

Körper-Politik

Deane Juhan

Übersetzung: Eva Maria Willach

Nichts ist mir wertvoller als das Leben, kein anderer Ort so wundervoll, wie dieser Planet, und nichts kann mich mehr faszinieren als seine menschlichen Kreaturen. Ich habe ein Verlangen, mein Bewusstsein diesen Reichtümern zu öffnen - sie zu berühren, mit ihnen zu wachsen, sie bis zu ihren Grenzen in Weite und Tiefe zu erforschen. Das ist der eigentliche Grund, warum ich mich mit Körperarbeit beschäftige. Jeder Tag damit ist eine neue Herausforderung und ein neues Wunder.

Ängste, Skeptik — um nicht Zynismus zu sagen — und flüchtige, schattige Empfindungen von Vergeblichkeit stören dieses Verlangen. Es gibt Zeiten in denen ich mir nicht so sicher bin, ob ich wirklich eine noch tiefere und breitere Wahrnehmung der menschlichen Kondition erreichen möchte. Die täglichen Nachrichten geben mir nicht gerade ein Gefühl von der Sicherheit irdischen Reichtums. Die tägliche Litanei von Naivität, Betrug, Diebstahl und Verschwendung zeigt drohend in Richtung planetarischer Pleite und Untergang.

Die Erträge aus dem Ende des Kalten Krieges werden in ethnischen, rassistischen und nationalistischen Befürchtungen und Hass schnell verbraucht.

Unsere „nationalen Interessen“¹ sind so zerrissen und verwirrt, dass wir kaum entscheiden können, ob oder wen wir als nächstes überfallen sollen und warum. Bei der Suche nach einer sinnstiftenden Innenpolitik sind wir gefangen in dem groben Schwanken zwischen einem sehr konservativen Kapitalismus, in dem man nichts anderes als die legale Lizenzierung von Räuberbaronen erkennen kann, und einer „liberalen“, bürokratisch-regulierenden Art von Sozialismus, der jede Selbstmotivation und jeden Wohlstand gründlich erstickt.

In diesem Zusammenhang kann man die Kriminalität als aggressiven Versuch der Habichtse verstehen, sich persönliche Sicherheit und unternehmerische Vorteile zu sichern. Letztere werden oftmals mit kaum weniger moralischer Rechtfertigung so offensichtlich und reichlich von den Wohlhabenden genossen.

Und in der Zwischenzeit entwickeln sich Bevölkerungsexplosion, der Anstieg der Warenproduktion und verschwenderischer Müll langfristig zu ebenso tödlichen Bedrohungen, wie die viel gefürchtete nukleare Zerstörung. Die lokale und globale Umweltzerstörung, die wir alle sehen und spüren können, ist vielleicht das alarmierendste Zeichen von allen. Das ist der frösteln machende Hinweis, dass bedeutende Teile des kollektiven Bewusstseins den Pfad des biologischen und evolutionären Überlebens aus dem Blick verloren hat. Allein die Vorstellung, dass wirtschaftliches Wachstum unendlich ist und keine Rücksicht auf seine natürlichen Ressourcen nimmt, ist bereits der tote Kanarienvogel in der Kohlengrube.

Sich einfach keine Nachrichten mehr anzuhören ist gewiss eine Möglichkeit. So kann ich mein eigenes emotionales Gleichgewicht aufrecht erhalten und meinen Klienten mit positiven Gefühlen gegenüberreten. Diese Lösung ist bei einigen meiner Kollegen mehr als willkommen. Immer wenn ich mit meinem eigenen Zorn und Schwindel hadere, so scheint

¹ Interessen der USA - Anmerkung der Übersetzerin

sie auch mir sehr verlockend. Und dennoch gibt es bei diesem Rückzug vom Negativen Aspekte, die mir sogar mehr Angst machen als die Aussicht auf die morgigen Schlagzeilen.

