

Editorial	1
<b>Erfahrungen – in diesen Zeiten</b>	
HUNTER BEAUMONT	
Selbstregulation in Zeiten der Unsicherheit	3
MANFRED SCHNEE	
Emotionales Gewahrsein in schwierigen Zeiten	17
NANCY AMENDT-LYON	
»Solange es dauert!«	33
Erfahrungen in einer gestalttherapeutischen Prozessbegleitgruppe, während der Krieg in der Ukraine noch weitergeht	
DIETER BONGERS UND KATHARINA STAHLMANN	
Was macht der Krieg mit uns Menschen?	
Erster Teil	49
Zweiter Teil	57
GABRIELE BLANKERTZ	
Erfahrungsbericht: Ukraine Support-Gruppe	64
ILLIA MSTIBOVSKIY	
Erwerb und Weitergabe neuer Erfahrungen durch Modellbildung als einzigartiger systemischer Vorteil des Gestaltansatzes	72
<b>Aus Theorie und Praxis</b>	
JOHANNES FEUERBACH	
Beziehung, die man tanzen kann Gestalttherapeutische Perspektiven	95
STEFAN BLANKERTZ	
Die Aktualität der Selbstorganisation Paul Goodmans Anarchismus	120
<b>Stimmen aus dem Feld</b>	138
<b>Rezensionen</b>	139
<b>AutorInnen</b>	141
<b>Termine</b>	143

Umschlagbild:  
Thomas Schön  
»Verwelkte Tulpen vor Bergbild«  
(2019)  
Acryl auf Leinwand, 110 x 90 cm

›GESTALT THERAPIE‹ /  
Abstracts  
Eine kontinuierlich aktualisierte  
Übersicht über alle Artikel aus der  
Zeitschrift GESTALT THERAPIE  
seit der Ausgabe 1/1987 mit Ab-  
stracts und Schlüsselbegriffen ist  
abrufbar über:  
[www.zeitschrift-gestalttherapie.de/](http://www.zeitschrift-gestalttherapie.de/)

#### Herausgeberin

Deutsche Vereinigung für Gestalttherapie e.V. (DVG) *Dachverband für Gestalt-  
therapeutInnen und Gestaltinstitute in der Bundesrepublik Deutschland*  
Grünberger Straße 14, D-10243 Berlin  
Tel. 030 / 74 07 82 84, Fax 030 / 74 07 82 85  
[info@dv-gestalt.de](mailto:info@dv-gestalt.de), [www.dvg-gestalt.de](http://www.dvg-gestalt.de)

#### Vorstand

Sibylle Ahlbrecht, Frank Köhler,  
Dr. Hella Gephart

#### Redaktion

Dr. Albrecht Boeckh (verantwortlich), Prof. Pierre-Carl Link,  
Dr. Leena Petersen, Manfred Schnee,  
Prof. Dr. Thomas Schübel, Rosemarie Wulf

#### Koordination und Endlektorat

Monika Hassenkamp

#### Anschrift der Redaktion

Dr. Albrecht Boeckh  
Eberhardstraße 25, D-72108 Rottenburg  
[redaktion@gestalttherapie-zeitschrift.de](mailto:redaktion@gestalttherapie-zeitschrift.de)  
[www.gestalttherapie-zeitschrift.de/](http://www.gestalttherapie-zeitschrift.de/)

#### Anschrift des Verlages

Edition Humanistische Psychologie EHP  
Postfach 1460 · D-58259 Gevelsberg  
Tel.: +49-(0)2332-666-4207 · Fax: -4209  
[bestell@ehp-koeln.com](mailto:bestell@ehp-koeln.com) · [www.ehp-verlag.de](http://www.ehp-verlag.de)  
Anzeigenverwaltung beim Verlag

#### Erscheinungsweise und Abonnement

Die Zeitschrift erscheint zweimal im Jahr. Der Abonnementpreis beträgt € 25,- /  
Einzelheft € 15,- zzgl. Versandkosten. Mitglieder der DVG erhalten die Zeitschrift  
im Rahmen ihres Jahresbeitrages kostenlos (print oder digital).  
Bestellungen bitte an den Verlag; Abbestellungen sind zum Jahresende unter  
Einhaltung einer dreimonatigen Frist möglich.

*Wir bitten um rechtzeitige Mitteilung von Adressenänderungen!*

Alle Beiträge sind urheberrechtlich geschützt, Nachdrucke sind nur mit schrift-  
licher Genehmigung und ausführlicher Quellenangabe zulässig. Mit Verfasser-  
namen veröffentlichte Beiträge decken sich nicht unbedingt mit der Meinung  
der Redaktion.

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen. Für unverlangt eingesandte  
Manuskripte wird keine Haftung übernommen.

Redaktionsschluss jeweils 1. Februar und 1. August

Die Zeitschrift wird ausgewertet von: [www.psyndex.de](http://www.psyndex.de)

#### Herstellung

Layout: MarktTransparenz Uwe Giese, Berlin  
Gedruckt in der EU

ISSN 0933 - 4238

# Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser,

**Erfahrungen – in diesen Zeiten.** Das ist das Thema der vorliegenden Ausgabe der Zeitschrift GESTALT THERAPIE. Anlässe, die uns Erfahrungen aufzwingen oder uns Erfahrungen schenken, gibt es viele. Die schreckliche Flutkatastrophe vom letzten Jahr noch in den Gliedern, immer wieder die Folgen von Klimaveränderungen und Kriegen vor Augen, rücken mit dem Russland/Ukraine-Krieg das Leid und die Angst noch ein Stück näher. Plötzlich ist wieder die Rede von einem möglichen Dritten Weltkrieg. Menschen kämpfen und flüchten – mitten in Europa. Wie kann das sein? Wie gehen wir damit um? Wie kann ein fühlender Mensch überhaupt mit so etwas umgehen?

In diesem Heft setzen sich Autor\*innen mit Erfahrungen auseinander. Es geht um besondere Erfahrungen: Lebenserfahrungen, Grenzerfahrungen, Kriegs- und Fluchterfahrungen, Begegnungserfahrungen. Erfahrung soll heißen: merken, dass es mich angeht. Aufmerken, hinspüren, an mich heranlassen, ohne davon überrollt zu werden. Davon handeln die vorliegenden Heftbeiträge.

Den Anfang macht **Hunter Beaumont**, dessen Eröffnungsvortrag der diesjährigen Gestalttherapie-Tagung der DVG in Nürnberg wir hier veröffentlichen. Unter dem Titel *Selbstregulation in Zeiten der Unsicherheit* gewährt uns der Autor Einblick in seine Lebenserfahrungen als Gestalttherapeut. Er ist in den USA und in Deutschland zuhause, immer offen für Entwicklungen der Therapie in den sich verändernden gesellschaftlichen Situationen. Der abgedruckte Vortrag kann allerdings nur zum Teil die berührende

Atmosphäre seines sehr persönlichen Vortrags wiedergeben. Hunter Beaumont ist ein Gründungsmitglied der DVG.

**Manfred Schnee** plädiert für *Emotionales Gewahrsein in schwierigen Zeiten*. Gerade weil es in diesen Zeiten um Probleme enormer gesellschaftlicher und globaler Tragweite geht, brauche es fühlende Menschen, die an sich heranzulassen wagen, was uns bedroht und Angst macht. Nur so lasse sich Gesellschaft nachhaltig verändern.

**Dieter Bongers** und **Katharina Stahlmann** stellen die wichtige Frage: *Was macht der Krieg mit uns Menschen?* In ihren beiden Beiträgen berichten sie jeweils von einem Teil ihrer Aktivitäten zur Unterstützung von Ersthelfern und Gestaltkolleg\*innen, insbesondere aus Polen und der Ukraine, und dem, was sie währenddessen in den letzten Monaten erlebt haben. Dabei berichten sie auch von ihren ganz persönlichen Zugängen und Schlussfolgerungen aus der Auseinandersetzung mit dem Krieg der letzten Monate.

**Gabriele Blankertz** berichtet aus der Praxis der Begegnung mit Menschen, die aus der Ukraine nach Berlin geflüchtet sind. In ihrem *Erfahrungsbericht: Ukraine Support-Gruppe* erzählt sie, wie bedeutsam für die von ihr betreute Gruppe, die vorwiegend aus GestalttherapeutInnen besteht, neben aller praktischen Unterstützung die gemeinsame »Gestalt-Identität« ist.

**Nancy Amendt-Lyon** lässt uns erahnen, welche Erfahrungen die Menschen in der Ukraine unter den Bedingungen des Krieges machen: »Solange es dauert!« *Erfahrungen in einer ge-*

*stalttherapeutischen Prozessbegleitgruppe während der Krieg in der Ukraine noch weitergeht.* Sie reflektiert einfühlsam und differenziert ihre professionelle Unterstützung ukrainischer Kollegen. Dabei geht sie auch auf ihre eigenen Prozesse während dieser – noch andauernden – Arbeit ein. Sie beschreibt Entstehung und Entwicklung dieser Gruppe, ihre Themen und Herausforderungen und lässt Teilnehmer aus der Gruppe zu Wort kommen.

**Illia Mstibovskyi**, ukrainischer Gestalttherapeut und Ausbilder für Gestalttherapie, befasst sich in seinem Artikel: *Erwerb und Weitergabe neuer Erfahrungen durch Modellbildung als einzigartiger systemischer Vorteil des Gestaltansatzes* mit dem Verhältnis von Erfahrungen und Modellen, die zum einen aus Erfahrungen gewonnen werden und zum anderen diese Erfahrungen und deren Weitergabe erst ermöglichen. Die Gestalttherapie arbeite wie keine andere Therapierichtung mit Modellen, die ihrem Wesen nach der Gestalt und den Gestaltbildungsprozessen sehr ähnlich sind. Mstibovskyi plädiert dabei konsequent für eine beständige Erweiterung und Anpassung von Modellbildungen im Sinne von Perls' Diktum: »there is no end to integration«. Illia Mstibovskyi lebt aufgrund des Ukraine-Krieges derzeit in Deutschland.

**Johannes Feuerbach** geht den Erfahrungen nach, die Menschen beim Tangotanz machen, und sieht im Tango eine *Beziehung, die man tanzen kann – Gestalttherapeutische Perspektiven*. Der

Autor spürt den im Tango erfahrbaren Beziehungsphänomenen nach und entwirft auf dieser Grundlage ein allgemeines Phasenmodell zwischenmenschlicher Beziehung.

**Stefan Blankertz** zieht in *Die Aktualität der Selbstorganisation – Paul Goodmans Anarchismus* eine Verbindungslinie von der Anarchietheorie Goodmans zur Dialogphilosophie Martin Bubers. Der Autor plädiert dafür, staatliche Regulierung überall dort abzubauen, wo sie kreative Selbstorganisation blockiert. Dazu sei es auch notwendig, an sich selbst zu erkennen, wo erlebte Zwanglosigkeit in Wahrheit nur Gewöhnung an Zwang ist.

In der Rubrik *Stimmen aus dem Feld* blickt **Brigitta Kabus** als eine der vielen direkt von der Flutkatastrophe im Sommer 2021 Betroffenen kritisch auf die DVG-Tagung in Nürnberg zurück.

**Leopold Kröll** verdanken wir eine **Rezension** zu dem Buch *Praxis der Emotionsfokussierten Therapie* von Marielle Sutter und Leslie Greenberg:

Das vorliegende Heft handelt wie schon die letzte Ausgabe von Zumutungen an uns alle. Mit dem Fokus auf Erfahrungen versuchen die Autor:innen dieses Hefts, Wege aufzuzeigen, wie wir alle mit den Zumutungen dieser Zeit umgehen können. Hierzu kann die Gestalttherapie einen elementaren Beitrag leisten.

Mit besten Wünschen

THOMAS SCHÜBEL / PIERRE-CARL LINK

JOHANNES FEUERBACH\*

## Beziehung, die man tanzen kann

### Gestalttherapeutische Perspektiven



Johannes Feuerbach

Darstellung einer Methode zur Paar-Selbsterfahrung aus gestalttherapeutischen Perspektiven, die der Autor im Laufe seines Arbeitslebens aus seinen professionellen Hintergründen und persönlichen Interessen entwickelte. Im Zentrum steht das Tango-typische Miteinander-Gehen. Es wird als Kontaktzyklus mit acht idealtypischen Phasen beschrieben. Die Paar-Kontemplation als eine Begegnung jenseits von Meinung, Meinungsstreit und Verletzung wird als das zentrale Reflexionsritual von *Beziehung, die man tanzen kann* vorgestellt.

*Schlüsselbegriffe:* Idealtypische Begegnungen, Kontaktzyklus, Tango, Paardynamik, Paar-Kontemplation, Körperlernen, Bewusstheit

**Relationship You Can Dance – Gestalt Therapeutic Perspectives.** Presentation of a method for couples' self-awareness from Gestalt therapeutic perspectives, which the author developed in the course of his working life, based on his professional background and personal interests. The focus is on the tango-typical walking together. It is described as a contact cycle with eight ideal-typical phases. Couple contemplation as an encounter beyond opinion, disagreement and hurt is presented as the central reflective ritual of *relationship you can dance*.

