

Margarete Neuberger

Das Konzept der Pulsation

In: GFK Texte 2, 1995, S. 33-37

Für die Körperpsychotherapie ist das Konzept der Pulsation von grundlegender Bedeutung; einzelne körpertherapeutische Schulen unterscheiden sich allerdings im Stellenwert, den es in ihrer theoretischen Konzeption und ihrer praktischen Arbeit hat. In Radix - einer neoreichianischen Atem- und Körpertherapie - ist Pulsation das entscheidende Theoriefundament; die einzelnen Strukturen (ähnlich den "Charakterstrukturen") sind den verschiedenen Pulsationsmustern zugeordnet. Erklärtes Ziel der Radix-Arbeit ist die Wiederherstellung einer möglichst vollständigen Pulsation. Will DAVIS, ein ehemaliger "Radix-Teacher", betont in seiner Arbeit mehr den einwärts gerichteten Fluß der Pulsation ("working with the instroke"); soweit ich weiß, betonen die meisten Bioenergetiker eher den auswärts gerichteten Teil der Pulsation ("Entladung"). Es wäre ein reizvolles Thema, verschiedene körpertherapeutische Schulen und Arbeitsweisen daraufhin zu untersuchen, inwieweit sie sich dem Konzept der Pulsation verpflichtet fühlen.

Was beinhaltet nun dieses Konzept und wie

wird es begründet?

Der Mensch in seiner physischen und psychischen Gesamtheit ist ein pulsierendes energetisches System. Denken wir an den Körper, so wird jedem leicht verständlich, was mit Pulsation gemeint ist. Das Herz ist ein gutes Beispiel eines pulsierenden Organs: Es arbeitet in zwei Phasen, der Diastole und der Systole. In der Diastole erschlaffen die Muskeln der Herzkammern, in der Systole spannen sie sich an, um das Blut auszupressen. Die Expansion durch Erschlaffung und Kontraktion der Muskeln der Herzkammern ist das Muster der Pulsation des Herzens. Ein weiteres Beispiel für Pulsation sind die für uns alle erlebbaren Muskelkontraktionen, die durch ein rhythmisches Aneinanderheften und Ineinandergleiten und Wiederlösen verschiedener Moleküle zustandekommen. Bekannt ist auch das Bild der pulsierenden Gesamterregung des Gehirns, das im EEG abgeleitet dargestellt werden kann. Alle Organe funktionieren in bestimmten Rhythmen, die man allerdings oft nicht direkt wahrnehmen kann; z.B. pulsieren die Zellen in ihrer Rezeptorhäufigkeit auf der Zellmembran, also in ihrer Erregbarkeit durch bestimmte Stoffe. Auch unsere Hormone werden in einem bestimmten Rhythmus mit einem Pulsationsmuster ausgeschüttet. Wahrnehmbar, sogar meßbar sind für uns z.B. der Rhythmus der Körpertemperatur, der Schlaf-Wach-Rhythmus, der Ernährungs- und Verdauungsrhythmus, der Pulsschlag, ebenso die Pulsation der Lunge, die als ganzes Organ mit der Ein- und Ausatmung pulsiert. Für all diese Rhythmen gibt es Zeitgeber, die die vielfältigen Pulsationsformen bestimmen.

Bei den Biorhythmen wird unterschieden zwischen exogenen Rhythmen, die durch Zeitgeber der Umgebung und Umwelt (Sonne, Mond u.a.), und endogenen Rhythmen, die von inneren Zeitgebern bestimmt werden. Verläuft diese Rhythmik

über längere Zeitabstände (z.B. die Jahreszeiten), spricht man eher von Periodik. Eine Periode nennt man eine in regelmäßigen räumlichen und zeitlichen Abständen auftretende Wiederholung bestimmter Erscheinungen, ebenso den dadurch abgegrenzten Raum- und Zeitabschnitt. Rhythmus wird definiert als die mehrmalige stetige Wiederholung von Ähnlichem in ähnlichen Zeitabständen. Rhythmik ist eine "Erneuerung des Ähnlichen", im Takt dagegen findet eine "Wiederholung des Gleichen" statt (Brockhaus 1972, Bd. 15). Pulsation sehe ich als einen Rhythmuswechsel von Expansion und Kontraktion an.

