

## **Die schizoide Leiblichkeit**

### **Eine phänomenologische Annäherung an die Bioenergetik**

*Karl Baier*

#### **Einleitung**

Ich werde versuchen, in dieser Arbeit vier Hauptpunkte anzugehen, die mir für eine Auseinandersetzung mit der bioenergetischen Analyse der schizoiden Leiblichkeit unumgänglich erscheinen.

Zuerst möchte ich das die Bioenergetik Alexander Lowens leitende Verständnis von Schizoidheit umreißen. In einem zweiten Schritt wird es darum gehen, die anthropologischen Grundlagen der Bioenergetik im Hinblick auf das zu behandelnde Thema zu sondieren. Daraufhin gehe ich etwas ausführlicher auf die für schizoide Menschen charakteristischen leiblichen Phänomene ein, denen die Bioenergetik besondere Aufmerksamkeit schenkt. Mein Hauptaugenmerk richtet sich dabei auf die partielle Selbstentleibung als ein seinerseits noch einmal leibliches Verhalten des Schizoiden zu sich, das darin besteht, dass das Durchleibtsein des Leibes im Gespür reduziert und z.T. sogar unterbunden wird. Ein letzter Abschnitt widmet sich schliesslich der Frage nach der Leiblichkeit des Selbstseins, auf die uns die Analyse der schizoiden Leiblichkeit verweist. Fragen der Genese und der Therapie der Schizoidheit bleiben weitgehend ausgeblendet.

#### **Das bioenergetische Verständnis der Schizoidheit**

In KA [p. 431] zitiert Lowen zustimmend die Nominaldefinition der Schizoidheit, die Fenichel gibt: «Menschen, die keine echte Psychose haben, aber dennoch einzelne Züge oder Mechanismen eines schizophrenen Typus zeigen, hat man mit schizoid ... bezeichnet.» Schizoidheit ist für Lowen näherhin eine «Neigung zur Psychose» [KA, p. 432; BE, p. 131],

die, etwas vereinfacht gesagt, darin besteht, dass der schizoide Mensch erstens die Tendenz hat, sich von der Wirklichkeit zurückzuziehen, und zweitens dazu neigt, die Ganzheit und Einheit seiner Persönlichkeit zu spalten [in diesem Sinne VK, p. 27; BE, p. 131].

Zur Schizophrenie besteht in diesen zwei Punkten für Lowen kein grundsätzlicher Qualitätsunterschied [siehe KA, p. 431; VK, p. 39], doch hält sich das Verhalten des Schizoiden im Unterschied zum Psychotiker seiner Meinung nach «noch mehr oder weniger innerhalb der Grenzen des Normalen» [VK, pp. 39,40]; ein ernsthafter Bruch mit der Realität hat nicht stattgefunden, und auch von einem richtiggehenden Zerfall der Identität kann man beim Schizoiden im Unterschied zum Psychotiker nicht reden.

«Die Schizophrenie», so Lowen, «ist ein Zustand der Auflösung, bei dem die verschiedenen Fähigkeiten der Persönlichkeit einander im Stich lassen. Der schizoide Rückzug ist ein Manöver, mit dem man das völlige Chaos verhindert» [VK, p. 60]. Als Kriterien für die Diagnose eines solchen Rückzugs nennt er u.a.: Ausweichen vor jeder näheren Beziehung zu anderen Menschen; Unfähigkeit, Emotionen zu spüren und, besonders was Aggression betrifft, sie zu zeigen; Tendenz zum Leugnen und Verzerren der Realität; Autistische Verhaltensweisen wie Tagträumen und Introversion; Konzentrationsunfähigkeit; Gefühle der Unwirklichkeit; hysterische Ausbrüche. Oft sind Schizoide aber in ihrem Verhalten unauffällig, weil sie ihre Beziehungsunfähigkeit durch Pseudokontakte gut überspielen können [VK, p. 40, in Anlehnung an Fenichel].

Charakteristisch für den bioenergetischen Ansatz ist, dass die Depersonalisierung, der Verlust des Gefühls für die eigene Identität, auf eine Spaltung zwischen Ich und Körper zurückgeführt wird. Lowen definiert diese Spaltung «als die schizoide Störung, die jedem Identitätsproblem zugrunde liegt» [VK, p. 9]. Die Abtrennung des Ich vom Körper führt nach Lowen deshalb in die Identitätskrise, weil sie sich als Verlust des Körpergefühls vollzieht, das seiner Meinung nach für das Identitätsgefühl fundamental ist [a.a.O., p. 10].

Der schizoide Rückzug vom Körper reduziert mit dem Körpergefühl auch dessen Lebendigkeit, was nicht nur, wie gerade angesprochen, den Selbst-, sondern zugleich auch den Weltbezug schwächt, denn: «Der Mensch erfährt die Realität der Welt nur durch seinen Körper... Je lebendiger unser Körper ist, um so intensiver nehmen wir die Realität wahr und um so aktiver reagieren wir auf sie» [a.a.O., p. 14].

Auch hinsichtlich des Körperbezugs hebt Lowen Schizoidheit und Psychose voneinander ab: «Vereinfacht gesagt, weiss der Schizophrene nicht, wer er ist, und hat den Kontakt zur Wirklichkeit so weit verloren, dass er sein Problem nicht einmal mehr erkennt. Der schizoide Mensch weiss jedoch, dass er einen Körper besitzt und hat damit auch einen

Standort in Raum und Zeit. Da sein Ich sich aber nicht mit seinem Körper identifiziert und ihn nicht auf lebendige Weise wahrnimmt, glaubt er keine Beziehung zur Welt und zu den Menschen zu haben. Ähnlich hat auch sein bewusstes Identitätsgefühl keine Beziehung zu der Art und Weise, wie er sich selbst empfindet» [a.a.O., pp. 10, 11].

Die durch die Abtrennung vom Körper entstehende Leblosigkeit und Ausdruckshemmung wird durch ein übertriebenes Ich-Ideal kompensiert. Das Ich schafft sich eine illusionäre, doch schmeichelhafte Vorstellung von sich selbst als Gegensatz zum abgelehnten körperlichen Sein. Das Ausmass, in dem dies geschieht, ist für Lowen ein Gradmesser für die schizoide Störung [ebd. pp. 82, 89, 90].