Haben wir wirklich den Überschwang und die Turbulenzen der Sechziger und Siebziger erlebt, um uns jetzt intellektuell und politisch geschlagen in die Ecke eines verschwommenen Hedonismus und klösterlicher Selbstbeweihräucherung zurückzuziehen? Der Name für einen solchen selbst auferlegten Gleichmut ist Verleugnung. Alles, was ich durch die Körperarbeit gelernt habe, überzeugt mich, dass die gnadenvolle Ignoranz, die eine solche Haltung beschützt, sehr oft, unleugbar gefährlicher ist, als die schreckliche Wahrheit.

„Vor dem Richtertisch der Natur und des Schicksals“ so sagt G.G. Jung in „Antwort auf Hiob“, „wird Unwissenheit niemals als Entschuldigung akzeptiert. Im Gegenteil, sie wird hart bestraft.“

Und außerdem kann ich - und das ist für mich der zentrale Punkt - , wenn ich mich in meinen Behandlungsraum zurückziehe, den sorgenbereitenden Tatsachen nicht entkommen. Dysfunktionale Gewohnheiten und Bewegungseinschränkungen, schmerzhaftes Symptome. Krankheiten und die diversen Kompensationsmuster, die ich dort vorfinde, sind doch nichts weiter als die physischen Auswüchse der mentalen Zustände meiner Klienten. Diese Körpermuster bezeugen in genauem Maße die Erfahrungen dieser Menschen in ihren jeweiligen sozialen Lebenszusammenhängen. Die Probleme des Individuums von seinem gesellschaftlichen Umfeld zu trennen, ist genauso unsinnig, wie die Trennung zwischen Körper und Geist.

Was ich an Schlagzeilen nicht zur Kenntnis genommen habe, werde ich gezwungenermaßen im Körpergewebe lesen. Hier, im Gewebe, finde ich unausweichlich die Crux vieler globaler Probleme. Wie kann ein Wirtschaftsboss verstehen, was seine Fabrik dem Mississippi antut, wenn er nicht wahrnehmen will, was er seinem eigenen Gefäßsystem antut? Was kann mehr soziale Gerechtigkeit und Freiheit für jemanden bedeuten, der in seinen eigenen Gewohnheiten eingesperrt ist? Was ist denn Geduld für jemanden, der um seinen nächsten Atemzug kämpfen muss? Was bedeutet flexibles Verhandeln für den, der sich nicht mehr vornüber beugen kann? Was ist Toleranz für den, dessen Nerven blank liegen? Oder was ist Aufrichtigkeit für den, der sich vor den Ursachen seiner eigenen Schmerzen versteckt, und Zuverlässigkeit für den, der nicht die persönliche Verantwortung für den Zustand seines eigenen Körpers übernimmt?

Darin liegt der Grund, warum Körperarbeit mich durch persönliche Veränderungen geführt hat und warum ich sie als Beruf gewählt habe: nicht um schmerzliche, soziale und politische Probleme, die mir keine Lösung zu haben scheinen, zu vermeiden, sondern weil sie mich mitten ins Zentrum der Auseinandersetzung geworfen hat, in die Eingeweide und in das Blut der Gewebe, weil sie mein Innerstes nach außen gewendet hat und die Politik in meine Bauchhöhle verlagert hat. Körperarbeit hat mich gelehrt, dass mein Körper mein einziges Fenster zur Welt ist, meine Perspektive. Seine Reinheit und Klarheit haben alles damit zu tun, was ich sehen kann, was wiederum alles damit zu tun hat, was ich für wahr halte, was alles damit zu tun hat, wie ich mich verhalte. Mein Körper ist mein einziges Instrument der Veränderung nach innen und nach außen gerichtet. Körperarbeit lehrt mich, dass das aktive Engagement mit meinem Körper die Quelle jedweder Lösung ist, die meine Situation entspannen könnte, nicht etwa weil mein Körper Ursache oder Ort aller Probleme ist, sondern weil er mein einziges Mittel der Wahrnehmung, des Verstehens und des Umgangs mit diesen Problemen ist. Körperarbeit hat mir gezeigt, dass mein Körper meine persönliche Welt ist, und dass die Qualitäten dieser Welt sich aus dem Bewusstsein dieses Körpers ergeben.

