

Marianne Müller

Der Prozess in der freien Musikimprovisation in der Gruppe

Process in free music improvisation in the group

Summary

„Process“ as understood in its widest sense in this work is the way to the opening of transpersonal space through the integration of personal autonomy. An understanding of this process of integration requires a knowledge of Gebser's model which describes the unfolding of consciousness from the initial archaic state to the opening up of the magical, mythic and mental space. In the original presentation examples of music excerpts were used to demonstrate a group process in which the variously structured spaces became audible. In this written version, extensive listening must be replaced by the detailed description of Gebser's categories.

Zusammenfassung

„Prozess“ wird in dieser Arbeit im weitesten Sinne verstanden als Weg zur Öffnung des transpersonalen Raumes über personale Autonomie durch Integration. Grundlegend für das Verständnis dieses Integrationsprozesses ist das Denk-Modell Jean Gebsters, das die Entfaltung des Bewusstseins aus dem ursprünglichen, archaischen Zustand über die Öffnung des magischen, mythischen und mentalen Raumes darlegt. Anhand eines Hörbeispiels wurde in dem zugrunde liegenden Vortrag ein Gruppenprozess vorgestellt, in dem die verschiedenen strukturierten Räume hörbar wurden. Das ausführliche Hören muss in dieser schriftlichen Fassung durch die ausführliche Beschreibung der Gebser'schen Kategorien ersetzt werden.

An dieser Stelle sei Frau Hildegard Matthesius für ihre wertvolle Mitarbeit gedankt.

Einleitung

Das Thema, zu dem ich spreche, ist sehr weit gefasst: Der Prozess in der freien Musikimprovisation in der Gruppe. Es stellt sich die Frage, ob sich in dieser Weite überhaupt etwas Konkretes sagen lässt. Schauen wir uns in der Fachliteratur und in der Praxis um, so sehen wir, dass der Prozessbegriff überall eine zentrale Rolle spielt, dass jedoch die Modellvorstellungen und Arbeitsansätze, nach denen der Prozess geführt oder begleitet wird, sehr unterschiedlich sind. Anders als mit einer Modellvorstellung können wir uns auf unsere therapeutische Arbeit und die unübersehbare Vielfalt der darin ablaufenden Prozesse tatsächlich gar nicht einlassen. Um so wichtiger scheint es mir zu sein, dass wir über unsere Modelle Rechenschaft ablegen können.

Der therapeutische Prozess ist immer ein Verlauf, ein Weg, der von einem defizitären oder doch in irgendeiner Weise als problematisch erlebten Zustand zu einem befriedigenderen Zustand führt. Worin aber das jeweilige Defizit eines Zustandes letztlich zu suchen sei, mit welcher Methode man Entlastung bewirken könne, darüber streiten sich oft die verschiedenen Schulen mit ihren unterschiedlichen Ansätzen und Modellen. Immer verbirgt sich dahinter auch ein bestimmtes Welt- und Menschenbild und eine bestimmte Betrachtungsweise, d.h. eine bestimmte Art, wie wir überhaupt die Welt anschauen oder wahrnehmen.

Die Betrachtungsweise, die ich in meinem Vortrag anwende, ist, wie die Art und Weise meiner Arbeit überhaupt, eine persönliche. Ihre Bestätigung bezieht sie aus Erfahrungen. Darum ist mein Ansatz angreifbar, und deshalb schicke ich die Rechtfertigung gleich voraus: Fast alle wissen inzwischen, dass es die sogenannte objektive Erkenntnis nicht gibt. Was es gibt, ist eine relativ objektive Betrachtungsweise - Ken Wilber nennt sie „monologisch-empirisch“ (Wilber, 1996, S. 119) -, die ihre Berechtigung hat und der Anerkennung gebührt. Was ihr aber nicht gebührt, ist die Dominanz, mit der sie über andere Betrachtungsweisen erhoben wird. Mit Wilber ist es mir wichtig, die unterschiedlichen Möglichkeiten, wie wir die Welt anschauen können, nebeneinander bestehen zu lassen und als einander ergänzend zu verstehen, dass wir merken, dass eine zustandsabhängige Kommunikation unumgänglich wird. Darum ist es wichtiger, dass wir uns im klaren darüber sind, auf welchem Punkt wir stehen und nach welchen Kriterien wir untersuchen und urteilen, und jeweils in diesem Rahmen zu bleiben, als dass wir nach einer überlegenen Betrachtungsweise suchen, die es höchstwahrscheinlich nicht gibt. Nur in gleichen Räumen können wir vergleichbare Erfahrungen machen und uns darüber verständigen. Viele Missverständnisse entstehen, weil wir uns über Antworten streiten, die Ergebnisse ganz verschiedener Fragestellungen sind.

Gebser's Kategorien und ihre Anwendung auf die freie Musikimprovisation

Das Modell, an dem ich mich in meiner therapeutischen Arbeit orientiere, schliesst sich an die Vorstellungen Jean Gebser's an, die er in seinem 1949 - 1953 erstmals erschienenen Werk „Ursprung und Gegenwart“ entwickelt hat. Ich lehne mich in grundlegenden Begriffen auch an seine Terminologie an, verwende seine Gedanken aber teilweise in der von Ken Wilber weiterentwickelten Gestalt.

Gebser's Denkmodell überzeugt mich aus mehreren Gründen.

1. Gebser trifft m.E. mit der Beschreibung der Nöte und Probleme seiner Zeit genau den Nerv auch all der Nöte und Probleme, die unsere Zeit heute zentral charakterisieren - eher finden sie sich heute noch in weiter zugespitzter Form. „Heute...ist neben der Raumbesessenheit...die *Zeitangst* das hervorstechende Merkmal. Sie äussert sich vielfältig: als *Zeitsucht*, insofern alle und jeder darauf aus ist, 'Zeit zu gewinnen' - nur wird fast immer die falsche Zeit 'gewonnen', jene, die sich greifbar in räumliche Mehrtätigkeit umsetzen lässt, oder jene, die, 'hat' man sie, 'totgeschlagen' werden muss.“ (Gebser, 4. Aufl. 1992, Bd.1, S. 58. Alle nicht näher gekennzeichneten Seitenangaben im folgenden Text beziehen sich auf diese 4. Auflage 1992). In

seinem Begriffssystem nennt er die Bewusstseinsstruktur dieses Zeitalters die mentale, sie erscheint aber nur noch in ihrer defizitären Form, der rationalen.

2. Ebenso überzeugend wie die Beschreibung des Ist-Zustandes ist für mich Gebasers Hinweis auf die wichtigste Ursache unserer heutigen Nöte: die mangelnde Integration der älteren, in früheren Epochen der Menschheit entfalteten Strukturen des menschlichen Bewusstseins, „die unser heutiges Bewusstsein bilden und tragen“ (S. 28). Ohne „die volle Tiefe unserer Vergangenheit, die wir in einem entscheidenden Sinne immer wieder erleben und erfahren müssen“ (S. 28), gibt es weder eine innere Ordnung im Menschen und seiner Welt, noch die Möglichkeit einer heilsamen, lebensfreundlichen Entwicklung. „Wer seine Vergangenheit leugnet oder verdammt, begibt sich seiner Zukunft; das trifft für jeden einzelnen Menschen ebenso zu wie für die Menschheit.“ (S. 28). Entscheidend für mich ist, dass bei Gebser die Suche nach dem Verlorenen nicht nur im Individuellen, Biographischen, Soziologischen o.ä. zu suchen ist, sondern ins Anthropologische und sogar darüber hinaus führt, nämlich in den *Ursprung*.

