

## **Reinkarnations- therapie – Psychologie statt Esoterik**

**Am 2.10.1987 sendet das Erste Deutsche Fernsehen in der Reihe »Gott und die Welt« um 21 Uhr 50 einen Beitrag, der sich mit dem Thema »Reinkarnation und christlicher Glaube« befaßt. Unter dem Titel »Immer wieder leben« sucht der Redakteur Klaus Wölfle vom Bayerischen Rundfunk mit seinem Team Reinkarnationsgläubige und Experten in unserem Land auf und läßt auch Kritiker zu Wort kommen. Eine wichtige Rolle spielt dabei die therapeutische Rückführung in frühere Leben, die von den Reinkarnationstherapeuten – allen voran Thorwald Dethlefsen – als unbezweifelbarer Beweis für Reinkarnation betrachtet wird. Eine Technik dieser Therapie wird in dem Fernsehbeitrag von mir (Hemminger) demonstriert und kurz erläutert. Da die Erklärungen im Fernsehen notwendigerweise äußerst knapp ausfallen müssen, will ich die wesentlichen Punkte in diesem Bericht ausführen.**

Der Außenstehende wird verblüfft und erschüttert, wenn er erlebt, daß ein erwachsener Mann, auf einer Couch liegend, lebhaft schildert, wie er mit Reisemantel, Hut und Stiefeln des 18. Jahrhunderts durch die Heide Schottlands wandert. Er sei Sir John und von Beruf Richter, er habe eine Frau und zwei Kinder, die er liebe. Vielleicht noch geheimnisvoller wirkt es, wenn eine Frau auf der „Reise

ins eigene Innere“ den Zustand im Mutterleib körperlich fühlt und von dort weitergeht in ein früheres Leben, in dem heftiger körperlicher Schmerz sie erwartet.

Ich schicke allem anderen voraus, daß dieses Sich-wundern, daß sogar die Erschütterung, berechtigt ist. Die seelischen und besonders die kreativen Fähigkeiten des Menschen, die Möglichkeiten der Selbstgestaltung zum Guten und Bösen hin, sind staunenerregend. Aber es behindert das echte Staunen ja gerade, wenn zu schnell nach okkulten *Erklärungen* aller Art gegriffen wird. Und es behindert auch das notwendige Nachdenken, wenn man esoterischerseits schneller zu *wissen* glaubt, als die kritische Vernunft es zuläßt. In diesem Sinn möchte ich die folgenden Erklärungen verstanden wissen.

Am Anfang des „Rückführungserlebnisses“ steht eine massive Suggestion, die oft (aber nicht notwendigerweise) auf die gläubige Erwartung des Klienten trifft. *Isolde Bauer* vom »Sauter-Zentrum« in der Schweiz, die an dem Fernsehbeitrag mitwirkt, benutzt ein von ihr angeblich mit paranormalen Mitteln gemaltes Bild aus dem früheren Leben des Klienten als Anfangssuggestion. Von einem solchen Bild ausgehend wird dem Klienten die Rollenidentifikation (s. u.) besonders leicht gemacht. Andere Therapeuten (wie Dethlefsen) verwehren sich dagegen, sie würden Inhalte vorgeben. Mit Recht, aber die wesentliche Suggestion besteht bei ihnen nicht in Inhalten, sondern in einer Erwartung: „Es wird geschehen, es wird spontan geschehen, es bedarf keiner bewußten Anstrengung, es wird weniger dramatisch sein als Sie glauben“ – durch solche Vorgaben nimmt die Angst ab und die positive Erwartung zu, daß das Erhoffte in der Tat geschehen wird. In dieser suggestiven Atmosphäre kann der Kommunikationsprozeß zwischen Therapeut

und Klient zum tatsächlichen Erleben hinführen, wobei seine paradoxe Struktur wichtig ist: Einerseits sagt der Therapeut, es müsse alles spontan geschehen, es müsse von innen kommen, ganz von selbst. Auf der anderen Seite findet ja eine Therapie statt, es soll offenkundig etwas gemacht werden, und der Klient will etwas machen. Der Therapeut sitzt neben ihm und wartet, daß „spontan“ etwas geschieht, und es geschieht: Ganz von selbst gleitet der Klient in die Rolle hinein, ein inneres Erleben zu produzieren und dies dabei als spontan zu erleben. Der Therapeut unterstützt ihn mit gezielten Fragen. Außerdem unterstützt er ihn zu Anfang mit Entspannungsübungen und evtl. einer leichten Tranceinduktion, um die Konzentration auf das innere Vorstellung- und Gefühlserleben zu fördern. Auch das Reden über die inneren Erfahrungen muß evtl. besonders geübt werden.

