petzold, *Integrative Bewegungs- und Leibtherapie* 1990, 190.

das, was man mit den Begriffen *körperlich*, *leiblich*, *seelisch*, *geistig* differenziert hätte beschreiben können. Wenn jedoch die Fülle an Phänomenen, die in der Begegnung zwischen Menschen erlebt werden können, samt und sonders einer »Zwischenleiblichkeit« zugeschrieben wird, kommt es zu einer verkürzten Anthropologie.

Ja, wir begegnen uns von Mensch zu Mensch, wir sehen, tasten, berühren, riechen, schmecken uns durch die Sinne. Dies ist die sinnlich-körperliche Ebene. Doch dann gibt es da dieses Erleben zwischen uns, wo du gähnst, wenn ich gähne, wo du dich streckst, wenn ich mich strecke, wo du dich räusperst, wenn ich mit kratziger Stimme spreche. Nur hier ist es sinnvoll von Phänomenen der *Zwischenleiblichkeit* zu sprechen. Hier passt der Begriff *Leib*, weil es sich tatsächlich um leibliche Phänomene handelt, leibliche Phänomene, die zu körperlichem Verhalten führen. Aber dann gibt es eben auch das Phänomen, dass ich traurig werde, wenn du traurig bist, dass ich mich witzig und seelisch beweglich fühle, wenn du witzig und seelisch beweglich bist, dass ich einen Verlust verwinden lerne, wenn ich an dir erleben kann, wie man Verluste verwindet (weil du schon Verluste verwunden hast). Ist es sinnvoll auch dieses Erleben als *leiblich* zu verstehen? Für mich ist es sinnvoller hier von einem fühlenden Erleben im

Fühlraum zu sprechen. Und dann könnte ich auch den Begriff aus der abendländischen Tradition heranziehen und sagen: Das hier ist die seelische Ebene, die von der leiblichen unterschieden ist.

Nebenbei bemerkt verstehe ich Husserl anders als Sie. Ganz Gewiss wollte Husserl Descartes' Dualismus nicht radikalisieren, wie Sie auf S. 260 schreiben. Er wollte ihn überwinden. Da er selbst durchweg mit der idealistischen Tradition verbunden war, ist ihm dies letztlich nicht gelungen, wie an seinem Intentionalitätsbegriff deutlich wird. Eine Überwindung des Dualismus ohne an Differenzierungsfähigkeit zu verlieren kann erst auf dem Boden von Max Schelers und Erwin Straus' Forschungen möglich werden. Dies versuche ich im letzten Kapitel meiner Dissertation darzustellen.⁴

Ihr Artikel traf den Kern meines Forschens. Wie stehen Sie zu meiner Kritik?

Viele Grüße,

Ralf Matti Jäger

Die damals als letztes Kapitel der Dissertation geplanten Ausführungen sind 2017 zu einem eigenständigen Buch geworden: *Das Spielen zwischen Intentionalität und Pathischem im Erleben & Kunstschaffen.*

Überarbeitung des Textes am 13.12.2019 und am 4.4.2020

VERWANDLUNG

von

Ralf Matti Jäger

Das menschliche Leben ist ein Prozess stetiger Verwandlung: Wir verwandeln die Welt und die Welt verwandelt uns.

Der Kernprozess aller Verwandlung ist das Kunstschaffen. Der malende Mensch, sei es ein Kind, ein Patient, ein Künstler, verwandelt die Welt der Farben, aber die Farbenwelt verwandelt auch ihn. Der tanzende Mensch verwandelt die Welt der Bewegung, des Rhythmus, des Raumes und diese verwandeln auch ihn. Der musizierende Mensch verwandelt die Klänge, Rhythmen, Töne, Geräusche, diese verwandeln auch ihn. Das Kunstschaffen ist ein Prozess der Anverwandlung von Mensch und Welt. Da ist ein Zusammenfließen, eins werden, und auch wieder ein Auseinanderfließen und zwei werden.

In Aphorismen, Fragmenten und Essays wird das Kunstschaffen als Prozess des Spielens zwischen Individualisierung und Kommunion, als Prozess der Welt- und Selbstverwandlung beschrieben.

