



Leseprobe aus:

Alexander Lowen

Bioenergetik



1 Der Weg zur Bioenergetik

Die Bioenergetik basiert auf der Arbeit des großen, aus Österreich stammenden Psychoanalytikers Wilhelm Reich. Er war von 1940 bis 1952 mein Lehrer und von 1942 bis 1945 auch mein Analytiker. Ich lernte ihn 1940 an der New School for Social Research in New York kennen, wo er ein Seminar über Charakteranalyse hielt. Im Vorlesungsverzeichnis stand, es werde sich um die funktionelle Übereinstimmung zwischen dem Charakter eines Menschen und seiner Körperhaltung und Muskelpanzerung drehen, und diese Ankündigung hatte mich gereizt. Unter Muskelpanzerung versteht man das Gesamtbild der chronischen Muskelspannungen im Körper. Diese Spannungen werden als Panzer bezeichnet, weil sie dazu dienen, den Menschen vor schmerzlichen und bedrohlichen emotionalen Erlebnissen zu schützen. Sie schirmen ihn nicht nur vor gefährlichen Impulsen der eigenen Persönlichkeit, sondern auch vor Angriffen von außen ab.

Schon bevor ich Reich begegnete, hatte ich einige Jahre lang die Beziehung zwischen Körper und Geist studiert. Zu diesen Untersuchungen wurde ich durch eigene Erfahrungen bei körperlichen Betätigungen wie Sport und Gymnastik angeregt. In den dreißiger Jahren war ich Sportleiter in mehreren Ferienlagern gewesen und hatte festgestellt, dass regelmäßige körperliche Übungen nicht nur meinen Gesundheitszustand verbesserten, sondern auch positive Wirkungen auf meine geistige Verfassung hatten. Im Laufe meiner damaligen Arbeit beschäftigte ich mich mit der Rhythmiklehre des Schweizer Musikpädagogen Emile Jaques-Dalcroze und mit Edmund Jacobsons Konzept der «progressiven Entspannung». Diese Studien bestätigten meine Annahme, dass man geistige Haltung durch Körpertraining beeinflussen kann. Der For-

schungsansatz der beiden Gelehrten befriedigte mich allerdings nicht hundertprozentig.

Wilhelm Reich dagegen fesselte mich bereits mit seinen ersten Worten. Er begann das Seminar mit einer Diskussion des Hysterieproblems. Der Psychoanalyse, erklärte er, sei es gelungen, den historischen Faktor des «hysterischen Konversionssymptoms», also der Verlegung psychischer Spannungen in körperliche Symptome, zu erhellen. Es handle sich um ein sexuelles Trauma, das die betreffende Person in ihrer frühen Kindheit durchgemacht und in späteren Jahren völlig verdrängt und vergessen habe. Die Verdrängung und die anschließende Verlegung der verdrängten Vorstellungen und Empfindungen in das eine oder andere Symptom bildeten den dynamischen Faktor der Krankheit. Obgleich Verdrängung und Konversion bzw. Verlegung damals bereits zu den anerkannten Grundbegriffen der psychoanalytischen Lehre gehörten, war der Prozess, der eine verdrängte Vorstellung in ein körperliches Symptom umwandelt, nach wie vor ungeklärt.

Was der psychoanalytischen Theorie noch fehle, meinte Reich, sei das Verständnis des Zeitfaktors. «Warum», fragte er, «entwickelte sich das Symptom ausgerechnet zu dem und dem Zeitpunkt und nicht früher oder später?» Um diese Frage beantworten zu können, musste man wissen, was der Patient in den dazwischenliegenden Jahren erlebt hatte. Wie kam er in dieser Periode mit seinen sexuellen Empfindungen zurecht? Reich glaubte, die *Verdrängung* des ursprünglichen Traumas werde durch die *Unterdrückung* der sexuellen Regungen ermöglicht. Diese Unterdrückung bilde die Wurzel des hysterischen Symptoms, das als Folge eines späteren sexuellen Erlebnisses manifest geworden sei. Reich sah in der Unterdrückung der sexuellen Empfindungen und der damit einhergehenden charakterlichen Einstellung die eigentliche Neurose; das Symptom war nur ihre sichtbare Äußerung. Die Berücksichtigung dieses Elements – Verhalten und Einstellung des Patienten gegenüber der Sexualität – führte dazu, dass man beim Neuroseproblem nun auch mit einem «ökonomischen» Faktor ar-

beiten musste. Die Bezeichnung «ökonomisch» bezieht sich auf die Kräfte, die einen Menschen zur Entwicklung neurotischer Symptome prädisponieren.