*Keywords:* ideal-typical encounters, contact cycle, tango, couple dynamics, couple contemplation, body learning, awareness

In diesem Essay beschreibe ich *Beziehung, die man tanzen kann* als Selbsterfahrungsmethode für Paare. Zunächst erlaube ich mir einen persönlichen Rückblick zu ihren Anfängen und fasse das Curriculum zusammen. Für die gestalttherapeutischen Perspektiven nutze ich

- die acht Phasen einer idealtypischen Begegnung und ihre Bezüge zum Kontaktzyklus und
- das zentrale Ritual zur Reflexion der Erfahrungen in den tänzerischen Begegnungen, das ich »Paar-Kontemplation« nenne und als Praxis des mittleren Modus betrachte.

\* Die Illustrationen stammen von Christine Bülow.

Durch den gesamten Text zieht sich, was Bewusstheit bedeutet und wie sie im Kontext von *Beziehung, die man tanzen kann* wirkt. Außerdem gehe ich in einem Exkurs auf Nachwirkungen und Folgen ein.

## Persönliches und der Anfang

In meiner Kindheit sah ich meine Eltern gelegentlich im Mittelpunkt eines Kreises von Bekannten tanzen, die sich an und mit ihnen freuten. Ich war stolz, froh und fühlte mich mit ihnen verbunden. Wenn sie im Alltag stritten, fühlte ich mich verloren. Mit 15 Jahren wendete ich mich von ihnen ab und der Zen-Meditation zu. Das Sitzen in Stille begleitet mich seither und half mir bei der Entwicklung der Paar-Kontemplation. Mir gefällt der Gedanke, dass ich mit *Beziehung, die man tanzen kann* die elterliche Suche nach stimmigem und erlebnisintensivem Kontakt aufgreife, sie für mich fortsetze und Paare dazu tänzerisch und kontemplativ ermutige.

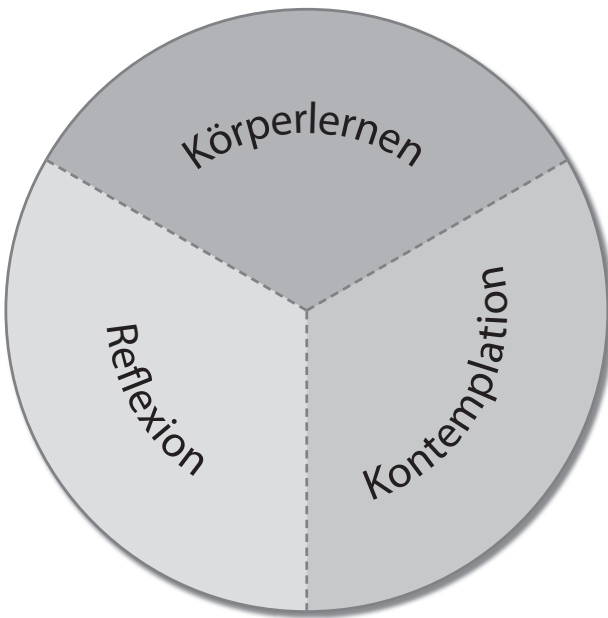
In den 80er-Jahren lernte ich mit meiner Frau Tango zu tanzen. Interessanterweise beobachtete ich in den ersten Tango<sup>1</sup>-Lehrjahren bei vielen Paaren Ähnlichkeiten mit dem, was ich bei meinen Eltern beobachtet hatte: Momente der Innigkeit und des Flow wurden durch abrupte Streits unterbrochen; gelegentlich verließen Teilnehmer:innen auch wütend oder enttäuscht den Unterricht. Nicht immer kamen die Streitenden zurück. Damals waren Autonomie und Authentizität hohe Ideale, der Preis dafür galt als nachrangig. Der Tango brachte Einfühlung und achtsame Konfluenz ins Spiel. Ana Bayer erinnert sich: »Gerade hatten wir erst unsere Zeit der Frauenbewegung hinter uns, überall hieß es Emanzipation! Und auf einmal sollten wir Männer umarmen und uns von ihnen führen lassen? Es war wie verrückt« (Bayer 2016, 27).

All diese Erfahrungen flossen ein, als ich eine Methode zur Selbsterfahrung für Paare entwickelte. Gemeinsam mit Dietrich Lange (2014), dem Nestor des Tango in Deutschland in den Achtziger- und Neunziger-Jahren, bot ich 1986 eine Woche »Tango: Eine Beziehung, die man tanzen kann« an. Das Curriculum reifte im Laufe mehrerer Jahre und Workshops, die ich mit der Lehrerin für Tango und Alexander-Technik, Annette Lange, veranstaltete. 2004 präsentierte ich »The Dance of Relationship« zum ersten Mal auf der EAGT-Konferenz in Prag. 2008 und 2009 zeichnete ich in vier Workshops Gruppendiskussionen auf. 16 Paare stellten mir ihre Daten zur Verfügung, die ich im Rahmen meiner Diplomarbeit zur Präsentation und Evaluation von *Beziehung, die man tanzen kann* bearbeitete. Die Ergebnisse veröffentlichte ich 2010 in einer Fachzeitschrift.

## Curriculum

*Beziehung, die man tanzen kann* verbindet alltägliche und außergewöhnliche Erfahrungen mit Hilfe von Begegnungs-, Bewegungs- und

<sup>1</sup> Der Tango entstand im Mündungsgebiet des Rio de la Plata und ist das kulturelle Erbe von Uruguay und Argentinien. Im Laufe seiner weltweiten Ausbreitung wurde er zu Beginn des vorletzten Jahrhunderts in Europa als argentinischer Tanz aufgefasst. Die Bezeichnung Tango Argentino hat sich durchgesetzt. Ich spreche der Einfachheit halber oft vom Tango. Gemeint ist damit immer der Tango vom Rio de la Plata, bzw. der Tango rióplatense (Ludwig 2002).



Reflexionsritualen. Inspirierende und beeinträchtigte Paardynamiken werden durch Körperlernen, Kontemplation und Reflexion gestaltet, betrachtet und verändert. Beim *Körperlernen* geht es um den Zusammenhang zwischen Haltung, Stellung und Bewegung und der damit korrespondierenden Haltung, Einstellung und Bewegtheit im psychologischen Sinn (Stolze 1971). Dabei spielt der Tango Argentino eine zentrale Rolle, ein Tanz, der wie kein anderer affektives und körperliches Lernen anregt, die Bewusstheit intensiviert und das Paar für den jeweils gegebenen Kontakt körperlich-seelisch sensibilisiert.

In der *Kontemplation* geht es um die Wohltat, etwas geschehen zu lassen, um Stille und um tastend-suchende

<sup>2</sup> Ich bin meinen Lehrern François Viallet (1972, 1975, 1978), Roger Trenka-Dalton, Toni Packer (1991, 1996, 2004, 2007), Ed Nevis (1988) und Peter Fenner (2003, 2007) dankbar verbunden, besonders Robert Hall (Milz 1985), Richard Heckler und Michael und Linda Smith von der Lomi-School. Vieles von dem, was sie mir nahe brachten, findet seinen Platz in *Beziehung, die man tanzen kann*.

Betrachtungen in der Gegenwart des Partners.

Einblicke in das Erleben der anderen stimulieren und bereichern die eigene *Reflexion*. Beim Bemühen um eine gelingende Partnerschaft fühlen sich die Teilnehmer:innen aufgehoben in einer Gruppe Gleichgesinnter. Je tiefer der Austausch wird, umso ähnlicher werden die Herausforderungen.

Mit *Beziehung, die man tanzen kann* füge ich meine professionellen Hintergründe aus Meditation, Lomi-Körperarbeit (Leeds 1977; Milz 1985), Tango und Gestalttherapie so zusammen, dass sich Paare auf bewegte, humorvolle, existenzielle und erlebnisorientierte Art und Weise auf ihrem Weg zu zweit unterstützt fühlen.<sup>2</sup> Einer Teilnehmerin verdanke ich die folgende Beschreibung:

*Beziehung, die man tanzen kann, ist Paar-Selbsterfahrung durch Bewegung und Spüren und Sich-Mitteilen. Tango-Basisarbeit, Körper- und Selbstwahrnehmung, achtsame Dialoge und stilles Spüren kommen zum Einsatz. Es entsteht eine Bewusstheit, die erweiternd, verbindend, berührend, erotisch und heilsam ist. Es entsteht Nähe und Intensität, es geschehen aber auch alle Dinge, die sonst in der Partnerschaft und im Leben geschehen. So ist die Arbeit ein sehr klarer und schöner Spiegel für alles.* (Lydia Poppe)

### El Caminar und die acht Phasen einer idealtypischen Begegnung

Das Bestreben ist, dem Klienten ein Gefühl für das Wesen eines guten Prozesses sowie einer Möglichkeit zu geben, die typischen Unterbrechungen und Blockierungen des Prozesses besser zu

verstehen, die in diesem System auftreten. Aus alledem folgt, dass der Klient dann die Verpflichtung hat, Entscheidungen zu treffen, die sich auf die neu wahrgenommene Bewusstheit beziehen. Dies kann – aber muss nicht – zu dem Entschluss führen, die Struktur und Prozesse zu ändern, mit denen das System seine Aufgaben ausführt. (Nevis 1988, 76)

Der Tango und die Gestalttherapie teilen eine Vorliebe für existenziellen, erfahrungsbasierten und nährenden Kontakt. Ersterem liegt mehr an der berührenden, nahen und synchronisierten Bewegung, der Gestalttherapie mehr an dem erlebnismäßigen und therapeutischen Betrachten der Kontaktprozesse. Beim getanzen Tango lässt sich die damit verbundene Innigkeit und Wachheit leicht beobachten, und viele empfinden sie auch beim Zuschauen. Joachim Bauer hat 2005 die wissenschaftlichen Experimente und Ergebnisse zusammengetragen, die mittels der Spiegel-Neurone dieses und andere Resonanz-Phänomene erklären. *Bei der Tangomusik kommt etwas so Tiefes hoch, das ich nicht benennen kann, aber bei dem ich mich daheim fühle*, beschreibt es eine Workshop-Teilnehmerin.<sup>3</sup>

In *Beziehung, die man tanzen kann* habe ich mich immer wieder mit den Miniprozessen, die in einem Schritt liegen, beschäftigt, besonders mit den paardynamischen. Dabei fand ich einen Kontaktzyklus, den ich in Anlehnung an die körperlich-seelischen Vollzüge mit den weiter unten ausführlich erläuterten acht Begriffen beschreibe:

- Gewahren
- Platzieren
- Ankommen
- Vorbereiten
- Impuls geben
- Antworten
- Begleiten
- Sammeln

Vergleichbare Vollzüge zeigen sich in anderen zwischenmenschlichen Begegnungen und Prozessen, wie zum Beispiel alltäglichen Begrüßungs- und Verabschiedungsritualen. Mit der räumlichen, zeitlichen und achtsamen Gestaltung von Positionierung, Berührung, Blickkontakt und Dauer variiert man mehr oder weniger bewusst die Kontaktqualität, insbesondere die Empfindungstiefe. Ein Beispiel hierfür ist das – besonders zwischen Männern verbreitete – wohlmeinende Klopfen auf den Rücken bei einer Umarmung. Persönlich reagierte ich lange verstört darauf. Mit Hilfe der Deutung, sie seien ein Kompromiss zwischen dem Wunsch nach und der Angst vor Konfluenz wurden sie mir sympathischer. Bietet mir jemand einen achtsamen

<sup>3</sup> Alle Zitate von Teilnehmer:innen sind Dateien entnommen, die ich im Rahmen meiner Recherchen für eine Diplomarbeit über *Beziehung, die man tanzen kann* aufzeichnete (Feuerbach 2009). Sie sind jeweils kursiv gesetzt.

<sup>4</sup> Zit. nach Cheng 2019, 50.

<sup>5</sup> Grenzerfahrungen sind Bedeutungserfahrungen, in ihnen zeigt sich mal auf beharrende und mal auf bewegende Weise, was im Persönlichkeitsstil widerhallt und Form gewonnen hat.

Blick und eine ruhige körperliche Berührung an, fühle ich mich hineingenommen in einen wohltuenden und sich wertschätzenden Kontaktmoment. Für Daniel Stern gehörte der zu den »Gegenwartsmomenten« den »kleinen, flüchtigen Ereignisse[n], aus denen sich unsere Erfahrungswelt aufbaut«. Wird man sich solcher Momente gewahr und teilt sie miteinander, erweisen sie sich »in einer Psychotherapie als zentrale Momente der Veränderung und in unseren intimen Alltagsbeziehungen als Dreh- und Angelpunkte« (Stern 2005, 12). *Beziehung, die man tanzen kann* steckt voller Einladungen, solche Gegenwartsmomente zu erleben und mitzuteilen.

