

# Zugang zum „impliziten Wissen“

*Vorwort zu „Focusing und Philosophie. Eugene T. Gendlin über die Praxis körperbezogenen Philosophie“, herausgegeben von Johannes Wiltschko. Wien: Facultas 2008*

von Johannes Wiltschko

## Ein Wohnort und ein guter Wegweiser: der Felt Sense

*Dort, wo die Sprache aufhört, wohnen wir wirklich.* Ein schöner Satz aus dem Mund des Philosophen und Psychologen Eugene Gendlin, den man sich gut merken kann. Und der auch ein Leitmotiv dieses Buches ist. Ein Satz aber auch, der sogleich Fragen aufwirft: Wo – bitteschön – soll dieser Ort sein? Nach oder vor der Sprache? Und kann man dort tatsächlich „wohnen“? Und wozu? Und: Kann es einen solchen Ort überhaupt geben? Ja, diesen Ort gibt es, und er ist immer bei uns. Es ist der Ort, den die Neuro-Wissenschaftler im Begriff sind, *von außen* zu entdecken. Was jetzt neurobiologisch und neuropsychologisch an Tieren, Patienten und Versuchspersonen mit kostspieligen Apparaten untersucht wird, können Sie jederzeit selbst *von innen* finden: den Ort, an dem das geschieht, was zur Zeit in aller Munde ist: „Intuition“, „gefühltes Wissen“, „emotionale Intelligenz“, „implicit background knowledge“ und was es sonst noch für Begriffe gibt für etwas, das jeder von uns gern hätte, das aber jenseits des einfach Plan- und Machbaren liegt. Diesen Ort nennt Eugene Gendlin „Felt Sense“.

Versuchen Sie dieses Wort gar nicht erst zu übersetzen. Denn es meint das, was vor sprachlichen Formulierungen ist und zugleich über alle Sprache hinausgeht.<sup>1</sup> Dennoch ist „Felt Sense“ nichts Mystisches, nicht einmal etwas Besonderes. Ein Felt Sense entsteht, wenn Sie Ihre Aufmerksamkeit auf das richten, was Sie im jeweiligen Jetzt spüren – in der Situation, in der Sie sich *befinden*, bei einem Thema, das Sie beschäftigt – ohne schon zu wissen, ohne schon sagen zu können, was dieses Gespür ist, was es bedeutet. So ein Felt Sense ist nicht nur ein Wohn-Ort. Wenn Sie nämlich bei ihm sind, mit ihm verweilen, kommen aus ihm „Schritte“, Schritte des sich anders und neu Fühlens, Schritte des Erkennens von bislang Unerkanntem, Möglichkeiten des Sich-Ausdrückens, die Ihnen bisher nicht zugänglich waren. Diese Schritte, „Felt Shifts“ genannt, sind fast immer überraschend. Sie hätten sie sich vorher nicht ausdenken können. Und jeder Schritt vermehrt Ihr Wohlfühlen. Es ist, als würden Sie diese Schritte zu sich nach Hause führen. Dorthin eben, wo Sie wirklich wohnen. Daher sagt Gendlin: Der Felt Sense ist ein guter Wegweiser. Und: Felt Shifts können Denk- und Heilungsschritte zugleich sein.

---

<sup>1</sup> „Das, was ...“ – eine Formulierung, die Substantive in Verben auflöst, damit Prozesshaftes nicht in Begriffe eingesperrt wird. Zwei weitere Formulierungsarten, die für das hier dargestellte Denken charakteristisch sind, werden Ihnen in diesem Buch öfters begegnen: der „string of words“, eine in Klammern gesetzte Reihe von Wörtern plus fünf Punkten, die einem Wort (Begriff, Konzept, . . . .) nachgestellt werden, und der „slot“, „. . . .“, der im Satz eine Lücke lässt als Platzhalter für alle möglichen Wörter, deren Bedeutung sich durch den die Lücke umgebenden Satz ergibt.