Reichs Scharfblick beeindruckte mich sehr. Ich hatte viele Werke von Freud gelesen und war mit dem psychoanalytischen Denken ziemlich vertraut, aber diesen «ökonomischen» Faktor hatte man meines Wissens noch nie einbezogen. Ich spürte, dass Reich mir neue Denkkategorien für menschliche Probleme zeigte, und war sofort fasziniert. Die ganze Bedeutung des neuen Ansatzes dämmerte mir indessen erst allmählich, als er seine Idee im Laufe des Seminars weiterentwickelte. Ich begriff, dass dieser Faktor ein wichtiger Schlüssel zum Verständnis der Persönlichkeit war, denn er gab Aufschluss darüber, wie ein Mensch mit seiner sexuellen Energie und mit seiner Energie im Allgemeinen umgeht. Wie viel Energie hat ein Mensch, und wie viel entlädt er bei sexuellen Betätigungen? Der Energiehaushalt wie der Sexualhaushalt eines Menschen wird durch das Verhältnis zwischen Energieladung und -entladung oder zwischen sexueller Erregung und sexueller Entspannung bestimmt. Das hysterische Konversionssymptom entsteht nur, wenn dieser Haushalt, also diese «Ökonomie», aus dem Gleichgewicht kommt. Muskelpanzerung oder chronische Muskelspannungen sollen für eine ausgeglichene «Energiebilanz» sorgen, indem sie die Energie binden, die man, aus welchen Gründen auch immer, nicht entladen kann.

Mein Interesse an Reich wuchs, als er seine Gedanken und Beobachtungen ausführlicher erläuterte. Der Unterschied zwischen einem gesunden und einem neurotischen Sexualhaushalt war keine Frage der mehr oder weniger ausgeglichenen Bilanz. (Damals sprach Reich nicht von Energiehaushalt, sondern von Sexualhaushalt; die beiden Bezeichnungen hatten für ihn jedoch die gleiche Bedeutung.) Ein neurotischer Mensch wahrt das Gleichgewicht, indem er seine Energie durch Muskelspannungen bindet und seine sexuelle Erregung abwürgt. Ein gesunder Mensch würgt

seine sexuellen Empfindungen nicht ab und blockiert seine Energie nicht durch Muskelpanzerung. Deshalb kann er seine gesamte Energie für sexuelle Betätigung oder irgendeine andere kreative Selbstverwirklichung einsetzen. Sein Energiehaushalt funktioniert gut. Bei den meisten Menschen funktioniert der Energiehaushalt jedoch schlecht, und das ist einer der Gründe für die Neigung zu Depressionen, die man überall in unserem Kulturkreis beobachten kann.

Obwohl Reich seine Ideen klar und logisch darlegte, blieb ich während der ersten Zeit ein bisschen skeptisch. Inzwischen habe ich erkannt, dass diese Haltung bezeichnend für mich ist. Ihr verdanke ich nicht zuletzt meine Fähigkeit, die zur Diskussion stehenden Fragen selbst zu durchdenken. Meine Skepsis wurde dadurch geweckt, dass Reich die Rolle der Sexualität beim Entstehen emotionaler Probleme für meine Begriffe überbewertete. *Sexualität ist nicht die ganze Antwort*, dachte ich. Dann verschwand meine Skepsis plötzlich, ohne dass ich mir dessen bewusst war. Das Seminar überzeugte mich davon, dass Reich auf dem richtigen Weg war.