Das Gerede um die Parallelen zwischen „Körper, Bewusstsein und Welt“ wird oft als mystisch oder metaphorisch abgetan. Wir können es jedoch immer öfter als ganz materiell und wortwörtlich verstehen. Ich möchte einmal einige Elemente unserer politischen Psychologie in Bezug auf unsere biologischen Funktionen untersuchen und herausfinden welche plausiblen Verbindungen es da gibt.

In typisch dualistischer Manier haben wir unsere gegenwärtigen politischen Debatten um zwei große sich gegenüberstehende aber komplementäre Pole gruppiert: die liberale und die konservative Ausrichtung. Diese beiden politischen Lager stellen zwei vollkommen unterschiedliche Strategien der Lebensbewältigung dar. Sie haben verschiedene Grundwerte, verschiedene Arten und Weisen, verschiedene Ideen über die Natur des Fortschritts und sozialer Bezüge. Auch betrachten wir sie typischerweise als antagonistisch und sind der Überzeugung, dass einer der Pole gewinnen muss, damit sich eine zusammenhängende politische Philosophie und ein Handlungsfaden daraus entspinnt, der das Leben unserer Gemeinschaft leiten kann.

Jedes Individuum und jedes Kollektiv muss nun zwei Grundbedürfnisse gewährleisten: das Überleben und dass es sich lohnt zu überleben. Zur Sicherung des Überlebens und des Wohls braucht es wiederum zwei Mechanismen: Einerseits sind das Mittel und Methoden, um die notwendigen Aspekte des Status Quo zu erhalten, also z.B. bewährte Strategien, wahre und überprüfte Prinzipien, um vergangene Erfahrung für gegenwärtige Entscheidungen nutzen zu können. Andererseits sind das Instrumente der Auswahl, der Identifizierung, der Bestätigung und Anpassung an Neues.

Ohne Erstere können wir die Erfahrungen der Vergangenheit nicht nutzen, um die Gegenwart aufrecht zu erhalten, ohne Letztere können wir keine erfolgreichen Verhandlungen um die Zukunft führen.

Natürlich haben die Bedingungen der Überlebenssicherung Vorrang. Deshalb ist der Ruf nach Sicherheit so laut und die Bereitschaft zu rigidem Konservatismus so ausgeprägt. Es drängt uns in den sicheren Hafen des Bekannten, weil wir einer Todesangst ausgeliefert sind. Und soweit diese Ängste dadurch gebannt werden können, scheint es weiser in der konservativen Ecke zu bleiben.

Der Konservatismus legt großen Wert auf Konformität, und einer seiner stärksten Werte ist Verlässlichkeit. Er verlässt sich hauptsächlich auf frühere Erfahrungen, er stützt sich auf bekannte Verfahren, die sich über große Zeiträume bewährt haben. Er bringt Tendenzen zu Autoritarismus in Politik, Erziehung, Wissenschaft, Gesundheitswesen, Religion und soziale Umgangsformen und schafft dadurch beständige Hierarchien. Je unfehlbarer diese Autoritäten erscheinen, umso verlässlicher scheinen die Sicherheiten, die sie anbieten. Im Status Quo zu verharren ist sehr gemütlich, sogar wenn dieser dysfunktional wird, solange er mit Macht erhalten werden kann. Gerechtfertigt wird er etwa so: „Das Leben ist sehr kompliziert und ungewiss. Was auch immer ich getan habe, es hat gut genug funktioniert, um mich dahin zu bringen, wo ich heute stehe. Wenn ich jetzt etwas ändere, besteht die Möglichkeit, dass dann gar nichts mehr funktioniert.“ Wenn ein Großteil der Gesellschaft in diesem Denken verhaftet ist, braucht substantielle Veränderung zumeist die Kraft einer größeren Krise.

Da die erste Aufgabe ist, am Leben zu bleiben, sind viele unserer physiologischen Vorgänge und Gehirnaktivitäten darauf programmiert, diese lebensnotwendigen Funktionen zu erhalten. Die Aufrechterhaltung von Homöostase im Körper erfordert, die Kräfte und Ressourcen des gesamten Organismus, um jede bedrohliche Schwankung des inneren chemischen Milieus auszugleichen und zu neutralisieren. Körpertemperatur, Säuregehalt, elektrische Ladung der Ionen, Blutzuckergehalt und Legion anderer biochemischer Prozesse müssen in

engen Margen gehalten werden, damit das Leben weitergehen kann.