## El Caminar im Kontaktzyklus des Erlebens

*Der Körper ist die Werkstatt der Seele, in der der Geist seine Übungen abhält.* (Hildegard von Bingen)<sup>4</sup>

Im Empfinden und Gestalten von all dem, was zwischen Tänzer:innen vor, während und bis zum Ende eines ersten Vorwärtsschrittes geschieht, kann ein vollständiger Kontaktzyklus gelingen. *Beziehung, die man tanzen kann* lässt sich unter gestalttherapeutischer Perspektive als Übungs- und Reflexionslabor für durchschrittene vollständige Kontaktzyklen betrachten. Die Paare erarbeiten sich körperlich-seelisch die Kompetenzen, die dieses Durchschreiten erleichtern und bereichern. Zu den hilfreichen Laborbedingungen gehört, dass das Feld überschaubar begrenzt ist. Es geht um die Erfahrungen, die Paare im Workshop mit und durch das Tango-typische Gehen machen, dem El Caminar. Im Fokus ist ein schlichter Bewegungsablauf. Langsame, aufmerksame und sensomotorisch differenzierte Bewegungen geben dem Paar die aktuellsten Daten über ihre Beziehung im Hier-und-Jetzt des Zusammen-Gehens. Jede Phase regt differenzierte körperliche und seelische Grenzerfahrungen<sup>5</sup> an, weist auf Gewohnheiten und Interessen hin. Polster und Polster (1985, 111) nennen Grenzerfahrungen »die Art, wie ein Mensch Bewusstheit und Aktion an der Kontaktgrenze entweder abblockt oder erlaubt«, ebenso wie »seine Methode, sein Gefühl für die eigenen Grenzen zu erhalten«. Sie beschreiben Körper- und Wertgrenzen, Grenzen der Vertrautheit, des Ausdrucks und der Bloßstellung (a. a. O., 116–126). Alle damit verbundenen Grenzerfahrungen werden im Workshop belebt, und gemeinsam mit den Teilnehmer:innen wähle ich die aus, deren genauere Betrachtung vielversprechend scheint.

Die Form des aufmerksamen, nahen und synchronen Schreitens kann außergewöhnlich intensiv sein. Die Nähe, die Umarmung und insbesondere die Aufmerksamkeit, mit der dies geschieht, öffnet einen Hintergrund, der bis zu den frühen Choreografien mit ihren beglückenden und auch mit den »falschen Schritten« im Tanz zwischen Mutter und Kind reichen kann (Stern 2006, 134–158). Ein Bonmot des Tango handelt vom El Caminar: »Der Tango ist zusammen Gehen



mit gymnastischen Einlagen. Die kann man aber auch weglassen.« Ein anderes: »Tango-Figuren lernt man in einem Jahr, El Caminar in zehn.« – Eine Ahnung von der Bedeutung des Zusammen-Gehens hatte ich wohl schon in der Grundschulzeit. In einer Mischung aus Neugierde, Provokation und Scham fragten wir einander: »Gehst du mit der (dem)?«

Für Joseph Zinker hat das Durchlaufen der einzelnen Phasen eines Kontaktprozesses für Paare eine große Bedeutung: »Die Kompetenz, die nötig ist, um die einzelnen Phasen dieses Prozesses durchlaufen zu können, ist eine Voraussetzung für die Zufriedenheit der Betroffenen. Nur wenn ein Zyklus vollständig durchlaufen und jede einzelne Phase gut herausgearbeitet wurde, fühlen sich die Beteiligten hinterher wohl. Ein unvollständiger Zyklus erzeugt Unzufriedenheit...« (Zinker 1997, 88). Ed Nevis nennt es »ein Gefühl für das Wesen eines guten Prozesses« entwickeln (a. a. O.).

Theoretisch lassen sich die Phasen definieren und voneinander abgrenzen. Im Begegnungsprozess haben sie Schnittmengen, überlagern sich und wandeln sich ineinander. Jede einzelne Phase enthält Elemente der übrigen (a. a. O.). Die abstrakten Einführungen der vier Kontaktphasen Vorkontakt, Kontaktanbahnung, Kontaktvollzug und Nachkontakt durch Perls, Hefferline und Goodman (PHG 1981) wurden insbesondere durch Ed Nevis (1988) und Joseph Zinker (1993; 1997) praxistauglicher ausgearbeitet. Sie beschreiben sieben Kontaktphasen mit den Begriffen Empfindung, Bewusstheit, Aktivierung, Handlung, Kontakt, Lösung/Abschluss und Rückzug der Aufmerksamkeit.<sup>6</sup> Die acht Phasen, die ich hier beschreibe, können so zugeordnet werden: Die Prozesse des Gewahrens, Platzierens und Ankommens finden sich bei Empfindung, Bewusstheit und Energie/Aktivierung. Die Prozesse Vorbereitung, Impuls geben und Antworten finden sich bei Energie/Aktivierung, Handlung und Kontakt. Antworten und Begleiten liegen im Zyklus der Cleveland-School bei Kontakt; Sammeln gehört zu Lösung/Abschluss und Rückzug der Aufmerksamkeit.

## Gewahren

Die Qualität des Anfangs bestimmt die Qualität des Fortgangs: eine leicht nachvollziehbare Behauptung, die beinahe eine allgemeingültige Erfahrung ist. Dennoch verliert man die Aufmerksamkeit für die Qualität des Anfangs leicht. Auch beim Tango ist man nicht vor der alltäglichen Eile, dem kollektiven und individuellen »Na los!« gefeit. Der Zeitgeist empfiehlt Vorankommen. Es verlangt geradezu ein »Stopp!« gegen die verbewusste Anpassung an die individuelle und kollektive Gewohnheit, vorankommen zu wollen und zu sollen – und ein Lauschen in das »Was jetzt!?!«, in dem Zwei nach innen und außen feinfühlig, empfänglich und präsent werden für alles, was in einem aufmerksamen Beginn entsteht. Diese sowohl lebendige als auch ir-

<sup>6</sup> Im Vorwort zu *Auf der Suche nach gelingender Partnerschaft* (Zinker 1997, 10) erwähnt Gordon Wheeler, dass bei der Konzeption des Kontaktzyklus des Erlebens die Beiträge von Ed Nevis maßgebend waren.



ritierende Erfahrung wird leicht deflektiert. Für den ersten Anfang gibt es – entgegen dem Volksmund – allerdings eine zweite Chance. Der Anfang ist auch in den Gegenwartsmomenten des Fortgangs zu finden, wenn man daran interessiert ist.

Für die Begrüßungsrituale gilt Ähnliches. Die Empfindungen, die sich in unseren Höflichkeitsritualen (Goffman 1986) entfalten, differenzieren und vertiefen können, sind etwas Wertvolles. Sie verbinden Menschen emotional und unabhängig von Identifikationen wie Rang, Status und Rolle. Dabei wird die kollektiv tradierte und individuell gewohnte Struktur *Begrüßung* durch die spontane und emotionale Antistruktur *Begegnung* verstört, gelegentlich unangenehm, oft angenehm (Turner 2005). Diese sympathische Verstörung zeigt sich gelegentlich in der Suche nach dem passenden Begrüßungsritual zwischen Kopfnicken, verbalisiertem Gruß, Handgeben, Umarmen und auch beim jovialen »Schulterklopfen«.

Toni Packer, eine deutsch-amerikanische Meditationslehrerin, prägte den Begriff »Gewahren«. Das Substantiv Awareness (Achtsamkeit, Bewusstheit, Aufmerksamkeit, Gewährsein), formte sie zu Awaring um. »To be aware of« betont den Status Quo; »Awaring« betont den fließenden und veränderlichen Verlauf und verweist auf die Leichtigkeit und Zeitlosigkeit des Gewährseins (Packer 2007). Für Fritz Perls ist Aufmerksamkeit »ein absichtlich gewählter Weg, der in Erscheinung tretenden Vordergrund-Figur zuzuhören« (Perls 1974, 60). Bewusstheit nennt er »eine etwas flatterhafte Zwillingsschwester der Aufmerksamkeit (attention)« (Perls 1976, 29). Martina und Reinhard Fuhr beschreiben diese Unterscheidungen so: Achtsamkeit [bzw. Aufmerksamkeit] nennen sie »figurzentriert« auf das »unmittelbar Wahrgenommene«. Gewährsein bzw. Bewusstheit beziehen sie mehr auf den Hintergrund und die komplexeren Zusammenhänge von Figur und Grund und weniger auf die prägnante Figur (Fuhr und Fuhr 1995, 156). Ich benutze Achtsamkeit, Gewährsein und Bewusstheit oft synonym. In diesen Erfahrungsmodi sind wir wach, aufmerksam und gegenwärtig. Im Organismus-Umwelt-Feld sind wir auf das ausgerichtet, was uns orientiert. Sich präziser auf den Vordergrund oder weitläufiger auf den Hintergrund auszurichten, ist abhängig von persönlichen Interessen, den Möglichkeiten und Erfordernissen der Situation und der kreativen Anpassung. Im Begriff Gewahren finde ich alle diese Möglichkeiten eingeschlossen.

Einer der revolutionären Beiträge der Gestalttherapie war und bleibt die Bewusstheit. »Und ich glaube, dass es vor allem darauf ankommt, folgendes zu verstehen: Bewusstheit per se – durch und aus sich selbst heraus – kann heilsam sein. Denn bei voller Bewusstheit wird man sich dieser organismischen Selbstregulierung bewusst, und man kann dem Organismus die Herrschaft überlassen, ohne dazwischenzutreten, ohne zu unterbrechen: Wir können uns auf die Weisheit des Organismus verlassen» (Perls 1974, 25 f.). In der Gestalttherapie ist Bewusstheit sowohl Weg als auch Ziel – und nicht nur ein Mittel zum Zweck der Therapie. Meines Wissens verleiht keine andere Psychotherapie-Tradition der Bewusstheit diesen Rang. Eine große Nähe besteht allerdings zur Bedeutung der Bewusstheit in der buddhistischen Meditation. Sie ist dort in allen Schulen das Herz der Praxis. Perls zweifelte in einem seiner frühen Vorträge an, dass mit Worten etwas zu vermitteln sei und machte diese Einschränkung: »Vielleicht kennen einige von Ihnen eine eigentümliche Philosophie, den Zen-Buddhismus. Wenn Sie nun etwas über Zen wissen ... dann wird es mir vielleicht möglich sein, Ihnen etwas zu vermitteln« (Perls 1957, 129).

Ich nutze in meiner Arbeit gerne die Erleichterungen, die Achtsamkeit und Gewahrsein mit sich bringen. Im therapeutischen Setting benutze ich dafür einen Gong. Den Ton bezeichne ich als »Schallvorhang« zwischen Dort und Hier. Die Sekunden, in denen die Klientin und ich dem An- und Abschwellen des Tones lauschen, erhöhen auf angenehme Art und Weise die Aufmerksamkeit für die gegenwärtige Situation. Beginne ich in einem Gruppen-Setting still, erhöht sich innerhalb von Sekunden das Achtsamkeits- und Erregungsniveau.<sup>7</sup>

Auch auf der Milonga<sup>8</sup> herrscht eine erhöhte Bewusstheit. Die Tänzer und Tänzerinnen sind aufmerksam füreinander, prägen damit die Atmosphäre und stecken auch die Besucher an. Diese atmosphärische Ansteckung kann man auch beim Betreten einer Kirche und anderer, von Aufmerksamkeit und Stille durchdrungener Orte erleben. Hier ist man gleichzeitig entspannt, aufmerksam und gelegentlich still. Mit verändertem Aufmerksamkeitsniveau die Situation und sich selbst wahrnehmen weckt die Sinne und macht uns präsent. Bezogen auf die – tänzerische – Begegnung haben wir es hier mit der Aufmerksamkeit zu tun, die wir vorfinden, mitbringen, einander anbieten und für die wir uns interessieren. Wenn es die Lichtverhältnisse und die räumliche Nähe zulassen, finden sich zwei Tänzer:innen mit Hilfe des Minirituals *Mirada e Cabeseo*: Einander anschauen und nicken genügt. Man geht dann aufeinander zu und zur Tanzfläche. Wer nicht tanzen will, achtet darauf, dass er nur flüchtig oder nicht angeschaut werden kann. Wenn ich im Workshop mit Dyaden arbeite, finden sich zwei auf diese humorvolle und leichte Weise für das Experiment oder die Übung.

<sup>7</sup> Perls zog »Erregung« dem Libido-Begriff vor. Zum einen, weil er nicht sofort eine Dichotomie nahelegt und zum anderen, weil er konkreter ist und offenlässt, um welche Art von Erregung es sich handelt (Perls 1959–68, 65).

<sup>8</sup> Die Milonga ist, neben der Bezeichnung für einen Tanz und eine Musikrichtung, ein mal mehr, mal weniger festliches Treffen, auf dem Tango, Tango-Walzer und Milonga (die »lustige Schwester des Tango«) getanzt wird.