3. Der Begriff *Ursprung* ist einer der Titelbegriffe in Gebasers Werk und ist tatsächlich ein Grundpfeiler seines gesamten Denkmodells, und eben durch ihn erhält es für mich seinen grundlegenden Charakter: Durch diesen Begriff stellt Gebser eine Basis zur Verfügung, von der aus sich die unterschiedlichsten individuellen und kollektiven Prozesse ordnen, verstehen und dann ggf. auch therapeutisch, begleiten lassen. Beim ersten Lesen könnte man sich diesen Begriff vielleicht einfach mit „damals am Anfang“ übersetzen - den korrespondierenden Begriff „Gegenwart“ einfach mit „heute“. Damit träfe man aber das bei Gebser Gemeinte in gar keiner Weise. *Ursprung* bedeutet bei ihm überhaupt nichts Zeitliches, sondern, umschreibbar eher mit dem anderen Abstraktum: „das Ursprüngliche“, eine zeitlose, eine jederzeitige Ganzheit. Nach Gebasers Vorstellung ist der Ursprung etwas Allumfassendes, Alles-enthaltendes, in dem alle Strukturen des Bewusstseins unentfaltet versammelt sind. Vorsichtig weist er darauf hin, dass der Charakter des Ursprungs weder biologisch noch psychologisch noch -logisch in irgendeiner anderen Form, sondern „geistiger Art“ (S. 75) sei. Es ist offenkundig, dass Gebasers Begriff *Ursprung* auf eine Ganzheit zielt, die wirklich diesen Namen verdient und die weitaus mehr meint als die meisten anderen Ganzheitstheorien, die heute auf dem Markt im Umlauf sind. Auch darum schätze ich diesen Ansatz.

4. Die Menschheitsgeschichte, die wir verfolgen können und in die wir eingebunden sind, beginnt damit, dass der Ursprung zum Bewusstsein kommt (- man muss diesen Satz ganz langsam lesen und ganz wörtlich hören -), und sie ist dann in der Sicht Gebasers eine Geschichte der „Entfaltung des Bewusstseins“ (S. 71) in dem Sinne, dass die im Ursprung enthaltenen Bewusstseinsstrukturen das Bewusstsein zunehmend reicher machen. Gebser nennt die verschiedenen Schritte, in denen sich die einzelnen Bewusstseinsstrukturen aus dem Ursprung ins Bewusstsein hinein entfalten, *Mutationen des Bewusstseins*, und jede dieser Mutationen bedeutet eine Anreicherung, einen Dimensionsgewinn für das Bewusstsein. Die 4 Mutationen, die Gebser in den Epochen der menschlichen Entwicklung ausmacht, sind in seiner Terminologie die *archaische*, die *magische*, die *mythische* und die *mentale*. Mit dem Auftreten der jeweils neuen Struktur verliert zwar die vorherige ihre Kompetenz zur Welterfassung - allenfalls regressiv kann sich das Bewusstsein in die alten Wahrnehmungs- und Ausdrucksformen zurückfallen lassen und

das unabweisbar neue in sich verleugnen - sie verschwindet aber nicht, sondern bleibt als die grundlegende, nahrunggebende erhalten. Die jeweils neue Struktur wird von der jeweils älteren bzw. den jeweils älteren gemeinsam gebildet und getragen. Für uns, bzw. die Arbeit bedeutet dies, dass wir nicht damit zufrieden sein können, die aktuellen Strukturen unseres Bewusstseins zu leben - also heute die mentale - sondern dass es entscheidend darauf ankommt, auch mit den älteren in Kontakt zu bleiben. Ich greife in diesem Zusammenhang nochmals das oben schon angeführte Zitat auf: Zur Erfüllung unseres Lebens in unserer Zeit „gehört die volle Tiefe unserer Vergangenheit, die wir in einem entscheidenden Sinne immer wieder erleben und erfahren müssen“ (S. 28). Sonst werden wir durch die Entwicklung nicht reicher, sondern ärmer; der Ursprung entfaltet sich nicht in uns, sondern wir schreiten vom Ursprung fort; wir nähern uns nicht der Ganzheit, sondern engen uns in einer Spezialisierung ein.

Der entscheidende Sinn, den unser Kontakt mit den früheren Räumen des Bewusstseins hat, ist laut Gebser aber nicht nur das Vermeiden einer Verarmung, sondern vor allem das Abwenden einer zerstörerischen, Zukunft verhindernden Gefahr. Denn die Strukturen der Vergangenheit, die ja weiter existieren, wirken auch dann weiter, wenn wir sie nicht beachten: „Ihr uneingesehenes Erbe, das jederzeit akut werden kann, droht uns, legen wir uns nicht Rechenschaft davon ab, zu überwältigen und würde uns damit der Möglichkeit berauben, das Neue mit der notwendigen Wachheit und Selbständigkeit wahrzunehmen.“ (S. 68).

5. Wenn wir nun die Notwendigkeit einer Berührung mit den früheren Strukturen in uns einsehen, entsteht allerdings eine Schwierigkeit. Wie schon gesagt, können wir unsere Art der Welterfassung nicht mehr rückgängig machen: Wer ein Ichbewusstsein hat, kann nicht mehr ich-los leben, - wie sollte er also mit seinem früheren ich-losen Zustand in Kontakt kommen? Wie kann man eine „vergangene, also wieder latent gewordene ‘Zeit’ in der ihr entsprechenden Struktur und Ausdrucksform dem Vergessen ... entreissen und sie gestaltet von neuem sichtbar und damit gegenwärtig ... machen“ (S. 68), wie es Gebser fordert? Es geht nämlich nicht einfach um ein Wissen oder intellektuelles Verstehen des Vergangenen, sondern eben darum, dass wir dieses Vergangene wieder *erleben und erfahren* müssen, dass wir aus unserer heutigen Bewusstseinsstruktur heraus mit den früheren wieder in Fühlung kommen. Gerade für uns Menschen des mentalen Zeitalters ist es eine schwere und oft Angst bereitende Herausforderung, uns auf etwas einzulassen, was sich unserem Denken entzieht. Mit Worten können wir über vieles, nahezu alles reden, wir können unsere Seelenräume verbal und u.U. mit erstaunlichem Verständnis ihrer Inhalte und Wirkmuster ausbreiten, aber gleichzeitig verstehen wir es zumeist vorzüglich, uns von der unmittelbaren Erfahrung dieser Räume fernzuhalten. Die Bereitschaft zu entwickeln, uns auf etwas dem Denken Fremdes wirklich einzulassen, es in allen unseren Dimensionen zu er-leben, ist ein schwieriger Prozess und wird oft erst durch eine Krise möglich. Zu einem Teil ist unsere Furcht vor dieser Grenzüberschreitung ins Vergangene hinein sogar berechtigt: Die Gefahr, dass wir nur regredieren, in einen präpersonalen Zustand zurückfallen, ist gross. Es geht also um einen Weg, bei dem wir unser mentales Bewusstsein nicht opfern müssen und doch die anderen Schichten in uns wirklich erleben können.

Vielleicht hat mich diese Sichtweise Gebasers gerade darum so angesprochen, weil ich gespürt habe, dass die Musiktherapie ein hervorragend geeignetes Medium ist, um die echte Berührung mit dem alten Erbe herzustellen, ohne dass wir unser Eingeflochtensein in das mentale Zeitalter verleugnen müssen. Im Kontakt zu uns selbst als *ganzer* Person können wir über den Ausdruck am

Musikinstrument allen Räumen in uns den Ausdruck verleihen, den sie ihrer Art nach verlangen. Wir können diesem Ausdruck, der sich aus uns heraus seinen Weg sucht, zuhören und uns darauf einlassen und so als die mentalen Menschen, die wir sind und bleiben, unseren Ursprung und alle Entfaltungen, die er uns schon geschenkt hat, wirklich und wirksam *erleben*.

