

# Arbeit am Tonfeld®

## Wir nehmen wahr, wie wir wahrnehmen

In der Haptik gerät der Wahrnehmungsvorgang, in dem unsere Hände das Tonfeld aufnehmen, unmittelbar zu einem ganz ursprünglichen Beziehungsvorgang. In ihm begegnen wir uns selbst mit dem, was uns begegnet. Wahrnehmen wird zu einem Akt des Nehmens und des Sich-Verwirklichens – zusammen mit dem, auf das wir treffen. Wir finden uns mitten hineingestellt in einen Vorgang. Dieser betrifft uns zutiefst und macht uns aus. Wir sind über unsere Begleitung in der Lage, diesen Vorgang, in dem wir uns selbst vollziehen, auch selbst wahrzunehmen. Diese Standpunktorientierung über unsere Begleitung ist wiederum die Voraussetzung zu jeder weiteren Orientierung in unserem Tun. Wir können wahrnehmen, wie wir wahrnehmen. Darauf ist unsere Wahrnehmung in der Arbeit am Tonfeld gerichtet. Wir können unser In-der-Welt-Sein in unserer eigenen Bewegung ebenso vernehmen wie unseren fortwährenden Drang nach Erfüllung. Damit wir das aber können, müssen wir uns nehmen, was uns begegnet. Das heißt, dass wir uns auf das hin bewegen müssen, was uns begegnet. Und das sind wir letztlich selbst in unseren eigenen Möglichkeiten. Wir begegnen uns wie einem Anderen. In unseren Möglichkeiten sind wir selbst das Andere, das wir vollziehen. Indem wir uns in unserem Tun wahrnehmen, können wir zu unserer eigenen personalen Mitte finden und uns darin gründen. Wir müssen uns selbst erarbeiten. Unser „Nehmen“ ist uns aufgetragen und wird zu einem Vollzug und einer Praxis. Darin können wir unsere ganz eigene Wahrheit, in der wir uns mit unserem Leben befinden, sowohl biologisch wie biographisch wie anthropogenetisch einsehen.

Die Arbeit am Tonfeld ist eine Methode, welche unser eigenes Geschehen im Gestaltkreis im Vollzug seiner Gestaltung sichtbar werden lässt. Im haptischen Vollzug greifen wir uns im Tonfeld auf und in ihm äussern wir uns und suchen uns zu verwirklichen. Er gestaltet sich sowohl im Gestus unserer Hände wie komplementär dazu im Tonfeld selbst und in seinem Material. Es repräsentiert in seiner Erscheinung unsere Bewegung, in der wir es wahrnehmen. Und es erscheint darin selbst als unser Gegenstand. Er erscheint in unserer Bewegung entsprechend bewegend. Das Tonfeld geht nicht in unserer Bewegung auf, sondern verweist bewegend auf uns zurück. Daher können wir uns selbst in ihm wahrnehmen. Wir werden uns selbst gegenständlich. Wir können nach unseren Bedürfnissen einen Ausgleich gewinnen. Und dies bedeutet zugleich, dass wir uns in unserer Bewegung weiter entwickeln. Wir können unsere Identität und unsere Kontinuität in unserer Bewegung gewinnen. In unserer Wahrnehmung brechen wir zu uns selbst auf. So mögen wir uns am Anfang unwohl fühlen. Aber wenn wir denn wahrgenommen haben und wieder einen sicheren Stand und eine sichere Perspektive gewonnen haben, fühlen wir uns wieder wohl. So drückt es Aristoteles im wohl ersten Lehrbuch über Psychologie aus. Wahrnehmung in der Arbeit am Tonfeld bedeutet, dass wir uns in unserem Tun zeigen und mitteilen. Und dass wir von uns selbst darin eine Vorstellung gewinnen.

Das Tonfeld, das wir mit unseren Händen wahrnehmen, weist nicht nur gegenständlich auf uns zurück. Es verweist uns auch auf die Art, wie wir unsere eigene Gegenständlichkeit wahrnehmen. Dank seines Materials lässt es unsere Bewegung selbst gegenständlich werden. Es zeigt in seinem Material die Bewegung auf, in der wir wahrnehmen und uns bewegt zukommen. Schon der Taps, mit dem wir es berühren,

zeigt sich als Spur. Wir können nicht nur wahrnehmen, wie wir wahrnehmen. Sondern wir können uns auch im Zuge unserer Bewegung wahrnehmen, in der wir etwas wahrnehmen. Das Tonfeld wird Anlass und Träger unserer Entfaltung. Was uns berührt und worin wir uns berührt antreffen, ist Anspruch unserer eigenen Entwicklung. Was

uns berührt, verlangt nicht nur Ausgleich auf einer horizontalen Ebene. Es verlangt Ausgleich zugleich auch in vertikaler Ausrichtung. Wir treffen in dem, was uns berührt, auf unseren Entwicklungsanspruch. Er enthält den Wandel in der Beziehung, in der wir uns vorfinden. Die Wendepunkte im Gestaltkreis öffnen uns auf unsere Entwicklung. Über die Wahrnehmung unserer Bewegung in der Gestaltung unserer Hände geschieht dies: Das dynamische Geschehen im Ausgleich von afferenten und reafferenten Bewegungsimpulsen erfährt eine „Sinnverschiebung“: Um mit uns selbst Ausgleich zu gewinnen, müssen wir uns in der Bewegung einholen, in der wir uns geäußert und gehandelt haben. Sonst bleibt das, was wir getan haben, an uns hängen. Die Beichte ebenso wie die Psychoanalyse dürften in einem tief biologischen Bedürfnis ihren Grund haben. Unser eigener „Vorwurf“ in unserer Bewegung wird uns Problem und Aufgabe (Martin Heidegger). Holen wir uns in ihm ein, erfahren wir eine neue, befreiende Ausrichtung.

Indem wir uns in unserer Wahrnehmung auf das Tonfeld in den Impulsen unserer Bewegung mehr oder minder dranghaft eingelassen haben, haben wir uns verlassen. Wir haben uns mit uns entzweit und aus dem Lot gebracht. Das ist geschehen, indem wir uns geäußert und uns verlassen haben auf etwas. Nun geht es darum, dass wir uns wieder einholen in einem Akt der Integration. Gleiches geschieht beim Vorgang des Gehens: Wir sind aus uns heraus gefallen, haben einen Fuss vorgesetzt und müssen nun den anderen Fuss nachziehen. Wir können auch den Fuss wieder zurücknehmen. Doch wenn hinter dem Vorgang eine Intention stand, bleibt eine Unruhe. Für die Haptik gilt die Regel: Je gegenständlicher wir uns selbst in unserer Bewegung werden, umso mehr tritt in der Gestaltung die intentionale Präsenz in unserer Bewegung zurück. Stattdessen dringt die Bewegung, in der gehandelt haben, reafferent auf Wahrnehmung.

Das besagt: Wir können uns einholen in unserer Bewegung und bestätigt erfahren: dann, wenn wir uns in unserem Bedürfnis selbst voraus sind. Dies geschieht z. B. dann, wenn unser Greifen blosser Selbstzweck ist. Unsere Hände wollen greifen, und nichts als das gibt uns Zufriedenheit. Je mehr wir uns aber in unserer eigenen Bewegung positionieren, sind wir darauf angelegt, uns reafferent nach unserer Bewegung zu gestalten. Diese Tendenz auf Reafferenz in unserer Handlung erscheint als Herausforderung zum Aufbau und zur Gestaltung unserer Entwicklung. Unser Handlungsgeschehen in der Haptik ist biologisch rückgebunden.