Die zentrale Bedeutung, die die Schizoidheit im psychologischen Denken Lowens spielt, zeigt sich, wenn man bedenkt, dass nach ihm die schizoide Spaltung zwischen Ich und Körper nicht nur in der Struktur der Psychosen wiederkehrt, sondern auch den Neurosen im allgemeinen zugrunde liegt, die damit für ihn zu einem «Teil des schizoiden Phänomens» werden [VK, p. 28; vgl. auch N, p. 223].

Es ist daher nicht übertrieben, im «Verrat am Körper», dem schizoiden Phänomen im weitesten Sinn, den Angelpunkt der gesamten bioenergetischen Pathologie zu sehen. Seine Wiedergutmachung ist dementsprechend auch das zentrale Anliegen der bioenergetischen Therapeutik.

Die Schizoidheit hat darüber hinaus für Lowen auch eine bedeutsame kulturpsychologische Dimension. Er attestiert «den meisten Menschen in unserem Kulturkreis eine gewisse Identitätsverwirrung» und schliesst sich Rollo May an, der in der Schizoidheit das typische psychische Problem unserer Zeit erblickt [siehe VK, p. 11]. Die Entfremdung der Menschen in der modernen Gesellschaft, die ihre Beziehung zur Arbeit, zu den Mitmenschen und zu sich selber betrifft, ist nach Lowen dafür verantwortlich, dass viele Menschen gegen ein unbestimmtes Gefühl, sie selbst und ihr Leben seien unwirklich, anzukämpfen hätten. Unter den Lebensbedingungen der fortgeschrittenen Industriegesellschaft wird, wenn Lowens Diagnose stimmt, die Psychopathologie des Alltagslebens wesentlich durch Schizoidheit mitgeprägt. Jedenfalls wird wohl jeder – gerade auch der vermeintlich gesunde Leser bioenergetischer Schriften – darin Beschreibungen von Zügen seiner eigenen «ganz normalen» Schizoidheit finden.

Entsprechend der Ichidealbildung beim einzelnen gewinnen, nach Lowens Analyse, auch kulturpsychologisch Illusionen und normierte Rollenspiele als Kompensation für die verlorengehenden körpergebundenen Weisen persönlichen Wahrnehmens, Fühlens und Denkens gesellschaftlich an Bedeutung. An sozialen Kompensationen mangelnder Identität nennt Lowen u.a. die von verschiedenen Gruppierungen angebotene «Hinwendung zu

übergeordneten Prinzipien» und die «Verfechtung bestimmter Heilslehren», insofern sie, wie das beim Schizoiden üblich ist, dem Dasein durch Orientierung an einem höchsten Wert Sinn und Berechtigung geben sollen, die an ihm selbst nicht verspürt werden [VK, p. 75; Weiterführendes in N, pp 248–256; zur Bedeutsamkeit der Schizoidheit für die Pathologie religiösen Verhaltens, besonders des Fundamentalismus, SK, p. 231].

In einem engeren Sinn ist Schizoidheit bei Lowen einer von fünf Charaktertypen, die er in einer W. Reichs Charakteranalyse weiterführenden Charakterologie entwirft. – Die anderen, die hier nur genannt seien, sind der orale, psychopathische, masochistische und rigide Charakter [siehe BE, pp. 130–153; Frank und Frank, 1975, pp. 79–85]. Die frühe Schrift KA [engl. Erstausgabe 1958] gibt eine davon abweichende Einteilung.

Charakter bestimmt Lowen als die Grundeinstellung, mit der der Mensch dem Leben gegenübersteht [siehe KA, p. 150]. In pathologischer Hinsicht wird der Charakter in der Bioenergetik (wie schon bei Reich) als die Grundstörung selbst betrachtet [siehe KA, p. 153] und repräsentiert jeweils eine spezifische Abwehrhaltung, die als Schutz gegen bestimmte beängstigende Frustrationen im Laufe der Lebensgeschichte ausgebildet wird [BE, pp. 130–153]. In unserem Zusammenhang besonders interessant ist die leibliche Dimension des Charakters, die Lowen aus der Reichschen Vegetotherapie übernimmt. «Charakter und Körperstruktur sind lediglich zwei Aspekte der Seinsweise eines Menschen» [KA, p. 166].

Die Körperstruktur der charakterlichen Abwehrhaltungen wird von der Bioenergetik durch eine Vielfalt verschiedener Zugangsweisen freigelegt. Beachtung finden der Körperbau, die Haltungs- und Bewegungsweisen, die Ausdrucksfähigkeit, muskuläre Verspannungsmuster sowie der bioenergetische Zustand. Was unter letzterem verstanden wird, darauf werde ich unten näher eingehen.

Zuvor ist aber eine Anmerkung zu den anthropologischen Voraussetzungen des bioenergetischen Leibverständnisses angebracht, um den sachlichen Ertrag des bioenergetischen Ansatzes angemessener würdigen zu können.

### **Anthropologische Grundlagen der Bioenergetik**

Betrachtet man das anthropologische Fundament der Bioenergetik, so findet man durchgängig kein genuines Verständnis der menschlichen Leiblichkeit vom Leiben des Leibes her, statt dessen wird der Leib in verschiedener Hinsicht als Körper eines Lebewesens untersucht und vergegenständlicht.

Es lassen sich mindestens drei Horizonte der Vergegenständlichung des Leibes in der Bioenergetik unterscheiden. Der Leib wird betrachtet 1. Als Organismus, der noch einmal restriktiv nach dem Modell des Einzellers auf die dem Lustprinzip folgenden Grundfunktionen, von Ausdehnung/Einverleibung und Kontraktion/Ausscheidung hin ausgelegt wird [vgl. Lewis und Lowen, 1979, p. 217]. 2. Als Konstitutionstypus in der Charakterkunde und 3. als physikalisches Objekt, sprich energetisches System, wobei letztere Auslegung die anderen fundieren soll (siehe unten) [BE, pp. 3, 33].