Es handelt sich um Anregungen zur Erforschung der Verwandlungs-, Veränderungs- und Entwicklungsprozesse im (kunstschaffenden) Menschen.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 140 Seiten

ISBN 978-3-9819259-1-3

19,80€ + Verpackung und Versand

Bestellung im kleinen alternativen Buchladen oder unter
verwandeln@posteo.de

DAS SPIELEN ZWISCHEN
INTENTIONALITÄT UND PATHISCHEM
IM ERLEBEN & KUNSTSCHAFFEN

EIN BEITRAG ZUR PHÄNOMENOLOGISCHEN
ANTHROPOLOGIE

von Ralf Matti Jäger

Welche Prozesse vollziehen sich zwischen Mensch und Welt, wenn wir die Welt und uns selbst darin erleben? Welche Prozesse vollziehen sich im Handlungs- und Wahrnehmungsfeld des Kunstschaffens? Diese beiden Fragen bilden den gemeinsamen Ausgangspunkt dieser philosophisch-phänomenologischen Studie.

In dem Buch wird das Spielen zwischen Intentionalität und Pathischem als apriorischer Grundprozess des menschlichen Erlebens und des Kunstschaffens in einem Dreischritt von Husserls Intentionalitätsbegriff über Straus' Begriff des Pathischen zum Spielbegriff Schillers begrifflich entwickelt.

Sodann wird der Prozess des Spielens zwischen Intentionalität und Pathischem anhand der taktilen Berührung, der Sinneswahrnehmung und des Fühlens, sowie des Plastizierens und Malens anschaulich gemacht.

Auf dieser Grundlage wird abschließend anhand von Ausführungen Albert Einsteins auf die großen Ähnlichkeiten und die kleinen, aber gewichtigen Unterschiede zwischen dem Kunstschaffensprozess und dem kreativen Denkprozess des Wissenschaftlers hingewiesen.

Das Buch ist ein Beitrag zur phänomenologisch-anthropologischen Grundlegung der Kunsttherapie.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 139 Seiten.

ISBN 978-3-9819259-0-6

19,80€ + Verpackung und Versand

Bestellung im kleinen alternativen Buchladen oder unter
verwandeln@posteo.de

EMPATHIE & THERAPIE

ANREGUNGEN AUS DER PRAXIS

von

Ralf Matti Jäger

Wie vollziehen sich Empathieprozesse? Welche Bedeutung hat die Empathie im menschlichen Leben, in Beziehungen und in der Therapie? Wie vollziehen sich Entwicklungsprozesse, seelische Verwandlungsprozesse, Heilungsprozesse? Wie verwandelt sich Gesundheit in Krankheit und Krankheit in eine neue Gesundheit? Wie kann Traumatherapie helfen? Das Buch bietet aus der kunsttherapeutischen und empathologisch-forschenden Praxis geschöpfte Beobachtungen und Reflexionen.

THEMEN:

Vertrauen, Empathie, Liebe

Leib, Entwicklung, Leben

Ganzheit, Individualität, Verbundensein

Begegnung, Partnerschaft, Intimität

Gesundheit, Krankheit, Verwandlung

Verletzung, Trauma, Hüllenbildung

Annehmen, Loslassen, Heilung.

Taschenbuch, broschiert, 12x21cm, 166 Seiten.
Erscheint demnächst.

GEGENWARTSGESTALTUNG ZWISCHEN EMPATHIE & EXISTENZANGST

INDIVIDUALISTISCH-GEMEINSCHAFTLICHE
HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

von
Ralf Matti Jäger

Die Existenzangst ist in Zeiten des Raubbaus an der Erde, der Überbevölkerung, des Klimawandels, von Flüchtlingsbewegungen, Pandemien usw. bei uns allen explodiert. Zugleich wird die Sehnsucht nach Empathie immer größer.

Denn die Empathie verbindet uns mit unseren Mitmenschen und der Natur. Sie macht uns weich, anpassungsfähig und hingebungsvoll. Sie lässt uns Teil des Ganzen werden. Demgegenüber weckt die Existenzangst in uns den Überlebenstrieb. Sie macht uns wach und aktiv. Doch wenn sie uns vollständig in ihren Bann schlägt, können wir gnadenlos werden, auch gegenüber unseren Nächsten. Die Existenzangst lässt uns auf unser Eigendasein zurückschrumpfen, sie macht uns dafür aber auch für unser Eigendasein wach.

Unter den zwei Leitbegriffen Empathie und Existenzangst versuche ich in diesem Buch zwei der tiefsten Urkräfte des menschlichen Daseinsvollzuges zu umreißen; zwei Urkräfte, die einander polarisch gegenüberstehen.