Die Archaische Struktur (S. 83 - 87)

„Die dem Ursprung am nächsten ‘gelegene’ Struktur“ (S. 85) bezeichnet Gebser als die archaische (Gebser verwendet den Begriff „Struktur“, weil andere Begriffe wie Ebene, Schicht oder Stufe ihm zu stark raumbetont sind). Nach allem, was oben bereits über die Bedeutung des Ursprungs gesagt wurde, ist begreiflich, dass sich auch der Gebrauch des Wortes „archaisch“ stark von dem landläufigen Gebrauch unterscheiden muss, wo er oft gleichbedeutend mit „chaotisch“ oder „ungeformt“ im Sinne des negativ bewerteten Primitiven verwendet wird. Das archaische Bewusstsein im Sinne Gebasers hingegen lebt „die problemlose Identität von Mensch und All“ (S. 86), den völligen Einklang von Innen und Aussen, von Himmel und Erde, Mikrokosmos und Makrokosmos. Es kennt weder Raum noch Zeit, keinerlei Gegenüber, kein Anderes. Von dieser ersten Struktur schreibt Gebser: „Sie ist dem biblischen paradiesischen Urzustand am nächsten, wenn nicht dieser selbst. Es ist die Zeit, da die Seele noch schläft, und so ist sie die traumlose Zeit und die der gänzlichen Ununterschiedenheit von Mensch und All.“ (S. 83). Traumlos zu sein bedeutet, dass die Seele noch nicht erwacht ist.

In der *Musikimprovisation* entsteht diese archaische Struktur nicht oft. Sie kann nur aufkommen, wenn wir einiges loslassen, was uns heutigen Menschen so unverzichtbar scheint: das Wollen, das Machen, das Sich-darstellen und -profilieren; wenn wir stattdessen uns einlassen auf das Angebot, einfach nur zu sein, geschehen zu lassen, können wir der archaischen Struktur näher kommen. Es herrscht kein Zustand grosser Präsenz oder Dichte, die Spielenden nehmen sich selbst und die Mitspieler nicht bewusst wahr, aber alle haben ihren Platz, ihre weder von innen noch von aussen angefochtene Berechtigung zu sein. Wenn diese Qualität erlebt wird, kommt immer wieder die Ahnung auf, dass in ihr die Voraussetzung für Frieden und Harmonie in unserem Leben und in der Welt zu finden wäre.

Ein Gedicht von A. Pope beschreibt für mich diesen archaischen Raum besonders treffend:

Nicht wie im Chaos: zerquetscht, zerstampft,
sondern: in Harmonie verstreut,
Wo wir Ordnung in der Vielfalt wahrnehmen
und wo alles, voneinander abweichend, dennoch zusammenklingt.
(zit. in Briggs/Peat, 1995, S. 10).

Magische Struktur (S. 87 - 106)

Mit dem Entstehen der magischen Bewusstseinsstruktur wird das archaische Ganzheitserleben aufgebrochen, indem, wenn auch vorerst nur schemenhaft, die Welt als Gegenüber ins Feld der Wahrnehmung tritt. Es ist nicht die Welt als Ganzes, die begegnet, es ist immer nur ein Teil, dieser

aber wird für das Ganze genommen und kann auch jederzeit für jeden anderen Teil stehen, denn auch dem magischen Bewusstsein sind Raum und Zeit als Kategorien der Erfahrung noch unbekannt. Da es noch kein erwachtes seelisches Innen gibt, vollzieht sich für den Menschen der magischen Struktur alles, was er erfährt, nur im Aussen, als auf ihn hin gerichtet und daher oft als feindlich erlebt. Derart aus dem Sein in der Natur herausgetreten, antwortet er „auf die ihm entgegenströmenden Kräfte mit den ihnen entsprechenden eigenen: er stellt sich gegen die Natur, er versucht sie zu bannen, zu lenken, er versucht, unabhängig von ihr zu werden; *er beginnt zu wollen.*“ (S. 88). Trieb und Instinkt sind die Kräfte, die er für diese Auseinandersetzung entwickelt, es entsteht „ein naturhaftes vitales Bewusstsein“ (S. 89). Mit Nachdruck weist Gebser auf den „eminenten und lebenspendenden Wert“ (S. 105) des Vitalen hin, „diese machtvolle Kraft, diese uns konstituierende Macht“ (S. 106), deren Leistung einst darin bestand - und ihrem Wesen nach heute noch darin besteht - den Menschen vor dem Untergang in der Bewusstlosigkeit der Natur zu bewahren. Als unabdingbare Komponente entwickelten sich mit diesem vitalen Bewusstsein zugleich auch das Machtstreben und die „Macher“-Qualität des Menschen: Die magische Bewusstseinsstruktur „ist immer mit Machtstreben verbunden“ (S. 105), oder anders herum gesagt: Machtstreben weist immer auf den magischen Raum zurück. Gebser hat diese Gedanken im Anschluss an den 2. Weltkrieg niedergeschrieben. Die Katastrophe dieses Krieges führt er ganz stark auf die verdrängte und unterdrückte magische Bewusstseinsstruktur zurück; deshalb appelliert er eindringlich an seine Leser, und zwar an jeden einzelnen, sich ihre „blinde Mächtigkeit“ (S. 105) bewusst zu machen, mit der sie in die Gegenwart einbricht, sie mit dem Wach-Bewusstsein der heutigen Zeit *einzusehen* und ihr dann sehend den Platz zu geben, der ihr zusteht. Denn „sie wandelt sich dort in dienende und erhaltende Kraft, wo es uns gelingt, ihr wieder und ausschliesslich jenen Bereich zuzuweisen, der ihr gehört, anstatt dass wir hörig werden.“ (S. 105). Ich habe das Gefühl, dass wir in dem halben Jahrhundert seit dem Erscheinen des Buches noch nichts in dieser Richtung hinzugelernt haben, dass das Magische mehr denn je Besitz von uns nimmt.

In der Arbeit mit der freien *Musikimprovisation* sehe und erlebe ich allerdings eine grosse Chance, wie wir uns dieser magischen Qualitäten auf eine konstruktive Weise nähern und öffnen können. Gebser spricht immer wieder den auditiven Charakter dieser Bewusstseinsstruktur an: „Das Ohr, das labyrinthisch ist, ist das magische Organ“ (S. 106); an anderer Stelle nennt er die Musik selbst ein „magisches Element“ (Bd.3, S. 32). Die Erfahrung zeigt, dass sich das Magische als eine zu uns gehörende Kraft tatsächlich in der freien Musikimprovisation immer wieder Ausdruck sucht. Erschütternd für mich ist es dabei immer wieder zu erleben, wie Tabus, Verdrängungen, Abspaltungen, Verbote gerade den magischen Ausdruck verhindern und wie lange und beschwerlich oft der Weg ist, bis die eigenen Emotionen und die eigene Vitalität wahrgenommen, gefühlt und verantwortet werden können. Immer wieder werden Emotionen lautstark ausgedrückt, für die Mitspielenden oft so vehement, dass sie ihrem eigenen Ausdruck für eine Zeit nicht mehr folgen können, aber der Spieler selber, offenbar gebannt von der eigenen Angst, den Ausdruck seiner Emotionen nicht hört und nicht wahrnimmt und von den Rückmeldungen der Mitspielenden sehr überrascht wird. Meistens wird dann diese Rückmeldung auch als Negativ-Bestätigung verbucht: Vitalität und Emotionalität wird von der Aussenwelt abgelehnt. Es ist ein wichtiger Teil meiner Arbeit, die Wahrnehmung für den eigenen Ausdruck zu fördern und die

verdrängte Angst bewusst zu machen, damit die Macht des Magischen für jeden einzelnen und so vielleicht einmal für alle in eine „dienende und erhaltende Kraft“ umgewandelt werden kann.