Alles Leben verläuft pulsierend in einem rhythmischen Auf und Ab. Auch das Absterben ist hiermit eingeschlossen, z.B. das regelmäßige Zugrundegehen und Neubilden der Zellen (außer bestimmten Zellen von Gehirn und Herzmuskulatur); gleichfalls der große Kreislauf des Lebens von Geburt bis Tod. Die Medizin definierte früher den Tod als Stillstand der Herzpulsation und in den letzten Jahrzehnten als das Ende aller im Gehirn ablaufenden rhythmischen Erregungen. Der Mensch ist mit seinem gesamten Organismus dem Grundprinzip des Lebens unterworfen: Das Leben verläuft in Rhythmen; besteht keine Rhythmik, keine Pulsation mehr, ist das Leben des Organismus beendet.

Der nächste Gedankenschritt ist naheliegend: auch die psychischen Phänomene folgen diesem Grundprinzip des Lebens. In der Psychotherapie haben wir es häufig mit Pulsationsmustern, Rhythmen bzw. Rhythmusstörungen und "Stirb- und Werden-Phänomenen" zu tun.

In der Therapie müssen Rhythmen und Pulsation des Klienten als wichtige Informationen für die therapeutische Arbeit beachtet werden, auch dann, wenn der Klient gerade an einem Thema arbeitet, das auf den ersten Blick nichts mit Pulsation und Rhythmen zu tun hat. Die therapeutische Arbeit z.B. an der Übertragung, mit Träumen, an Körpergefühlen, Krankheiten, an sozialem Erleben und Handeln, an Arbeitsproblemen, an Ängsten usw. sollte begleitet werden von dem Hintergrundwissen des Therapeuten über das persönliche Pulsationsmuster mit den verschiedenen Blockaden und Gegenpulsationsbewegungen des Klienten. Und ab und zu wird die Pulsation selbst im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit des Therapeuten und der inneren Achtsamkeit des Klienten stehen.

Bei den oben angeführten *Körpererscheinungen* ist das Pulsieren für uns teilweise erlebbar, aber bei den *psychischen* Phänomenen, die - wie alle Lebensprozesse - pulsierend verlaufen, wird es für uns schwieriger, deren Rhythmik und Pulsation wahrzunehmen. Das ist der Grund, weshalb wir uns in der Körperpsychotherapie mit der Pulsation genauer befassen und deren Konzept verstehen müssen.

Rhythmusstörungen im psychischen Bereich können uns helfen, einen Blick zu bekommen für unsere "Psycho-Rhythmik". Die verbreitete depressive Symptomatik kann als Rhythmusstörung bezeichnet werden: Es gibt ein "normales" Auf und Ab in unserer Grundgestimmtheit; viele von uns sind das eine Mal eher optimistisch, aktiv, froh und ein andermal eher etwas gedämpft, nach innen gekehrt, zurückhaltend, unfroh - eben "depressiv". Weitet sich dieser Stimmungswechsel derart aus, daß es zu absoluten Spitzenerlebnissen von Tief- und Hochstimmungen oder zu einem Hängenbleiben an *einem* Pol kommt, so kann das als gestörter Psycho-Rhythmus bezeichnet werden, der von vielfältigem gestörten Körpergeschehen begleitet wird. Ebenso zeigt das Beispiel eines Zwangskranken eine deutliche Störung der Pulsation, bei der das Festhalten-Müssen - Kontraktion! - im Vordergrund steht.

Bewegtheit, Fließenlassen, Veränderungen, im weiteren Sinne Expansion werden verhindert oder sind kaum bzw. nicht mehr möglich.