Dem vergegenständlichten Leib wird dann – recht schizoid – ein Ich gegenübergestellt. Dazu nur zwei erhellende Stellen bei Lowen, die für zahlreiche ähnliche stehen: «Im Körperlichen ist der Mensch ein Tier, egozentrisch und nach Lust und Bedürfnisbefriedigung strebend. Im Bereich des Ichs ist der Mensch ein rationales und kreatives Wesen, ein soziales Geschöpf, dessen Tätigkeiten darauf abzielen, Macht zu erlangen und die Umwelt zu verändern. Normalerweise gehen Ich und Körper eine enge, gut funktionierende Partnerschaft ein» [VK, p. 16]. Und: «Das Es setzt der Vorstellung des Ichs die Realität des Körpers, dem Wissen des Ichs die Gefühle des Körpers und dem Machtstreben des Ichs das Luststreben des Körpers entgegen» [ebd., p. 271].

Lowen präsentiert hier im Anschluss an Freud und Reich eine triviale Variante der neuzeitlichen Auslegung des Animal rationale. Da eine Kritik derartiger Bestimmungen des Menschen zum Lieblingssport daseinsanalytischer Autoren zählt, kann ich mir an dieser Stelle einen Abschuss ersparen und werde statt dessen auf das Konzept der Bioenergie, das der ganzen Richtung den Namen gab, etwas ausführlicher zu sprechen kommen.

Auf den ersten Blick steckt hinter dem Namen «Bioenergie» nicht etwa eine Variante des vitalistischen Gedankens einer Lebenskraft, sondern eher ein Physikalismus der gröberen Machart: «Wenn wir nicht mystisch werden wollen (wie W. Reich mit seiner Orgonenergie, Anm. d. Verf.), müssen wir das Energiekonzept als eine physikalische Erscheinung ansehen, d.h. als etwas Messbares... Es ist zu diesem Zeitpunkt nicht wichtig, die endgültige Form dieser Grundenergie zu kennen. Wir arbeiten mit der Hypothese, dass es im menschlichen Körper eine fundamentale Energie gibt, ob sie sich nun in psychischen Phänomenen oder in der Bewegung des Körpers manifestiert. Diese Energie nennen wir einfach «Bioenergie». Sowohl seelische als auch leibliche Vorgänge werden durch das Wirken dieser Bioenergie bestimmt. Alle Lebensvorgänge lassen sich auf Manifestationen dieser Bioenergie zurückführen» [KA, p. 33].

Als energetisches System funktioniert der menschliche Organismus nach der bioenergetischen Theorie ganz in der Weise, wie das etwa auch das hydraulische Triebmodell

von Konrad Lorenz postuliert: Durch Atmung und Stoffwechsel wird Energie aufgenommen bzw. im Organismus freigesetzt, was zu einer mit Unlust verbundenen Spannung führt, die sich schliesslich durch lustvolle Entladungen Erleichterung verschafft [s. z.B. KA, pp. 60–74]. Vom energetischen Gesichtspunkt aus ist es das Ziel der Bioenergetik, den Energiepegel des Patienten zu optimieren, d.h. die Ladungs- und proportional dazu die Entladungsfähigkeit zu steigern [BE, pp. 4, 5; zum Begriff der Bioenergie und seinem geschichtlichen Hintergrund siehe Frank und Frank, 1975, pp. 69–71].

Gottseidank konzidiert Lowen sogleich zur Hypothese der Bioenergie: «Ein solches einheitliches Konzept hat zwar jeder Analytiker im Hinterkopf, aber es ist in der analytischen Therapie nicht direkt praktisch anwendbar.» Praktikabler, weil phänomennah, sind dagegen die nicht physikalistisch-monistischen Züge des bioenergetischen Energiebegriffs.

In der Bioenergetik spielt nämlich die Energie nicht nur als hypothetisches Prinzip eine Rolle, sondern auch als ein erfahrbares Leibphänomen. Ein Mensch voller Energie in diesem zweiten Sinn ist nach Lowen jemand, dessen «Lebensgeister geweckt sind», der sich besonders lebendig fühlt, weil er Spannkraft und Beschwingtheit besitzt [BE, p. 52]. Lowen spricht davon, dass diese Lebendigkeit spürbar ist als Energiefluss bzw. als eine Erregungswelle und Pulsation der Energie im Körper. Damit wird – phänomenologisch ausgelegt – eine Dimension der Leiblichkeit thematisch, die man, im Unterschied zum Leiben des Bezugs zum Seienden dort, das je hier geschehende, uns unser leibliches Hiersein eröffnendes Durchleibensein des Leibes im Leibgespür nennen kann.

Mit dieser Differenzierung einer zweifachen Weise des Leibens sollen nicht zwei voneinander getrennte Arten des Leibens namhaft gemacht werden, vielmehr soll darauf hingewiesen werden, dass der eine Vollzug des leibenden In-der-Welt-Seins in sich zumal ein Leiben des Dortseins beim innerweltlichen Seienden und ein Durchleiben des Leibes hier ist.

In der Phänomenologie der Leiblichkeit, wie sie Heidegger und Boss entwickelten, wurde der letzteren Gegebenheitsweise des Leibens relativ wenig Aufmerksamkeit geschenkt.

Mit gutem Grund wird ja, der Illusion einer in sich befangenen Ich-Bewusstseins-Kapsel glücklich entronnen, vom weltweiten Offenständigsein als Grundzug des menschlichen Wesens ausgegangen, dem das Offene seiner Welt die Möglichkeit zum leibhaftigen Vollzug der verschiedenen Bezüge des Wahrnehmens, Fühlens usw. gibt. Dabei wird zwar wohl gesehen, dass die im Offenen des Da spielenden Bezüge von einem Dort her und antwortend nach einem Dort hin stets im leibhaftigen Hier ihren Ort der Sammlung haben. Über die sicher wichtige Erkenntnis, dass das Hiersein in der Welt immer auch ein Dortsein ist, wird dann aber der Gebärde des Hingewandtseins folgend fast ausschliesslich das leibliche Sein-bei thematisiert, und die innere Struktur des leiblichen Hierseins

wird kaum mehr bedacht.[vgl. z.B. das Kapitel «Die Leiblichkeit des Menschen» in Boss, 1971, pp. 271–285.]

Die These von der Unbeachtetheit des Leibes im ungestörten Leiben entspricht diesem Ansatz. Beachtung des Leibes gibt es ihr gemäss nur, wenn der Vollzug des Leibes gestört ist oder der Leib nicht mehr in seinem Leiben, sondern als Körper zur Anwesenheit gelangt.

