

Sophias Leib

von Annegret Stopczyk

Die 4. Focusing-Konferenz auf der 21. Internationalen Focusing Sommerschule im August 2001 steht unter dem Thema „Holistic Parts“. Worum geht's da? Zum Beispiel um focusing-orientierte Aufstellungen, z.B. um die Frage, was eigentlich „innen“ (z.B. innere Achtsamkeit) und was „außen“ (z.B. handeln) ist, z.B. um sog. Teilpersönlichkeiten und generell um Teilganzenheiten (Holons) als dritten Weg zwischen Atomismus (z.B. Naturwissenschaften) und Holismus (z.B. Ökologie). Wir wollen unsere Konzepte und unsere Praxis um ein wichtiges Teilgebiet erweitern und Gendlins neue Philosophie zumindest einholen. Dazu haben wir auch die Berliner Philosophin Annegret Stopczyk eingeladen, die sich mit diesem Text den Focusing-Leuten vorstellt.

Das Denken zur leibhaftigen Selbsterfahrung der Anwesenden machen

1987 hatte ich zum ersten Male eine umfassendere Idee von dem, was ich jetzt "Leibphilosophie" nenne. Seitdem schrieb ich an dem Buch "Sophias Leib" und probierte in verschiedenen Veranstaltungen meine Ideen aus, nicht nur trocken einen Vortrag zu halten, wie ich es vorher an der Universität tat, sondern das Denken zur leibhaftigen Selbsterfahrung der Anwesenden zu machen. Dazu entwickelte ich einige Methoden, die sich noch immer als sehr sinnvoll erweisen.

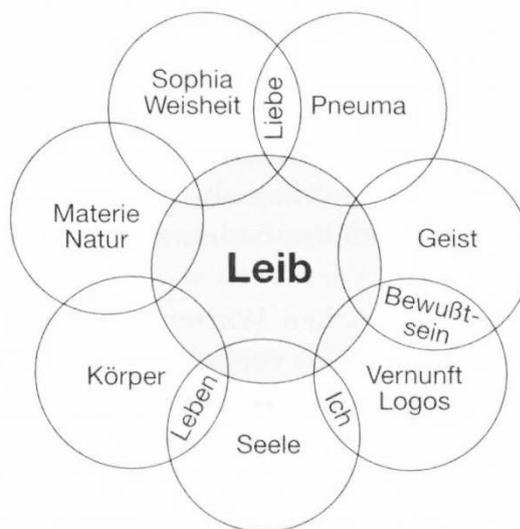
Das Wichtigste vielleicht ist, dass ich "Leib" und "Körper" nicht gleich setze. Und hier beginnt das Rätseln. Was soll denn das Leibliche sein? Die Philosophen Theodor W. Adorno und Max Horkheimer behaupteten in ihrem Buch "Dialektik der Aufklärung": "Unser Körper kann noch so sehr ertüchtigt werden, wir werden den Leib nicht mehr erreichen".

Doch, wir können "den Leib" erreichen, mit neuen philosophischen Methoden. Auch wenn in Deutschland die Philosophierenden noch an ihren Traumata der zwei Weltkriege zu leiden haben, so kann das Philosophieren sich doch neu kräftigen, wenn wir dieses Leiden an unserer sprachlos gewordenen Fähigkeit des Selberdenkens bewusst wahrnehmen und, uns daher aus befreiend, Formulierungen für das, was uns wichtig ist, finden.

Die erlebten Hintergründe der Worte

Ich definiere den Begriff "Leib" nicht mehr so, wie wir das Definieren in der Schule und Universität gelernt haben. Die Wörter des eigenen Erfahrens sind meistens eher Felder, die mit anderen Feldern sich überschneiden, keine exakten Punkte wie in der kunstvoll definierten Mathematiksprache. Das Wort Leib meint ein bisschen auch andere Wörter mit, hat Ähnlichkeiten zu verschiedenen Wörtern unserer Sprache. In der Zeichnung sehen Sie die verschiedenen verwandten Begriffsfelder. In unserer Alltagssprache verwenden wir die Worte mit unseren erlebten Hintergründen, die selten exakt sind. Darauf wies auch schon Ludwig Wittgenstein hin.

Ich führe das Wort "Leib" mehr in die Mitte zwischen all diesen Wörtern ver-



iffsfeld „Leib“

schiedener Begriffstraditionen. Es geht dabei nicht um das Abgrenzen, sondern um das Zugleichsein in Vielem und dennoch genau sein beim Erkennen und Erfahren. Es ist sozusagen eine "Feldtheorie" der Sprache.

Wenn Sie einen Augenblick sich zurück lehnen und die Augen schließen, dann nehmen Sie alles das wahr, was "eigenleiblich" da ist, das "Leibliche". Es ist sofort anders, wenn Sie die Augen wieder öffnen. Die Welt da draußen ist eine andere, aber diese Welt hat in unserer Zeit und Kultur seit 2500 Jahren die meiste Sprache, so, als ob es Sie innen gar nicht gäbe.