In der Psychotherapie haben wir es auch mit Menschen zu tun, die eine weniger auffällige Symptomatik zeigen; deshalb nenne ich noch einige Beispiele häufiger pulsatorischer Störungen: Denken wir an jemanden, der seinen - gespürten und wahrgenommenen - Ärger immer zurückhält, der nie "herauskommt", der sich mit diesem sozial meist unerwünschten Gefühl nicht in die Umwelt "ausdehnen" kann. Er wirkt oft leicht und schnell verärgert, stichelt evtl. gern und häufig, hat vielleicht unter anderem einen hohen Blutdruck und verspannte Schultern, wird oft gemieden, weil er immer so "gereizt" ist, läuft "geladen" durch die Welt. Aber seinen Ärger wirklich "entladen" und "herausbringen" kann er nicht.

Ein anderes Beispiel: Es kommt jemand in die Therapie, der sehr viel "macht", etwas flatterig ist, seine Energie "verstreut", nie zufrieden ist, evtl. Angst hat vor irgendetwas in oder um ihn herum. Manchmal sagt so jemand auch, er sei innerlich leer und habe Angst, diese Leere wahrzunehmen oder sich mit ihr zu konfrontieren. Hier nun muß der Therapeut den Klienten dabei unterstützen, nach "innen" zu gehen, sich zurückzuziehen in sich selbst, was als gesunde Kontraktion bezeichnet werden kann (obwohl das Wort hier etwas verwirrend ist, da wir es häufig in einer negativen Bedeutung benutzen).

Ein letztes Beispiel einer gestörten Pulsation: Es kommt jemand und berichtet, daß er schon zurechtkommt im Leben, trotzdem gehe es ihm aber gar nicht gut; z.B. wolle sich der Partner von ihm trennen, weil er - der Klient - nie seine Gefühle zeige, zu langweilig sei, immer "schwer" wirke und er selbst fühle sich tatsächlich so. Irgendwie scheint das Leben zu stagnieren. Hier muß der Therapeut dem Klienten helfen, seine geblockte, stagnierende Pulsation - im Sinne von gesunder Kontraktion und Expansion oder im Sinne eines gesunden Rhythmus von Auf- und Entladen und Entspannen - wieder in Fluß zu bringen.

Nachdem ich in einem ersten Schritt aufgezeigt habe, daß alles Leben pulsierend/rhythmisch verläuft, und wir in der therapeutischen Arbeit mit diesem Grundprinzip des Lebens konfrontiert sind und es beachten müssen, frage ich nun in einem weiteren Gedankenschritt, was denn da in uns - und um uns - pulsiert.

Wir wissen, daß für die Rhythmen unterschiedliche Taktgeber existieren; aber gibt es nicht auch einen "Stoff", der von den Rhythmen mittels Taktgeber moduliert und geformt wird, der allem Leben zugrundeliegt? Es ist anzunehmen, daß den sichtbaren Formen des Lebens ein "Etwas", ein "Stoff", ein Prinzip zugrundeliegt.

In der Reichschen Tradition nennt man dieses Substrat, aus dem sich Leben entwickelt und pulsatorisch verläuft, Orgon; Synonyme für Orgon sind "Lebensenergie", "Radix", "life force". In der Medizin wird Energie rein physikalisch definiert. Wir dagegen "glauben" an eine Lebensenergie, die wir nicht messen und quantitativ bestimmen können, deren sichtbare, fühlbare, wahrnehmbare Auswirkungen wir aber alle erfahren in unserer psychophysischen Ganzheit. Die Lebensenergie ist gleichsam der "Sprit", um unseren Organismus "laufen" - also uns leben - zu lassen.

Die "Lebensenergie" selbst ist nicht sichtbar, wir schließen nur von ihren Auswirkungen auf ihre Existenz zurück. Die lebensenergetischen (orgonomischen) Sensationen können wir aber in unserer Bewußtheit und unseren Gefühlen in Körper

und Psyche wahrnehmen. Durch die vorwärtsdrängende Bewegung der "Lebensenergie" in der Kreiselwelle [siehe unten] erhält das energetische System, z. B. der Mensch, die Impulse, das Momentum der Bewegung (Antrieb) und damit die Möglichkeiten zur physischen und psychischen Entwicklung.