Mythische Struktur (S. 106 - 125)

Das Neue, das die mythische Struktur von der magischen unterscheidet, ist das Bewusstsein der Innenwelt, der Seele. Gebser formuliert einmal, was für ihn „das Wesen der Seele ausmacht: dass sie selber eine Spiegelung und ein Spiegelndes ist und aus der polaren Ambivalenz lebt.“ (S. 120). Dem Menschen gelingt es jetzt, befreit von der magischen Verflochtenheit in die Aussenwelt, in diesen inneren Spiegel zu schauen; er „schaut damit sich selber und wird seiner eigenen Existenz bewusst.“ (S. 119). Wie zum magischen Menschen prägend die Emotion gehört, so gehört zum mythischen die Imagination, und indem die Wahrnehmung der inneren Bilder sich Ausdruck sucht, entwickelt das mythische Bewusstsein die Sprache. Das Organ des mythischen Menschen ist der Mund. Im Mythos wird das innen Geschaute erzählt. Gebser macht auf die scheinbar widersprüchlichen Wurzelbedeutungen des Wortes „Mythos“ aufmerksam, die einerseits auf das Sprechen, Sagen, Laut-werden und andererseits auf das Sich-schliessen und Stumm-sein hindeuten. Das ist für ihn kein Zufall, denn: „Mythos: das ist ein Schliessen von Mund und Augen; und da es damit ein schweigendes Nach-Innen-Sehen (und ein Nach-Innen-Hören) ist, ist es ein Ansichtigwerden der Seele, die gesehen, dargestellt, die gehört, hörbar gemacht werden kann. Und Mythos: das ist Darstellen, dies Hörbar-Machen; es ist: die Aussage, der *Bericht* ... über das erblickte und Gehörte.“ (S. 114). Dieser Doppelsinn weist auf das entscheidende andere Charakteristikum des mythischen Bewusstseins hin: die „elementare Ambivalenz“ (S. 113) oder Polarität. Ihr Symbol ist der Kreis. Er verbindet, er umfasst alles, was uns heute in unserem dualen Denken als Gegensatz erscheint: Licht und Dunkel, Himmel und Erde oder auch Himmel und Hölle, Reden und Schweigen, Sehen und Blindsein. Dabei ist das mythische Wissen um diese Polaritäten mehr als das Erleben einer zyklischen Wiederkehr, es ist ein Neben- und Ineinander, das Bewusstsein der Entsprechung und Ergänzung: Wo der eine Pol erlebt wird, ist auch der andere gegenwärtig. Anhand der „mythischen Aussage“ erklärt Gebser diesen Tatbestand m.E. sehr einleuchtend: „Es gilt von ihr, was von jeder Aussage gilt, die sich des Wortes bedient: dass nämlich das Gesagte allein nicht entscheidend ist. Entscheidend wird es erst ... durch die Mitbeachtung des *Verschwiegenen*. Nur dort, wo das Nichtgesagte seine stumme Mitsprache hat, erhält das Gesagte jene Tiefung und Polung, die es in die Spannung des wirkenden Lebens tragen. Blosses Schweigen ist magische Gebanntheit; blosses Reden ist rationaler Leerlauf.“ (S. 116). Aus diesem Zitat wird bereits sichtbar, dass das Mythische auch unserer Zeit noch einen wichtigen Dienst zu leisten hat.

Es ist für uns vom dualen Denken geprägten Menschen äusserst schwer, die „entgegengesetzten“ Erscheinungen wieder polar, als zwei gleich-gültige Aspekte der gleichen Sache zu sehen, denn wir haben durch unsere Wertungen dem abgewerteten Aspekt seine Daseinsberechtigung zugunsten des aufgewerteten abgesprochen.

Auch in der *Musikimprovisation* neigen wir immer wieder dazu, etwas als besser oder schlechter, schöner oder weniger schön, gültiger oder weniger gültig zu interpretieren. In die mythische Haltung aber können wir nur kommen, wenn wir ganz verschiedene Ausdrucksformen gelten

lassen können, in dem Wissen, dass sie Ausdruck eines anderen Pols sind, der aber zum Ganzen gehört. Erst in diesem Raum, der jeder Erscheinung ihre Gleichberechtigung zugesteht, können wir es wagen, nach innen zu schauen und dann von unserem Innern zu „erzählen“.

Mentale Struktur (S. 125 - 165)

„Alles, was uns gehört, ist Ausdruck unserer Macht und gehört der magischen Struktur an ...; alles, was uns entspricht, ist Ausdruck unserer Seele und entspricht der mythischen Struktur; alles was wir sehen, ist Ausdruck unseres Verstandes und ist ein Sehen und Vorstellen, die der mentalen Struktur gemäss sind.“ (S. 125). Gebser gibt uns mit diesen Sätzen nicht nur einen prägnanten Überblick über die drei „Mutationen“, die sich aus der archaischen Struktur entfaltet haben, sondern er gibt mit seiner Wortwahl einen vielschichtigen Einblick in die mentale Struktur. Sehen ist eine Funktion des wachen Bewusstseins, und Sehen vollzieht sich im Licht: Wachheit, Helligkeit, Klarheit und Deutlichkeit sind die Errungenschaften des Mentalen. „Vorstellen“ als Vor-sich-hinstellen braucht einerseits ein Objekt, das gestellt, festgestellt werden kann - andererseits ein Ich, das feststellt und vorstellt. Damit drückt sich die Dualität aus, die das mentale Bewusstsein prägt; es ist „objektbezogen und damit auf die Dualität, diese herstellend, gerichtet, und erhält seine Kraft aus dem einzelnen Ich.“ (S. 128). „Vorstellen“ bedeutet darüber hinaus jedoch die Transposition des realen Gegenstandes aus dem realen Raum in den Raum des Denkens und des Verstandes, wo er zum Begriff wird. Das ist die typisch mentale Leistung der Abstraktion, deren guter Sinn „das ihrem Wesen gemässe Deutlichmachen“ (S. 150) ist. Voraussetzung für dieses Deutlichmachen ist „die mentale Aufspaltung und Zerreissung der Polarität“ (S. 145), durch die „der bewahrende Kreis der Seele, die Eingeorndetheit des Menschen in die seelische ... Welt des Umschlosseneins gesprengt“ (S. 128) wird. Statt der schwankenden Ambivalenz entsteht die Gerichtetheit, die eindeutig ist und die Fest-stellung, die Ein-sicht ermöglicht. So kann auch der wichtige Schritt des Bewusstseins getan werden, der „die Einsehbarkeit des Psyche“ ermöglicht. Dies ist die letzte Befreiung des Bewusstseins aus den unterschiedlichen Umhüllungen und Verflochtenheiten. Zugleich aber verliert der Mensch mit dem Gewinn des Mentalen die Begrenzungen, die ihn zuvor geborgen haben. Seine Welt ist jetzt ausschliesslich „eine Welt des Menschen; das will heissen, es ist eine ... Welt, in welcher ‘der Mensch das Mass aller Dinge’ (Protagoras) ist; in welcher der Mensch selber denkt und dieses Denken richtet; und es ist eine Welt, die er misst,“ (S. 132), denn „es muss messen können, wer etwas ermessen will, ...wer ... des Menschen Mass mental bestimmen will.“ (S. 142). Auch diesen Aspekt des Messens und des Masses hat Gebser in dem anfangs zitierten Satz schon eingefangen: Der mentale Mensch sucht mit seinem Verstand auszudrücken, was dem Menschen „gemäss“ ist. Sind ursprünglich das „Zu-sich-selbst-Erwachen des Menschen“ (S. 133) und die „welterhellende Einsicht vermittelnden Eigenschaften“ (S. 161) die eigentlichen grossen gestaltenden Kräfte der mentalen Bewusstseinsstruktur, so ist sie doch, lt. Gebser, seit etwa 1790 defizient, nämlich „rational“ (S. 143) geworden. „Der Mensch hat sich isoliert und damit von seinen Grundbezügen abgeschnitten.“ (S. 164). In der rationalen Struktur schlagen die guten Kräfte des Mentalen ins Negative um: statt einer „Welt des Masses“ finden wir „Welten der Masslosigkeit“ (S. 158) und Vermassung, Eindeutigkeit wird Einseitigkeit, der Begriff leere Formel, Quantität dominiert Qualität, und statt Mass und Gesetz entwickelt sich „Vor- oder Allein-Herrschaft.“ (S. 159).