Der Grund dieses Meinungsumschwungs wurde mir erst zwei Jahre später klar, nach einigen therapeutischen Sitzungen mit Reich. Mir fiel ein, dass ich eines der Bücher, die er häufiger genannt hatte, nicht zu Ende gelesen hatte; es handelte sich um Freuds *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*. Mitten im zweiten Aufsatz – *Die infantile Sexualität* – hatte ich aufgehört. Jetzt begriff ich, dass die Lektüre dieses Textes meine unbewusste Angst vor der eigenen infantilen Sexualität, ich meine, der Sexualität meiner Kindheit, wachgerufen hatte, und diese Erkenntnis beseitigte meine Zweifel an der eminenten Bedeutung der Sexualität.

Das Seminar über Charakteranalyse endete im Januar 1941. Auch bis ich dann mit der Analyse bei Reich begann, war ich ständig mit ihm in Verbindung. Ich nahm an einer Reihe von Meetings in seinem Haus in Forest Hill teil, wo wir die soziale Bedeutung seiner sexual-ökonomischen Begriffe diskutierten. Außerdem

entwickelten wir ein Projekt, bei dem wir im Rahmen eines öffentlichen Hilfsprogramms für psychisch Gestörte mit diesen Begriffen arbeiten wollten. In Europa hatte Reich auf jenem Gebiet bahnbrechend gewirkt.

Meine persönliche Therapie bei Reich fing im Frühling 1942 an. Im Jahr davor hatte ich sein Labor ziemlich häufig besucht. Eines Tages sagte er: «Lowen, wenn Sie sich wirklich für meine Arbeit interessieren, gibt es nur einen Weg, um richtig hineinzukommen – die Therapie.» Ich war überrascht, denn diesen Schritt hatte ich noch nie erwogen. Halb im Scherz antwortete ich ihm: «Ich interessiere mich sehr dafür, aber ich möchte vor allem berühmt werden.» Reich nahm die Bemerkung ernst, denn er erwiderte: «Ich werde Sie berühmt machen.» Und seine Worte erwiesen sich als prophetisch. Sie waren der Anstoß, den ich brauchte, um meinen inneren Widerstand zu überwinden und meine Lebensaufgabe in Angriff zu nehmen.

Meine erste Sitzung mit Reich war ein Erlebnis, das ich nie vergessen werde. Ich ging in der naiven Annahme hin, bei mir wäre alles in Ordnung. Es würde sich lediglich um eine Analyse zu Ausbildungszwecken handeln. Ich legte mich mit einer Badehose bekleidet auf das Bett. Reich benutzte keine Couch, da seine Therapie körperorientiert war. Er befahl mir, die Knie anzuziehen, mich zu entspannen und mit offenem Mund und entkrampften Kinnbacken durchzuatmen. Ich befolgte die Anweisungen und wartete ab, was passieren würde. Nach einer ganzen Weile sagte Reich: «Lowen, Sie atmen ja gar nicht.» Ich behauptete: «Selbstverständlich atme ich, sonst wäre ich doch schon tot.» Darauf er: «Ihre Brust bewegt sich aber nicht. Fühlen Sie dagegen meine Brust!» Ich legte eine Hand auf seinen Brustkorb und stellte fest, dass er sich bei jedem Atemzug merklich hob und senkte. Meiner tat es eindeutig nicht.

Ich legte mich wieder zurück und atmete erneut tief ein und aus; diesmal bewegte sich mein Brustkorb auf und ab. Nach einiger Zeit befahl Reich: «Lowen, lassen Sie den Kopf nach hinten

fallen, und machen Sie die Augen weit auf!» Ich tat es, und ... musste plötzlich laut aufschreien.