## **Das Überwinden der Postmoderne: Denken mit dem, was über die Sprache hinausführt**

Von vielen Philosophen wird heutzutage sehr bezweifelt, ob es jenseits der Sprache überhaupt einen „Ort“ geben kann. Ist nicht was immer wir erfahren, uns vorstellen und denken können, schon sprachlich durchtränkt, sprachlich vermittelt? Selbst wenn wir uns mit etwas beschäftigen, das mit Sprache nichts zu tun hat, mit dem Körper zum Beispiel, ist doch die Art und Weise, wie wir ihn wahrnehmen, wie wir ihn beobachten (inklusive der zu diesem Zweck konstruierten Apparate) und wie wir das, was wir dadurch an Erkenntnissen gewinnen, immer schon sprachgebunden. Weder Wahrnehmen noch Denken geschieht sprachunabhängig, es ist immer schon „languaged“, sprachlich „gemustert“. Und das bedeutet: Was immer wir wahrnehmen, denken und sagen, ist nicht nur eingebettet in die Gesellschaft und Kultur, in denen wir leben, sondern auch von diesen durchwirkt, es ist „geschichtlich“, geformt von dem, was war, persönlich und kollektiv.

Philosophen wissen schon lange, dass wir das, was ist, nicht direkt erfahren, beobachten und ausdrücken können, und viele sind der Überzeugung, dass wir keinen außersprachlichen Zugang zur „Wirklichkeit“ haben. An ein unmittelbares Ablesen des Gegebenen, an eine Wissenschaft, die die „Natur“ erforscht, so wie sie ist, mögen noch manche „Naturwissenschaftler“ glauben, aber den meisten ist längst bewusst geworden, dass es sich bei der so genannten objektiven Wahrheit eigentlich um mehr oder weniger gute Modelle handelt, um von Menschen gemachte „Landkarten“, die mehr oder weniger nützlich sind für ... . Ja, wofür eigentlich? Und für wen?

Eugene Gendlin ist Philosoph und er ist nicht so naiv, zu glauben, in einem Felt Sense würde uns die „wahre Natur“, gereinigt von allen hergebrachten Sprach- und Denkformen, entgegentreten oder dass wir über ihn einen direkten Draht zum „lieben Gott“ hätten. Das Verhältnis zwischen „Gegebenem“, dessen Erleben und Erfahren und dem, was wir darüber denken und sagen können, ist viel intrikater, viel interessanter als naiver Empirismus und viel hoffnungsvoller als postmoderner Nihilismus. Was Gendlin denkt und sagt, ist weder ein Rückfall in eine positivistische „Moderne“, noch ein sich Verlieren im Relativismus der Postmoderne, es ist der Versuch, den Konstruktivismus bzw. Dekonstruktivismus zu überwinden. Ein Felt Sense, sagt er, hat implizit die Formen der Sprache (Kultur, Geschichte, . . . .) zwar in sich, aber er ist mehr, er ist reichhaltiger als sie. Die Schritte, die aus ihm kommen, können diese Formen zurückweisen, modifizieren und neue schaffen. Warum das so ist, hat mit unserem Körper zu tun. Wie – das ist Gegenstand dieses Buches.

## **Fragen, auf die jeder gern Antworten hätte: Sie können Sie selbst finden!**

Die „Natur“-Wissenschaften bemühen sich seit einiger Zeit darum, aufzuklären, was der menschliche „Geist“ sein könnte und wie er funktioniert. Neuro-Wissenschaftler beschäftigen sich mit Fragen, die auch ganz normale Menschen interessieren. Manager und Politiker, Psychologen und Philosophen und jeder, zu dessen persönlichem oder beruflichem Alltag Denken, Planen, Entscheiden und Kreativität gehört, möchten gern wissen, wie man *richtige* Entscheidungen trifft, wie man möglichst *alle* Faktoren berücksichtigt, die in einer Situation, in einem Projekt eine Rolle spielen und wie man den *genialen* Einfall herbeiführen kann, der ein Problem schlagartig löst.

Neurobiologen versuchen, dem „intuitiven“, „gefühlten“ oder „impliziten Wissen“ mit naturwissenschaftlichen Methoden und technischen Instrumenten auf die Spur zu