„Nichts ist mehr aus sich selber, alles ist blosser Folge geworden,“ und Gebser stellt die Frage: „Folge: wohin?“ (S. 164).

In der freien *Musikimprovisation* taucht die mentale - nicht die rationale - Bewusstseinsstruktur bevorzugt am Ende eines Prozessdurchgangs auf, erlebbar als ein Ankommen in einem geordneten, überschaubaren, klaren Raum. Die Musik hat meistens einen gemeinsamen Grundton und einen gemeinsamen Rhythmus, es ist eine gestaltete Musik mit vielen individuellen Motiven. Die Spielenden können sich als Individuen voll entfalten, ohne die Geborgenheit in der Gemeinschaft zu verlieren. Wichtig für eine mentale Musik ist die Wachheit des Bewusstseins, es wird viel wahrgenommen, z.B. was andere spielen, wo sie spielen, wie sie spielen. Oft ist es eine spielerische Musik; sicher ist sie weder emotionsgeladen noch stark nach innen gewandt von seelischen Vorgängen erzählend; sie ist aber spürbar offen zur mythischen, magischen und archaischen Bewusstseinsstruktur.

Die Spielenden fühlen sich nach solch einem Abschluss zufrieden, im Gleichgewicht, ganz, wach, mit Energie aufgeladen.

Auf die mentale Bewusstseinsstruktur folgt bei Gebser als letzte und vollendende die *integrale* Bewusstseinsstruktur; er meint, dass es diese Mutation ist, die heute ansteht. Wilber hingegen nennt das Ankommen in der mentalen Stufe erst die „Halbzeit der Evolution“ und sagt damit, dass wir auf dem Entwicklungsweg des Bewusstseins erst die halbe Strecke zurückgelegt haben. Ich lasse die Fragen, die sich damit stellen, in diesem Vortrag offen. Ich thematisiere nur die Integration der „alten“ Bewusstseinsstrukturen, was aber nicht heisst, dass meine therapeutische Arbeit in der mentalen Struktur aufhört. Es ist mir aber ein grosses Anliegen, die früheren Bewusstseinsstrukturen bewusst zu machen, um einer Verwechslung von „prä-rationalen oder prä-personalen (wozu die archaischen, magischen, mythischen Strukturen gehören; Anm. der Verf.) und trans-rationalen oder trans-personalen Bewusstseinszuständen“ (Wilber, 1996, S. 87 ff.) vorzubeugen.

Erläuterung der Hauptbegriffe des Themas

Der Prozess

Ich will über einen Prozess reden, und es ist klar, dass ich über einen therapeutischen Prozess spreche. Aber natürlich sind dabei alle entscheidenden Fragen noch offen: von wo nach wo verläuft da etwas? Was entwickelt sich, nach welchen Gesetzen, Erwartungen und Bewertungen? Äusserlich ist der Prozess leicht zu beschreiben: es handelt sich um ein ständiges Fortschreiten von einer Phase des musikalischen Ausdrucks zu einer Phase der verbalen Aufarbeitung, zu einer neuen Phase des musikalischen Ausdrucks usw.. Erst innerlich betrachtet ist das Erscheinungsbild interessant; es stellt sich mir in 3 Stufen dar:

Der Prozess der *1. Stufe* ist das, was im Spielen der Gruppe musikalisch abläuft zwischen dem Beginn und dem Ende einer Improvisation. Dies ist nicht nur ein musikalisch objektiver, beschreibbarer Ablauf, sondern hier schon vollzieht sich mit dem Ausdruck die erste Entwicklung im Innern jedes einzelnen Teilnehmers und der Gruppe.

Die 2. *Stufe* ist dort, wo die Gruppe zusammentritt, um sich verbal bewusst zu machen, was sie soeben erlebt hat. Dies ist nicht etwa eine bloße Rückblende, sondern der zweite, neue, wichtige Schritt im Prozess, der Transfer des nonverbalen Erlebens in die Sphäre des Bewusstseins, der Sprache. Immer wieder erlebe ich, dass sich Teilnehmer/Innen zu Beginn dieser Phase zurückziehen und die verbale Kommunikation mit dem Argument verweigern, dass sie das bewegende Erlebnis, das sie im musikalischen Prozess hatten, nicht „zerreden“ wollen. Hier wird eine für unsere Zeit typische Erfahrung sichtbar: Das Mentale (oder besser das Rationale) begegnet uns oft abgetrennt von jeder emotionalen und seelischen Bewegung, ja, es wird geradezu als dieser Bewegung feindlich erlebt. Deshalb kommt es in dieser Phase entscheidend darauf an, dass das Erlebte tatsächlich im Gefühl präsent bleibt und dass das gesprochene Wort sich möglichst genau auf die noch nachklingende, innen empfundene Bewegung bezieht. Dazu braucht es einen Raum grosser Freiheit, vor allem frei von Erwartungen, Ansprüchen und Bewertungen. Gelingt es aber dann, sich im Sprechen noch klarer auf das Erleben (ich sage bewusst nicht: das Erlebte) zu beziehen, ihm einen Namen zu geben und seine Dynamik in den mentalen, sprachlich verantworteten Bereich hinüberzutransportieren, so wird es möglich, diesen Bereich nicht mehr als Einengung, sondern als Erweiterung der Erfahrung zu erleben. So ist diese Phase nicht einfach ein Ort der Analyse, sondern ein wirklich weiterführender Schritt im Prozess; glückliche und unglückliche Emotionen, Schmerzen und Blockaden werden von ihrer nonverbalen Macht, die immer eine Übermacht ist, befreit, die zuvor stummen Gefühle werden sich ihrer selbst bewusst, und das zuvor vielleicht überhebliche und gefühllose Bewusstsein wird empfindlich. Durch diese 2 Schritte, die sich formal im weiteren Verlauf des Prozesses ständig abwechseln, bauen sich unmerklich nach und nach die weiteren Stufen auf.

Die 3. *Stufe* ist eigentlich keine Stufe im engeren Sinne, sie lässt sich eher mit dem Modell der neuen Entwicklungspsychologie beschreiben: im Laufe der Zeit fügen wir Erfahrungen, die wir machen, zu Bildern einer Ganzheit zusammen, zunächst zu einfachen, undifferenzierten, mit der Zeit zu immer differenzierteren und komplexeren.