## Platzieren

»Aufbauen, aufreihen, aufstellen, einen Platz zuweisen, postieren, setzen, stationieren, stellen“ sind einige der Synonyme von platzieren. Sobald man fremdes Terrain betritt, sich einordnet oder einander begegnet, wird das Platzieren bedeutsam, besonders, wenn es keine feste Sitzordnung gibt.

Sobald ein Tanzpaar einen Platz einnimmt, verbindet es sich miteinander auf dem Hintergrund, der aus allen Plätzen, Grenzen und Zwischenräumen besteht. Wie Mann und Frau sich platzieren, ist wesentlich deren Persönlichkeitsstil geschuldet. Schauen sie freundlich-fragend zu dem Paar, vor dem sie sich einreihen möchten? Quetschen sie sich irgendwie dazwischen? Drängen sie andere zur Seite, um einen Platz zu erobern? – Im therapeutischen als auch in privaten Settings ist die Positionierung des Stuhls ein Moment, in dem sich die Bereitschaft und Fähigkeit zum mitbestimmten Platzieren zeigt: Setzt man sich dorthin, wo die Vorgängerin saß, oder positioniert man die Sitzgelegenheit gemäß seinem Bedürfnis und den Möglichkeiten der Situation?

Mit der Tanzpartnerin einen stimmigen Abstand finden und allem, was in der Unmittelbarkeit der Begegnung erlebt wird, seine Aufmerksamkeit geben, ermöglicht bereits wohltuende Präsenz-Erfahrungen. Kann man all dem Was und Wie des Moments seine Referenz erweisen? – Oder »muss« man schnell einen Schritt machen? Eine Teilnehmerin beschrieb es so: *Mir hat der Anfang auch sehr gefallen. Also das Achtgeben, wie nah geht man in den Raum des anderen, will und öffnet den Raum und legt seine Hand hinein. Für mich ist das ein sehr schöner Genuss; es ist ja auch schon die erste Begegnung.*

Bevor wir gehen, stehen wir, wenn auch oft für einen (zu) kurzen Moment. »Zu sich« oder »zum Partner stehen« sind Metaphern, die einer schlichten Körperhaltung eine komplexe Bedeutung geben. Hier ein Einblick in eine Viertelstunde, in der die Workshop-Teilnehmer\*innen das Stehen und seine Bedeutungen untersuchen: Nach einigen Runden, in denen sie still und achtsamen aneinander vorbeigehen, halten sie inne. »Die Einladung ist, sich dabei auf jemanden auszurichten. Fragen nach dem gewählten Abstand, nach dem Winkel, in dem man sich zu jemandem stellt, auch dem Blickwinkel, nach der Beweglichkeit des Gesichtsfeldes, der Leichtigkeit und der Anstrengung des Da-Stehens, stimulieren eine Fülle von Erfahrungen, die unweigerlich reflektiert werden. Was, wenn man dabei auf die bekannten Deutungsmuster verzichtet? – Wirkt etwas nach, nachdem man sich aus dieser Begegnung gelöst hat? – Die nächste Begegnung wird von der ersten verschieden sein. Achtet man jetzt auf etwas Bestimmtes? – Kann das Fremde, das diese neue Situation hat, dazu gehören? – Hat man das Gefühl, man müsse sich »stellen«?« (Feuerbach 2010, S. 117). – Kann man seine Mimik gestalten oder stellt sie sich in der Nähe automatisch auf Lächeln ein? – Was geschieht, wenn

man die Mimik entspannt? – Kann man sich Zeit nehmen und sich dafür interessieren? – »Und was ist mit dem stillen Dasein ohne Zugriff auf die Orientierung und Sicherheit gebenden Gewohnheiten, mit denen man sonst Nähe und Distanz zwischen draufgängerisch, ängstlich und hellhörig reguliert? – Trägt der Boden? – Hält man sich aufrecht? – Die Kontexte Beziehung, Partnerschaft, Tanz machen eine Vielzahl von Fragen möglich. Ich lasse mich dabei von dem leiten, was mir bei den Teilnehmern auffällt und von dem ich glaube, dass es eine Bedeutung für sie haben könnte. – Möchte man mit dem Abstand experimentieren? – Erlaubt man sich näher zu treten oder auch einen Schritt zurück zu machen?« (a. a. O.)

<sup>9</sup> Eigenempfindungen, von lat. *proprius* »eigen« und *recipere* »aufnehmen«.

## Ankommen

Ankommen bedeutet, sich nicht um das Weiterkommen zu kümmern. Darin liegt ein herausfordernder Konflikt, ähnlich dem, den ich bei Gewahren beschrieben habe. Weiterkommen wollen, sollen oder müssen kann ein natürliches Interesse sein, eine Projektion und auch eine Deflexion der Herausforderungen, die das Ankommen mit sich bringt. Die Projektion zeigt sich beispielsweise als Ungeduld so, dass man den anderen zum Weiterkommen anstachelt; die Deflexion darin, dass man sich umschauf und sich für anderes interessiert. Im aufmerksamen Da- und Beieinanderstehen zeigen sich auch die Empfindungen und Fragen, die mit dem Zu-Sich-Stehen, dem So-sein-Können und dem Anders-sein-Sollen verknüpft sind: »Stehe ich ausreichend gut in meiner Achse?« – »Sollte ich ...?« – »Bin ich zu nah?« – »Wieso hält er diesen Abstand?« Wenn es möglich ist,

diese und ähnliche Fragen freundlich vorbeiziehen zu lassen, kommt man zum Stehen. Die Schwerkraft verankert jede:n über den wenigen Quadratzentimetern, mit denen er und sie den Boden berührt – und wünschenswerterweise fühlt man sich dort gestützt und getragen. Dann hat ein tiefer Atemzug eine Chance, und man kann entspannter beieinanderstehen. Bewusste Propriozeptionen<sup>9</sup> und Empfindsamkeit für die von außen kommenden Reize gehen mit Entschleunigung einher und mit dem Lauschen in das »Was jetzt!?!«

Charles Brooks schreibt in seinen Beobachtungen und Reflexionen zum »Stehen von Kopf bis Fuß«: »Was unsere Lippen für die Flöte oder unsere Finger für die Geige sind, das sind unsere Füße für die Erde« (Brooks 1979, 45). Stehend entdecken wir – mit etwas Übung – die



Tragfähigkeit der Erde und im Ankommen die Tragfähigkeit wechselseitiger Bewusstheit und partnerschaftlicher Verbundenheit.

Tänzer und Tänzerinnen, die des Smalltalks mächtig sind, bauen durch Konversation eine wechselseitige Aufmerksamkeit auf. Der Übergang zur stillen Aufmerksamkeit füreinander wird so leichter – oder auch nicht. Im Ankommen scheinen Qualitäten des mittleren Modus durch: nicht aktiv und nicht passiv, für Momente ohne Vorlieben und Abneigung, offen für das, was sich ereignen kann und wird. Eine Teilnehmerin erlebte es so: *Mit zum Schönsten gehörte der Moment, als wir gestern anfangen und einfach nur miteinander dastanden. Und das zu spüren, ohne irgendwelche Ansprüche und etwas, was man richtig oder falsch machen kann. Für meine Partnerschaft profitiere ich, weil ich weiß, dass du mich liebst, so wie ich bin – obwohl ich so bin. Also, ich habe mich gefreut über die Momente, in denen es mir gelungen ist, mich fallen zu lassen und nicht so viel zu denken und machen zu wollen.*

## Vorbereiten

Wer etwas Bedeutsames sagen möchte – vielleicht sogar in eine Stille hinein – und gehört werden will, der kennt die Momente der Vorbereitung: »Jetzt oder später?« »Will ich wirklich?« Handelt es sich um einen Impuls, der aus der Aufmerksamkeit für die Situation kommt? Spielt Ungeduld eine Rolle?

In der Phase der Vorbereitung geht es um das Verlagern der Achse (die Achse ist die vertikale Linie, durch die das Körpergewicht auf den Boden trifft). Durch das Verlagern der Achse wird aus zwei Standbeinen ein Stand- und ein Tanzbein, so wie man beim Losgehen ein Bein braucht, das nicht das Körpergewicht trägt und beweglich ist. Beim Tango sollte das so geschehen, dass die Partnerin diese Bewegung erkennt und mitvollzieht, ohne dass sie geschoben wird. Damit ist der körperlichen Vorbereitung Genüge getan.

Die Achsverlagerung am Platz ist eine sehr kleine Bewegung. Im Unterschied zur Achsverlagerung beim Gehen, verlässt das Paar dabei nicht seinen Standort. Falls das Ankommen und Still-Werden nicht abgeschlossen ist, unterscheidet sich diese Bewegung nicht prägnant genug von den noch kleineren des beruhigenden Bei-Sich-Ankommens. Die Folgende wird die Achsverlagerung und den ihr folgenden Impuls nicht oder kaum verstehen.

Seelisch können hier einige Zweifel ins Spiel kommen: »Gehe ich zu früh los?« – »Warte ich zu lange?« – »Bin ich soweit?« – »Ist sie soweit?« – »Sind wir soweit?« In dieser Phase ist das Paar mit Synchronisation beschäftigt. Hier haben wir es mit einer in der Phase der Vorbereitung liegenden Impuls-Antwort-Dynamik zu tun. Je nachdem, wie leicht es dem Paar fällt, bewusst Konfluenz zu erlauben, beobachte ich in dieser Phase gelöste, angestrengte oder fragende Gesichter, je nachdem ob die Achsverlagerung mit

Leichtigkeit gelingt, ein Konzentrationsprojekt oder ein Missverständnis ist.

Ed Nevis empfiehlt bei Verwirrung zurück zur jeweils vorher durchlaufenen Kontaktphase zu gehen. Wurde die nicht angemessen durchlaufen, fehlt Energie und Richtung für die aktuelle Phase.<sup>10</sup>

Woran erkennt jede:r, dass man ausreichend gut vorbereitet ist? Wohl manches Mal erst an den Folgen einer unausgereiften Vorbereitung. Im Kontaktzyklus haben wir es hier mit Aktivierung zu tun, die Energie, die für den folgenden Impuls bzw. die Antwort gebraucht wird, kommt in den Vordergrund und bildet eine prägnante Figur.

<sup>10</sup> Aus einem Vortrag über den Gestaltzyklus des Erlebens im Rahmen einer Weiterbildung im Juni 1988 in Geseke (NRW).

<sup>11</sup> Bei solchen Beschreibungen begnüge ich mich mit der traditionellen Verteilung der Rollen und bitte homosexuelle Partner:Innen, die die Führungsrolle tanzen, sich angesprochen zu fühlen.

## Impuls geben

Die Sensitivität und Erregung wächst und drängt in das motorische System. Auf die Tanzpartnerin<sup>11</sup> zugehen, sich ihr zumuten, dorthin gehen, wo sie gerade steht und ihren Platz einnehmen, ist eine reizvolle und gelegentlich beängstigende Bewegung. Schließlich ist der Platz nicht frei; er wird es erst durch Impuls und Antwort. Vitalität und Motorik kommen ins Spiel und die Erregung wird sich im Impuls energisch, entspannend, schwingend, locker, stockend, schiebend, mühelos, zögerlich, aufwallend, gleitend, aufgeregt, sanft oder schmelzend (Stern 2011, 17) in einem Impuls ausdrücken, die die Folgende dazu veranlasst, ihren ersten Schritt zu beginnen.

Einen Impuls von der Verlagerung der Achse zu unterscheiden ist eine eigene kleine Aufgabe für jeden. Ist die Achsverlagerung abgeschlossen? Falls diese bei der Partnerin nicht angekommen ist, kommt der Impuls für sie zu früh. Das Tanzbein ist noch nicht ganz frei; es trägt noch Gewicht, kann sich nicht leicht vom Boden lösen und es kommt zum befürchteten »Fußtritt« des Impulsgebers. Der ist in der Regel dezent und eine unmissverständliche Rückmeldung dafür, dass der Impuls ohne ausreichende Vorbereitung gegeben wurde.

Im Gestaltzyklus ist das Paar in der Phase der Handlung angekommen, in der »die geweckte Energie mit den Fertigkeiten, dem Wissen oder der Kompetenz der Person« (Nevis 1988, 40) so verbunden wird, »dass es zu einer angemessenen Handlung kommt« (a. a. O.).



## Antworten

»Führende« und »Folgende« haben sich als Begriffe für die Rollen- und Aufgabenteilung beim Tanzen durchgesetzt. Sie sind historisch

gewachsen und mit den Konnotationen mehr und weniger aktiv verbunden. Tatsächlich gibt es keinen Grund dafür, dass die Bewegung der Frau – traditionell: ihr Folgen – weniger aktiv ist als die des Mannes. Ich bevorzuge »Impuls geben« und »Antworten« als Begriffe für gleichermaßen autonome und aktive Vollzüge. Sie sind in ihrer Vitalität ebenbürtig. Wenn es das Verstehen erleichtert, greife ich auf die traditionellen Begriffe zurück.

