

Informationen

PSYCHOTRAINING

Rebirthing: Rückführung als Rückfall. (Letzter Bericht: 1990, S. 104f; vgl. 1989, S. 268) „Nichts ist gegen ateminduzierte Regression oder therapeutische Arbeit auf der Primärebene einzuwenden, viel indes gegen ‚Rebirthing in the New Age‘.“ Professor Dr. *Hilarion Petzold* vom Fritz-Perls-Institut für Integrative Therapie in Düsseldorf bringt seine Deutung von Rebirthing auf einen einfachen Nenner: „Die pseudoreligiöse Bauernfängerei in Verbindung mit potenten Psycho- und Körpertechniken garantiert auf dem Hintergrund der emotionalen und spirituellen Bedürftigkeit unserer Zeit den Erfolg von Quacksalberei und Scharlatanerie.“ *Colin Goldner*, Vorsitzender des »Arbeitskreises Humanistische Psychologie« in München, der Rebirthing als „gefährlichen Weg zurück zur Geburt“ schildert (in: »Psychologie heute«, Juli 1990), zitiert zwar Petzolds Meinung, daß die „Arbeit auf der Ebene der ‚autonomen Körperreaktionen‘“, wie sie verschiedene körper- und primärtherapeutische Schulen praktizieren, sicher als eine grundsätzliche Bereicherung des psychotherapeutischen Instrumentariums anzusehen

sei. Im Rahmen eines therapeutischen Gesamtkonzeptes bei entsprechender Indikation und Vorbildung des Therapeuten könnten sie auch als „wertvolle Techniken“ eingesetzt werden. Aber um mehr als um „Techniken für eine bestimmte Indikation“ handle es sich nicht trotz aller behaupteten Ansprüche (s. dazu auch: H. Petzold, »Die neuen Körpertherapien«, Paderborn 1977).

„Rebirthing“ – zunächst sieht es wie eine relativ einfache Atemtechnik aus: möglichst keine Pause zwischen den jeweiligen Atemzügen eintreten zu lassen und vor allem durch die Nase schneller als üblich zu atmen. Aber diese vermeintlich harmlose Atemtechnik stellt, – was Colin Goldner im einzelnen ausführt –, wie jede Form der Atemmanipulation, einen tiefen Eingriff in das organismische Geschehen dar.

Die unmittelbare Beeinflussung des gesamten Organismus durch das Atmen war experimentell erstmals von *Wilhelm Reich* untersucht worden. Insbesondere durch die bioenergetischen Verfahren seines Schülers *Alexander Lowen*, wie auch durch bestimmte Formen der Primärtherapie (Arthur Janov), haben Atemtechniken, die Regressionen mobilisieren und Bewußtseinszustände manipulieren können, Eingang in die klinisch-therapeutische Arbeit gefunden. Rebirthing bezieht sich ganz ausdrücklich auf reichianische und neo-reichianische Traditionen, versteht sich allerdings als deren „bahnbrechende Fortentwicklung“, als eine der „wirkungsvollsten, fundiertesten und umfassendsten Therapieformen der heutigen Zeit“.

Mehr noch begreift sich Rebirthing als „spirituelles Bad in der Weisheit und Liebe Gottes“, wie Rebirthing-Urheber Leonard Orr schreibt. Damit stellt er das Rebirthing in eine Reihe mit verschiedenen religiösen und mystischen Überliefe-

rungen. Da ist die Rede von ekstatischen Atemriten archaischer Kulturen, Atemtechniken des indischen und tibetischen Yoga und Dhikr-Techniken der Sufis: All dies werde in Rebirthing integriert und dadurch gewissermaßen erst „auf den Begriff gebracht“.

Der Amerikaner *Leonard Orr* hat Rebirthing Mitte der siebziger Jahre entwickelt – wie die Legende sagt, durch „göttliche Eingebung“. In einem „Hot Tub“ (einem mit warmem Wasser gefüllten Holzzuber) sitzend, überkamen Orr plötzlich vorgeburtliche Erinnerungen: Er fühlte sich wie im Uterus seiner Mutter.

Ursprung des Rebirthing war Orrs Beobachtung, daß durch beschleunigtes Atmen verschüttete Erinnerungen und Bilder wachgerufen werden konnten, letztlich sogar Empfindungen aus peri- und gar pränatalem Erleben. Gerade das erneute Hindurchgehen durch die traumatischen Erfahrungen der eigenen Geburt löse all die „negativen Lebensprogrammierungen“, die sämtlich in eben dieser ihre Ursache hätten: Ein neugeborener, freier Mensch sei die Folge.