Die freie Musikimprovisation

Der Prozess vollzieht sich in der „freien Musikimprovisation“, das heisst, dass es keine inhaltliche und formale „Vorschriften“ gibt, die den musikalischen Ausdruck betreffen, und dass die Dauer der Improvisation nicht vorher festgelegt wird. Es heisst jedoch nicht, dass jeder Teilnehmer nur hemmungslos vor sich hinzuspielen braucht und dass es keine zeitliche Grenze gibt. Woher kommt dann aber die Grenze, wenn ich sie nicht setze und auch keine gemeinsame Verabredung getroffen wird? Sie ergibt sich aus dem Ziel, auf das der Prozess jedes einzelnen Teilnehmers sich zu bewegt: personale Autonomie und Integration, Selbstverwirklichung und Suche nach dem Kontakt mit dem Sinn des Lebens. Aus dieser Zielrichtung entspringt die Aufforderung an jeden einzelnen, mit aller Aufmerksamkeit hinzuhorchen auf das, was als Impuls aus dem eigenen Innern kommt, und mit diesem Impuls in Dialog zu treten, ihm Ausdruck zu verleihen. Damit wird eben ein *Prozess* in Gang gesetzt, der nun eine ständige Wachheit verlangt. An jedem Punkt des in Bewegung geratenen Prozesses wird der Kontakt zu der Wahrnehmung verlangt, aus der Verantwortung gegenüber der eigenen Authentizität wird man nicht entlassen. Diese Grenze ist weder formal noch inhaltlich zu definieren, und doch ist es eine klare Grenze -

diejenige, die Freiheit im guten und hilfreichen Sinne erst möglich macht. Ein Sich-Austoben, ohne dass der Tobende zugleich sein eigener Zeuge ist, ein Vor-Sich-Hinjammern ohne das bewusste Realisieren des Jammerns entlastet nicht und ist letztlich kein „freier“ Ausdruck. Ich sage nicht, dass solche Erscheinungen in der nichtdirektiven Musikimprovisation nicht vorkommen, das Gegenteil ist der Fall; ich sage aber, dass die „Grenze“, die durch die Verantwortung gegenüber dem Kontakt zu der Stimme des eigenen Inneren gesetzt wird, eine nicht nur äusserlich, sondern nach und nach auch innerlich freie Musikimprovisation erst ermöglicht. Das genaue Horchen nach Innen führt dann nicht nur zu einer wahrhaftigen Wahrnehmung der eigenen Stimme, sondern macht im gleichen Masse auch die Wahrnehmung dessen möglich, was von aussen kommt. Ebenso schärft es die Wahrnehmung für den richtigen Zeitpunkt des Aufhörens, wenn eine vorläufige Ganzheit erreicht, etwas Wichtiges „endgültig“ ausgedrückt, ein Verlangen vorerst gestillt ist.

Die Gruppe

Wieso brauchen wir eine Gruppe, wenn es doch hauptsächlich um den individuellen Prozess geht? Und was für eine Gruppe ist das, in der sich dieser Prozess vollzieht? Ich glaube, dass die Entwicklung personaler Autonomie und Integration geradezu unabdingbar voraussetzt, dass wir uns als Individuen in einer Gruppe erfahren und uns über unsere Haltung in der Gruppe bewusst werden. Gerade die Tatsache, dass es in der Gruppe so leicht ist, die eigenen Themen auf andere zu projizieren, macht es so notwendig, in immer neuen „Hörversuchen“ nach und nach Zeuge des eigenen Themas zu werden, es als das eigene zu erkennen und anzuerkennen und dadurch die Projektion nicht mehr zu brauchen: ich stehe zu mir, auch in der Gruppe.

Geht es hier zunächst um die Klärung des Standpunktes, gewissermassen des inneren Ausgangspunktes, so geht es unter einem anderen Aspekt, der wieder nur in der Gruppe möglich ist, um den Fortschritt im Sinne des Weitergehens. Im musikalischen Prozess wird der einzelne Teilnehmer immer wieder mit Bereichen konfrontiert, die er vielleicht noch nicht erlebt hat, oder denen er noch nicht begegnet ist. Eine Saite klingt in ihm an, die noch nie ins Schwingen geraten ist und die ohne die Gruppe vielleicht auch nie ins Schwingen geraten würde. Dadurch bekommt sein Prozess einen neuen, unerwarteten Anstoss, er muss sich dazu „verhalten“, also eine Haltung finden, sei es nun, dass er die Herausforderung annimmt und sich auf die Schwingung einlässt oder dass er sich zurückzieht, weil er kein Mittel findet, darauf zu reagieren. Auf jeden Fall ist er mit dem Neuen in Berührung gekommen und muss damit rechnen, durch die Gruppe zwangsläufig wieder damit konfrontiert zu werden. Hier begegnen wir einem wichtigen Phänomen im Gruppenprozess: die Gruppe ist mehr als die Summe ihrer Teilnehmer, und ihr „Wissen“ nimmt auch den in einen neuen Raum mit, der den Schritt über die Grenze selbst (noch) nicht tun kann. Ich möchte an dieser Stelle noch eine kurze Bemerkung zu meiner eigenen Rolle als Therapeutin in der Gruppe machen. Für mich ist es selbstverständlich, dass auch ich ein Teil der Gruppe bin. Das bedeutet für mich, dass ich unter den gleichen Bedingungen wie alle andern am musikalischen Gruppenprozess teilnehme, d.h. ich teile auch mich selbst auf dieser Stufe des Prozesses mit. Einerseits entspricht dies meinem ganz persönlichen Bedürfnis: ich nehme den Prozess leichter und besser wahr, wenn ich selbst daran teilnehme, ich bin offener für die andern, wenn ich durch das Horchen nach Innen und die Suche nach meiner Haltung und meinem Ausdruck in der Gruppe offen für mich bin. Andererseits glaube ich, dass es auch allgemein, also für viele andere in dieser

Rolle hilfreich sein kann, weil wir durch das Mittun vor der Hauptgefahr des blossen Beobachtens, dem Verbleiben im rationalen, analytischen Raum, besser geschützt sind. Wem es gegeben ist, über eine lange Periode in der freischwebenden Aufmerksamkeit zu verweilen, der mag ruhig „draussen“ bleiben.

Wer allerdings mittut, muss als Leiter wissen, dass er gleichzeitig immer auch unabdingbar Zeuge des Prozesses sein muss, seiner selbst und des Prozesses in allen Phasen bewusst. Er muss die Gesetzmässigkeit des kollektiven Prozesses kennen und über sie wachen, er muss die Klangräume und ihre Qualitäten erkennen und muss wissen - auch wenn er dies im Augenblick des Geschehens noch nicht zu benennen braucht - an welchem Punkt sich der Prozess jeweils bewegt oder stagniert, welche Kräfte jeweils nach Ausdruck suchen oder Ausdruck finden, welche Bedürfnisse Erfüllung finden oder nicht. Diese Bewusstheit bin ich der Gruppe als Therapeutin schuldig.

Bericht über einen Prozessverlauf

In diesem Vortrag werde ich nicht auf die individuellen inneren Prozesse eingehen (die jedoch in meiner therapeutischen Arbeit den zentralen Platz einnehmen), sondern mich auf den kollektiven Gruppenprozess beschränken und da nochmals auf den kollektiven inneren Prozess, d.h. auf den Aspekt des kollektiven Prozesses, der die Erlebnisebene anschaut. Auf gruppensystemische oder systemische Aspekte des Prozesses werde ich hier nicht eingehen.

Allgemeine Angaben und Setting

Die Gruppe, aus deren Prozess ich das Beispiel gewählt habe, ist eine Langzeitgruppe: das ist eine Gruppe, die sich über mehrere Jahre hinweg trifft, und zwar einmal pro Jahr zu einem 5-tägigen Kurs und dreimal pro Jahr zu einem 1-tägigen Kurs. Ich als Gruppenleiterin habe diese Gruppe zusammengestellt. Als Mitglied kam nur in Frage, wer mit meiner Arbeit schon vertraut war; es ist also eine Fortgeschrittenengruppe. Sie besteht aus zwei Männern und fünf Frauen im Alter zwischen 35 und 52 Jahren. Beruflich sind vertreten: drei Musiker, eine Hausfrau, ein Programmierer, eine Psychiaterin, eine Pfarrerin. Musik ist für alle ein wichtiges Ausdrucksmittel. Als Motivation für die Kursteilnahme geben sie an: Zeit und Raum zu haben, um wieder stärker ihre innere Stimme wahrzunehmen, sich zu „nähren“, einen Ausgleich zu schaffen zwischen äusserem und innerem Leben; ein ganz starker Impuls ist für alle Freude an der Musik, wie sie sie aus dieser Arbeit kennen, Musik, in der man sich ohne Druck, Anforderung und Leistungserwartung ausdrücken darf.