Wenn »Bewegung, Zeit, Kraft, Raum und Intention« (Stern 2011, 13) sich zum vitalen Erleben seiner selbst und des anderen verbinden, strömt alle Energie der bisherigen Phasen in den ersten gemeinsamen Schritt. Und je aktiver die Antwort auf den Impuls ist, umso lebendiger ist der Schritt. Erleichternd und beglückend ist es, wenn die Antwort den Impuls aufgreift und vervollständigt; irritierend und herausfordernd, wenn die Antwort nicht den Impuls des Tanzpartners aufgreift.

Häufige Komplikationen in dieser Phase sind entweder die vorzeitige oder die verspätete Antwort. Bei ersterer handelt es sich einerseits um den Versuch, die fehlende Prägnanz beim Impuls-Gebenden auszugleichen. Schließlich weiß man, dass der eigene Rückwärtsschritt die nächste Bewegung sein soll. Ein Phänomen, das Perls u. a. beim konstruktiven Aspekt der Projektion so beschreiben: »Intuition oder Vorwissen geben uns Hinweise auf den noch nicht deutlich gewordenen Sinn.« (PHG 1981, 247) Andererseits geht es um die Notlösung, die eigenen intensiver werdenden Gefühle zu kontrollieren. Eine Antwort, die aus dem Empfinden des Impulses kommt, wird dann nicht gewagt: »Der neurotische Projektor bleibt ... nicht lange genug bei dem freischwebenden Gefühl, um es als eigenes erkennen zu können ...« (ebd.) Ist der Impuls noch nicht gegeben, fühlt sich der Führende durch den überraschenden Rückwärtsschritt der Folgenden aus seiner Achse gezogen oder »stehen gelassen« und seinerseits genötigt, auf die unerwartet frühe Antwort mit einem schnellen Vorwärtsschritt zu reagieren. Diese Dynamik wird als neurotische Projektion so beschrieben: »Gegen die Umwelt jedoch präsentiert (und übt) er [der Projizierende] unverkennbar die Haltung der Provokation. Was er zutiefst wünscht, sind Annäherung und Kontakt, und da er die Schritte nicht tun kann, versucht er es zuwege zu bringen, dass der andere sie tut.« (a. a. O., 248).

Handelt es sich bei der verspäteten Antwort um eine Retroflexion, zeigt sich eine überzogene Selbstvergewisserung und »an sich haltendes« Fragen nach der Stimmigkeit des eigenen Erlebens. Perls u. a. beschreiben damit die Unfähigkeit, »ganz in der Umweltsituation« (ebd.) aufgehen zu können. In unserem Fall wäre das das entschiedene Ausgreifen des Tanzbeins in den hinteren, nicht wahrnehmbaren Raum, verbunden mit der Einladung an den Impulsgebenden, sein Bein unter das eigene Becken zu bewegen. Eine quasi-erotische Bewegung, die möglicherweise die Wert- und Körpergrenzen nicht erlauben. Die Notlösung ist »aktives Sichbeherrschen« (a. a. O., 249).



Es kommt vor, dass diese Komplikationen zu wechselseitigen Vorwürfen führen. Die klingen dann in etwa so: »Du reagierst nicht!« »Ich spüre dich nicht!« »Das ist es ja!« »Sei eindeutiger!« »Sei spontaner!« Solche und ähnliche Appelle und Konflikte tummeln sich an der Oberfläche zwischen Impulsgebenden und Antwortenden. Manchmal genügt ein Hinweis auf das, was nicht zur Geltung kommt. Dann kann z. B. geübt werden, entschieden auf die Partnerin zuzugehen oder als Partnerin vital zu schreiten, statt fragend zurückweichen. Um die Bewusstheit für die damit verbundenen Gewohnheiten und Grenzen zu erhöhen, empfehle ich, abwechselnd vorsätzlich gehemmt und energisch zu sein. Ich beobachte immer wieder ein gelöstes Strahlen in den Gesichtern der Frauen, wenn der Mann eindeutig und engagiert seinen Impuls gibt und die Antwort entsprechend klar und raumgebend ist.

Antworten und Begleiten sind intensive Sekunden vollen Kontakts: »dann ergibt sich die wunderbare Erfahrung ästhetisch-erotischer Versunkenheit, wo das spontane Gewahrsein und die Muskulatur die Umwelt in sich aufnehmen und in ihr wie selbstvergessen tanzend aufgehen ...«. (PHG 1981, 43)

<sup>12</sup> Als Null-Position wird im Tango die Haltung bezeichnet, in der beide Füße in sehr geringem Abstand nebeneinanderstehen.

## Begleiten

Die traditionelle Rollenbezeichnung verschleiert die Tatsache, dass mit der Antwort der Frau der erste Tanzschritt ausgeführt wird – und dass der erste Schritt des Mannes seine begleitende Antwort darauf ist. Begleiten hat auch die Bedeutung von Nach-Hause-bringen. Ein sympathisches Bild: Am Ende der ersten Bewegungs- und Begegnungs-episoden begleiten beide einander wieder in die Null-Position<sup>12</sup> – mal frustriert, mal erleichtert, mal dankbar berührt; in jedem Fall um einiges bereichert. Die Kunst, einander durch körperliche Bewegungen zu begleiten, ist im Tango besonders anmutig inszeniert. Ähnlich ästhetisch bewegen sich zwei geübte Aikidokas (Aikido-Praktizierende). In beiden Bewegungskünsten spielt das Dranbleiben eine zentrale Rolle: Die eigenen Bewegungen aktiv an der Intention, dem Tempo, der Dynamik und dem Bewegungsraum des Gegenübers auszurichten, führt zu einer kinästhetischen Wachheit, die auch Zuschauer mitempfinden. Antworten und Begleiten sind ein Geben und Nehmen, das beiden eine innige Fühlungnahme ermöglicht. Die Tanzenden erleben die körperlich-seelische Präsenz des anderen, seinen Rhythmus, seine Vitalität, Spannung und Dynamik und lernen einander so kennen, wie sie es nicht unbedingt in Worte fassen könnten oder auch würden.



<sup>13</sup> Eine Tanda besteht aus etwa drei Musikstücken des Tango, des Tango-Waltzers oder der Milonga als Tanzstil. Auf einer Milonga (als Tanzveranstaltung) steht sie zwischen zwei Cortinas (»Vorhängen«), in denen kurz ein anderer Musikstil zur Verabschiedung und zum Verlassen der Tanzfläche auffordert. Während der Cortina verabreden sich die Tanzpartner neu.

Die Kontemplation (s. u.) misslungener Impuls-Antwort-Dynamiken stimuliert gelegentlich Erinnerungen an frühe enttäuschende Begegnungen, in der Nähe, Achtsamkeit und Berührung ebenso zentral waren, wie beim Tango. Die Kontemplation beglückender Begegnungen führt zu Dankbarkeit und Fülle.

## Sammeln

Im Workshop tasten sich die Paare behutsam an das El Caminar. Zunächst wird mit einem einzelnen Schritt experimentiert. Gelingt ein Schritt, ist ein Kontaktzyklus vollzogen. Einige der gelungenen Schritte werden so gegenwärtig gewesen sein, dass sie die eine und andere Befürchtung in den Schatten stellten. Die Sinne, Herz und Verstand beruhigen sich. Kommt man nach einem Schritt zum Stehen, verändert sich vieles: Die Bewegungsmuskulatur entspannt, der Atem passt sich der beginnenden Beruhigung an und auch der Kreislauf reagiert darauf. Kann man noch einmal ganz zum Stehen kommen? Nicht nur auf den Füßen, sondern auf dem Boden? Etwas geschah, und die Beteiligten waren wach, initiativ und hellhörig dabei. Das Selbst konnte eine Gestalt voller Aufmerksamkeit, Energie, Berührung und Synchronizität bilden.

Auf einer Milonga sammeln geübte Tänzer ihre Eindrücke eher nach einer Tanda.<sup>13</sup> Mehrere Kontaktzyklen wurden getanzt, und die Paare kehren oft dankbar und beschenkt an ihre Plätze zurück. Den weniger gelungenen Interaktionen wird man bei nächster Gelegenheit mehr Aufmerksamkeit schenken. Im Kontaktzyklus beginnt hier der Nachkontakt, das Lernen an und aus der Erfahrung.

In therapeutischen Settings zeigen sich Dankbarkeit, Sättigung und Prägnanz gerne in der Abschlussrunde einer Gruppensitzung und in den abschließenden Worten einer therapeutischen Begegnung. Für mich ist immer interessant zu hören, wie der Klient am Ende der Sitzung – nach den Sekunden des Lauschens auf den Gong – geht. Ein Satz, manchmal auch nur ein Wort, aus dem Hier-und-Jetzt würdigt und verstärkt die getane Arbeit und weist gelegentlich auf die auf ihre Chance wartenden offenen Gestalten.

## Die Paar-Kontemplation

*I find that when I am closest to my inner, intuitive self,  
when I am somehow in touch with the unknown in me ...  
Then, simply my presence is releasing and helpful to the other.*  
(Rogers 1980, 129)

Wie die erlebnisintensiven Herausforderungen, Überraschungen und Beglückungen, die beim El Caminar gemacht werden, reflektieren, ohne dass sie durch voreilige Deutungen in bekannten mentalen Strukturen erstarren? Diese Frage und Aufgabe beschäftigte mich immer

wieder aufs Neue, bis ich mit dem Ritual der Paar-Kontemplation eine ebenfalls erlebnisintensive Form fand, die fürs Erste genug strukturelle Lücken für transformative Prozesse ließ und wie ein stiller Tanz verstanden werden kann und die ich hier detailliert vorstelle:

Die Paar-Kontemplation<sup>14</sup> ist ein kurzes, beziehungsstiftendes und heilsames Begegnungsritual. Mit ihrer Hilfe gestalten zwei Personen aufmerksames Für-Sich-Sein in der Gegenwart eines anderen; im Workshop ist das in der Regel der/die Partner:in. In diesem beieinander-für-sich-Sein können herausfordernde, liebevolle und heikle Themen auf erfüllende Art und Weise betrachtet werden.

In den beschriebenen idealtypischen Phasen eines Schrittes erkennen die Partner bekannte, verstörende und sympathische Dynamiken. An und aus jeder dieser Dynamiken gewinnt jede:r Einsichten und Impulse. In den Mitteilungsrunden, in Männer- und Frauenrunden und in der Paar-Kontemplation mischen sich frische Erfahrungen und Erinnerungen auf bewegte und bewegende Art und Weise. Zu der erhöhten Achtsamkeit, mit der die Paare sich im El Caminar begegnen, passt eine Reflexion, die die Erfahrung weiterträgt und nicht durch ein zu frühes Verstehenwollen schwächt. Ein Problem, das die Polsters so beschrieben: »Obwohl die Suche nach dem Sinn dem Menschen eigen ist, beeinträchtigt doch sehr häufig der *Zwang* zur Deutung die Erfahrung selbst.« (Polster und Polster 1985, 29) Die Paar-Kontemplation lädt zu einer phänomenologischen, auch vorläufigen Betrachtung ein, die die unmittelbare Erfahrung weiterführt und differenziert. Sie erschwert es, auf bekannte Selbstkonzepte zurückzugreifen und hemmt die – mehr oder weniger bewusste – Gewohnheit, eigene Betrachtungen an den Wertgrenzen und Sympathien des Partners auszurichten.

Ich werde das Ritual durch seine Einflüsse, die Praxis und seine Regeln erläutern. Außerdem gehe ich auf drei Kompetenzen ein, die mittels der Paar-Kontemplation geübt und gestärkt werden. Es sind die mit dem

- Alleinesein, mit
- Gegenwärtigkeit und mit
- Nicht-Wissen

verbundenen Fähigkeiten und Herausforderungen.

## Prägende Einflüsse

Ich verdanke die Entwicklung der Paar-Kontemplation

- der Methode der »Zwiegespräche«, mit welcher der Psychoanalytiker Michael Lukas Möller Ende der 80er-Jahre auf die Bedeutung und die Möglichkeiten des wesentlichen Gesprächs in der Partnerschaft hinwies und dafür neues Interesse weckte (Moeller 1995),

<sup>14</sup> Lat. »contemplare«: anschauen, betrachten. Beim »contemplari« beobachteten die Auguren einen himmlischen und einen irdischen Bezirk (die »templa«), um aus den Vergleichen Deutungen für die Zukunft abzuleiten. (Brockhaus 2006: Bd. 2 »Auguren« und Bd. 15 »Kontemplation«). Die ursprüngliche und – nach einer spezifisch mystischen Verwendung des Begriffs im Mittelalter – inzwischen wieder uneinheitliche Verwendung des Begriffs Kontemplation umfasst auch die verbale und die nonverbale Betrachtung (vgl. Jäger 2007).

- der Erfahrung von Zeitknappheit in meinen Wochenend-Workshops,
- Toni Packer und ihrer ›Meditative Inquiry‹ (Packer 1991; 1996; 2004; 2007) und
- der nicht-dualen Meditation, wie sie von Peter Fenner (2003; 2008) unterrichtet wird.