Diese vorwärtsgerichteten und gleichzeitig pulsatorischen Bewegungen der "Lebensenergie" sind durch zwei Richtungen mit zyklisch sich wiederholendem Richtungswechsel charakterisiert:

Es gibt den nach auswärts gerichteten Fluß der "Lebensenergie" ("outstroke of pulsation"); hier wird die Ladung der "Lebensenergie" vom Persönlichkeits- und Körperkern ("core") in die Peripherie und die äußere Welt bewegt (so z.B. ausatmen, bewegen, handeln, denken, Gefühle ausdrücken).

Es gibt zweitens den nach innen gerichteten Fluß der "Lebensenergie"; hier bewegt sich die Ladung der "Lebensenergie" in Richtung Kern bzw. Zentrum der Person und ihres Körpers; dabei wird "Lebensenergie" angesammelt und Ladung aufgebaut; das energetische System wird genährt und aufgeladen (mit Luft, Sauerstoff, Nahrung, Informationen, Kontakt, Gefühlswahrnehmungen u.a.m.).

In der therapeutischen Arbeit versuchen wir nun, den Fluß der "Lebensenergie" durch Psyche und Körper zu mobilisieren, zu kanalisieren und unbehindert, ungeblockt frei werden und fließen zu lassen, da wir glauben, daß es ideal ist, wenn sie sich in relativ ungestörten Rhythmen und mit einer vollständigen Pulsation bewegen - fließen - kann. Das ist die Arbeitshypothese, der wir in unserer therapeutischen Arbeit folgen. Das angestrebte Ziel kann nun in ganz unterschiedlicher Art und Weise erreicht werden: Man kann verbal oder/und körperorientiert arbeiten, man kann verschiedene Modalitäten, wie Imaginationen, Bewegungen, Berührungen, Gedanken und Gefühle benutzen, man kann dabei mit Musik, Tanz, Ton, Holz und vielen anderen Hilfsmitteln arbeiten. Das Ziel bleibt die Wiedergewinnung einer möglichst frei fließenden Rhythmik mit der Möglichkeit einer vollständigen Pulsation.

Für diese therapeutische Arbeit ist eine Grundbedingung die Wahrnehmung der *eigenen* Pulsation, der *eigenen* Beschränkungen und Blockaden, der *eigenen* Muster und der *eigenen* - möglichst unbehinderten - Resonanzfähigkeit. Nur so kann das, was wir "Pendeln" nennen, zwischen Therapeut und Klient zustandekommen, wodurch eine echte Interaktion entstehen kann. Der Therapeut ist in Kontakt mit sich und mit der Welt des Klienten; hier meine ich nun nicht nur dessen verbalisierte Gedanken und Gefühle, sondern auch seine Pulsationsmuster und körperliche Gestimmtheit und Befindlichkeit.

Bei der körpertherapeutischen Arbeit kann verbal und/oder am und mit dem ganzen Körper oder einzelnen Segmenten oder noch kleineren Einheiten gearbeitet werden. Es können Pulsationsmuster, -blockaden und -störungen benannt, erkannt, erfüllt, erlebt werden durch Gespräche, Haltungen, Bewegungen, Atemmuster, Körpergefühle und -sensationen, Imaginationen und Focussieren in innerer Achtsamkeit, durch aktive Unterstützung der pulsatorischen Bewegung oder der Gegenpulsation (falls mit dem Widerstand gearbeitet wird) und vieles andere mehr.

Hier möchte ich einfügen, daß körpertherapeutische Arbeit nicht auf die „Bearbeitung der Pulsation“ fixiert ist und sich darin erschöpft. In diesem Artikel ist sie *das* Thema, doch folgen KörpertherapeutInnen noch weiteren Arbeitshypothesen und -konzepten.

