

Einführung zu Kapitel III: Körper

„Body? What Body?“ fragt Ann Weiser in einem Artikel. Tatsächlich ist der Begriff „Körper“ im Focusing nicht so einfach zu verstehen. Natürlich meint er in erster Linie den Körper, mit dem wir, wie Gendlin sagt, hier im Sessel sitzen. Der aber, so behauptet er, noch eine andere als die übliche Sinneswahrnehmung zur Verfügung hat, nämlich die Fähigkeit, sich selber von innen zu spüren. Um dieses innere Wahrnehmen und Erleben geht es häufig im Focusing.

Dann gibt es ja noch den grundlegenden Begriff des „situationalen“ Körpers aus Gendlins philosophischen Schriften, um den Körper, der nicht nur in Interaktion mit der Umgebung steht, sondern Interaktion ist.

Und weil wir manchmal auch explizit mit dem Körper arbeiten, gibt es noch den Körper als Modalität, mit seinen Bewegungen, der Haltung, der Atmung – und den speziellen Begleitformen, die zu dieser Arbeit gehören.