## Die Praxis und die Rollen

*Kein Reden wird je wiederholen,  
was das Stammeln mitzuteilen weiß.  
(Buber 2006, 98)*

Zwei sitzen sich gegenüber. Dabei beachten und gestalten sie die ersten drei Phasen einer idealtypischen Begegnung. Wenn das Setting (Ort, Zeit, Körperhaltung und Sitzordnung) geklärt ist und nach dem Stühle-Rücken und Grenze-Finden das Platzieren abgeschlossen ist, ist ein wohltuender Kontaktzyklus abgeschlossen: Jede:r weiß und fühlt sich am richtigen Platz – eine Wohltat und zwei Atemzüge wert.

In der Paar-Kontemplation unterscheide ich die Rolle des Fokus und die des Spiegels.

Der **Fokus** gestaltet die verabredete Zeit durch Selbstmitteilung, durch kontemplatives Betrachten und durch Stille. Dabei strebt der Fokus nicht danach, das, was in ihm vorgeht, explizit zu machen noch danach, es implizit zu lassen. Der Fokus gestaltet seine Betrachtung mal mit geöffneten, mal mit geschlossenen Augen. Wann immer er schaut, schaut er in den Spiegel. Er lässt – so gut es geht – alle Bemühungen um Selbstoffenbarung, um Klarheit und auch um Genauigkeit beiseite. Seine Mitteilungen sind suchend, tastend und vermutend. Der Wortfluss darf stocken und auch abrupt abreißen. In einem einzigen Fall war er »ohne Punkt und Komma«: Eine sehr lebendige Teilnehmerin mit einem die Stille bevorzugenden Partner nutzte ihre Zeit als Fokus so: *Diese zehn Minuten: Er kann nicht gehen, er kann nicht antworten und er muss zuhören. Ja, die habe ich mir dann einfach nur genommen, diese zehn Minuten.* Ihr Partner witterte ebenfalls seine Chance: er schwieg zehn Minuten und genoss die aufmerksame Anteilnahme seiner Partnerin.

Eine Kollegin berichtete mir von einem anderen Phänomen: sie schrieb, dass sie durch die ungewohnte Situation, die Zeit frei gestalten zu können und nicht mit Unterbrechungen oder Reaktionen rechnen zu müssen, ganz andächtig geworden sei und die Bedeutung der Worte, die sie in diesen Raum hinein sprach, als wesentlich gewichtiger empfunden habe.

Der **Spiegel** sitzt still, wach und unbewegt. Er schaut immer zum Fokus, ohne ihm absichtlich bestätigende, kritische oder andere Signale

zu senden. Der Spiegel ist im besten Fall wie ein realer Spiegel: leer. Er geht nicht auf seine eigenen mentalen und emotionalen Reaktionen ein. Er begnügt sich mit Hören und kümmert sich nicht darum, das Gehörte zu verstehen oder ein besonders guter Zuhörer zu sein. Wenn es zu Resonanz-Phänomenen kommt, ist der Spiegel – gelegentlich auch sichtbar – bewegt, ohne dabei in seine »eigene Geschichte« einzutauchen. Der Spiegel vermeidet auch körpersprachliche Reaktionen wie zustimmendes Nicken oder Vorneigen, interessiertes »Hhm« und vor allem kritische Mimik. Da der Spiegel zwischen fünf und zehn Minuten in dieser Rolle bleibt, ist es für ihn eine wohltuende Übung darin, seine eigenen Reaktionen in der Schwebe zu lassen (vgl. Bohm 2000, 141). Auf diese Weise wendet sich der Spiegel immer wieder von der Achtsamkeit – den Inhalten seines Bewusstseins – zur Bewusstheit selbst: dem wachen, lebendigen Präsent-Sein ohne Identifikation und Entfremdung. Dieselbe Kollegin, die in der Rolle des Fokus andächtig wurde, schrieb mir, dass sie nicht gedacht hätte, das zu können. *Und gleichzeitig war es eine große Entlastung, nichts »verstehen« zu müssen. Paradoxerweise hat das zu einer extrem hohen Aufmerksamkeit geführt.* Peter Fenner weist auf einen leicht zu übersehenden Aspekt unseres Zuhörens hin: »Wir beeinflussen ihre [anderer Personen] Zukunft, indem wir ihnen durch einen Filter zuhören, der besagt, dass sie das erleben oder nicht erleben sollten, was sie erleben« (Fenner 2008, 230).

Der Spiegel verstärkt durch seine leere Präsenz den kontemplativen Prozess des Fokus. Martina und Reinhard Fuhr beschreiben den mittleren Modus als »Zustand des inneren Schweigens, des Aussetzens aller inneren Dialoge« und nennen ihn »den wichtigsten Aspekt unseres Seins in der Welt« (Fuhr und Fuhr 1995, 159). Vor allem der Spiegel, aber auch der Fokus taucht momentweise in diesen Modus ein. In der Paar-Kontemplation treffen sich meistens die Beziehungspartner:innen. Dadurch ist es für den Spiegel eine besondere Herausforderung, sich nicht auf seine vertrauten Reaktionen einzulassen, und auch eine Entlastung, das nicht »zu müssen«.

Nach der verabredeten Dauer werden die Rollen gewechselt. Werden die folgenden Regeln beachtet, begegnen sich die beiden Ritualteilnehmer:innen jenseits von Meinung, Meinungsstreit und Verletzung: Der Fokus bleibt ganz bei sich selbst und korrigiert ggf. seine Du-Botschaften. Er interessiert sich nicht für die Reaktionen des Gegenübers und gestaltet seine Kontemplation mit der Maxime, dass Reden und Schweigen gleichberechtigt sind. Er schaut von Zeit zu Zeit zu seinem Gegenüber und lässt sich durch die Gegenwärtigkeit des Spiegels beflügeln. Etwa das muss der Teilnehmer erlebt haben, als er, sehr bewegt, nach seiner ersten Paar-Kontemplation der Gruppe mitteilte: *Jetzt bin ich neun Jahre mit meiner Frau verheiratet. Ich war ihr noch nie so nahe.*

<sup>15</sup> Eine Kurzübersicht über das therapeutische Spiegeln bei Kohut, Mahler, Winnicott und Rogers gibt John Prendergast (2003). Er beschreibt das »Mirroring« auch in einem philosophisch-spirituellen Kontext.

Die folgenden drei Varianten beschreiben die Phänomene der Paar-Kontemplation:

### 1. Inhaltlicher Austausch

Der Unterschied zum gewohnten Gespräch besteht im Verzicht auf die Wechselrede. Das alleine kann bereits eine entlastende Wirkung haben, wie es in der folgenden Rückmeldung deutlich wird. Sie bezieht sich auf die erste Paar-Kontemplation im Workshop mit dem Thema »Danke, dass du mit mir hier bist – und anderes, wofür ich dir dankbar bin«:

*Ich fand das berührend, zu sagen, warum man dankbar ist. ... Das ging mir nicht so leicht von den Lippen. Aber das Aussprechen habe ich sehr genossen ... Ich fand das sehr schön, einfach reden zu können, ohne unterbrochen zu werden. Kein: ›Wie ist das jetzt?‹ oder andere Aufforderungen, irgendetwas präziser oder genauer oder richtig darzustellen.*

### 2. Unmittelbares Formulieren im Sinne eines lauten Denkens

Ganz im Gegensatz zum Volksmund, der zuerst denken, dann reden befürwortet, steht es dem Fokus frei, unüberlegt, chaotisch und verwirrend zu formulieren. Er kann sich ohne die kleinen Retroflexionen äußern, die mit dem stimmigen Formulieren verknüpft sind. Der Zuhörer nimmt dann teil an den Hintergründen der Begriffsfindung und der Entwicklung eines Sinnzusammenhangs. Ihm wird klar, dass er nicht immer das, was er erwartet, und auch nicht auf die ihm vertraute Art zu hören bekommt. In der folgenden Rückmeldung zeigt sich etwas von den Überraschungen, die damit verbunden sind:

*Ich war so konzentriert dabei, dass ich vor lauter Faszination mitreden wollte. Es war wirklich so, ja. Insgesamt war das sehr intensiv, sehr ernst und bewegend, aber gut. Und hat auch von der Gefühlsebene her mein Thema, das ich für dieses Wochenende vorhatte, sehr getroffen.*

### 3. Stilles Zusammen-Sein

Das stille Zusammen-Sein stimuliert Spiegelprozesse: Da sich hier – in der Regel – langjährige Partner begegnen, können diese Prozesse, wenn auch ungewohnt und stellenweise irritierend, heilsam sein.<sup>15</sup> Caroline berichtet von einer entsprechenden Erfahrung:

*Mir hat die Offenheit so gutgetan, mit der Markus gesprochen hat. Ganz gut hat mir das getan. Dass es mir dann so ging, dass ich als erstes zu ihm sagte, jetzt möchte ich gar nicht sprechen, ich möchte dem jetzt eigentlich nachlauschen. Und auch nichts darauf antworten. Nur einfach so in mir spüren. Ja, auch nichts festlegen, einfach genießen. Das hat mir sehr gutgetan.*

## Alleine sein

*Es gibt immer die Möglichkeit zu größerer Reife –  
dazu, mehr und mehr Verantwortung für dich selbst  
und für dein Leben zu übernehmen.*  
(Perls 1974, 72)

16 Zit. nach Barks 2004, 247)

Der Tango kultiviert die Fähigkeit, zu zweit zu sein. Auf paradoxe Art und Weise kultiviert die Paar-Kontemplation die Fähigkeit zum Alleine-Sein. Die oben beschriebene Struktur und die Regeln der Paar-Kontemplation machen deutlich, dass es um ein kontemplatives Für-sich-Sein in Anwesenheit einer Partnerin/eines Partners geht.

Nachdem ich die Paar-Kontemplation im Workshop vorgestellt hatte, hörte ich einmal »Da kann ich mich ja auch vor eine Wand setzen«. Eine Bemerkung, die ich erst mit Winnicotts Hilfe ganz verstand. Er betrachtete die Erfahrung »als Säugling und kleines Kind in der Gegenwart der Mutter allein zu sein« als Voraussetzung für die Fähigkeit zum Alleinsein. Die »Reife und die Fähigkeit, allein zu sein, setzen voraus, dass das Individuum die Möglichkeit gehabt hat, durch »ausreichend gute Bemmutterung« einen Glauben an eine wohlwollende Umwelt aufzubauen« (Winnicott 2006). In der Gestalttherapie beschreiben wir die entsprechenden Prozesse als Assimilierung befriedigender und nahrhafter Kontakte, die in der Persönlichkeitsfunktion für die Selbst-Unterstützung zur Verfügung stehen. Sehr nahe kam mir die Potenz des Rituals, als ich mit einer Kollegin eine Paar-Kontemplation durchführte. Ich spiegelte eine liebevoll-warmherzige Sympathie und war verwirrt von der Rückmeldung, dass sie das zwar erkannte, sich aber trotzdem tief verlassen fühlte. Im Nachgespräch sagte sie, dass sie eine ausreichend gute Bemmutterung nicht kennt, allerdings eine, fast vergessene, durch die Großmutter.

Das Ritual hat eine Struktur, in der sich der Fokus ganz bei sich fühlen und »spielen« kann und sich der wohlwollenden Präsenz des Spiegels – als Stellvertreter für unbekümmerte mütterliche oder väterliche Anwesenheit – sicher ist. Diese Unterstützung nutzt er selbstständig zur Mobilisierung seiner eigenen Möglichkeiten. Diesen Vorgang nennt Perls »Reifen« (vgl. Perls 1974, 37).

## Gegenwärtigkeit

*Stay together friends, don't scatter or sleep.  
Our friendship is made of being awake. ...  
Stay here, quivering with each moment, like a drop of mercury.*  
(Rumi)<sup>16</sup>

Wo immer möglich, unterstütze ich meine Klienten dabei, eine Form des Austauschs zu finden, die ihre Partnerschaft im Hier-und-Jetzt bestätigt. Die wichtigste Regel der Paar-Kontemplation ist, dass jeder:

<sup>17</sup> Diesen Vers ordne ich gerne Jikan zu. Es bedeutet »der Stille« und war Cohens Name als Zen-Mönch.

Sprechen und Schweigen gleichberechtigt betrachtet. Der Fokus wird gelegentlich innehalten und die Inhalte und Qualitäten seines Bewusstseins anschauen. Damit ist die Frage verbunden: »Womit mache ich jetzt wie weiter?« Der Spiegel wird die entsprechende Erfahrung machen: »Womit macht sie jetzt wie weiter?« Gegenwärtigkeit stellt sich ein, wenn wir außergewöhnliche Erfahrungen machen. Viele suchen dafür das Risiko und finden Gegenwärtigkeit beim Bungee- oder Fallschirmspringen und anderen herausfordernden Sportarten. Die Gegenwärtigkeit, mit der zwei Tennis-Profis miteinander spielen und kämpfen, wirkt noch durch das Fernsehbild auf die Zuschauenden.