Sich mit der Welt „da draußen“ zugleich wahrnehmen

Das Wissenschaftsideal besonders in Deutschland geht davon aus, dass wir uns selber zu vergessen haben, wenn wir objektiv denken wollen. Aber was ist das für eine "objektive Erkenntnisweise", die einen großen Teil von Welterfahrung auszuschließen versucht, anstatt so integrativ wie nur möglich zu sein?

Es geht beim Selberdenken oder Philosophieren darum, sich mit der Welt "da draußen" zugleich wahrzunehmen, die eigene Weltsicht zu bemerken, zum Ausdruck zu bringen und zu sehen, wie andere Menschen dazu stehen. Das eigene Denken kommunizieren können, ohne dass uns eine offiziell richtige Lehre sagt, wie wir zu denken haben, das sehe ich als Aufgabe des Philosophierens an.

Wir haben in Deutschland erfahren, wie schädlich große Welterklärungen sein können, die mit politischen Wahrheitsansprüchen aufgetreten sind und andere Wahrheiten als Bedrohung sehr praktisch mit Kriegen und Mauerbau bekämpft haben. Die meisten Menschen möchten sich daher hierzulande nicht mehr mit großartigen Gedanken beschäftigen, sie sind müde vom Kämpfen für ihre Überzeugungen. Diese Müdigkeit sehe ich als große Chance an, feiner sich selber zu bemerken beim Philosophieren, weil uns an großen Worten und Gesten wenig liegt. Wir sind gebrannte Kinder unserer Geschichte.

Wie die Menschen in Berlin auf der Straße über das Philosophieren denken, habe ich in Straßeninterviews erfahren und in meinem Buch *"Nein danke, ich denke selber"* berichtet.

Bloß begriffliches Denken ist ein Hamsterrad

Selber-denken und nicht nur Nach-denken, das möchte ich mit meiner Leibphilosophiererei anregen.

Philo-Sophia heißt auch Liebe zur Weisheit. Und die Weisheit ist eine Erkenntnisweise, die sich aus der Lebenserfahrung bezieht. Wenn in der zumeist abstrakten akademischen Philosophie gefordert wird, möglichst von der subjektiven Lebenserfahrung abzusehen, um das Leben möglichst aus der Ferne zu kommentieren, dann ist das eigentlich keine "Philo-Sophie", sondern eine "Philo-Logie", eine Liebe zur Begriffslehre. Wir sollen Bücherwissen lieben und unser Lebenswissen nicht als solches erkennen.

Aber wenn wir nur mit auswendig gelernten Wörtern oder Begriffen denken ohne unsere feine eigenleibliche Wirklichkeit mit zu berücksichtigen, bleibt das Philosophieren eine für andere Menschen abstrakte und unangenehme Angelegenheit und für einen selber wie ein Rad, in dem ich als Hamster ständig im Kreis laufe.

Dabei geht es mir nicht darum, Bücherwissen zu verachten. Viele philosophische Bücher sind mit dem ganzen Leben von einzelnen Philosophinnen und Philosophen geschrieben, sie haben sich ganz darin hingegeben und für ihr Werk gelebt.

Aber für uns selbst heute brauchen wir neue Verbindungen zu eigenen Welterfahrungen, um Gedanken daheraus zu schmieden, Gedanken, die ganz andere sind, denn eine solche Welt wie heute, mit unseren Verantwortungsproblemen, gab es früher nicht.

Meine Leibphilosophie ist mein Versuch, in dieser jetzigen Welt philosophierend zu existieren und ich freue mich, wenn andere Menschen von meinen Gedanken sich inspiriert fühlen, auch mehr selber zu denken.

Philosophieren ist eine Kunst

Philosophieren als selbstdenkende Tätigkeit ist eine Kunst, weniger eine Wissenschaft. Aber dennoch ist die Wissenschaft der philosophischen Systeme an den Universitäten eine sinnvolle Einrichtung, weil

wir engagiert Philosophierenden sonst vielleicht schon gänzlich ausgestorben wären. Päpste, Könige, Kaiser und Präsidenten brauchen uns nicht mehr. Erstmals in der abendländischen Geschichte sind wir frei, das zu denken, was wir denken können und wollen. Uns als Menschen selbständig zu entdecken. Damit das eine Chance bleibt, bin ich dafür, diese neue Freiheit als Gewinn zu interpretieren, weniger als Verlust von Verdienstmöglichkeiten, Ämtern und Posten.

Trotzdem glaube ich daran, dass mit Selberdenken auch in Deutschland wieder Geld zu verdienen ist.