kommen. Bücher über diese Themen füllen die Regale der Buchhandlungen, und Publikumszeitschriften berichten darüber. Nervenzellen im Darm und in anderen Organen werden entdeckt, die mit dem Gehirn kommunizieren, vom „Bauch-Hirn“ ist die Rede. Nun, das ist alles schön und gut – aber was nützt es dem Menschen, der einzelnen Person, wenn die Physiologie dieser Prozesse aufgeklärt wird? Die Wirtschaft, vor allem die Werbewirtschaft und besonders das Militär interessieren sich für diese Wissenschaft und statten sie mit saftigen Budgets aus. Wer die neurobiologischen Mechanismen „versteht“, so hofft man, ist gegenüber den Nichtwissenden im Vorteil. „Vorteil“ soll heißen: wirksamere Manipulationsstrategien, mehr Macht, vielleicht auch neue medizinische Heilungschancen. Die Frage ist, ob es funktionieren wird. Die Frage ist, welche gesellschaftlichen, ökologischen und humanen Aspekte dabei übersehen und vergessen werden. Die Frage ist, wie sich der Unwissende vor Manipulation schützen kann. Kommt es zu einem Wetttrüsten, wer über die effektiveren Neuro-Strategien verfügt?

Glücklicherweise ist es so, dass das Wissen über die Physiologie kognitiver und emotionaler Prozesse keineswegs darüber Aufschluss gibt, wie man diese Vorgänge als lebendiges Wesen für sich selbst in Gang setzen und nutzen könnte. Von anderen und von außen angeschaute, über Maschinen sichtbar gemachte neurologische Abläufe sind *in gewisser Hinsicht* etwas fundamental anderes als das, was *Sie selbst erleben* und durch eigenes Handeln eventuell beeinflussen können. Aber genau das, nämlich ein gangbarer und systematischer Weg, wie Sie „intuitiv“ das für Sie Richtige finden und tun können, wäre das eigentlich Erstrebenswerte!

Auf diese Fragen suchen viele Menschen und vermutlich auch Sie Antworten:

- Wie orientiere ich mich in einer komplexen Welt, ohne auf überkommene Rollenmuster und Denk- und Handlungsformen zurückzugreifen?
- Wie treffe ich persönliche und berufliche Entscheidungen, die mehr berücksichtigen als das, was ich auf einen Zettel schreiben oder in einen Computer eingeben kann?
- Wie kann ich Entscheidungen „aus dem Bauch“ prüfen und sie anderen gegenüber legitimieren?
- Kann aus dem, was mein Verstand sagt, und dem, was aus meinem Bauch kommt, ein Drittes entstehen, das intelligenter ist als jede Stimme allein?
- Kann ich selbst herausfinden, was für mich richtig ist, statt „Autoritäten“ glauben zu müssen?
- Kann man hochkomplexe Zusammenhänge unmittelbar erfassen und aus ihnen Erkenntnisse und Handlungsmöglichkeiten gewinnen?
- Wie komme ich aus einer verfahrenen Situation wieder heraus?
- Wie löse ich Probleme, die mit dem logischen Einmaleins nicht lösbar sind?
- Wie finde ich zu meiner Kreativität?
- Könnte auch ich ein intuitiver Mensch sein? Und kann ich dem, was mir „spontan einfällt“, auch trauen?
- Wie kann ich anderen bei der Lösung von Problemen helfen, die auf der logischen Ebene unlösbar erscheinen?
- Wie finde ich wieder zu mir selbst, wenn ich mich im Funktionieren, im Erfüllen von Aufgaben verloren habe?
- Was kann ich tun, um dem Burn-Out zu entgehen? 4

## **Entdecken Sie von innen, was die Neurobiologie von außen erforscht!**

Diese und ähnliche Fragen lassen sich prinzipiell von zwei Seiten angehen: *von außen* mit den naturwissenschaftlichen Methoden der Physik, Chemie, Biologie und *von innen* mit Methoden, die sich bisher nicht unter einem Begriff versammeln lassen. Man könnte sie „erlebenszentriert“ nennen. Bei diesen Methoden spielt der Mensch, die Person, das Subjekt die zentrale Rolle: das was Sie sind, das, was Sie spüren, fühlen, erleben, die Welt, die Sie erfahren. Man könnte auch sagen: die Wirklichkeit. Für Ihr tatsächliches, für ihr wirkliches Leben, für das, was sie jeden Tag tun, was sie jeden Tag mit anderen zu tun haben, für das, was Sie täglich mitmachen und aushalten müssen, für das, was Sie vorhaben und erreichen wollen, hilft Ihnen die Lektüre über neurologische Zusammenhänge wenig, eigentlich gar nichts – auch wenn sie sehr interessant ist und Ihr Wissen in gewisser Hinsicht vermehrt.