Es wäre ein Mißverständnis, würde man die Identifikation mit der erlebten Rolle, die bis zu intensiven Körpererfahrungen gehen kann, als „Phantasie“ im üblichen Sinn oder gar als Fabulieren betrachten. Am nächsten kommt diesem Erleben wohl das intensive Rollenspiel eines vier- oder fünfjährigen Kindes, das sich in seiner Rollenwelt mit Körper und Gefühl verlieren kann. Als normale Spielform verschwindet es bis zum Schulalter wieder, aber auch der Erwachsene kann mit Hilfe von Konzentrations- und Versenkungshilfen ähnliche Erfahrungen machen. Diese Hilfen sind weder geheimnisvoll noch schwierig anzuwenden und haben eine Entmythologisierung dringend nötig. Auch die oben genannte paradoxe Kommunikation, die durch Paul Watzlawick als „Sei-spontan-Paradoxie“ bekannt wurde, kommt im Alltag öfters vor. Man denke an eine eifersüchtige junge Frau, die ihrem Freund vorwirft, daß er

ihr nicht oft genug sagt, er habe sie lieb. Wenn er es ihr sagt: „Aber ich liebe dich doch“, ist sie nicht zufrieden. „Du mußt es mir spontan sagen, sonst hat es keinen Wert.“ Wenn der bedrängte Freund die Beziehung nicht in die Brüche gehen lassen will, und wenn beide Seiten nicht ernsthafter an ihrer Beziehung arbeiten wollen, wird der Freund die Rolle übernehmen: Mehr oder weniger unbewußt wird er „spontan“ sagen, was er sagen soll. In diesem und anderen Aspekten des psychologischen „settings“ liegt kein Geheimnis, wohl aber im Inhalt der vom Klienten erlebten oder auch erlittenen Rolle. In ihr spiegeln sich sicherlich, wie in einem Kunstwerk, Ideen, Bedürfnisse und Konflikte des Menschen auf komplexe Weise wieder. Es müssen sicher nicht immer, wie die Reinkarnationstherapeuten glauben, schicksalhaft wesentliche Gefühle sein. Aber der Klient drückt sich in seinem Erlebnis intensiv aus, und damit muß sorgfältig und schonend umgegangen werden. Werden falsche Hoffnungen geweckt, oder wird es gar gefördert, daß sich der Klient vor den realen Problemen in die erregende Innenwelt flüchtet, drohen erhebliche Gefahren. Das sich Ausdrücken allein löst Probleme oft nicht, und viele Helfer der modernen Psychotherapie-Szene vergessen dies. Einfache, psychologisch ad acta gelegte Traumatheorien sind keine Grundlage für eine Therapie: Das angebliche Wiedererleben schmerzlicher Erfahrungen aus früheren Existenzen beseitigt kein gegenwärtiges Problem, sondern verändert es oft nur auf unvorhersehbare Weise. Wie diese kurzen Erläuterungen zeigen, sind – bei allem Respekt vor dem Wunder der Psyche – esoterische Erklärungen nicht notwendig, um die Vorgänge zu verstehen. Aber wie steht es, wenn in Reinkarnationssitzungen unerklärliche Kenntnisse auftauchen, die der Klient im

Normalzustand nicht haben kann? Nun, solche Phänomene wären erst einmal glaubwürdig zu demonstrieren. Die mir bekannten Beispiele sind eher kläglich zu nennen, und objektive Nachprüfungen verliefen negativ. Aber selbst wenn unerklärliche Kenntnisse vorlägen, wäre zuerst an die parapsychologische Möglichkeit außersinnlicher Wahrnehmung zu denken. Prinzipiell decken parapsychologische Erklärungen alles ab, was es in Reinkarnationstherapien an unerklärlichen Phänomenen zu erklären gibt, sofern diese überhaupt über die herkömmliche Psychologie hinausreichen. Damit ist der Reinkarnationsglaube nicht widerlegt, aber er bleibt Glaube, wissenschaftlich unwiderlegbar und unbeweisbar. Von seiten des christlichen Glaubens erfordert er eine Glaubensantwort, und diese Antwort fiel in der ganzen Geschichte der Kirche eindeutig ablehnend aus (s. MD 7/1986, S. 188 ff).

Ich sehe keinen Grund, der Reinkarnationstherapie wegen umzudenken, aber sehr wohl Gründe dafür, hilfeschuchenden Menschen mit besseren Hilfsangeboten entgegenzukommen.