Meine Bücher verstehe ich als "Kunstwerke" des Denkens, weniger als Wahrheitssysteme. Das Schöne an der Kunst ist, dass wir dafür nicht in Kriege ziehen, aber dennoch uns zutiefst davon berührt fühlen können und die Gemeinschaft der Inspirierten erfahren können.

Weisheitslehren und Leiberfahrungspraxis verbinden

Was mich vor vielen Jahren als Studentin der Philosophie stark beeindruckte, war das gebieterische öffentliche Denkverbot für Frauen, das bis heute noch in fast allen Kulturen der Erde größtenteils unbewusst und selbstverständlich eingehalten wird. In meinem Buch *"Muse Mutter und Megäre - Was Philosophen über Frauen denken"* habe ich die Denkweise, die solches Verbot rechtfertigt, öffentlich dargestellt. Dabei wäre es eine wunderbare Bereicherung für uns alle, Männer wie Frauen, wenn auch die Talente von Frauen öffentlich wirksam wären.

Aufklärung sei die Beendigung der selbstverschuldeten Unmündigkeit, schrieb Kant vor mehr als zweihundert Jahren. Er forderte, dass die Vernunft sich unzensuriert frei auf dem Markt äußern können müsse. Dabei aber war es ihm selbstverständlich, dass nur Männer diese neuen aufgeklärten Menschen sein könnten, da er die Frauen lediglich als "Verstandeswesen" definierte, die der Vernunft nicht mächtig seien. Ich lasse dahingestellt, wer hier um seine Vernunftvermögen als Kontrollinstanz über körperliche und leibliche Anwendungen zu kämpfen hat, weil sie nicht stark genug ausgeprägt sind.

In meiner Leibphilosophie verbinde ich die Weisheitslehren europäischer Philosophie mit Leibwissen aus der eigenen und forschenden Leiberfahrungspraxis auch anderer Menschen heute. Es ist eine Liebe zur Weisheit, die unsere eigenleibliche Erfahrungswelt integriert und so zu Ideenverbindungen kommen kann, die uns viel näher nachvollziehbar und entwickelbar sind als das, was sonst zumeist unter Philosophieren verstanden wird.

Vielleicht haben Sie eine Ahnung davon bekommen, worum es mir geht?

(Aus: *Focusing-Journal* Nr. 5, 2000)

*Annegret Stopczyk studierte nach einer Schneiderlehre auf dem zweiten Bildungsweg als Stipendiatin der Studienstiftung des Deutschen Volkes Physik, Germanistik, Erziehungswissenschaften, Freie Malerei und Philosophie. Sie arbeitete vor und während ihres Studiums in verschiedenen Berufsfeldern (im Krankenhaus, im Kaufhaus, als Schauspielerin), war Dozentin für (Wirtschafts-)Ethik, politische Theorie und Philosophie an verschiedenen Instituten, Akademien und (Frauen-)Bildungszentren (u.a. am Otto-Suhr-Institut der Freien Universität Berlin, an der TU Berlin und an der Hochschule der Künste in Hamburg), arbeitete als Trainerin für Ethik in Unternehmen, initiierte Ausstellungen und den „Philosophischen Salon im Internet“ und ist Buch- und Rundfunkautorin. Im letzten Jahr führte sie ihre verschiedenen Aktivitäten unter dem Firmennamen „Agentur für angewandte Ethik und Philosophie“ zusammen.
Homepage: stopczyk-philosophie.de*

Annegret Stopczyks Bücher:

Nein danke, ich denke selber. Philosophieren aus weiblicher Sicht

Annegret Stopczyk ist die erste deutsche Philosophin, der es gelingt, abseits akademischer Institutionen eine eigene Philosophie zu entwickeln, die Denken, Fühlen und Erleben verbindet. Damit widerspricht sie der jahrtausendealten männlichen Tradition leibferner Denkanstrengung und begibt sich mitten ins konkrete Alltagsleben.

"Ein mitreißendes, bewusst subjektives und genüsslich anstößiges Buch." Die Woche

Muse, Mutter, Megäre. Was Philosophen über Frauen denken

„Was Philosophen wie Laotse, Kirkegaard, Marx, Adorno oder Marcuse über Frauen denken, hat Annegret Stopczyk in einer exemplarischen Auswahl zusammengestellt. Frau erfährt bei der Lektüre darüber, was durch Männerköpfe rum-pelt.“ Badische Neueste Nachrichten

Sophias Leib. Entfesselung der Weisheit. Ein philosophischer Aufbruch

Die Philosophin Annegret Stopczyk schreibt eine europäische Geschichte der Weisheit, wie sie noch nie dargestellt wurde. Daheraus formuliert sie ihre "Philosophie des Leibes" aus patriarchatskritischer Sicht und überrascht Männer wie Frauen gleichermaßen.

"Mit diesem Buch wird der Grundstein für eine neue europäische Philosophie gelegt." Widerspruch, Münchner Zeitschrift für Philosophie