Es würde den Umfang dieses Artikels sprengen, auszuführen, wie körpertherapeutische Arbeit ablaufen kann; aber ich möchte zwei kleine Beispiele - ein verbales und ein körperorientiertes - anführen, um die praktische Umsetzung des Konzepts nicht ganz unbeachtet zu lassen:

Meiner Erfahrung nach sind die meisten depressiven Patienten sehr erstaunt, wenn sie nach Phasen gefragt werden, in denen sie das Gefühl haben, das Leben sei für sie ganz einfach und alles gehe ihnen gut von der Hand. Erkennen sie solche Phasen, die meistens vorhanden, aber weniger ausgeprägt als die depressiven sind, kann man sie aufmerksam machen, daß es auch für sie einen Rhythmus gibt in ihrer Gestimmtheit und es ihnen nicht immer nur hoffnungslos schlecht geht. Oft reagieren die Klienten zuerst etwas verärgert und dann erleichtert. Im Erkennen der eigenen Pulsation im Sinne von Kontraktion (depressive Phase) und Expansion (manische Phase), spüren sie Erleichterung.

Nun ein Ausschnitt aus einer eher körpertherapeutischen Arbeit an einem sehr häufig geblockten Körperteil, der den vollständigen Fluß der Pulsation behindert: Ein Klient liegt auf der Matte, ich habe die Hände wie eine Wiege unter seinem verspannten Nacken gefaltet; ich möchte es dem Klienten ermöglichen, mich seinen Nacken hin und her wiegen zu lassen; dabei singe ich innerlich so eine Art Wiegenlied; der Rhythmus läßt mich sicher, ruhig und rhythmisch in mir und meinen Bewegungen werden und für den Klienten kann es leichter werden, sich auf einen Wiegerhythmus einzulassen, mein Angebot anzunehmen und seinen vorher steifen Nacken zu lockern. Durch diese "Sonderbehandlung" eines geblockten Teiles seines Körpers kann es sein, daß er psychophysisch eine Wahrnehmung eines ihm nicht mehr vertrauten Rhythmus gewinnen kann und sich so Blockaden - nicht nur in seinem Hals, sondern evtl. auch in seinen Gefühlen, der Sehnsucht, Trauer, Freude oder im Genießen - lösen und er zu einer vollständigeren Pulsation im Sinne von Auf- und Entladung kommt.

Das persönliche Muster der Pulsation wird charakterisiert von charakterlich bedingten und körperlich bedingten Ladungs- und Entladungsblockaden, von Gegenpulsationsbewegungen, von der Art des "instrokes", des "outstrokes", des "turning points", der Ladungsverteilung, -qualität und -menge.

Das individuelle Pulsationsmuster ist die Matrix

unserer Erlebens- und Verhaltensmuster:

.

Wurde z.B. im Sinne einer homöostatischen Selbstregulation gelernt, eine Phase überzubetonen, dann kann daraus im Lauf der Jahre eine Charakterstruktur entstehen, die sich als Blockierung einer vollständigen Pulsation auswirkt: Zwei Beispiele:

1

Wird einem Kind früh und anhaltend liebevolle Zuwendung versagt, wird es lernen, "hereinzunehmen", was nur immer zu haben ist; es wird nach Liebe, Essen, Berührung, Zuwendung gieren; die Instroke-Phase erfährt eine deutliche Überbetonung. Wenn das Kind älter wird, lernt es, sich dafür zu schämen, wodurch die Bewegung der Pulsation nochmals verstärkt und durch das Schamgefühl blockiert wird.

2

Wird aber einem Kind die Expansion, das Sich-Ausdehnen und Platznehmen verwehrt, wird der Outstroke, das nach außen In-die-Welt-wirken, problematisch; das Kind kann frech werden, bössartig, wild oder in anderer unangemessener Art versuchen, zu expandieren.

.
Wie weit kann ich mit meiner inneren Achtsamkeit dem Fluß der "Lebensenergie" folgend Gefühle wahrnehmen, aufbauen und nach außen bringen, entladen, loslassen?

.
Wie weit kann ich mit dem Kern meiner Person in Kontakt kommen, mich seiner Tiefe überlassen, dort "Lebensenergie" ansammeln und (durch das Momentum der Kreiselwelle angetrieben) mit neuen Inhalten, Gedanken, Gefühlen, Fantasien, Bewegungen und Taten nach außen in die Welt kommen?

