

INFORMATIONEN

PSYCHOSZENE

Von Athanor zu Bernstein-Trainings.

(Letzter Bericht: 2/2002, 49f, 51f) Schaut man genauer hin, so tauchen bestimmte Versprechen und Methoden innerhalb des weiten Panoramas der neuen Religiosität immer wieder auf. Ein typisches Angebot der Psychoszene verspricht „Befreiung von schädigenden kindlichen Prägungen durch unzensurierte Ausdrucksmöglichkeiten der Gefühle“. Diesen Mythos bediente u.a. das Seminarangebot „The Event“. Der *Materialdienst* hat über dieses Angebot bereits vor einigen Jahren berichtet (MD 4/1997, 121f – vgl. auch im EZW-Handbuch „Panorama der neuen Religiosität“, Gütersloh 2001, 158-160). Nun firmiert seit kurzem das „The Event“ genannte Seminarangebot in Deutschland unter dem neuen Titel „Bernstein-Trainings“ (www.bernstein-trainings.com). Wie bei „Event“ wird als Gründer Purna Steinitz angegeben. Unter neuer Flagge werden deutsche Trainer genannt, die ihre Ausbildung bei Steinitz beendet haben und nun dessen Methode in Deutschland unter dem Label „Bernstein-Trainings“ vermarkten.

Ein besonderes Merkmal von „Event“ ist die so genannte Wutgruppe. Sie dauert von Freitag bis Sonntag Abend und kostet 300 Euro exklusive Mahlzeiten und Übernachtungen. Auf der Internet-Seite heißt es dazu: „Wenn du Chaos nicht magst, geh nicht ins Event. Wenn du lieber still denkst als laut fühlst, ist das Event nicht dein Platz. Wenn du dich selbst nicht sehen willst, und nicht geliebt werden willst für alles, was du bist, mit allem, was dich ausmacht, bleib Zuhause. Groll weiter denken, die dein Leben versauen, und beschuldige alle, die deinen Träumen je im

Weg standen. Wenn du nicht Zuhause bleiben willst, wenn du kommen, da sein, leben willst, wenn du raus willst aus deinem inneren Gefängnis, vergiss das Wort sanft. Denn erst muss dein Herz brechen, und du musst es knacken hören, bevor du bereit bist für die Kraft in dir. Du musst bereit sein für die Erkenntnis, dass das Leben schwierig ist und nicht eine Pralinenschachtel, die schnell und gedankenlos auf dem Sofa der inneren Bequemlichkeit vernascht wird. Ohne dein Chaos zu suchen, kannst du die göttliche Ordnung darin nicht finden. Es sind nicht mehr als diese vier Gefühle, die unser Leben bestimmen. Wut, Trauer, Angst, Glück ... Nicht wir haben die Gefühle – sondern die Gefühle haben uns. Sie zu erkennen, zu besitzen, auszudrücken, mit ihrer unglaublichen Energie zu arbeiten und sie zu nutzen, heißt, ein erfülltes, authentisches Leben zu führen. Sie zu besitzen, heißt, den Schlüssel zu unserer tiefsten Integrität in den Händen zu halten, zu dem Leben, das wir wollen, für das wir gedacht sind. Sie nicht zu besitzen heißt, abhängig zu bleiben von Menschen, die uns den Weg weisen. Die sagen, wo's langgeht.“

Eine Journalistin, die an einer Wutgruppe teilgenommen hat, berichtete (*taz/Bremen* Nr.6690 vom 2.3.2002): „Entscheide dich für die Wut und flipp' aus“, sagt die Trainerin mit ruhiger, leiser Stimme zu der Teilnehmerin. Diese liegt auf dem Boden, die Beine auf einer Matte, die Arme auf Decken, den Kopf auf ein Kissen gebettet. Sie will ein ‚Tantrum‘, einen kindlichen Wutanfall. Die anderen halten Matte, Decken und Kissen fest – und Daniela tobt los. Brüllt mit aller Kraft, wird knallrot, die Augen quellen hervor, die Füße strampeln auf der Matte, Fäuste trommeln auf die Decken. Danielas Körper bäumt sich auf, ein finaler Urlaut und erschöpft sinkt sie in sich zusammen. Stille. Sie öff-

net die Augen, legt die Hände auf den Bauch, Momente der Besinnung. Dann richtet sie sich auf. Die anderen, die sie zuvor mit aller Kraft angefeuert haben, klatschen nun Beifall und sehen sie an. Die Teilnehmerin nimmt ihren Applaus entgegen, sieht sekundenlang einer jeden in die Augen, lächelt ein bisschen. Was konstruiert wirken mag, ist wichtiger Bestandteil des Trainings: Die Teilnehmerinnen sollen lernen, dass ihre Gefühle richtig sind, so wie sie sind – auch die wenig sozialverträglichen. Den Beifall auszuhalten, fällt vielen schwer. Auf einen Ausbruch auch noch stolz zu sein, ist nicht einfach. Aber es lässt sich üben. ‚Du wirst dich herauskatapultieren aus deiner Opferhaltung: Mein Chef ist schuld, mein Partner ist schuld, meine Eltern sind schuld‘, sagt die Trainerin, ‚Wut ist ein erschlaffter Muskel in uns, weil wir schon als Kinder gelernt haben, sie nicht auszudrücken.‘ Statt irgendwann auszurasen, statt in Selbstmitleid oder Trauer zu versinken, soll die erlaubte Wut Energie freisetzen.“

Das Seminar versteht sich als ein Katalysator für diese Energien. Im vierten Quartal 2002 wurden Wutgruppen-Seminare in Heilbronn, Freiburg, Bremen, Oldenburg und Kiel angeboten. Bevor die Wütenden in spe in ihre Gruppe kommen, versichern sie schriftlich, dass sie nicht psychisch krank sind oder Psychopharmaka einnehmen. Alles Gesagte soll im Raum bleiben, und Blut ist tabu. Eine Bremer Trainerin behauptet, sie erkenne, ob einer ein Kandidat für „völliges Ausrasten“, für einen Kontrollverlust ist. Solchen Personen werde der Zugang verwehrt. Und wenn eine Person therapeutische statt Wut-Hilfe brauche, schicke sie diese weiter.

Es erstaunt, dass unzeitgemäße Verursachungsmythen und überholte psychologische Deutungen, wie es die obigen Zi-

tate belegen, auch heute noch eine beträchtliche Anziehungskraft für Teilnehmende besitzen. Der Wunsch nach einer Befreiung von der Vergangenheit und von belastenden emotionalen Erfahrungen scheint offenbar nach wie vor weit verbreitet zu sein. Wenn dann der gruppenspezifische Fokus auf das emotionale Agieren gelegt wird, sind intensive Erlebnisse garantiert – und Schädigungen nicht auszuschließen.

Michael Utsch