Es war ein wunderschöner Frühlingstag, und die Fenster des Zimmers gingen zur Straße. Um keine Scherereien mit seinen Nachbarn zu bekommen, forderte Reich mich auf, den Kopf wieder zu heben – und sogleich erstarb der Schrei. Ich fuhr fort, tief durchzuatmen. Seltsamerweise hatte mich der Schrei nicht beunruhigt. Ich hatte keine emotionale Beziehung zu ihm. Ich fühlte keine Furcht. Nachdem ich abermals eine Weile geatmet hatte, bat mich Reich, den Vorgang zu wiederholen. Ich ließ den Kopf nach hinten fallen und machte die Augen weit auf. Der Schrei «kam» abermals. Ich möchte nicht sagen, dass *ich* schrie, denn ich hatte nicht den Eindruck, dass ich es tat. Der Schrei «passierte» mir einfach. Ich hatte auch diesmal eigentlich gar nichts mit ihm zu tun. Als die Sitzung beendet war und ich Reich verließ, hatte ich das Gefühl, dass mit mir doch nicht alles so in Ordnung war, wie ich gedacht hatte. Es gab «Dinge» – Bilder, Emotionen – in meiner Persönlichkeit, die meinem Bewusstsein verborgen waren, und damals begriff ich, dass sie herauskommen mussten.

Zu jener Zeit bezeichnete Reich seine Behandlung als «charakteranalytische Vegetotherapie». Sein großer Beitrag zur psychoanalytischen Theorie war die Charakteranalyse gewesen, und ihr verdankte er sein enormes Ansehen unter Psychoanalytikern. Mit Vegetotherapie bezeichnete er die Mobilisierung von Empfindungen durch Atmen und andere Körperfunktionen, die die vegetativen Zentren – die Ganglien des autonomen Nervensystems – aktivierten und «vegetative Energien» freisetzen.

Die Vegetotherapie stellte einen Durchbruch von der rein verbalen Analyse zur unmittelbaren Arbeit mit dem Körper dar. Ihre Fundamente hatte Reich ungefähr neun Jahre vorher gelegt. Seither bestand deshalb der erste Schritt der Behandlung für ihn darin, den Patienten leicht und tief durchatmen zu lassen. Anschließend mobilisierte er den emotionalen Ausdruck, der sich im Gesicht oder Verhalten des Patienten am deutlichsten ab-

zeichnete. In meinem Fall war es Furcht. Wir haben gesehen, was für eine durchschlagende Wirkung seine Methode bei mir hatte.

Die nächsten Sitzungen verliefen nach demselben allgemeinen Schema. Ich lag auf dem Bett und atmete so frei, wie ich konnte, wobei ich versuchte, möglichst tief auszuatmen. Ich sollte meinem Körper nachgeben und keinen spontan auftauchenden Impuls oder Ausdruck unterdrücken oder steuern. Es geschahen Dinge, die frühe Erinnerungen und Erlebnisse in mir wachriefen. Zunächst führte das tiefere Atmen, an das ich nicht gewöhnt war, zu starkem Kribbeln oder Jucken in den Händen – Empfindungen, die sich zweimal zu regelrechten karpopedalen Spasmen, also schweren Krämpfen, steigerten. Diese Reaktion trat nicht mehr auf, nachdem mein Körper sich auf die vermehrte Energie eingestellt hatte, die das tiefere Atmen produzierte. Wenn ich meine Knie langsam aneinanderlegte und wieder voneinander entfernte, zitterten meine Beine, und meine Lippen zuckten, sobald ich, einem Impuls nachgebend, die Beine ausstreckte.

Es folgten Gefühlsausbrüche und damit assoziierte Erinnerungen. Einmal, als ich auf dem Bett lag und durchatmete, begann ich plötzlich am ganzen Körper zu beben. Das Beben wurde stärker, bis ich mich aufsetzte. Dann erhob ich mich wie ein Automat, betrachtete das Bett und fing plötzlich an, es mit den Fäusten zu bearbeiten. Während ich das tat, erschien das Gesicht meines Vaters auf dem Bettlaken, und da wusste ich, dass ich *ihn* schlug, weil er mir als kleiner Junge einmal eine Tracht Prügel verabreicht hatte. Einige Jahre später fragte ich meinen Vater nach diesem Vorfall. Er sagte, es seien die einzigen Prügel gewesen, die ich je von ihm bekommen hätte, und erklärte mir, ich sei damals zu spät nach Hause gekommen, und meine Mutter sei außer sich vor Sorge gewesen. Er habe mich verprügelt, damit ich es nicht wieder täte. Interessant war, dass dieses Erlebnis – wie der Schrei – völlig spontan und instinktiv kam. Irgendetwas veranlasste mich, zu schreien und das Bett zu schlagen – kein bewusster Gedanke,

sondern eine Kraft, die mich in Besitz genommen hatte und mich beherrschte.