Was die Neuro-Wissenschaftler von der einen Seite her erforschen, lässt sich auch von der anderen Seite, von der Seite des Erlebens, des Bewusstseins, der Lebenspraxis her erkunden und vor allem: *anwenden*. Es ist, als würde in einen großen Berg von zwei verschiedenen Seiten her ein Tunnel gegraben: die einen nehmen ihren Ausgangspunkt dort, wo sie etwas von außen, als Objekt, untersuchen können, die anderen nehmen ihren Ausgangspunkt da, wo sie etwas als Subjekt von innen untersuchen können. Zwar graben die beiden Trupps aufeinander zu, ab und zu meinen sie, die Klopffgeräusche der anderen Seite schon zu vernehmen – aber: die Tunnelgräber werden sich niemals im Berg die Hand geben! Die objektzentrierten Leute werden niemals von außen, etwa mittels Betrachten eines bildgebenden Verfahrens, erleben, wer oder wie sie sind oder was sie fühlen, wollen und denken; die erlebenszentrierten Leute werden niemals von innen wahrnehmen können, wie etwa die Moleküle der Neurotransmitter die Kluft ihrer Synapsen überqueren. Nur Korrelationen, keine nahtlosen Übergänge lassen sich zwischen den Ergebnissen der beiden Zugangswege herstellen.

Es ist daher nicht nur naheliegend, sondern auch notwendig, der üblichen objektzentrierten Wissenschaft, die sozusagen eine „Dritte-Person-Wissenschaft“ ist, eine „Erste-Person-Wissenschaft“ an die Seite zu stellen, eine Wissenschaft, aus der das Subjekt – Sie und ich – nicht durch die Maschen fällt. Es gehört zur Methode der Dritten-Person-Wissenschaft, dass sie das Subjekt, das „Subjektive“, so gut als möglich eliminiert. (Die „härtesten“ Wissenschaftler, die Physiker, haben als erste und schon im vorigen Jahrhundert herausgefunden, dass das allerdings letztlich gar nicht möglich ist.) Den Menschen wieder in die Wissenschaften hineinzubringen und in den Mittelpunkt zu stellen, eine Wissenschaft aufzubauen, die tatsächlich von uns handelt und uns nützt und hilft, ist eines der Hauptanliegen von Eugene Gendlin.

Diese Erste-Person-Wissenschaft ist zugleich die „erste Wissenschaft“, denn sie handelt davon, wie es überhaupt möglich ist, zu Sätzen zu kommen, die von der Wirklichkeit sprechen, wie es überhaupt möglich ist, Konzepte zu bilden und daraus Theorien zu bauen. Sie kann zeigen, auf welchen Annahmen sich beispielsweise die Naturwissenschaften gründen und wie diese Wissenschaften „funktionieren“. Denn auch dort sind natürlich Subjekte im Spiel, jegliche Wissenschaft wird ja von Personen betrieben. Gendlin kritisiert die Naturwissenschaften nicht, er kritisiert nur deren Alleinvertretungsanspruch für das, was wir für wahr halten sollen.

Den meisten Menschen ist klar geworden, dass das übliche Denken, in dem man mit logischen Mitteln von einem unbefriedigenden Ist-Zustand zu einem erwünschten Soll-Zustand gelangen möchte, für die Lösung der wirklich großen Probleme, seien sie politischer, ökologischer, wirtschaftlicher oder auch ganz persönlicher Natur, nicht

ausreichend ist. Die Erkenntnis setzt sich allmählich durch, dass jede Situation, ob global, lokal oder das eigene Leben betreffend, unglaublich viel komplexer ist, als dass sie mit *einem* Modell beschrieben oder gar verstanden werden könnte. Es ist daher für unsere persönliche und globale Zukunft von entscheidender Bedeutung, wie man mit vielen verschiedenen Modellen operieren könnte, anstatt dem einen vorherrschenden das Feld ganz zu überlassen.

Wenn, wie Gendlin sagt, der Felt Sense „in der Mitte sitzt“, können wir alle Modelle benutzen! Von jedem Modell können wir lernen, jedes Modell wird aus dem, worauf es sich bezieht und von dem es *immer* überstiegen wird, aus dem Überschuss also, den wir als Felt Sense wahrnehmen können, mehr hervorbringen, als es selbst zu sagen vermag. Begriffe, Konzepte und Modelle bilden keine Wahrheit ab, sie helfen uns, mehr zu bemerken, sie wirken auf den Felt Sense zurück und ermöglichen, dass aus ihm neue Schritte des Erkennens, Sagens und Handelns kommen.

