

Ernst Juchli, 1982, Gedankenspaziergang

in: Focusing Infos 1988.2

Was mir am Forum gefällt, warum es für mich mit zum Wichtigsten der Sommerschule gehört.

Dazu ein

GEDANKENSPAZIERGANG

Es wäre doch so schön, miteinander vergnüglich rumtheoretisieren zu können, aber meistens wird es so schnell langweilig.

Diese schrecklich öden Theoriediskussionen damals an der Uni, oder auch die hilflosen Versuche an früheren Sommerschulen.

Richtig drauflosdenken, einander die Gehirnrädchen anstupsen, einander begleiten im Denken oder sich auch in die Fallen locken - halt spielerisch denken:

Warum ist das nur so schwierig?

In Selbsterfahrungsgruppen geht's doch so einfach. Dumme und Kluge, Alte und Junge, dieser und jener Charakter.

- Wie langweilig wäre es doch, wenn alle gleich wären.

- Wie schwierig ist es in Theoriegruppen, wenn nicht alle einen ähnlichen Stand haben.

Es müsste doch gehen, sich lustvoll mit beruflichen Problemen zu befassen. Neue Ideen, neue Methoden zu finden, könnte doch was Schönes sein.

Wir könnten es wenigstens so schlau machen wie die Affen. Beim Zusammensitzen nicht nur reden und diskutieren, sondern sich noch gegenseitig lausen.

(Da wir ja meist keine Läuse haben, finden wir aus unserem Mangel heraus dafür immer mal wieder ein Problem oder eine körperliche Verspannung. Sofern wir gelernt haben, das "einzubringen", führt das dann, zumindest in Psychokreisen, zu so was Ähnlichem wie dem Lausen der Affen.)

Seit einigen Jahren experimentieren wir zum Thema "lustvolles Denken" an der Sommerschule - in erster Linie im Forum, manchmal auch schon in Teamsitzungen.

Ich möchte kurz beschreiben, wie wir dieses Experiment jeweils ansetzen. Was da stimmungsmässig passiert, hat Lona so toll beschrieben, wie ich's auch gern könnte, glücklicherweise aber nicht können muss, weil's ja eben die Lona gibt.

Eine Gruppe von 4-10 Leuten wählt ein Thema, mit dem sie sich einige Tage lang beschäftigen will. Ein Thema hat nur dann Chancen, gewählt zu werden, wenn wir auch Ideen für Experimente haben, die wir untereinander machen können. Nachher erfinden wir eine Struktur, wie wir damit umgehen wollen.

Wir brauchen eine Balance zwischen Freiheit und Ordnung. Da wir inhaltlich frei sein wollen, um Neues zu finden, geben wir uns sture, aber eher nebensächliche Ordnungen, z.B. höchstens eineinhalb Stunden reden, dann etwas anderes machen, auch wenn's noch so spannend ist im Moment. Es folgt also eine Stunde Massage oder ein Focusing-Prozess je zu zweit. Wir wollen aber nicht ganz in einen "Selbsterfahrungsprozess" abgleiten, nichts mit "Störungen haben Vorrang" -, wir bleiben an unserem kreativen Prozess als Gruppe. Was in der Massage oder im persönlichen Focusing-Prozess jeweils passiert, nehmen wir als Hinweise, als Anregung für unseren Lern- und Denkprozess, d.h. wir diskutieren und studieren in dem Zustand weiter, in dem wir angelangt sind. Wir versuchen also grad nicht, uns thematisch oder denkmethodisch zu

disziplinieren.

Meist ergab sich so ein Modell, das ungefähr aus sich öfter wiederholenden drei Phasen bestand:

1. Phase: diskutieren, denken, Wissens- und Erfahrungsaustausch in der Gruppe zum gewählten Thema

2. Phase: Focusing-Prozesse (frei aus dem momentanen Zustand heraus) oder Massage oder Experimente durchführen

3. Phase: etwas Persönliches zum Thema tun, wie lesen, für sich schreiben o.a.

Durch dieses Vorgehen macht das Thema (und die Beteiligten damit) natürlich schauerliche Berg-und Talfahrten, oft sogar Loopings.

Das Verfahren ist sehr demokratisch und äusserst hierarchisch.

Kein Boss, aber -

wer schon viel weiss, lernt auch sehr viel

und umgekehrt:

wer nicht zu eigenen Gedanken und Fragen kommt, verspürt keine eigene Lust, aber die der anderen, und das ist kaum auszuhalten.

Ich kann versichern, es geht für viele. Durch den Anfang mussten wir uns jeweils durchbeissen.

Aber dann...