

juni 2002

- dein brief zur unterstützung der körperarbeit -

lieber andreas!

als ich diese zeilen zu schreiben beginne, ist es früh am morgen. am himmel haben sich die dunstigen schleier noch nicht gehoben und die ersten warmen sonnenstrahlen steigen über das hausdach auf der anderen seite des hofes. es ist fast windstill draussen und nur ein schwaches lüftchen spielt in den blättern des walnussbaumes vor meinem fenster. ausserdem ist es ganz still da draussen. ein zilp-zalp spottet seine töne und eine meisenmutter ist mit der not der geraden flüggen kinder beschäftigt. oben in der hohen birke sitzen wieder die tauben und gurren... wobei die männchen diese seltsamen nickenden bewegungen machen. die rose vor meinem fenster treibt ihre erste blüte. wie langsam es geht, bis so eine knospe sich öffnet und doch ist seit gestern abend schon viel mehr vom rot ihrer blütenblätter zu sehen. hier drinnen ist es auch ruhig. die nachbarn schlafen wohl noch, so dass ich mich nach belieben meinen empfindungen und gedanken widmen kann.

ich habe also zunächst in aller ruhe meine papiere sortiert und meine ablage vervollständigt. als mein schreibtisch dann leer und wohl sortiert war, habe ich mir die unterlagen für deinen brief zurecht gelegt und mir einen heissen kaffee hergestellt. nach der durchsicht meiner aufzeichnungen und der bearbeitung einiger reflexionsfragen habe ich meine aufmerksamkeit ruhen lassen. ich warte, bis es in meinem zentrum warm geworden ist. dann sende ich die strahlen meiner aufmerksamkeit von meinem zentrum aus zu dir und beschreibe meinen ersten eindruck von dir.

du stehst vor mir an der tür. gross, schlank, schmales gesicht und deine augen wirken zusammengekniffen, dein kopf nach links geneigt und deine lippen erscheinen schmal und etwas gespitzt während du lächelst. in dem ganzen empfinde ich etwas unsichers oder süffisantes. deine arme scheinen locker herunterzuhängen und während dein oberkörper etwas nach hinten gelehnt wirkt, erscheint dein becken in einer gewissen starren haltung, während du mich mit handschlag begrüsst.

ich vertiefe nun meinen körperlichen eindruck von dir: ich nehme deinen schmalen kopf wahr und deine angehobenen und etwas nach hinten gezogenen schultern. dann merke ich jene kühle in deinem brustkorb und dazu auch etwas heimliches, verborgenens. ich spüre die wirkung deines angespannten solar plexus und der druck der von dir auszugehen scheint steht sicher in beziehung zu einer anspannung in deinem (bauch-)zentrum. auch wenn deine äussere erscheinung gelassen wirken mag, erzählen mir doch eine reihe von indizien von deiner inneren anspannung. dazu gehören auch die rotation deiner hüftgelenke mit den etwas nach aussen gedrehten füssen beim gehen.

während ich diese eindrücke weiter auf mich wirken lasse, richte ich meine aufmerksamkeit jetzt mehr auf meinen emotionalen eindruck von dir: hier steht im vordergrund deine lockere, joviale erscheinung, die zunächst von der anspannung deiner lippen und deiner augen

kontekariert wird. auch deine sprache erscheint zunächst locker und teils ironisch, muss aber auf dem kontext unserer arbeit verstanden werden als distanziert von dir selber oder eben nicht mit deinem inneren zentrum verbunden. könnte diese erscheinung noch als situationsangepasstes rollenverhalten verstanden werden, so wird doch seitens deiner berichte aus der partnerschaft und der oben beschriebenen strukturen deines brustkorbes deutlich, dass darin ein emotionaler rückzug von welt und wirklichkeit ausgedrückt wird. dabei erscheint mir ein gewisses eigenbrötlerisches verhalten ('das mach ich mit mir selber aus') gepaart mit einer abwehr von nähe oder bedürftigen empfindungen. deine aggressive seite erlebe ich in den festen spannungen rund um dein becken und der leistungsebene. dabei bietest du als biographisches event den frühen und plötzlichen tod deines vaters als erklärungs-zusammenhang an. aber sowohl das zurückgewiesene wirkende herz in deinem brustkorb, als auch deine schmalen augen und deine von dir selbst distanziert wirkende sprache geben hinweise darauf, dass der anfang deiner emotionalen distanz viel früher in deiner biographie zu suchen sein muss. hier stehen bislang deine wenig ausgeprägten erinnerungen einer identifikation im weg. gleichzeitig lässt mich deine neigung zu geheimnisvollen andeutungen auch in offener unklarheit an deiner seite verweilen. dem gegenüber steht dein interessiertes bemühen, zwischen einzelnen körperpartien und biographischen events verbindungen herzustellen. ausserdem möchte ich gern jene freude und begeisterung von dir unterstützen, die aus deinen augen sprühen kann, wenn du zum bootfahren gehst.

an deiner geistigen struktur ist mir zuerst deine fähigkeit zum wechsel zwischen eher analytisch-klassifizierenden gedanken und jenen, die assoziierend-intuitiv wirken und die fähigkeit 'in farben zu schwelgen' bewahrt haben, aufgefallen. dabei vermute ich, dass deine wahrnehmungen von menschen & situationen bei weitem differenzierter und vielfältiger sind, als du (bisher) berichtet hast. in manchen aspekten habe ich den eindruck, dass du deine wahrnehmungen sehr stark filterst und bewertest, so dass nur jene, die dir in den sozialen kontext zu passen schienen, ausformuliert werden. so sinnvoll dieses verhalten beispielsweise in der zusammenarbeit mit kollegInnen sein kann, so begrenzend wirkt es sich aus, wenn du z.b. selbstgefasste annahmen über die vermutete einstellung deines gegenübers nicht mehr zu überprüfen wagst. auch werden kreative gedankenprozesse durch diese sozialnormen-anpassung eng begrenzt. ausserdem hat das spürbare missverhältnis zwischen deinen wahrnehmungen und deinen verbalisierungen auch einen druck in deinen interaktionen zu folge. gemeinsam mit objektivierungen in deinen sätzen ('man', 'alle'...) und sogenannten 'offenen formulierungen' wie z.b. 'es ist deutlich'... kann sich dieser druck auch in ein empfinden von unerreichbarkeit verwandeln. das erlaubt dir dann zwar noch immer eine intellektuelle distanz zu ereignissen deines lebens, schafft aber auch menschliche distanz oder über lange sicht die bedingungen für einsamkeit. hervorzuheben ist hier aber vor allem, dass dieser aspekt deiner sprache - als ausdruck deines denkens, dich von deiner emotionalen anteilnahme abschneidet. damit nimmst du dir aber jene andere präsenz, deretwegen du meine unterstützung gesucht hast.

ich kehre nun wieder in mein eigenes zentrum zurück. vielen dank für deine aufmerksamkeit beim lesen dieser zeilen. ich hoffe insgesamt

mit ausreichendem abstand dir berichtet zu haben und das die wärme der strahlen meiner aufmerksamkeit dich hat erreichen können. ich werde meinen text noch einmal lesen und auf mich wirken lassen. nach einer angemessenen pause werde ich meine aufmerksamkeit dann anderen aufgaben zuwenden. ich freue mich auf unser nächstes treffen und verbleibe

mit herzlichem gruss

bernhard