Bezüglich dieser These wäre noch einmal sehr genau nach der Weise des Wegseins des Leibes im Leiben zu fragen. Vielleicht ist sie gar nicht eindeutig, sondern kennt verschiedene Modi. Es könnte sich unter Umständen um eine Abwesenheit handeln, deren Verborgenes äusserst intensiv präsent ist.

Auch bilden das Innesein des Leibes und das Sein bei anderem Seienden nicht in jedem Fall eine strikte Alternative. Das eine muss nicht unbedingt auf Kosten des anderen sich ereignen. Wem z.B. das Herz bis zum Hals schlägt, weil er sich über jemandes Kommen freut, der spürt dies und entdeckt damit weder nur die Körperlichkeit seines Leibes noch auch seine am Vollzug ungestörten Leibes gehinderte Leiblichkeit, sondern er spürt sich selbst als ganz durchleibt von Freude und vollzieht so gerade seine intensive, unbehinderte Bezogenheit als eine, die seinen Leib durchwaltend über ihn gekommen ist, in die geworfen er sich findet und sich selbst gegeben ist.

Am interessantesten in Hinsicht des Leibgefühls sind bei Heidegger wohl die bekannten Stellen aus seinen Nietzsche-Vorlesungen von 1936/37 bzw. 1939 [Heidegger, 1961, pp. 118–119, 565–569]. Er spricht dort davon, dass wir von der Zuständlichkeit unseres Leibes durchströmt werden. In diesem Durchströmtwerden fühlen wir uns selbst, d.h. das Leibspüren in seiner strömenden Bewegtheit ist ein Modus des Sich-selbst-Offenbarwerdens und Selbstseins. Was uns aber in unserem «Empfindungsbezirk, den wir als Leibbezirk kennen» [a.a.O., p. 566], durchströmt, das ist Heidegger zufolge im Grunde der stimmungsmässig erschlossene «Reichtum des Werdens und Strömens der Welt im Ganzen» [a.a.O., pp. 566–567].

Es ergeben sich daraus fürs erste folgende Strukturmomente des den Leib durchleibenden Leibgefühls:

1. Es ist im wesentlichen ein Durchleibtwerden-von.
2. Es ist ein Leiben, in dem der Leib sich selbst zu spüren gibt als von dem, was ihn durchleibt, angegangener und durchwalteter.
3. Die Durchleibung des Leibes hat eine eigene Bewegtheit. Sie zeitigt sich, Heidegger zufolge, auf eine strömende Weise (vgl. Lowens Rede vom Energiefluss bzw. der Erregungswelle).
4. Sie ist als die je unseren Leib durchströmende und belebende Leibzuständlichkeit immer auch eine Weise unseres Selbstseins.
5. Das Leibgefühl ist gestimmtes Leiben, trägt die Stimmung des Daseins leiblich aus.

Ich glaube, es lohnt, das bei Heidegger hier nur eben angerissene Problemfeld der Zusammengehörigkeit von Befindlichkeit, Leibgespür, Selbstsein und Weltoffenheit im Dialog mit der bioenergetischen Körpertherapie weiter zu erkunden, die sich dabei z.T. als lehrreicher Versuch einer wenn auch oft durch die oben erwähnten anthropologischen Prämissen reichlich verkappten Phänomenologie und Pathologie des Durchleibseins des Leibes erweist.

Um dies zu zeigen, komme ich nun auf die bioenergetische Analyse der schizoiden Leiblichkeit zurück.

### **Die schizoide Leiblichkeit**

Ich konzentriere mich, meinem gerade dargelegten Auslegungsinteresse entsprechend, auf ihre energetische Dimension. Den anderen wichtigen Aspekt des bioenergetischen «body reading», der in der Tradition der Physiognomik von Lavater bis Kretschmer steht, muss ich dabei unterbelichtet lassen. Er kommt nur insofern in Betracht, als der sichtbare Leib immer auch die Weisen, in denen er durchlebt ist und werden kann, anzeigt.

Den Bezug von fließender Durchleibtheit des Leibes und leiblich gespürter Identität und Ganzheit deutet Lowen folgendermassen an: «Im bioenergetischen Sprachgebrauch bezeichnet das Wort <Integrität> den ununterbrochenen Erregungsstrom im Körper – vom Kopf hinab zu den Füßen und von dort wieder hinauf zum Kopf» [SK, p. 226]. Wo diese vertikale Welle des Empfindens kräftig und ungebrochen schwingen kann, fühlt man sich in seiner Leiblichkeit geeint, «wie aus einem Guss» [ebd].

Beim Schizoiden ist die so geartete Durchleibbarkeit des Leibes auf mannigfache Weise beeinträchtigt. Nach Lowen bringen schon die Länge und Dünnhheit des Leibes, die für den vorwiegend asthenisch verfassten Schizoiden charakteristisch sind, mit sich, dass die Energiepulsation schwach entwickelt ist und die Aufwärtsbewegung des Erregungsstroms vorherrscht [siehe SK, p. 160].

In bezug auf die Zuordnung der Schizoidheit zu einem asthenischen Körperbau schliesst sich Lowen Ernst Kretschmer an. Anders als dieser versucht Lowen aber nicht, die Typen des Körperbaus auf erbliche Faktoren zurückzuführen, sondern will sie vor allem in lebensgeschichtlich erworbenen Muskelverkrampfungen fundieren. Ausserdem betont er, dass eine ausschliesslich am Körperbau orientierte Charakteranalyse zu einseitig ist: «Wenn man die Persönlichkeit aber nur im Zusammenhang mit dem körperlichen Typus sieht, gerät man in eine Sackgasse. Man muss die Beziehung zwischen Körper und Persönlichkeit dynamisch betrachten, das heisst, man muss gleichzeitig andere Faktoren

berücksichtigen, zum Beispiel die Motilität und die Ausdrucksfähigkeit des Körpers, beides Schlüsselemente der Persönlichkeit. Die Kategorie «asthenisch» hat nur insoweit Sinn, als sie das Ausmass der Muskelverkrampfung eines Menschen anzeigt» [VK, p. 43; vgl. zur Auseinandersetzung Lowens mit Kretschmer auch VK, pp. 80, 81, 196].

