

Ernst Juchli. 2003, kleiner Baumtext

Focusing-Theorie Sommer 03

Der Baum ist ein Symbol für die Atmung.
Der Baum ist ein Ding, die Atmung ist ein Prozess.

Mit der Hilfe des Baumsymbols können wir

- a) die Wahrnehmung von uns selber von der Atmung her vielfältiger machen.
- b) unseren Körper und unsere Psyche stärken.

Focusing ist ein Symbol für das Lebendig Sein.
Focusing ist eine Prozessart, das Lebendig-Sein ist ein Konglomerat von Prozessen.

Mit der Hilfe von Focusing können wir

- a) die Wahrnehmung von uns selber vom Lebendig-Sein her vielfältiger machen.
- b) Prozesse schützen und unterstützen oder schwächen, vielleicht zeitweise verhindern.

. Das Spezielle an dieser Prozessart (diesem Symbol) ist, dass es einen Raum schafft, eine Zeitdehnung macht zwischen Erleben und Bezeichnung (Beschreibung, Symbolisierung) dieses Erlebens.

. Es ist (bildet) ein (en) Übergangs-
Warte-
Entstehungsraum.

. Pendelartig entsteht sowohl aus dem Erleben Symbolisierung wie auch aus der Symbolisierung Erleben. Das Erleben findet in verschiedenen Modalitäten und in Modalitätsgemischen statt. (gilt auch für die Symbolisierungen)

. Focusing meint darüber hinaus ein Set von Techniken, Abläufen, die dieses Pendeln unterstützen.

Focusing ist ein Symbol für zyklisch holografisches Lebendig-Sein.