Die Paar-Kontemplation beginnt mit den ersten drei idealtypischen Phasen. Dass jede:r ihren/seinen guten Platz mit dem Partner bzw. der Partnerin findet und sich dafür ein wenig Zeit nimmt, macht etwas Außergewöhnliches aus einem sonst beiläufigen Vorgang. Immer wenn wir auf ungewohnte Art und Weise unsere Ich-Funktionen nutzen, ist die Figurbildung intensiviert. Diese erhöhte Aufmerksamkeit bringt ein Gefühl für Unmittelbarkeit und Gegenwärtigkeit mit sich und damit auch Bewusstheit. Und die »findet immer in der Gegenwart statt. ... Bewusstheit, Kontakt und Gegenwart sind nur verschiedene Aspekte eines und desselben Prozesses ...« (Perls 1976, 84).

Wie stark die Gegenwärtigkeit von Achtsamkeit und Bewusstheit (s. o. bei Gewahren) durchdrungen ist, hat mit der Arbeit zu tun, die im Kontaktzyklus geleistet wurde. Je spannungsvoller sie war, umso mehr Bewusstheit entstand. Je mehr Bewusstheit, Kontakt und Gegenwärtigkeit vitalisiert wird, umso mehr drängen die noch im Schatten liegenden Anteile des Selbst darauf, bemerkt und integriert zu werden, denn »das, was uns bewusst ist, ist immer die Botschaft der unerledigten Situation« (Perls 1966, 111). Findet die Paar-Kontemplation nach dem El Caminar statt, was im Workshop meistens der Fall ist, kann man gegebenenfalls auch auf die Entspannungen einer gelungenen und beglückenden Interaktion schauen. Die Paar-Kontemplation wird dann auch von der »Schönheit des Augenblicks« (PHG 1981, 43) erleichtert, der in den letzten vier idealtypischen Phasen auftauchte. In diesem Fall ist die Bewusstheit die Botschaft einer erledigten Situation.

## Nicht-Wissen

*Forget your perfect offering,  
there is a crack, a crack in everything.  
That's how the light gets in.*  
(Leonard Cohen in »Anthem«)<sup>17</sup>

Ich möchte mich zu guter Letzt nochmals mit den kleinen Momenten der Stille beschäftigen; besonders der Spiegel, aber auch der Fokus werden ihr in der Paar-Kontemplation begegnen. Der Spiegel ist dazu eingeladen als auch herausfordert, sich nicht mit seinen per-



sönlichen Reaktionen zu identifizieren. Das gelingt nur dann, wenn er seine sympathischen und antipathischen Reaktionen bemerkt und sie nicht als Orientierungshinweise nutzt. Die Orientierung an Vorlieben und Abneigungen ist allerdings Routine und kollektiv als auch individuell konditioniert (vgl. PHG 1985, 65). Auch die Gestalttherapie ist nicht frei von den Versuchungen dualistischer Entscheidungen. Ist meine Wahl nicht die Folge vitaler und bewusster Es- und Ich-Funktionen, ist sie schlicht eine Entscheidung, in der Gewohnheiten, Introjekte und Egotismen die größere Rolle spielen als das aktuelle Feld. Im Verzicht auf diesen Rückgriff entsteht ein Raum des Nicht-wissen-Könnens und -Müssens. Und in seinem Aufkommen zunächst auch die Angst vor dem, was ohne Namen und Grenze ist. Eine verführerische Abwehr dieser Angst liefert die Versuchung, sich in bekannten dualen Betrachtung wieder zu beruhigen. Der Spiegel ist ständig dazu eingeladen, dieser Erfahrung des Nicht-Wissens in seiner stillen Präsenz Raum zu geben. Auch für den Fokus öffnet sich in seinen stillen Momenten ein Raum des Nicht-so-genau-Bescheid-Wissens.

Perls begegnete dem philosophischen Nichts bei Salomo Friedlaenders Nullpunkt.<sup>18</sup> So – und auch »schöpferische Indifferenz« nannte Friedlaender die Momente, die vor und nach der Differenzierung zu finden sind. Sie standen Pate für Perls' Konzeption des mittleren Modus. Die östlichen Philosophien verwenden Begriffe wie No-thingness und Suchness für das, was sich dem Wissen entzieht. In der Gestalttherapie kommen die Momente, in denen das Selbst als Funktion ganz in seiner Umwelt aufgeht, dem nahe. Nur mit Hilfe von Erinnerung und bekannten Kategorien und Erfahrungen lässt sich begrifflich rekonstruieren, was in den Sekunden vollen Kontaktes wohl geschehen sein könnte.

»Any time that we can open up and *not* know, we clear a space for understanding something beyond our habits of thinking« (Ralston 2019, 18). Und vor, nach und außerhalb unseres Denkens verstummen die polarisierenden Auseinandersetzungen, die das alltägliche Brot so vieler Partnerschaften sind. Die Paar-Kontemplation ist kein Ersatz für die not-wendigen, oft spannungsvollen Kontaktprozesse in einer Partnerschaft, sie ist allerdings eine wunderbare Ergänzung und hier und da auch Alternative.

## Literatur

- BARKS, C. (2004): *The Essential Rumi*. New York: HarperCollins
- BAUER, J. (2005): *Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone*. Hamburg: Hoffmann und Campe
- BAYER, A. (2016): *Ein Koffer voller Tango. Wege im Exil*. In: R. Sartori (Hrsg): *Tango-Global, Bd. 2: Tango in Berlin – Die Pionierinnen und Streiflichter durch die Berliner Tangoszene* (S. 20–35). München: Allitera

<sup>18</sup> Auf diesem Hintergrund stellte ich 2019 die Paar-Kontemplation auf der EAGT-Tagung »The fertile Void and Creative Indifference« in Budapest vor. Ich nannte den Workshop »Going Zero – Inquiries for two«.

Anschrift des Autors:

Johannes Feuerbach  
Nordhauser Str. 7  
10589 Berlin

0163-345 53 70

beratung@feuerbach.biz

- BOHM, D. (2000): Der Dialog – Das offene Gespräch am Ende der Diskussion. Stuttgart: Klett-Cotta
- [Brockhaus] (2006): Brockhaus Enzyklopädie in 30 Bänden. Mannheim: Brockhaus
- BROOKS, Ch. (1979): Erleben durch die Sinne (Sensory Awareness). Paderborn: Junfermann
- BUBER, M. (2006): Das dialogische Prinzip. Gütersloh: Lambert Schneider
- CHENG, F. (2019): Über die Schönheit der Seele. München: C. H. Beck
- EDER, B. (2017): Tango-Tanzen statt Therapie oder Tango-Tanzen in der Therapie? Eine kontrollierte Studie mit Paaren. Unveröffentlichte Masterthesis betreut von Sabin C. Koch. SHR Hochschule Heidelberg: Fakultät für Therapiewissenschaften
- FENNER, P. (2003): Nonduality and Therapy: Awakening the unconditioned mind. In: J. Prendergast, P. Fenner, Sh. Krystal (Hrsg.): *The sacred mirror – Nondual wisdom and psychotherapy* (S. 23–56). St. Paul, MN.: Paragon House
- FENNER, P. (2007): Radiant Mind – Awakening unconditioned awareness. Boulder, CO: Sounds True
- FENNER, P. (2008): Reines Gewahrsein. Radiant Mind – Ein praktischer Weg zum Erwachen. Bielefeld: Aurum
- FEUERBACH, J. (2009): Paardynamiken im Tanz. Zur Inszenierung, Reflexion und Liminalität von Beziehungen in einem Workshop. Unveröffentlichte Diplom-Arbeit. Betreut von Christoph Wulf. Freie Universität Berlin: Fachbereich Erziehungswissenschaft und Psychologie
- FEUERBACH, J. (2010): Beziehung, die man tanzen kann. Selbsterfahrung für Paare. In: *Musik-, Tanz und Kunsttherapie*. 21. Jg., H. 3, 113–122
- FEUERBACH, J. (2017): Beziehung, die man tanzen kann: Partnerschaft und Tango. In: R. Sartori (Hrsg.): *Tango Global Bd. 3 – Tango in Berlin* (S. 122–144) München: Allitera
- FRAMBACH, L. (2015): Philosophie, Mystik, Psychotherapie. Die Bedeutung Salomo Friedlaenders für die Gestalttherapie. In: L. Frambach, D. Thiel (Hg.): *Friedlaender / Mynona und die Gestalttherapie. Das Prinzip »Schöpferische Indifferenz«* (S. 37–75). Bergisch Gladbach: EHP
- FUHR R. / GREMLER-FUHR, M. (1995): Gestalt-Ansatz. Grundkonzepte und Modelle aus neuer Perspektive. Köln: EHP
- GOFFMAN, E. (1986): Interaktionsrituale – Über Verhalten in direkter Kommunikation. Frankfurt: Suhrkamp
- JÄGER W. (2007): Was ist Kontemplation? In: *Kontemplation und Mystik*. 8. Jg., Sonderheft 1, 9–14
- JELLOUSCHEK, H. (2011): Achtsamkeit in der Partnerschaft. Was dem Zusammenleben Tiefe gibt. Freiburg: Kreuz
- LANGE, J. D. (2014): Die Anfänge des Berliner Tango. In: R. Sartori (Hrsg.): *Tango Global, Bd. 1 – Tango in Berlin: Geschichten zur Pionierzeit* (S. 73–88). München: Allitera
- LEEDS, A. (1977): Lomi, ein ganzheitlicher Zugang zu Bewusstheit und persönlichem Wachstum. In: H. Petzold (Hrsg.): *Die neuen Körpertherapien* (S. 313–330). Paderborn: Junfermann
- LUDWIG, E. (2002): Tango Lexikon – Der Tango rioplatense. Berlin: Schwarzkopf & Schwarzkopf

- MILZ, H.(1985): Bewusstheit als Heilung: Die Integration von Körper- und Psychotherapie – Gespräch mit Robert Hall. In: Ders.: *Ganzheitliche Medizin* (S. 161–173). Königstein: Athenäum
- MOELLER, M. L. (1995): Die Wahrheit beginnt zu zweit. – Das Paar im Gespräch. Reinbek: Rowohlt
- NEVIS, E. (1988): Organisationsberatung – Ein Gestalttherapeutischer Ansatz. Köln: EHP
- PACKER, T. (1991): Mit ganz neuen Augen sehen. Braunschweig: Aurum
- PACKER, T. (1996): Der Moment der Erfahrung ist unendlich. Berlin: Theseus
- PACKER, T. (2004): Das Wunder des Jetzt – Die Kunst meditativen Fragens. Berlin: Theseus
- PACKER, T. (2007): The Silent Question – Meditating in the Stillness of Not-Knowing. Boston & London: Shambhala
- PERLS, F.S. (1957): Selbstfindung durch Gestalttherapie. In: H. Petzold (Hrsg. 1985): *Gestalt, Wachstum, Integration – Aufsätze, Vorträge, Therapiesitzungen* (S. 129–147). Paderborn: Junfermann
- PERLS, F. (1959-1968): Ein neuer Schlüssel zur Psychiatrie. In: H. Petzold (Hrsg. 1985): *Gestalt, Wachstum, Integration – Aufsätze, Vorträge, Therapiesitzungen* (S. 51–88). Paderborn: Junfermann
- PERLS, F. (1966): Vier Vorträge. In: H. Petzold (Hrsg. 1985): *Gestalt, Wachstum, Integration – Aufsätze, Vorträge, Therapiesitzungen* (S. 89–117). Paderborn: Junfermann
- PERLS, F. (1974): Gestalt-Therapie in Aktion. Stuttgart: Ernst Klett
- PERLS, F. (1976): Grundlagen der Gestalt-Therapie – Einführung und Sitzungsprotokolle. München: Pfeiffer
- [PHG 1981] Perls, F. / Hefferline, F. / Goodman P. (1981): Gestalt-Therapie: Lebensfreude und Persönlichkeitsentwicklung. Stuttgart: Klett-Cotta
- [PHG 1985] Perls, F. / Hefferline, F. / Goodman P. (1985): Gestalt-Therapie – Wiederbelebung des Selbst. Stuttgart: Klett-Cotta
- POLSTER, E. / POLSTER, M. (1985): Gestalttherapie — Theorie und Praxis der integrativen Gestalttherapie. Frankfurt: Fischer
- PRENDERGAST, J. (2003): The sacred mirror – Being together. In: J. Prendergast, P. Fenner, Sh. Krystal (Hrsg.): *The sacred mirror – Nondual wisdom and Psychotherapy* (S. 89–115). St. Paul, MN.: Paragon House
- RALSTON, P. (2019): The Book of Not Knowing. Exploring the True Nature of Self, Mind, and Consciousness. Berkley, Ca.: North Atlantic Books
- RIEMANN, F. (1992): Grundformen der Angst – Eine tiefenpsychologische Studie. München: Ernst Reinhardt
- ROGERS, C. R. (1980): A Way of Being. New York: Houghton Mifflin
- STERN, D. (2005): Der Gegenwartsmoment – Veränderungsprozesse in Psychoanalyse, Psychotherapie und Alltag. Frankfurt: Brandes & Aspel
- STERN, D. (2011): Ausdrucksformen der Vitalität. Frankfurt: Brandes & Aspel
- STOLZE, H.(1971): Kinästhetisches Bewusstmachen als Grundlage einer Entspannungstherapie. In: Ders. (Hrsg. 1989): *Die Konzentrative Bewegungstherapie – Grundlagen und Erfahrungen* (S. 60–65). Berlin: Springer
- TURNER, V. (2005): Das Ritual – Struktur und Anti-Struktur. Frankfurt: Campus