Selbst hinter den Augenblick der Befruchtung kann zurückgeatmet werden: Das *Wiedererinnern „früherer Leben“* ist wesentlicher Bestandteil der Rebirthing-Therapie. Allerdings gibt es auch Rebirther, die sich von solch esoterischen Exkursen distanzieren und versuchen, sich einen eher wissenschaftlich-seriösen Anstrich zu geben.

Professor Petzold bewertet gleichwohl Rebirthing als „klinischen Unfug“. Er schreibt: „Die Interventionstechniken des Rebirthing vermitteln intensive emotionale Erfahrungen, die für den gesunden Menschen allerdings ein guter ‚Trip‘ sind, vielleicht auch ein Anstoß, wie er durch Grenzerfahrungen erfolgen kann. Für den somatisch kranken Menschen (z. B. Herz-Kreislauf labilität), für psychomatische Pa-

tienten (Asthma, Colitis usw.) sind die Eingriffe in die Atmung, die durch die Rebirthing-Praktiken bewirkt werden, höchst gefährlich. Für Menschen, die an einer schweren Neuroseerkrankung leiden oder an einer psychiatrischen Erkrankung, bergen die ateminduzierten Regressionstechniken massive Gefahren: Sie können in eine ‚maligne Regression‘ führen, d. h. in psychotische Dekompensationen oder suizidale Krisen. Ich selbst habe schon verschiedentlich bei Patienten nach Rebirthing-Sitzungen Kriseninterventionen durchführen müssen. Insbesondere gilt der warnende Hinweis, daß nichtintegrierte Rebirthing-Sitzungen – und ein therapeutisches *Durcharbeiten* erfolgt in der Regel nicht – noch nach Monaten, ja Jahren zu schweren psychischen und psychosomatischen Reaktionen führen können, wie ich verschiedentlich beobachten mußte.“

Nur die wenigsten Rebirther verfügen indes über einen medizinischen oder psychosozialen Grundberuf oder eine solide klinische Ausbildung. Nicht nur sind sie inhaltlich völlig unqualifiziert, mit einer derart gefährlichen Technik umzugehen, sie machen sich – worauf Goldner ausdrücklich hinweist – auch *strafbar*. Sofern sie nicht approbierte Ärzte sind oder eine Formalerlaubnis als Heilpraktiker besitzen, sind sie nicht befugt, Rebirthing (oder eine seiner Varianten) zu betreiben. All die Trainings- und Ausbildungsprogramme, die darauf nicht hinweisen, sind ungesetzlich und damit ebenfalls strafbar (vgl. Urteil Landgericht München I, AZ: 4HKO 7914/88). Es ist hier völlig unerheblich, unter welchem Etikett „Rebirthing“ firmiert: Um die gesetzlichen Bestimmungen zu umgehen, weist man gelegentlich darauf hin, Rebirthing sei gar nicht Therapie, sondern vielmehr „Weg zur spirituellen Erleuchtung“.

Die Hauptprotagonisten der heutigen Re-

birthing-Szene entstammen zum großen Teil dem (Ex-)Rajneesh/Osho-Umfeld. Ohne die Sannyasins wäre Rebirthing vermutlich längst in der Versenkung verschwunden. Durch deren weltweite Unterwanderung der Psychoszene hat es sich indes zur zentralen „Therapie“form der immer weitere Kreise ziehenden „Spirituellen Psychologie“ (New Age) entwickelt. Bei den Rebirthern handelt es sich durchgängig um eine „im höchsten Grade unprofessionelle Szene“ (Petzold).

Die Technik des Rebirthing bringt also behandlungsmethodisch nichts Neues. Neu ist lediglich die obskure Hintergrundideologie: Rebirthing versteht sich als „spiritueller Weg“, als „Entfaltung unseres göttlichen Seins“. Als solcher Weg bietet es ein Sammelsurium an religiös oder mystizistisch angehauchten Heilsversprechungen: In deren Mittelpunkt steht die Lehre von der „psychischen Unsterblichkeit“, die durch Rebirthing erlangt werden könne. Ein „lebensgefährlicher Weg“. Walter Schmidt, Stuttgart