.
Wann kann ich mein Zentrum, mein tiefstes Wesen oder den Urgrund meiner Lebendigkeit in mir spüren und ebenso dem Weg meiner "Lebensenergie" nach außen folgen mit meiner Wahrnehmung und Aktivität?

.
Wie erlebe ich dabei meine Identität, meine Abgegrenztheit, meine Grenzüber- und -durchgänge, meine Durchlässigkeit?

.
Bin ich im Kontaktverhalten in mir verloren, also kaum kontaktfähig oder schieße ich ständig nach außen, überrumpele meine und anderer Grenzen, ohne in Kontakt mit mir und oder dem anderen zu sein?

.
Kann ich mich mit der Außen-Welt auseinandersetzen, kann ich mich vor ihr schützen?

.
Natürlich ist auch meine Sexualität abhängig von meinem Pulsationsmuster mit der Fähigkeit bzw. Unfähigkeit mich aufzuladen, dann loslassend zu entladen und Entspannung zu erleben.

Die Pulsation der "Lebensenergie" beinhaltet neben einer homöostatischen Funktion die Möglichkeit zur geistigen, sozialen und emotionalen Entwicklung. Sie stellt die grundlegende Bedingung des Lebens und des Wachstums und der Interaktion mit der Welt dar.

Einige Stichworte zum Thema Pulsation:

Jedes Lebewesen - wie alle energetischen Systeme - beherbergt, solange es lebt, rhythmische und pulsatorische Bewegungen der "Lebensenergie".

.
Pulsatorische Bewegung der Lebensenergie in einer *Kreiselwelle*, pulsierende Vorwärtsbewegung; immer vorwärtsgerichtetes Vorwärts- und Zurückkommen (daher gibt es auch keine wirklichen "Rückfälle" in der Therapie).

.
Die Kreiselwelle wird durch instroke, outstroke und turning point charakterisiert:
Instroke-Phase, in der das System Ladung aufbaut,
turning point als Wechsel der Phasen (Richtungsumschwünge),
Outstroke-Phase, in der Ladung verbraucht wird.

.
Es gibt sehr viele pulsatorische Zyklen: z.B. Jahreszeiten, Pflanzenwachstum, Atmung, Herzbewegung, Verdauung, Geburt - Leben - Tod, Gefühle, deren Wahrnehmung und Entladung, Aktivität und Passivität, Biorhythmen, Tagesrhythmen, Sexualität, Wetter, u.a.m.

.
Die pulsatorischen Zyklen variieren und sind nicht streng mathematisch berechenbar.

.
Der Mensch ist und hat ein pulsierendes, energetisches System, das die Grundlage und Bedingung für das Funktionieren seines gesamten (psychophysischen) Organismus ist.

.
Der Mensch pulsiert auch in seinen Gefühlen, Körpersensationen, Organen, Gedanken, Wahrnehmungen, Fantasien u.a.m.

.
Die Pulsation wird beeinflusst von Blockaden und Gegenpulsationen (der Klient will z.B. weinen, seine Tränen wollen aufsteigen, aber seine Kehle fühlt sich wie ein Kloß an, die Augen werden starr, der Fluß der Tränen und die Entladung des ursprünglichen Gefühls werden durch eine gegenläufige Bewegung in Zwerchfell, Brust, Hals, Zunge, Mund, Nase und Augen zurückgedrängt oder in ein anderes Gefühl "abgelenkt").

.
Im wechselseitigen Auf- und Entladen reguliert sich in der Pulsation der "Stoffwechsel der Lebensenergie".

.
Mit höherem Ladungsniveau steigt die Möglichkeit einer Entladung; die Ladung kann über die Atem-Pulsation beeinflusst werden, zum Beispiel über tiefe, schnelle, flache und langsame Atmung, angehaltene Ein- und Ausatmung.

.
Die "Lebensenergie-Ladung" ist der Brennstoff des Lebens; durch sie haben wir die Möglichkeit, uns zu bewegen, zu fühlen, zu denken, wahrzunehmen und zu handeln; bei der "Lebensenergie-Entladung" wird die angesammelte Energie verbraucht.