### **Ein Fahrzeug für das 21. Jahrhundert: Focusing**

Vor sehr langer Zeit, in der Antike, gehörte zur Philosophie eine Praxis. Die ist in unserer westlichen Tradition verloren gegangen. Warum? Weil sich alle Bemühungen darauf gerichtet haben, die „Natur“, den „Menschen“, „Gott“, „die Wahrheit“ etc. mit Begriffen allein zu begreifen. Grandiose Gebäude, wunderbare Systeme sind dadurch entstanden, Begriffssysteme, die sich gegenseitig bekämpfen, widersprechen, letztlich in sich zusammenfallen. Wozu also soll der „gewöhnliche“ Mensch sich mit ihnen befassen? Selbst wenn es jemals möglich sein sollte – was Gott sei Dank niemals der Fall sein wird, wenngleich es der Urtraum unserer westlichen Wissenschaft ist – die Wirklichkeit, das was wir sind und was uns umgibt, in einer Formel, in einer Theorie, sozusagen in einem Buch endgültig abzubilden und zu erklären, wer wollte dieses Buch schon lesen? Wie sollte man danach weiterleben? Endlose Langeweile würde unsere Spezies ziemlich rasch aussterben lassen – und „die Natur“ würde selbstverständlich ohne uns weitermachen und anders als wir ausgerechnet hätten. Das, was ist, sagt Gendlin, ist nicht das Ergebnis eines schon fertigen Plans, einer logischen Formel, sondern etwas, das sich nach einer Ordnung fortsetzt, die nicht logisch, aber auch nicht willkürlich ist, einer Ordnung, die nicht schon irgendwo fertig formuliert herumliegt, nur darauf wartend, dass wir sie endlich entdecken, sondern einer Ordnung, die alles mitnimmt und darüber hinaus einen neuen Schritt fordert und ermöglicht.

In Gendlins Philosophieren geht es nicht um Aussagen, um Begriffe, was und wie etwas ist, sondern darum, wie man zu Aussagen und Begriffen überhaupt kommen kann, was und wie der Weg ist, um überhaupt etwas sagen zu können, das Sinn macht, den Blick erweitert, das Leben fördert, die Welt lebensgerecht mitgestaltet. Es geht um die Methode, um das Fahrzeug, das Werkzeug, das Sie und ich benutzen können, um zu erkennen, zu verstehen, sinnvoll zu handeln.

Gendlins ursprüngliche und durchgehaltene Frage ist die nach dem Verhältnis von „Erleben“ und „Sprache“, von „Natur“ und „Kultur“, von „Körper“ und „Situation“. Alle diese Wörter haben in Gendlins Philosophieren neue *Funktionen*, wie überhaupt Begriffe und Konzepte als Werkzeuge verstanden werden, die eine Arbeit verrichten – die Arbeit, den Lebens- und Erkenntnisprozess nicht einzufangen, sondern ihn *fortzusetzen*. Deshalb ist Gendlins Philosophie kein Gebäude, das aus semantisch definierten Begriffen besteht, sondern ein Vorgang, ein Philosophieren, in dem *Prozesse* beschrieben werden, die, indem sie zur Sprache gebracht werden, zugleich vor sich gehen und daher

erlebt werden. Und deshalb werden Sie in diesem Buch keine Wahrheiten finden, die ein Philosoph ex cathedra verkündet. Eher wird es ein Erdbeben hervorrufen, durch welches vertraute, zu Selbstverständlichkeiten versteinerte Annahmen in Gefahr geraten, zusammenzustürzen. Erst in dieser obdachlosen Situation erwacht der Mut, sich nicht auf Autoritäten, sondern auf sich selbst zu verlassen, in sich selbst das Kriterium für „Wahrheit“ zu entdecken, einer Wahrheit, die sich aus einem sehr spezifischen Wechselspiel zwischen dem, was wir erleben, und dem was wir sagen, ergibt.