Beide Urkräfte müssen zusammenwirken, damit sinnvolles Handeln, d.h. positive Verwandlung möglich wird. In der Mitte zwischen den polarischen Kräften liegt die Möglichkeit zu einer positiven Gegenwartsgestaltung aus innerer Freiheit und in Verbundensein mit den Mitmenschen und der Natur.

In Arbeit.

EMPATHISCHE WISSENSCHAFT

ZWÖLF THESEN ZU EINER NEUEN METHODOLOGIE

von
Ralf Matti Jäger

Im Wissenschaftsbetrieb, an den Universitäten, bei den Professoren, in den Fachverlagen, bei den Fachzeitschriften und sonstigen Publikationsorganen, in Forschungslabors, in Denkwerkstätten, bei vielen, vielen Wissenschaftlern fehlt es an Empathie. Das ist nicht nur ein menschlich-ethisches Problem für die Forschung und die Forschungsergebnisse, die auf diese Weise zustande kommen, sondern es ist auch ein methodisches Problem der Forschung selbst. Von Letzterem handelt mein Beitrag.

Dass die Empathie in der wissenschaftlichen Forschung methodisch unterbewertet oder ausgeblendet wird, ist mir als Künstler und Therapeut mit Erschütterung aufgefallen, seit ich im Jahr 2008 damit begonnen hatte, mich in die Wissenschaft einzuarbeiten. So entstanden in mir nach und nach die Ideen, die in diesem skizzenhaften Beitrag erstmals in kürzester Form dargelegt sind.

Das Anliegen, die Empathie als bislang übersehenes, vergessenes oder verdrängtes Grundelement des wissenschaftlichen Forschens wieder bewusst zu machen, muss man noch heute als gewagt betrachten. Dennoch glaube ich, dass es im 21. Jahrhundert Wissenschaftler gibt, die mein Anliegen begrüßen werden.

Noch als kostenloser Download unter
www.verwandeln-verlag.de/wissenschaft-philosophie

GESTALTUNGSTHERAPIE
KREATIVE THERAPIE
KÜNSTLERISCHE THERAPIE
KUNSTTHERAPIE

EIN BEITRAG ZUR BEGRIFFSGESCHICHTE,
GEMEINSCHAFTSBILDUNG &
IDENTITÄTSKLÄRUNG

Dissertation an der Fakultät für Gesundheit
der Universität Witten/Herdecke
bei Prof. Dr. med. David Martin
und Prof. Dr. med. Peter F. Matthiessen †

Diese Forschungsarbeit ist geschrieben für all jene, die bemerkt haben, dass die Oberbegriffe *Gestaltungstherapie*, *Kreative Therapie*, *Künstlerische Therapie(n)* und *Kunsttherapie* nicht dasselbe meinen und nicht einfach alternativ oder synonym verwendet werden können, die aber genau wissen wollen, was unter diesen Bezeichnungen zu verstehen ist, um auf diese Weise ein tieferes Verständnis für das Fachgebiet zu bekommen, und um letztlich einen eindeutigen, überzeugenden, kraftvollen und damit identitätsstiftenden Oberbegriff finden zu können.

Der Promotionsprozess läuft. Die Dissertation soll im Herbst 2020 erscheinen.

Eine Kurzzusammenfassung der Dissertation ist am 16.8.2020 im *Deutschen Ärzteblatt PP* erschienen. Siehe:

www.verwandeln-verlag.de/wissenschaft-philosophie/

Im Spätherbst 2020 erscheint unser erstes Buch für Kinder, Jugendliche und die ganze Familie, geschrieben und illustriert von der ganzen Familie:

Mo, Mikko, Maria und das tote Schaf

Ein Advents-Kinder-Krimi aus dem Wendland
in 24 Kapiteln

von Sophia, Jalmari, Malve, Maja und Ralf Matti Jäger



Am 1. Dezember liegt ein totes Schaf im Stall des kleinen wendländischen Dorfes Pröhlitz. Violetta Pröhl ist schockiert. Bauer Gerd aus dem Nachbardorf Kiekritz ist sich sicher: Das war der Wolf.

Aber so leicht lassen sich die drei Dorfkinder Mo, Mikko und Maria nicht ins Bockshorn jagen. An der Sache ist doch was faul. Wie ist das Schaf Piet gestorben? Die drei Detektive wollen es herausfinden. Sie suchen nach Spuren und lauschen die Dorfbewohner aus.

Nach und nach decken sie eine Fülle von Ungereimtheiten auf. Doch das gefällt nicht allen...

WEITERE BÜCHER VON RALF MATTI JÄGER