.
Der "Stoffwechsel" der Lebensenergie ist ihre Umwandlung in Gedanken, Gefühle, Aktivität etc.

.
Das Potential "Lebensenergie" wird im unsichtbaren Teil ihres Stoffwechsels in der Instroke-Phase aufgebaut. Im sichtbaren Teil ihres Stoffwechsels wird dieses Potential realisiert durch intensives oder weniger intensives Er-Leben.

.

Die pulsatorische Bewegung der Lebensenergie: In der Instroke-Phase fließt die Lebensenergie nach innen zum Kern der Person, in der Outstroke-Phase fließt sie zur Peripherie der Person und in Handlungen (Einwirkung auf die Umwelt).

Ich möchte das, was ich gesagt habe, in einer kleinen Zeichnung zusammenfassen. Zwei Gedanken sind mir wichtig, das eine ist die Annahme einer *Lebensenergie*, das andere deren *pulsatorische Bewegung*.

Die Lebensenergie sammelt sich im "Zentrum" der Person, man kann auch sagen in ihrem Kern oder sie *ist* der Kern (core) der Person. Wir verbinden damit auch Begriffe wie Seele, Wesen, Basis, Fundament, Mitte, eigentliches oder wahres Selbst. Die Lebensenergie, die diesen Kern konstituiert, dort nicht statisch in einem bestimmten Quantum ein für alle mal vorhanden, sondern sie fließt und bewegt sich und wird auf- und abgebaut. Der Fluß zwischen dem Kern und der Peripherie der Person und deren Umwelt verläuft *pulsatorisch*.

In der nach „inwärts“ fließenden Bewegung wird die Lebensenergie potenziert, verdichtet, aufgebaut; in der nach „auswärts“ gerichteten Phase wird dieses Potential realisiert, der Mensch wird aktiv.

Die für die Therapie grundlegende Idee ist nun, die vielfältigen Rhythmen mit ihren pulsatorischen Bewegungen zu unterstützen oder be- und verhindernde Blockierungen allmählich zu lösen, so daß die „Leitungen“ in der Person wieder durchgängig werden. In der Körperpsychotherapie gehen wir davon aus, daß die psychischen Erlebnisse und Blockaden (z.B. Charakter) sich körperlich abbilden, weshalb Psyche und Körper in der therapeutischen Arbeit gleichermaßen Beachtung finden.

Schlußbemerkung:

In der folgenden Literaturangabe befindet sich der Artikel von R. Müller-Schwefe "On Pulsation - A preliminary model". Wie dort wird auch in der vorliegenden Arbeit kein vollständiges Modell beschrieben. Zum einen wurde von mir vieles nur angedeutet und müßte in weiterer Arbeit verfeinert herausgestellt werden; zum anderen sollte das Konzept der Lebensenergie, deren Pulsieren wir oft unmittelbar und deutlich und ebenso oft nur vage wahrnehmen und erleben, das Ziel weiterer Forschung und Validierung sein.

Zusammenfassung

In diesem Artikel wurde in einem ersten Teil das Lebensgrundprinzip der Pulsation dargestellt, das unser gesamtes psychophysisches Er-Leben bestimmt. Im zweiten Teil geht es um die Annahme und einige Parameter der "Lebensenergie", die von Pulsation und Rhythmen bewegt wird. In beiden Teilen wird auf die Bedeutsamkeit dieser Bedingungen und Annahmen für unsere therapeutische Arbeit hingewiesen.

Literatur:

DAVIS, Will (1989): "Working with the instroke" (p 85-98) und "On working energetically, Part II, Historical material" (p 41-67) (Aujargues, unveröffentlichtes Manuskript).

KELLEY, Chuck (1974): Education in Feeling and Purpose. Santa Monica.

MÜLLER-SCHWEFE, Rudolf (1991): "On Pulsation - A Preliminary Model", Radix Review, Vol. I.

REICH, Wilhelm (1987): "Die Funktion des Orgasmus. Sexualökonomische Probleme der biologischen Energie. Köln (Kiepenheuer & Witsch).