Viele dieser lebenserhaltenden Vorgänge sind tief in den unbewussten Teilen der Psyche und geschützt unter Körperschichten verborgen. Das Zentrale Nervensystem liegt geschützt in Knochenhöhlen, und die lebenssteuernden Mechanismen sind tief im ZNS geborgen. Die wichtigste und stabilste Schablone - die DNS - ist in jedem Zellkern hinter einem Wall, der jeglichen Feind abweisen kann solange die Zelle in Takt ist, aufgehoben.

Wir wären jedoch immer noch Amöben, wäre die Aufrechterhaltung dessen, was in der Vergangenheit funktioniert hat und was in der Gegenwart stabil ist, das einzige Ziel, was der Körper verfolgt. Wir sind ständig mit neuen, unvorhersehbaren Objekten und Vorgängen in unserer Umgebung und in uns selbst konfrontiert, an die wir uns ständig neu und erfolgreich anpassen müssen.

Da helfen die extremen konservativen Strategien von „Was neu ist taugt nichts“ oder „Wenn es noch funktioniert, dann kümmere Dich nicht drum“ nicht mehr. Bei der Erforschung unserer Welt, beim Schritthalten mit dem ökologischen Wandel, mit den Veränderungen unseres eigenen Organismus und den sich wandelnden Beziehungen benötigen wir immer wieder neue Informationen, neue Strukturen, neue Verhaltensweisen. Ein alter Käfer mag immer noch laufen, aber er hat im Vergleich mit dem abgestimmten Fahrverhalten eines modernen Automobils entscheidende Bedienungs Nachteile.

Zu diesem Zweck hat die Natur ihre tief geschützte, beständige DNS-Matrix für ein gewisses Maß an Neuorganisation geöffnet und damit zufällige Fluktuation, wodurch positive Veränderung eintreten kann, ermöglicht. Das ist der tiefe Sinn sexueller Reproduktion, die Neuordnung von Geninformatoren aus den Pools zweier Elternorganismen. Dadurch entstehen mehr zufällige und möglicherweise brauchbare Mutationen pro Generation. Dieser evolutionäre Sprung weg von der genetisch eher konservativen Zellteilung hin zu sexuellen Neu Vermischung war ein enormer Wandel hin zu einer liberalisierten Chromosomenentwicklung* hing. Und bis heute mag deshalb sexueller Promoskuität immer noch der Ruf des Liberalen anhaften, während Zölibat und Treue eher konservative Werte sind.

Liberaler Strategien sind im Grunde eher Impulse für Erforschung und Versuch, ein Sehnen nach dem Unbekannten und Kreativen. Sie können so stark werden, dass sie in der Tat den primären Überlebensinstinkt überpowern. Wenn wir jedoch Neues ab und zu ausprobieren haben, die daraus resultierenden überraschenden Vorteile und Vergnügungen genossen haben und es erfolgreich in unser System integrieren konnten, dann entwickeln wir schnell einen Hunger nach solch stürmischer Aufregung. Aus der Angst wird Neugier, reine Sicherheit wird erstickend und unterdrückend. Wenn erst mal ein sicherer Hafen erreicht ist, entsteht ein unbändiger Drang nach neuen Ufern, und schon setzen wir wieder Segel auf der Suche nach neuen, spielerischen und sehnsuchtsvollen Unternehmungen: dabei beachten wir, dass unser Überleben interessant genug und spannend genug ist, dass es sich lohnt, dafür zu sorgen.

Der spielerische Charakter ist ein weiterer Grund, warum liberal oft als weniger wichtiger, ja frivoler Wert gilt. Aber das nur, weil der konservative Anteil unserer Natur die Bedeutung des Wortes Spiel nicht ganz erfasst. Junge Tiere vergessen in ihrem Necken und Spielen durchaus nicht den Ernst des Lebens, sie bereiten sich darauf vor. Sie mischen in ihren Mustern herum und trainieren ihre Reflexe und ihr Anpassungsvermögen. Sie entwickeln freie Formen von Strategien, um dem Überraschenden zu begegnen. Die Formen können vielleicht deshalb frei sein, weil sie im Moment nicht mit Überlebenssorgen befrachtet sind. Auf diese Weise wird dein System eine Flexibilität ermöglicht und die Überlebenschancen unter anderen, ungünstigeren Bedingungen exponentiell erhöht.