Schwerer wiegen die Beeinträchtigungen des Leibgespürs durch die Spaltung zwischen den Hauptsegmenten Kopf, Brust und Becken sowie die empfindungsmässige Getrenntheit der Arme und Beine vom Rumpf.

In der Haltung zeigt sich die Disparität dieser Leibbereiche in verschiedener Weise. Zum einen sind oft die einzelnen Partien gegeneinander verschoben, so dass sie sich nicht um eine gemeinsame Mittelachse anordnen, sondern winklig zueinander stehen [BE, pp. 63, 163]. Ebenso tritt häufig eine Diskrepanz zwischen unterer und oberer Körperhälfte auf, die manchmal geradezu von zwei verschiedenen Personen zu stammen scheinen [Beispiele hierfür: VK, pp. 35, 75].

All diese Diskrepanzen verunmöglichen, dass der durchlebte Leib in einem einheitlichen Gefühl zusammenfliesst [BE, p. 63]. Die Gestimmtheit und Spannung in den Leibbereichen ist unterschiedlich, die Weise wie man sich von ihnen aus Raum einräumt disharmoniert genauso wie ihr Eigenraum im Bezug zu den anderen Teilräumen des Leibes.

Der Grundtonus des Leibes, der nichts anderes ist als die leibliche Spannkraft, d.h. Entschlossenheit und Beziehungsbereitschaft, ist nicht nur fragmentiert, sondern befindet sich in einer Verspannung, die den Leib entweder durchgängig verhärtet oder mit einer oberflächlichen Erschlaffung einhergeht. «Das Erste ist ein von jedem emotionalen Inhalt losgelöster Zustand der Hypermotilität. Der Körper ist angespannt und geladen, aber die Bewegung ist mechanisch. Im zweiten Fall ist die Motilität herabgesetzt, aber es besteht eine geringere affektive Dissoziation. Die geringe Anspanntheit beschränkt sich auf die Oberflächenmuskulatur. Durch Tasten bestätigt sich immer, dass die Muskeln in der Tiefe verkrampft sind» [KA, p. 438]. Beide Formen des Tonus versteht Lowen als Antwort auf die als grauenhaft und äusserst bedrohlich erfahrene Ablehnung in früher Kindheit [VK, pp. 60, 61; Weiterführendes zu Überspannung und Erschlaffung als Verhalten angesichts von Bedrohung in Kastrinidis, 1990, pp. 44–46].

Nach dieser allgemeinen Charakteristik nun zu den betroffenen Zonen des Leibes im einzelnen. «Die Haltung des Schizoiden oder Schizophrenen ist eine Haltung der Distanzierung, gleichsam als werde der Kopf von der Hauptrichtung des Energieflusses im Körper weggezogen» [KA, p. 436]. Der Kopf steht darüber oder daneben, jedenfalls nicht im Geschehen des leiblichen Sichspürens.

Der Kopf wird nicht nur weggezogen und herausgehalten, sondern vor allem auch durch einen Spannungsring an der Schädelbasis von den aus dem Rumpf hochfliessenden Regungen abgeschnitten, was für den spezifischen Blick konstitutiv ist, der den Schizoiden in auffälliger Weise prägt und seine existentielle Problematik so in sich versammelt, dass Boadella [1984] sogar vorschlug, die Bezeichnung «okularer Charakter» analog etwa zu «oraler Charakter» für die Schizoidheit einzuführen [p. 45].

«Das erste, was dem Beobachter eines schizophrenen oder schizoiden Menschen merkwürdig vorkommt», so auch Lowen, «ist der Ausdruck in den Augen des Anderen» [VK, p. 67]. Man kann diesen Blick als leer, gläsern, kalt, unbeteiligt beschreiben. Lowen spricht von einem Sehen ohne zu Blicken, wobei er unter Blicken die aufmerksame mit Gefühl verbundene Zuwendung zum Angeblickten versteht [siehe VK, p. 69]. Die Fähigkeit, im Blick selbst so gegenwärtig zu sein, dass man den anderen damit trifft, das ausstrahlend-aggressive Moment des Sehens, ist beim Schizoiden gestört, was auch das blickende Verweilenkönnen an einem Ort erschwert.

Nach der bioenergetischen Analyse hängt das erblickende, etwas ins Auge fassende Sehen an einem Gefühlsstrom, der den Rücken hoch und über Nacken und Schädel zu den Augen verläuft [siehe BE, pp. 252–263]. Diese Empfindungsbahn wird durch eine Verspannung besonders am Atlas abgeschnitten. [Mehr zur Analyse des schizoiden Blicks in der aufschlussreichen Fallstudie von Boadella, 1984, besonders pp. 41–46.]

Dem ist zunächst einmal die Erkenntnis zu entnehmen, dass das Leiben unseres Weltverhältnisses nicht dem Kopf entspringt, sondern, was die Gestimmtheit und persönliche, selbsthafte Zuwendungsfähigkeit betrifft, ursprünglich unseren Rumpf durchleibt und von dort aus die Sinne des Hauptes belebt und öffnet. Beim Schizoiden ist die Einbezogenheit des Kopfes in das Gespür des Rumpfes unterbunden. Aus Angst, etwas von sich und seinen Gefühlen preizugeben, lässt er durch Verspannungen am Übergang von Kopf und Hals nicht zu, dass er selbst mit seiner im Rumpf sich regenden gefühlshaften Leibzuständlichkeit in den Blick steigt und ihn durchstimmt. Dadurch aber wird sein Blick leer und immer weniger fähig, sich auf das Sichtbare zu beziehen.

Nicht nur zwischen Kopf und Rumpf, auch zwischen Rumpf und Becken ist die Erregungswelle reduziert. «In allen Fällen ... ist eine Verengung des Körpers in der Taillengegend zu beobachten, die auf ein chronisches Zusammenziehen des Zwerchfells zurückgeht» [VK, p. 75].