Der 5-tägige Kurs umfasst 6 Arbeitseinheiten: am 1. Tag vor- und nachmittags je eine, an den folgenden 4 Tagen nur eine nachmittags. In einer Arbeitseinheit können bei Bedarf zuerst Träume oder anstehende Themen, die durch die Arbeit (oder die Gruppendynamik) entstehen, besprochen werden. Dann gibt es eine Gruppenimprovisation, die zwischen 40 und 60 Minuten dauert, danach die Aufarbeitungsphase, die auch ca. eine Stunde dauert.

Prozessverlauf

Die Improvisation am 1. Vormittag des Kurses hatte eine Dauer von 40 Minuten und war geprägt von viel Chaos. Jeder wollte gehört werden, aber keiner fand Zeit und Raum, den andern zu hören. Es gab viele individuelle Impulse, Abgrenzendes und Kämpferisches, auch integrierende Angebote, die aber nicht aufgegriffen wurden. Erst in den letzten 2 Minuten begannen sich die acht Einzelwesen zu einer Gemeinschaft zu verbinden. Im Gespräch wurde deutlich, dass zwar alle Teilnehmer diese Veränderung am Schluss als wohltuend bemerkt hatten. Sie war jedoch nicht stark genug, um den zentralen Eindruck, sich unwohl gefühlt zu haben, abzulösen.

Diese erste Improvisation war gekennzeichnet durch das Verharren in der rationalen Bewusstseinsstruktur, die einzelnen Teilnehmer/Innen spielten isoliert und fühlten sich von der „Masse“ überfordert; sie hatten, ausgenommen in den letzten 2 Minuten, keine Gemeinschaft erlebt.

Die Nachmittagsimprovisation begann da, wo die erste geendet hatte. Während der gesamten Dauer von 53 Minuten war die Gruppe ein lebendiger Organismus. Die Bezogenheit war spürbar, in den strukturierten Phasen ebenso wie in den ganz freien.

In den Mitteilungen der Gruppenmitglieder war immer wieder von einem tiefen Berührtsein die Rede, und sie gaben der Dankbarkeit Ausdruck, dass es im Gegensatz zur 1. Improvisation auch so ein „Zusammensein“ geben könne. Es ging ihnen ausdrücklich nicht nur um ein Zusammenspiel auf der musikalischen Ebene, sondern um das Erlebnis eines Zusammen-Seins, das geprägt war durch Respekt, durch die Freiheit sich selbst sein zu können ohne den Zwang zu Kampf und Abgrenzung.

Am nächsten Tag fand der Prozess statt, den ich genauer anschauen möchte.

Ich habe der Improvisation im Nachhinein den Titel gegeben: „Der Kampf um die Vitalität“. Ich könnte ebensogut sagen: „Der Kampf um den magischen Raum“.

Ich hatte die Improvisation eingeleitet, wie ich ähnlich alle Improvisationen einleite, mit der Aufforderung, dass jeder versuchen soll, nach innen zu horchen, seine Impulse wahrzunehmen. Jeder soll zu dem für ihn stimmigen Zeitpunkt beginnen und zunächst nur zu sich selber hinhorchend der vorhandenen Regung Ausdruck zu geben suchen. Erst wer das Gefühl hat, bei sich angekommen zu sein, kann dann die Ohren auch zu den umgebenden Tönen und Rhythmen öffnen.

Die Einstimmungsphase dauerte 11 Minuten und war gekennzeichnet durch viele Pausen, durch einzelne Klänge, Geräusche, kleine Motive. Die Pausen gaben jedem Spielenden Raum, jedem, der noch nicht spielte, Zeit, wobei der Raum raumlos, die Zeit zeitlos war. Obwohl keine Form da war, war die Musik ein Ganzes, alle Element waren hörbar miteinander verbunden.

Ein indischer Schöpfungsmythos beginnt mit den Worten: „Am Anfang gab es keine Luft, keinen Himmel und kein Wasser, auch keinen Tod und keine Unsterblichkeit. Es gab keine Nacht und keinen Tag. Es gab nur das Atmen des Einen. Dann vollzog sich auf irgendeine Weise die Schöpfung“ (zit. nach Briggs/Peat, 1995, S. 10).

So begab sich jeder Einzelne zu Beginn des Prozesses wirklich an den Ursprung, nämlich in den archaischen Raum, wo jeder seine Stimme mit allen anderen Stimmen in der Weite verbunden „wahrnehmen“ konnte.

Die folgenden 6 Minuten waren geprägt durch rhythmische Elemente, die aber noch keinen durchgehenden Rhythmus bildeten und durch das allmähliche Hervortreten eines Grundtones. Die Musik wurde zunehmend zäh.

Ein sehr hart gespieltes Xylophon setzte klare Impulse und brachte die Achtel- und Sechzehntelebene ins Spiel; damit wurde die vorherige Schwere aufgelöst. Es entstand eine wache, aktive Musik, in gewissem Sinne eine „abstrakte“ Musik, weil weder das Emotionale noch das Seelische in den Vordergrund traten. Es bildete sich eine vergleichsweise komplexe Rhythmik und Tonalität.

Damit war der vorherrschende Raum, indem sich dieser Abschnitt bewegte, der mentale. Der tragende Impuls dieser Musik kam aus einer Lust am Durchsetzen von Vorstellungen und am Praktizieren technischer Möglichkeiten, was aber nicht heisst, dass sie vom Emotionalen und Seelischen abgeschnitten war (sonst hätte man diese Musik der rationalen Struktur zuordnen müssen).

Im 2. Teil dieser 12-minütigen Phase gab es immer wieder Momente, in denen die Energie zu versiegen schien und immer wieder neue Versuche, der Musik neue Vitalität und Kraft zu geben. Diese Phase endete nicht, weil sie wirklich zu Ende war, sondern weil die Energie ausging.

Die folgenden 4 Minuten waren geprägt von Ratlosigkeit und Gedämpftheit.

In diese Rat- und Richtungslosigkeit hinein begann ein leise gespielter Ostinato immer stärker auf die Musik zu wirken: immer wiederkehrende Trommelwirbel, Melodiebögen einer Klarinette, bodengebendes Bassspiel, freches und wütendes Zischen machten die Musik spannend und lebendig. Ein sehr schrilles Pfeifen setzte dem Ostinato und dem ganzen Zusammenspiel ein abruptes Ende.

Der Ostinato hatte neue Energie eingebracht, polarisierende Energie. Für die einen war endlich eine Struktur da, die ihnen den Raum gab, sich in ihrer Not auszudrücken, für die anderen wurde er in seiner kreisenden Energie ein unerträglicher Spiegel für das eigene Kreisen. Die immer stärker werdende Wut auf diesen Ostinato zwang zu einer emotionalen Reaktion. Damit war die Wende vollzogen; die bis zu diesem Zeitpunkt vermiedene magische Bewusstseinsstruktur stand mit einem Male für wenige Augenblicke im Zentrum.

Das abrupte Ende des Zusammenspiels löste im ersten Moment wieder die vorherige Ratlosigkeit aus, ging dann aber sehr rasch in den Ausdruck der Ratlosigkeit über. Besonders im melodischen Bereich wurde in vielfältiger und jeweils individueller Weise Ausdruck für das innere Erleben gefunden. Die Musik hat eine ausgesprochen erzählende und zugleich horchende Qualität.