Deshalb ist der liberale Impuls so ungeduldig mit dem Althergebrachten. Das ist schließlich nur das, was sich einmal bewährt hat. Jede Zelle in einem höheren Lebewesen weiß - und vielleicht ist dieses Wissen das, was gerade ein höheres Lebewesen ausmacht - dass sich die Dinge sicherlich ändern werden, dass das, was sich früher bewährt hat, nicht für alle Zeiten gilt, und dass das Überleben der Art von immer von neuen Strategien und Anpassungen abhängt.

In diesem Zusammenhang nimmt der Begriff Verlässlichkeit eine grundsätzlich andere Bedeutung an. Er wird zum Gegenteil von dem starren Wiederholen des Vorherigen. Ein zu bequemer Status Quo - die gefährliche Verführung zur Selbstgefälligkeit, ein tödliches Sich-Verlassen auf die gegenwärtigen Bedingungen - bringt den liberalen Impuls zum Vorschein. Vertraute Muster, genauso wie auch Autoritäten. Hierarchien und Konformität können selbst zu Problemen werden wenn es um kreative Anpassungsprozesse geht. Das stille Arbeiten des konservativen Unbewussten wird dankbar als Selbstverständlich hingenommen, aber es ist die untersuchende Aktivität des peripheren Nervensystems, welches der Welt um uns herum ausgesetzt ist, der kaleidoskopische, willentliche, bewusste Strom sinnlicher Erfahrung, der den liberalen Instinkt erfreut. Dies ist die Stimmung und psychische Ausgangssituation, die Veränderung „for its own sake“ gerne aufnimmt und einhüllt, nicht mit ängstlicher Vorahnung behaftet und vermieden bis die Krise dann da ist.

Da diese Art von Ausprobieren und Spiel an der Oberfläche sowenig mit dem ernsthaften Geschäft des Überlebens zu tun haben scheint, werden es selbst und seine Erscheinungsformen von der konservativen Ecke aus als überflüssiges Beiwerk oder reine Ästhetik betrachtet. Dabei vergisst man, dass Überleben selbst eine Kunst ist, und das ein Überleben, welches sich wirklich lohnt, das größte ästhetische Kunstwerk überhaupt ist. Wenn der liberale Geist, in seinem eigenen spekulativen Enthusiasmus und in seiner Faszination angesichts des Neuen gefangen, seine abfälligen Bemerkungen über die Unbeweglichkeit des Konservatismus ausgießt und vergisst, dass es gerade diese Unverrückbarkeit ist, die dem Leben Ausdauer und Richtung verleiht, dann tut es letztendlich dem Geist, dem Körper und der Gesellschaft keinen Dienst.

Das große Problem in der politischen Debatte ist, dass wir diese beiden Gesichtspunkte und Strategien als sich gegenseitig ausschließende betrachten, als unvereinbare Gegensätze. Und das nimmt erschreckende Ausmaße an.

Jeder einzelne von uns, beruhend auf unseren ganz persönlichen Neigungen, verbindet alles was gut ist mit einem dieser Standpunkte und dämonisiert die andere Seite.

Dies ist ein Krieg der Ideologien, nicht ein Austausch fruchtbarer Ideen, und die Atmosphäre des „nur einer kann gewinnen“ wird den kollektiven Untergang beschern, egal welche der beiden Seiten gewinnt. Wir sprechen nicht wirklich über politische Parteien und Regierungen, die gemäß den historischen Zufällen aufeinander folgen. Wir sprechen von polarisierten Lebenskräften, die in exquisiter Intimität und gegenseitigem Verständnis zusammenarbeiten müssen, wenn die menschliche Gesellschaft und die Individuen, aus denen sie sich zusammensetzt, überleben wollen.