Gendlins Philosophie hat – endlich – nicht nur eine Praxis, sie ist Praxis. Sie stellt das Denken nicht bloß auf die Füße, sondern auf Räder. Nicht Stehen, einen Standpunkt haben, nein, gehen, fahren, sich in Bewegung setzen, sich verändern, das heißt philosophieren. Diese Praxis dient nicht nur dem Konzeptebilden, sie dient auch dem Errichten einer neuen, einer Erste-Person-Wissenschaft, sie könnte auch der Politik dienen. Und sie dient nicht nur dem Denken, sondern auch allen anderen Tätigkeiten, in denen wir fühlen, dass etwas kommen soll, wir aber noch nicht wissen (sagen, ausdrücken können, . . . .), was es ist: dem Lösen von persönlichen oder theoretischen Problemen, dem Vorankommen in verfahrenen Beziehungen und Situationen, dem künstlerischen Schaffen, kurz allem, was Intuition und Kreativität erfordert.

Das Kernstück dieser Praxis, der Motor dieses Fahrzeuges heißt *Focusing*. Das ist ein bescheidener Name für etwas im Grunde Einfaches: das Entstehenlassen (und zugleich Kreieren) eines Felt Sense und das Mit-ihm-Sein, das mit ihm Verweilen, das Wohnen in ihm. Diesem Dabeibleiben bei dem Noch-Unklaren, dem Schon-Gespürten-aber-noch-nicht-Gewussten entspringt eine gefühlte Vorwärtsbewegung, die durch Sprache weiter fortgesetzt werden kann. So bescheiden, so einfach das klingen mag, so ungewohnt ist es, das zu tun, denn in unserer Gesellschaft wird das Gegenteil erwartet: das Klare, das Eindeutige, das Handeln hin zu einem definierten Ziel. Mit dem unklaren, nicht Gewussten zu sein, achtsam und ohne Absicht, mit dem körperlich gespürten Wortlosen Zeit zu verbringen – das benötigt einige Übung. Sie wird belohnt durch ein ganz neues Verständnis von Ihnen selbst, von der Welt, in der Sie leben, Ihren Mitmenschen, von den Fragen und Problemen, die Sie haben und die Sie mit vielen anderen teilen. Und Sie werden entdecken, dass das, was jenseits der Worte in Ihnen entsteht, eine ganz besondere Dynamik entfaltet, die überraschende Lösungsschritte bringt.

## **Eugene Gendlin, Philosoph und Psychotherapeut**

Prof. Dr. Eugene T. Gendlin, 1926 in Wien geboren, 1938 als Zwölfjähriger mit seinen Eltern vor den Nazis aus seiner Heimatstadt geflüchtet, hat an der Universität von Chicago Philosophie studiert und dort bis 1995 Philosophie gelehrt. Schon 1958 hatte er seine bahnbrechenden Gedanken über das Zusammenwirken von Erleben und Sprache formuliert (Titel seiner Doktorarbeit: „*The function of experiencing in symbolization*“) und er suchte nach einem Praxisfeld, in dem er seine Konzepte überprüfen und weiter ausarbeiten konnte. Was eignete sich dafür besser als jene Situation, in der einer dem anderen behilflich ist, sich seinem unmittelbaren Erleben zuzuwenden und es so genau wie möglich sprachlich zu symbolisieren?

Gendlin begab sich daher in das Counseling Center der Universität von Chicago, das in den Fünfzigerjahren von Carl Rogers geleitet wurde, dem Begründer der Klientenzentrierten Psychotherapie. Rogers hatte die Psychotherapie revolutioniert, nicht nur, weil er das klassische medizinische Modell, der Patient müsse nach einem vom Therapeuten aufgrund einer Diagnose erstellten Plan behandelt werden, aufgegeben hatte

zugunsten der unmittelbaren Begegnung zwischen Therapeut und Klient, in welcher der Erlebensprozess des Klienten und nicht die Behandlungskonzepte des Therapeuten den Ton angeben, sondern auch, weil er zum ersten Mal empirische Forschungsmethoden auf die therapeutische Situation angewandt hatte. Gendlin verfeinerte sie, entwickelte aus der Praxis heraus neue, differenzierte therapeutische Handlungsmöglichkeiten und begründete mithilfe seiner philosophischen Konzepte eine Reihe von Aspekten der Klientenzentrierten Psychotherapie neu. Daraus ergab sich bald ein eigenständiger psychotherapeutischer Ansatz, die *Experiential Psychotherapy*, die heute als „Focusing-orientierte Psychotherapie“ weltweit Verbreitung gefunden hat.<sup>2</sup>