Damit begab sich die Gruppe in den mythischen Raum. Dieser Raum erfüllte sich in dieser 6 1/2-minütigen Phase. Es gab keinen Energieabfall mehr.

Im nächsten Teil kam das Rhythmische immer mehr auf, damit wurde die Musik auch zunehmend vitaler. Der Rhythmus bewegte sich auf der Halben- und Viertelebene. Trotz mancher Leichtigkeit und vielfältiger Bewegung in den Melodieinstrumenten blieb der Charakter der Musik schwer, ein Tanz zwar, aber bodenbezogen.

In dieser Tanzphase liess sich die Gruppe ausführlich auf den magischen Bereich ein. Dadurch wurden vitale Kräfte frei, die Energie konnte aus ihrer nährenden Quelle wieder nachfliessen. Die zunehmende Schwere und Trägheit des Tanzes liess aber erahnen, dass sich auch jetzt etwas nicht befreien konnte. Nach 6 _ Minuten Tanz folgten 2 Minuten unterschiedliche Geräusche und Klänge, getrennt durch sehr grosse Pausen. Dann spielte die Tambura ein paar Töne, und diese lösten einen wahren Dambruch aus. In wenigen Augenblicken spielten Pauke und Conga einen

starken, gleichbleibenden Rhythmus auf der Viertelebene und ungefähr gleichzeitig setzten Stimmen im Fortissimo ein. Es waren aber keine individuellen Stimmen zu hören, sondern sie gestalteten ein gemeinsames Klangbad, ein Bad aus Kraft und übersprühender Lebensenergie. Die Gruppe wurde gewissermassen zur „Horde“, in der jeder Einzelne die Mächtigkeit der Gemeinschaft wie seine eigene Kraft erlebte.

Damit konnte endlich das Magische sich uneingeschränkt ausdrücken.

Die Gruppenmitglieder fühlten sich nach dieser Improvisation erschöpft. Für alle war es ein schwieriger bis sehr schwieriger Weg gewesen. Zwar empfanden alle den letzten Teil als Erlösung, aber zurück blieb das Gefühl von der Mühsal des Suchens, Ringens und Sichdurchkämpfens. Die Gruppenmitglieder hatten den letzten Teil als „Erlösung“ empfunden, der ausstehende grössere Prozess war aber noch nicht beendet. Die Gruppe befand sich auch nach der Aufarbeitung in einem Zustand des Aufgewühltseins im magischen Bereich. Zu Beginn des nächsten Treffens wurde dies an den mitgeteilten Träumen und Themen ganz deutlich. Die Improvisation wurde nochmals aufgerollt, wobei in der Aufarbeitung diesmal mehr Gewicht auf den kollektiven Aspekt gelegt wurde. Von da aus konnten individuelle Reaktionen und Befindlichkeiten besser verstanden und eingeordnet werden. Das neue Verstehen entlastete von dem zuvor unerklärlichen, weil unbewussten emotionalen Druck und setzte wieder Energie für den nächsten musikalischen Durchgang frei.

Die 4. bis 6. Improvisationen verliefen sehr harmonisch, harmonisch in dem Sinne, dass nicht mehr um den Ausdruck gekämpft werden musste, dass keine Energielöcher mehr entstanden und dass die Übergänge zwischen den einzelnen Phasen keine Abbrüche mehr waren, sondern das Alte entlassen werden konnte, eine alte Qualität aber in die nächste Phase einfließen konnte, das Vorige also integriert wurde. In beiden Durchgängen gab es Phasen aus dem archaischen, magischen und mythischen Raum.

Schlusswort

Ich hoffe, dass aus der Beschreibung meines Arbeitsansatzes im Zusammenhang mit der Erläuterung des Prozessbeispiels deutlich geworden ist, was *der Prozess in der freien Musikimprovisation in der Gruppe* aus meiner Sicht leisten kann. Was ich vorgestellt habe ist nicht eine Methode, die gezielt mehr oder minder pathologische Symptome des Einzelnen aufarbeitet (obwohl diese Arbeit auch mit geschehen kann). Es ist vielmehr der Anstoss zu einem *Weg*, zu einem Integrationsprozess im sehr weiten Sinne. Aus unseren Problemen und ungelösten Fragen führt er uns vor allem zu einem neuen Kontakt mit den vergessenen und verleugneten prämentalen Bewusstseinsstrukturen, die ihrem Wesen nach nicht rational erfasst werden können. Die Gruppe hat dabei eine Art Geburtshelferfunktion für den Einzelnen, der sich der Auseinandersetzung mit seinen verschlossenen Räumen stellen muss, wenn sie im Gruppenprozess geöffnet werden.

Mit Hilfe der Gebser'schen Kategorien wird es auch unserem mentalen Bewusstsein möglich, sie *einzusehen* und ihnen den Raum, den sie beanspruchen dürfen, zu gewähren. Es ist mir dabei wichtig, noch einmal zu betonen, dass wir zwangsläufig im Raum des wachen mentalen

Bewusstseins bleiben müssen, in dem wir als Menschen die Massstäbe, die wir setzen, verantworten müssen. Dazu brauchen wir letztlich die Erkenntnis aller Bedingungen, die zu unserem menschlichen Dasein gehören, und dazu ist es notwendig, dass wir auch die nicht ermessbaren Räume erfahren, sie als nicht ermessbare stehen lassen und integrieren lernen. Nur so können wir fortschreiten zu einem transpersonalen Bewusstsein echter Ganzheit, das die Fülle des Ursprungs wieder gegenwärtig und wirklich wirksam werden lässt.

Die *Freiheit* der freien Musikimprovisation ist m.E. eine unabdingbare Voraussetzung dafür, dass dieser Prozess in Gang kommen kann. Meine Aufgabe als Therapeutin besteht niemals darin, ihn zu steuern; meine Aufgabe ist, seiner Dynamik unvoreingenommen zu folgen. So, unbeeinflusst, gestalten und formulieren sich, auch im musikalischen Ausdruck, die Fragen und Probleme jedes Einzelnen, wie sie sich wirklich stellen. Es gestalten sich aber auch die Antworten und Lösungsmöglichkeiten. Auch hier leistet die Gruppe jedem Einzelnen wichtige Dienste. In den Aufarbeitungsphasen kann ich helfen, beide Seiten bewusst zu machen und so immer neu die Bedingungen zu schaffen, unter denen sich der Prozess weiter entfalten kann. Es ist wichtig, jeweils zu wissen, wo man steht, woher man kommt und wohin man gehen bzw. nicht gehen will. Es ist aber nicht wichtig - und ist auch seinem Wesen nach unmöglich - dem Weg selbst intellektuell auf die Spur zu kommen: ihn zu verstehen nützt nichts, wir müssen ihn gehen. Wer aber ein Problem in sich trägt, trägt auch dessen Lösung in sich, und diese Lösung entfaltet sich *auf dem Weg* in dem Masse, in dem wir uns der Ganzheit nähern. Ganzheit aber ist mehr, als wir verstehen können.

Literatur

Briggs, J. und Peat, F.D. (1995, 4.Aufl.). Die Entdeckung des Chaos. München: DTV-Verlag.

Gebser, Jean. (1992, 4.Aufl., Bd. 1-3). Ursprung und Gegenwart. München: DTV-Verlag.

Wilber, Ken. (1997). Vom Tier zu den Göttern. Freiburg, Basel, Wien: Herder Spektrum.

Autorin: Marianne Müller, freischaffende Musiktherapeutin SFMT, Zweierstrasse 100, CH-8003 Zürich