Die Kontraktion des Zwerchfells verhindert, dass die Welle des Atems die Bauchgend erfasst. Da das Sichspüren im ganzen Leib, besonders

aber im Rumpf, wesentlich von der Atmung entfacht und getragen wird, bedeutet die Nichtbeatmung des Bauchraumes zusammen mit der meist anzutreffenden Angespanntheit der Bauchmuskeln, dass Empfindungen der Bauchregion nicht zugelassen werden können. Der Unterleib wird auf diese Weise leibgefühlsmässig leer und tot gehalten [siehe VK, p. 160]. Die Atmung verlegt sich auf die Rippenbewegung, doch ist sie auch dort flach, die Brust bleibt schmal und verkrampft.

Generell gilt entsprechend bioenergetischer Analyse: «Wer wenig atmet, fühlt wenig» [VK, p. 162], und jede Flucht vor der eigenen Befindlichkeit, auch die in Neurosen stattfindende, ist von Fehlathmung begleitet. Anders als der Neurotiker neigt der Schizoide nach Lowen aber dazu, nicht wie dieser den Atem nach dem Einatmen zurückzuhalten, sondern in der Ausatemungslage zu verweilen. Lowen führt das darauf zurück, dass der Schizoide Angst hat, sich zu öffnen und die Welt aufzunehmen [VK, p. 157]. Deshalb lässt er sich nicht auf die beim Einatmen leiblich spürbare Weitung ein. Die Empfindung des Nach-oben-Gehens dagegen wird durch Einziehen des Bauches, Heben der Brust und Schultern noch betont, was der Tendenz des Schizoiden entspricht, sich vorwiegend im Kopfbereich aufzuhalten. Diese Art zu atmen findet man bei Gesunden in Angstzuständen oder Stresssituationen. Sie entspricht der untergründigen Panik, in der sich der Schizoide befindet, sowie seinem chronischen Gefühl des Überfordertseins [vgl. VK, pp. 161, 162].

Dem Durchleiben des Leibes ist auch der Weg nach unten über die Beine und Füße in den Boden versperrt. Der Schizoide glaubt nicht, dass seine Beine ihn tragen werden, wenn er sich dem tragenden Boden überlässt. Er fühlt sich nicht darauf vorbereitet, auf eigenen Beinen zu stehen und hat dementsprechend latent Angst davor, dass seine Beine versagen und er zu Fall kommt.

Dass Schizoidheit und Schizophrenie mit Phänomenen des Verlustes der Standfestigkeit, mangelnder Eigenständigkeit, dann auch des Gefühls des Schwebens und Nirgendwoseins verbunden sind, ist in der Psychologie seit langem bekannt. Aber die leibliche Seite davon, dass nämlich das Leibgefühl nicht in die Beine und durch die Füße in den Boden strömen kann, ist meines Wissens erstmals von Lowen explizit als Verlust der Erdung analysiert worden. Mit dem Prinzip der Erdung dürfte ihm ein wesentlicher Beitrag zur Phänomenologie der Leiblichkeit geglückt sein.

Standfestigkeit und damit ein freies Selbstsein bewahren angesichts der sich öffnenden Weite des Daseins kann nur, wer seine Zugehörigkeit zur Erde liebt und so geerdet ist. Die Erdung ist konstitutiv dafür, «dass ein Mensch weiss, wo er steht, und damit wer er ist. Geerdet sein heisst, dass ein Mensch seinen <Stand> hat, dass er ein <Jemand> ist» [BJ, p. 19].

Der Zug der Erde, von dem wir uns im Erden durchleiben lassen, ist primär keine uns bedrückende Last, sondern hält uns so zum tragenden Grund hin, dass gelöste Aufrichtung und unbefangener Selbststand an ihm einen Halt gewinnen können.

Die Schwere, mit der uns die Erde im Zug auf sich zu einbehält, hält uns nicht etwa nur an ihre Oberfläche hin, die als solche nichts Tragendes und Haltgebendes an sich hat. Vielmehr bedeutet die Bezogenheit zur Erde, «dass Energie und Gefühl durch die Beine in den Boden frei fließen können» [Lewis und Lowen, 1979, p. 220]. Es handelt sich also nicht um einen blossen Berührungskontakt zum Boden, sondern eher um eine Wurzelung, die spürend hinunterreicht in die verborgene Tiefe des tragenden Grundes. Erdung bedeutet zunächst das Wagnis, dem abgründig Tragenden Raum zu geben, sich loszulassen, um, vom gründenden Grund durchwaltet und von ihm zum Selbstsein freigegeben, im Liegen, Sitzen, Stehen, Gehen usw. vereint mit ihm da zu sein.

Erdung ist zugleich Aufrichtung, Erhebung und damit der leibliche Austrag von Würde und Selbstachtung. «Damit der Körper eine würdevolle Haltung hat, sollte er gerade sein, und der Kopf sollte hoch erhoben sein» [N, p. 244]. «Der Schlüssel zur Würde ist das Gefühl, mit den Füßen fest auf dem Boden zu stehen. Unsere Beine und Füße sind wie die Wurzeln eines Baumes, die den Baum nicht nur in seiner Realität verankern, sondern auch die Grundlage für den Aufwärtsschub seines Wachstums sind» [a.a.O., p. 246].

Die primäre Erschliessung dieser im wahrsten Sinn des Wortes fundamentalen Dimension des Daseins ist dem Leibgespür überlassen.

Der Schizoide kann sich von der Erde nicht tragen lassen, aus Angst nicht stehen zu können, sondern zu fallen. Seine Fallangst ist eine spezifische. Er fürchtet auseinanderzufallen, wenn er sich loslassen würde.

Seine ganze Haltung ist gezeichnet von seinem Sichzusammenreißen [vgl. Frank und Frank, 1975, p. 79]. Es ist dem Schizoiden unmöglich, sich in spontaner Bewegung der eigenen Leiblichkeit anzuvertrauen. Statt dessen entwickelt er in den Gelenken, in denen sonst am geringsten Festigkeit und am meisten freie Beweglichkeit und Atemstrom zu spüren ist, Starrheit [vgl. dazu Boss, 1978, p. 168].

Besonders charakteristisch ist die Steifheit der Fussgelenke – «Ich habe nie bei einem Menschen mit schizoider Charakterstruktur gesehen, dass das Fussgelenk flexibel war» [VK, p. 438] – und der Schultern.