So kam es also, dass Eugene Gendlin *auch* Psychotherapeut wurde und bis heute als Psychotherapeut tätig ist. Deshalb werden Sie in diesem Buch immer wieder Verweise auf die psychotherapeutische Praxis finden – auch deshalb, weil die in diesem Buch versammelten Texte aus Seminaren und Vorträgen hervorgegangen sind, die Gendlin für therapeutisch tätige Menschen gehalten hat.

Eugene Gendlin hat zahlreiche Aufsätze und Buchbeiträge zu seiner Philosophie publiziert (Sie finden eine Auswahl davon im Anhang). Warum ich hier nicht Übersetzungen dieser Artikel, sondern transkribierte Tonaufnahmen des gesprochenen Wortes herausgebe, liegt daran, dass letztere jene Lebendigkeit vermitteln, die dem Philosophieren Gendlins auf besondere Weise gerecht werden: aus der momentanen Situation heraus geborene Sprache. Diese Sprache ist oft „komisch“, ungewohnt und manchmal begrifflich unbestimmt, denn sie spricht von dem, was *vor* den Begriffen da ist, und was durch herkömmliche Worte in eine einseitige, schon einer bestimmten Anschauung verpflichtete Form gepresst würde. Gendlins Rede richtet sich an philosophische Laien. Das Buch ist daher ohne besondere Vorkenntnisse verständlich und leicht zu lesen. Experten werden keine Schwierigkeiten haben, in einzelnen Sätzen Ungenauigkeiten zu bemerken; sie mögen den langen Atem haben, sich auf *das Ganze des Gemeinten* einzulassen und sich mithilfe der Literaturliste die präzisen Details zu erarbeiten.

Ein weiterer Vorteil des Textmaterials, das in diesem Buch veröffentlicht wird, liegt darin, dass es eine Übersetzung vom Amerikanischen ins Deutsche nicht notwendig machte: Gendlin hat die den Texten zugrundeliegenden Reden in Deutsch gehalten! Jeder, der schon einmal versucht hat, Gendlins englische Schriftsprache ins Deutsche zu verwandeln, ist auf die Schwierigkeit gestoßen, das, was sich im Englischen elegant und in knapper Form schreiben lässt, in der komplizierten deutschen Syntax wiederzugeben, besonders wenn es sich, wie das ja bei Gendlin der Fall ist, vor allem um die Darstellung von Prozessen handelt.

Selbstverständlich stellt die Verschriftlichung gesprochenen Wortes immer auch eine Interpretation dar. Interpretieren, sagt Gendlin mit Wilhelm Dilthey, bedeutet, einen Text zu verstehen, und verstehen bedeutet, ihn mit seinem eigenen Erleben zu „kreuzen“, so dass man dann „mehr versteht“ als der Autor selbst, dass man das, was der Text ausdrückt, „weiterträgt“, „fortsetzt“. Ich weiß nicht, ob ich dieses Mehr-Verstehen wirklich für mich in Anspruch nehmen darf, aber immerhin kenne ich Gene Gendlin seit 25 Jahren und bemühe mich genauso lange, ihn und seine Konzepte zu durchdringen und sie in der Praxis anzuwenden.

Dieses Buch vertieft und erweitert jenes, das ich 1999 bei Klett-Cotta herausgebracht habe, und das ebenfalls auf Gendlins freier Rede beruht: *Focusing in der Praxis. Eine*

---

<sup>2</sup> Mehr über Gendlins Biographie in Stumm, G., Wiltshko, J., Keil, W.W. (Hrsg.), Grundbegriffe der Personenzentrierten und Focusing-orientierten Psychotherapie und Beratung. Stuttgart: Klett-Cotta 2003, S. 355-360 und in Frischenschlager, O. (Hrsg.), Wien, wo sonst! Die Entstehung der Psychoanalyse und ihrer Schulen. Wien: Böhlau 1994, S. 174-181.

*schulenübergreifende Methode für Psychotherapie und Alltag.* Ich hoffe, dass auch dieses zweite Buch viele interessierte Leser finden wird.