- VIALLET, F.-A. (1972): Zen – Weg zum Anderen. Weinheim: Barth
- VIALLET, F.-A. 1975): Einladung zum Zen. Olten: Walter
- VIALLET, F.-A. (1978): Zurück mit leeren Händen – Zen Erfahrung. Olten: Walter
- WINNICOTT, D. W. (2006): Die Fähigkeit zum Alleinsein. In: Ders.: *Reifungsprozesse und fördernde Umwelt* (S. 36–46). Gießen: Psychosozial
- ZINKER, J. (1993): Gestalttherapie als kreativer Prozess. Paderborn: Junfermann
- ZINKER, J. (1997): Auf der Suche nach gelingender Partnerschaft. Gestalttherapie mit Paaren und Familien. Paderborn: Junfermann

# AutorInnen

AMENDT-LYON, Nancy, Studium der Psychologie in New York, Genf und Graz, Ausbildung in Gestalttherapie, Gruppenanalyse und Psychodrama. Seit 1978 als Psychotherapeutin in freier Praxis; Gründungsmitglied der ÖVG, langjährige In- und Auslandserfahrung als Lehrtherapeutin für Gestalttherapie und als Redaktionsmitglied von deutsch- und englischsprachigen Zeitschriften; Zahlreiche Publikationen auf Deutsch und Englisch zu Themen der Gestalttherapie, über Gender und sozialpolitisch relevante Fragen. Herausgeberin von *Zeitlose Erfahrung: Laura Perls' unveröffentlichte Notizbücher und literarische Texte 1946–1985* (Gießen: Psychosozial Verlag, 2017); Roman-début: *Und niemals ein Ende* (Salzburg: Edition Tandem, 2015).

BEAUMONT, Hunter, PhD. war beim Gestalt-Therapy-Institute, Los Angeles, Lehrtherapeut und Präsident. Er wurde 1980 als Gast-Professor an die LMU München gerufen und war dort 22 Jahre als Lehrbeauftragter tätig. Auch ist er Gründungsmitglied der DVG. Ausgebildet in vielen psychotherapeutischen Disziplinen, arbeitet er nach wie vor an einer integrativen systemisch orientierten, humanistischen Psychotherapie.

BLANKERTZ, Gabriele: 1964 geboren, drei erwachsene Kinder, Diplom-Pädagogin, Gestalttherapeutin DVG, seit 2000 Gestalt-Praxis in Berlin, Gruppen und Weiterbildung in Gestalttherapie und -beratung, Gründung des *Berliner Gestaltssalon* und Aufbau des *InKontakt Gestaltinstitut Berlin* seit 2015. Seit 2016 engagiert in der Arbeit mit geflüchteten Menschen aus Sy-

rien, Aufbau der Gruppe »Circle of Peace« und Durchführung von Dialog-Weiterbildungen in Arabisch/Deutsch. Veröffentlichungen dazu in Deutsch und Englisch.

BLANKERTZ, Stefan, 1956, Beschäftigung mit Paul Goodman, Anarchismus und der Theorie der Gestalttherapie seit einem halben Jahrhundert. Viele literarische und sozialwissenschaftliche Veröffentlichungen.

BONGERS, Dieter, Dr. phil., geb. 1951, ist Diplom-Psychologe und Gestaltpsychotherapeut. Er hat in Köln und Bonn studiert und war Assistent an den Universitäten Konstanz und TU Berlin. Seine Gestaltausbildung hat er von 1983 bis 1986 am IGG Berlin gemacht. Er war von 1991 bis 2001 therapeutischer Leiter der Arbeitserziehungsanstalt Arxhof in Baselland (CH) und hat einige Jahre die Kantonspolizei BL als Psychologe beraten. Heute führt er eine Praxis für Beratung und Psychotherapie in Liestal (Kanton Basellandschaft, Schweiz).

FEUERBACH, Johannes, Diplom-Pädagoge. Aus Lomi-Körperarbeit, Gestalttherapie, Tango und Kontemplation entwickelte er *Beziehung, die man tanzen kann* als Selbsterfahrungs-methode für Paare. Seminare in Deutschland, Österreich, Italien und Frankreich. Lehrtherapeut, Praxis in Berlin mit den Schwerpunkten Gruppen und Paare, Weiterbildner am IGG.

MSTIBOVSKYI, Illia, Ph.D., ist Gestalttherapeut, Coach, Familientherapeut und Trainer. Seine Gestaltausbildung erhielt er bei Gestalt Associates Training Los Angeles (GAT-

# Termine

## DGPPN Kongress 2022

»Ethik, Recht und psychische Gesundheit«  
Deutsche Gesellschaft für Psychiatrie und Psychotherapie, Psychosomatik und Nervenheilkunde e.V.

**Termin/Ort:** 23.–26. November 2022 in Berlin, City Cube

*Info:* [www.dgppnkongress.de](http://www.dgppnkongress.de)

*Anmeldung:* [j.holzhausen@dgppn.de](mailto:j.holzhausen@dgppn.de)

## 6. Group Analytic Conference

»Voices after Auschwitz«  
Deutsche Gesellschaft für Gruppenanalyse und Gruppenpsychotherapie

**Termin:** 2.–4. Februar 2023

**Ort:** Zichron Yaakov, Israel

*Info/Anmeldung:* <https://igd2023.weebly.com>

## Internationaler Kongress der GLE-I 2023

»Angst als existentielle Herausforderung«  
Gesellschaft f. Logotherapie und Existenzanalyse  
**Termin/Ort:** 30. April–1. Mai 2023 in Wien  
Präsenz- oder Online-Teilnahme

*Info/Anmeldung:* [www.existenzanalyse.org/kongress-2](http://www.existenzanalyse.org/kongress-2)

## DGPM/DKPM Kongress 2023

»Altern im Wandel – Perspektiven und Handlungsfelder

**Termin/Ort:** 3.–5. Mai 2023

*Info/Anmeldung:* <https://deutscher-psychosomatik-kongress.de/anmeldung>

## D-A-CH-Tagung 2023

»Zeit macht nur vor dem Teufel halt. Gibt die GT Impulse zu existenziellen Fragen unserer Zeit?«

**Termin/Ort:** 19.–21. Mai 2023 in Leipzig

*Info:* [www.dvg-gestalt.de](http://www.dvg-gestalt.de)

## 42. DGTA Kongress

»Es ist Zeit«

Deutsche Gesellschaft für Transaktionsanalyse

**Termin/Ort:** 19.–21. Mai 2023 in Lindau

*Info:* [www.dgta-kongress.de/](http://www.dgta-kongress.de/)

## ISI-Kongress 2023

– in Vorbereitung –

Institut für Soziale Interaktion

**Termin/Ort:** 2.–3. Juni 2023 in Hamburg

*Info/Anmeldung:* [isi-hamburg.org](http://isi-hamburg.org)

## Hauptstadtkongress 2023

»Medizin und Gesundheit«

**Termin/Ort:** 14.–16. Juni 2023 in Berlin

HUB 27 Messe Berlin

*Info/Anmeldung:* [www.hauptstadtkongress.de](http://www.hauptstadtkongress.de)

## 23. GwG-Jahreskongress

»Belastende Lebensereignisse integrieren«

Gesellschaft für personenzentrierte Psychotherapie und Beratung e.V.

**Termin/Ort:** 16.–18. Juni 2023 in Mainz

*Info/Anmeldung:* [www.gwg-ev.org](http://www.gwg-ev.org)

## Beziehung, die man tanzen kann

Auszeit für Paare im Kloster

Dipl.-Päd. Johannes Feuerbach

**Termin/Ort:** 1.–8. Juli 2023 in Casola (Toskana)

*Info:* [www.paartherapie-feuerbach.berlin/beziehung-die-man-tanzen-kann/auszeit-fuer-paare-im-kloster](http://www.paartherapie-feuerbach.berlin/beziehung-die-man-tanzen-kann/auszeit-fuer-paare-im-kloster)

## 23th WPA World Congress of Psychiatry

World Psychiatric Association

**Termin/Ort:** 28.09.–1.10.2023 in Wien

*Info/Anmeldung:* <https://2023.wcp-congress.com>

## Neuer Termin:

## Wissenschaftliche DGSGF-Jahrestagung 2023

»Karussell der Kulturen – Systemisch-interkulturelle Arbeit in der Einwanderungsgesellschaft«

Deutsche Gesellschaft für Systemische Therapie,

D-A-CH-Tagung in Leipzig – 19. bis 21. Mai 2023



# Zeit macht nur vor dem Teufel halt\*

Gibt die Gestalttherapie  
Impulse zu existentiellen Fragen  
unserer Zeit?

\*Song written by Miriam Frances and Paul Ryan, released by Barry Ryan

Deutsche Vereinigung für Gestalttherapie e.V. (DVG) / Grünberger Straße 14 / D- 10243 Berlin / [www.dvg-gestalt.de](http://www.dvg-gestalt.de)  
DDGAP e.V. / Eichholzweg 8a / D-34132 Kassel / [www.ddgap.de](http://www.ddgap.de)

Österreichische Vereinigung für Gestalttherapie (ÖVG) / Bernardgasse 26.2 / A-1070 Wien / [www.oevg-gestalt.at](http://www.oevg-gestalt.at)

IGWien Institut für Integrative Gestalttherapie Wien / Kaiserstraße 74/11 / A-1070 Wien / [www.igwien.at](http://www.igwien.at)

ÖAGG Österreichischer Arbeitskreis für Gruppentherapie und Gruppendynamik / A-1080 Wien / Lenaugasse 3 / [www.oaegg.at](http://www.oaegg.at)

Netzwerk Gestalttherapie Schweiz c/o Gestalttherapeutische Praxis / Winderholzstrasse 5 / CH 9315 Winden

igw Schweiz GmbH / Zürichstrasse 49 / CH-8910 Affoltern am Albis / [www.igw-schweiz.ch](http://www.igw-schweiz.ch)

## Für InteressentInnen

GESTALTHERAPIE ist die Zeitschrift der Deutschen Vereinigung für Gestalttherapie e.V. (DVG).

Die DVG ist der Dachverband für GestalttherapeutInnen und Gestaltinstitute in der Bundesrepublik Deutschland und widmet sich u. a. intensiv theoretischen, therapeutischen und gesellschaftspolitischen Themen im Rahmen der Gestalttherapie. Besonderen Wert legt die DVG auf die wissenschaftliche und methodische Weiterentwicklung der Gestalttherapie.

Die DVG setzt sich zusammen aus ordentlichen Mitgliedern (ausgebildeten GestalttherapeutInnen, GestaltsupervisorInnen und GestaltberaterInnen), Mitgliedern in Ausbildung, fördernden Mitgliedern und derzeit neun Gestaltinstituten.

An den vielfältigen Aktivitäten der Vereinigung beteiligen sich Kolleginnen und Kollegen der verschiedenen philosophischen, psychologischen und therapeutischen Strömungen der Gestalttherapie.



- Ich bin an Informationen über die DVG interessiert
- Ich bin an einer Mitgliedschaft interessiert (für DVG-Mitglieder ist die Zeitschrift GESTALTHERAPIE im Mitgliedsbeitrag enthalten)

und bitte um entsprechende Informationen.

Absender: .....

Bitte senden an: Deutsche Vereinigung für Gestalttherapie e.V.  
Grünberger Str. 14, 10243 Berlin  
Tel.: 030-7407 8284 · Fax: 030-7407 8285  
e-Mail: info@dvg-gestalt.de · www.dvg-gestalt.de

---

## Bestellschein

Hiermit bestelle ich die Zeitschrift GESTALTHERAPIE zum Preis von € 25,- im Jahr zuzüglich Versandkosten ab Heft ..... Die Zeitschrift erscheint halbjährlich. Ich zahle nach Erhalt der Rechnung.

Die Bestellung kann ich innerhalb von 8 Tagen schriftlich bei Ihnen widerrufen. Abbestellungen sind nur zum Jahresende möglich unter Einhaltung einer zweimonatigen Frist.

.....  
Datum / Unterschrift

Absender: .....

Bitte senden an: EHP · Postfach 1460 · D-58259 Gevelsberg  
Tel.: +49-(0)2332-666-4207  
bestell@ehp-koeln.com · www.ehp-verlag.de