Während für den Gesunden der Stand und Gang ein beständiges Preisgeben und Neufinden des Gleichgewichtes sind, wird nun dieses subtile Spiel mit der Schwere in feinfühligem Bezug zum tragenden Boden unterbunden, die Füße und Beine zu einer Art Sockel versteinert, auf dem der Oberleib wie eine Büste steht. Eine für alle Starrheit in den Gelenken typische trügerische Sicherheit bildet sich.

An den Schultern sorgen tiefliegende Verspannungen am Schulterblatt dafür, dass die Bewegungen der Arme und Hände nicht vom Rumpf aus

belebt und durchspürt werden können. Die Arme «baumeln wie leblose Fortsätze in ihren Gelenken» [VK, p. 74]. Bei ausgreifenden Bewegungen strömt nicht mit dem Atem aus der Herzgegend Gefühl bis in die Finger, und hin zu dem, wonach der Griff ausgreift, d.h. die Gebärde ist nicht durchatmet und also durchleibt, sondern wirkt aufgesetzt und mechanisch. Verständlich, denn: «Der schizoide Rückzug beinhaltet eine stumme Negation, die schizoide Starrheit einen stummen Widerstand. Der Schizoide sagt in Wirklichkeit: «Ich will nach nichts greifen»» [VK, p. 253].

Die Einzelbefunde, die ich eben zum Teil referiert habe, zusammenfassend beschreibt Lowen die bioenergetische Grundstruktur der schizoiden Leiblichkeit folgendermassen: «Die Energie wird von den äusseren Teilen des Körpers zurückgehalten – nämlich von den Organen bzw. Körperteilen, die den Kontakt zur Aussenwelt herstellen: Gesicht, Hände, Genitalien und Füsse. Diese Organe haben eine unzureichende bioenergetische Verbindung zum Kern, das heisst, die Kernerregung fliesst nicht ungehindert zu ihnen, sondern wird von chronischen Muskelverspannungen an der Kopfbasis, den Schultern, dem Becken und den Hüftgelenken blockiert. Die Funktionen dieser Organe werden also von den Gefühlen im Zentrum getrennt» [BE, pp. 131, 132].

Es ist, als würde der Schizoide alle Kraft seines Hierseins darauf verwenden, sich in der Mitte zusammenzuhalten, bemüht, diesen Zusammenhalt durch kein wünschendes oder begehrendes Ausgreifen oder Ausschreiten zu gefährden. «Der schizoide Mensch hat Angst davor, Forderungen an das Leben zu stellen, die zu Lust und Befriedigung führen würden. Das Greifen nach der Welt ruft ein unbestimmtes Gefühl des Grauens hervor» [VK, p. 49]. Das Grauensvolle dieses Grauens ist nichts Bestimmtes, vielmehr ein in der Tiefe seines Daseins drohender Untergang seiner Welt, dessen Eintritt ihn auseinanderfallen, in Stücke gehen liesse [siehe dazu VK, p. 47]. Die Starrheit des Schizoiden ist nach Lowen sowohl als Abwehr des Grauens und Versuch, sich selbst vor der Vernichtung zu bewahren, zu verstehen als auch als unmittelbarer Ausdruck seines Grauens selbst [VK, p. 56].

Sie ist eine kalte Starre. In der Beschreibung schizoider Leiblichkeit kommt Lowen immer wieder auf verschiedene Aspekte der schizoiden Kälte zu sprechen: Der Blick ist kalt (siehe oben), die Gelenke und das Zwerchfell wie eingefroren [KA, pp. 438–439], Hände und Füsse ebenfalls kalt [BE, p. 133; VK, pp. 165–167, 169, 170].

«Der Körper des Schizoiden», meint Lowen, «ist in vieler Hinsicht gefroren, und man kann die gesamte Therapie mit einem Auftauen verglei-

chen» [VK, p. 232; vgl. dazu auch KA, pp. 454, 455, sowie Boadella, 1984, pp. 51, 52].

Schizoide wie auch Schizophrene weisen, wie Lowen unter Berufung auf Untersuchungen von Shattock und Abramson feststellt, allgemein eine verminderte Hauttemperatur und übermässige Gefässverengung auf, wobei die innere Kälte, besonders bei Schizoiden mit paranoiden Tendenzen, durch Hyperaktivität oberflächlich vertrieben werden kann [VK, pp. 165–167, 169–171].

Offensichtlich ist das Sichwohlfühlenkönnen in bestimmten Bereichen des Leibes und damit die Fähigkeit, auf zustimmende Weise in den von ihnen geleibten Bezügen präsent zu sein, wesentlich mit dort spürbarer Wärme verbunden.

Ein von Wärme durchleibter Leib, der warm werden kann mit der Welt, in der er sich befindet, wird aber nur möglich in der erwärmenden Gegenwart mitmenschlicher Zuwendung, die dem Schizoiden nach der Meinung Lowens oft schon im Mutterleib entzogen war [siehe dazu KA, pp. 447, 448; VK, pp. 198–200].

So ist die Wärme, die unseren Leib durchleibt und unser Hiersein öffnet für das Selbstsein inmitten unserer Welt, ursprünglich die uns umgebende und erfüllende Wärme des Anwesenheitsbereiches uns zugeneigter Anderer, die uns Zeit und Raum zum Dasein geben.

Allein dieser unseren Leib durchleibende Anwesenheitsbereich gewährt uns ein relativ ungespaltenes leibliches Selbstsein, und in ihm vermag sich auch der Schizoide aus der drohenden Zerrissenheit seines Daseins zurückzuholen.

### **Von der schizoiden Entleibung zur Leiblichkeit des Selbst**

Der schizoide ist auf eine Weise leiblich, die ihn an die Schwelle des Selbstverlustes bringt. Um der drohenden Gefahr des Untergangs zu entinnen, distanziert er sich weitgehend von seinem leiblichen Selbstsein. Er versucht, sich aus seiner leibhaftigen Anwesenheit herauszuhalten. Wer sich mit dem Leid schizoiden Leibens vertraut macht, wird dabei unweigerlich auch von dem angesprochen, was darin abwest. Er wird verwiesen auf eine Verfassung der Leiblichkeit, die den Austrag des Selbstseins zu gewähren vermag.

Abschliessend möchte ich kurz der Frage nach dieser Weise Leibens nachgehen, wobei ich auf die wenigen und sicher nicht vollzähligen Struk-

turen des Durchleibtsein des Leibes zurückgreife, die in der obigen Analyse angesprochen wurden.

In einer zum Dasein ermutigenden Atmosphäre des Mitseins durchleibt die Welt als die offene Tiefe, Weite und Höhe des Selbstseins den Leib. Wir können uns im Anwesenheitsbereich zum Dasein freigebender Anderer bewegen lassen, in diesen den Leib durchspannenden Dimensionen ausgestreckt selbst zu sein. Dann sind wir bezogen von einem Zug, der uns sowohl von oben ergreift als auch aus der Tiefe hält und uns in die Weite versetzt, wo das aus ihr uns angehende Seiende uns Richtungen eröffnet, nach denen wir uns ausrichten können. Dieser Bezug heisst uns, aufrecht unter dem überwölbenden Himmel, geerdet, die Weite der Welt zu bewohnen.

Der Erregungsstrom, der nach Lowen den Leib von Kopf bis Fuss durchströmt und uns eine Leiblichkeit wie aus einem Guss verleiht, lässt sich verstehen als vor allem auch im unbehinderten Atmen sich ereignender Rhythmus von Wurzelung und Weitung, Auf- und Ausrichtung. Das situationsgemäss wechselnde Verhältnis dieser vier ist das den Leib Tonisierende, verleiht ihm die für das jeweilige Weltverhältnis notwendige, gelöste Spannkraft.

Sich in den Zug der Tiefe, Höhe und Weite zu stellen und sich von ihm durchleiben zu lassen, bedeutet die Integration der einzelnen Leibbereiche, die, insofern sie von einem durchgehenden Spannungsbogen durchzogen sind, als integrales Ganzes gespürt werden können. (Selbst im Schlaf, in der Ohnmacht und im Koma geht dieser Grundtonus nicht verloren, sondern wird nur auf ein Minimum abgespannt.)

Die Leibbereiche gewinnen, in den Zug hineingenommen, eindeutige, ungespaltene Ausrichtung nach oben, unten, rechts, links, vorne und hinten. Die Offenheit in diese Dimensionen der Räumlichkeit wird zusammengehalten durch die Zentrierung des Leibes um seine vertikale Mitte. Das ausgespannte und nicht durch Verspannungsringe gebrochene Leibgefühl vermag von dieser die Haltung tragenden Achse aus die Extremitäten und damit die ausgreifenden und ausschreitenden Bezüge zu durchleiben, ohne die Ruhe der Sammlung zu verlieren.

Flexibilität in der Mitte, wie auch in den Gelenken, die die bewegliche Verbindung zur Mitte bilden, wird in der Bewegung nicht nur als Anmut sichtbar, sondern auch als den Leib durchleibender Bewegungsfluss gespürt.

Das Durchleiben des Rumpfes im allseitig sich ausbreitenden Atemraum gibt ausserdem der Befindlichkeit Entfaltungsmöglichkeiten und

eröffnet die Freiheit zum gebärdenhaften Austrag der Stimmung, die Antlitz und Glieder ergreifen kann.

Wo der Rhythmus von Wurzelung ~~auf~~<sup>und</sup> Weitung, Auf- und Ausrichtung durch Über- oder Unterforderungen bzw. Ablehnung des Spannungsbogens des Daseins nicht gehalten werden kann, wird die Weitung, die hinter dem Anspruch der Weite zurückbleibt, zur Beengung; an die Stelle der Verwurzelung der Weite tritt das Sichbeengen in der Verspannung, ein zwanghaftes sich Zusammenhalten, das zugleich ein Sichertwurzeln ist. Der Zug zur Aufrichtung verkehrt sich in eine niederdrückende Last bzw. wird zur Richtung einer Fluchtbewegung, die der ängstigenden Erfahrung der Bodenlosigkeit nach oben zu entweichen versucht.

Der Lastcharakter des geleibten Daseins, seine Enge, Verspanntheit und Ungeerdetheit sind, auch wenn sie unser Dasein in seiner Alltäglichkeit allzuoft prägen, keine ursprünglichen Charaktere der Leiblichkeit, sondern werden erst möglich aufgrund eines zuvor schon den Leib durchlebenden Rufes in die Tiefe, Höhe und Weite des welthaften Selbstseins.

### Literatur

*Mit Siglen zitierte Schriften Alexander Lowens*

BE: Bioenergetik. Therapie der Seele durch Arbeit mit dem Körper; erw. Neuaufl. (Scherz, Bern 1987).

BJ: Bioenergetik für Jeden. Das vollständige Übungsbuch (Kirchheim, Gauting 1979).

KA: Körperausdruck und Persönlichkeit. Grundlagen und Praxis der Bioenergetik; 2. Aufl. (Kösel, München 1985).

N: Narzissmus. Die Verleugnung des wahren Selbst; 2. Aufl. (Kösel, München 1986).

SK: Die Spiritualität des Körpers. Innere Harmonie durch Bioenergetik (Heyne, München 1991).

VK: Der Verrat am Körper (Rowohlt, Hamburg 1982).

*Andere Literatur*

Boadella, D.: Der geteilte Körper; in Sollmann, Bioenergetische Analyse, pp. 37–57 (Synthesis-Verlag, Essen 1984).

Boss, M.: Grundriss der Medizin und Psychologie (Huber, Bern 1971).

Boss, M.: Praxis der Psychosomatik (Benteli, Bern 1978).

Frank, R.; Frank, R.: Zur Rolle des Körpers in der bioenergetischen Analyse; in Petzold, Die neuen Körpertherapien, pp. 62–90 (Jungfermann, Paderborn 1975).

Heidegger, M.: Nietzsche, vol. 1 (Neske, Pfullingen 1961).

Kastrinidis, P.: Wenn Liebe krank macht (Kreuz-Verlag, Zürich 1990).

Lewis, R.; Lowen, A.: Bioenergetische Analyse; in Petzold, Psychotherapie und Körperdynamik. Verfahren psycho-physischer Bewegungs- und Körpertherapie, pp. 217–245 (Jungfermann, Paderborn 1979).

Karl Baier, Sollingergasse 8/5/2, A-1190 Wien (Österreich)