Bei einer anderen Gelegenheit bekam ich eine Erektion, während ich auf dem Bett lag und durchatmete. Ich hatte den Drang, meinen Penis zu berühren, unterdrückte ihn jedoch. Dann erinnerte ich mich wieder an ein Ereignis aus meiner Kindheit. Ich war fünf Jahre alt und urinierte auf den Fußboden unserer Wohnung. Meine Eltern waren ausgegangen. Ich wusste plötzlich, dass ich es tat, um mich an meinem Vater zu rächen, der mich einen Tag vorher ausgeschimpft hatte, weil ich meinen Penis angefasst hatte.

Erst nach neunmonatiger Therapie fand ich heraus, was den Schrei bei der ersten Sitzung ausgelöst hatte. Seitdem hatte ich nicht mehr geschrien. Ich hatte jedoch immer mehr den Eindruck, es müsse ein bestimmtes Bild geben, vor dem ich mich fürchtete. Wenn ich auf dem Bett lag und zur Zimmerdecke sah, spürte ich, dass es eines Tages erscheinen würde ... Und dann erschien es tatsächlich: das Gesicht meiner Mutter, die zornig auf mich herunterblickte. Ich wusste sofort, dass ich mich vor diesem Gesicht gefürchtet hatte. Ich hatte das entsprechende Erlebnis noch einmal, erlebte es wie in der Gegenwart. Ich war ein Baby von etwa neun Monaten und lag vor unserem Haus im Kinderwagen. Ich hatte laut nach meiner Mutter geschrien. Sie hatte offensichtlich im Haus zu tun gehabt, und mein hartnäckiges Geschrei hatte sie enerviert. Sie kam heraus und war wütend auf mich. Und nun lag ich dort, ein zweiunddreißigjähriger Mann, auf Reichs Bett, betrachtete ihr Bild und sagte mit Worten, die ich als Baby nicht gekannt haben konnte: «Warum bist du so böse auf mich? Ich schreie doch nur, weil ich dich bei mir haben möchte.»

Damals benutzte Reich auch noch eine andere therapeutische Methode. Er forderte seine Patienten zu Beginn jeder Sitzung auf, ihm alle negativen Gedanken zu sagen, die sie im Zusammenhang mit seiner Person hatten. Er glaubte, dass die Patienten nicht nur eine positive, sondern auch eine negative Übertragung (Transfe-

renz) zu ihm hatten, und verließ sich erst dann auf die positive Übertragung, wenn sie ihm vorher alle negativen Gedanken und Vorstellungen mitgeteilt hatten. Mir fiel das außerordentlich schwer. Als ich Reich und die Therapie akzeptiert hatte, glaubte ich alle negativen Gedanken aus meinem Geist verbannt zu haben. Ich war der Ansicht, ich hätte keinerlei Einwände mehr. Reich war sehr großzügig zu mir gewesen, und ich zweifelte nicht an seiner Offenheit, seiner Integrität oder an der Stichhaltigkeit seiner Theorie. Also war ich entschlossen, die Therapie zu einem Erfolg zu machen, und öffnete mich Reich erst in dem Augenblick ganz, als sie fehlzuschlagen drohte.

Auf das Angsterlebnis, bei dem ich das Gesicht meiner Mutter gesehen hatte, folgten lange Monate, in denen ich keine Fortschritte machte. Damals suchte ich Reich dreimal wöchentlich auf, war aber blockiert, weil ich ihm nicht sagen konnte, was ich ihm gegenüber empfand. Ich wünschte mir insgeheim, dass er sich nicht nur als Therapeut, sondern auch wie ein Vater für mich interessierte, wusste jedoch, dass dieses Verlangen unangemessen war, und mochte es deshalb nicht zum Ausdruck bringen. Ich kämpfte innerlich mit dem Problem und geriet in eine Sackgasse. Reich schien meinen Konflikt nicht zu bemerken. Ich gab mir alle Mühe, tiefer und intensiver durchzuatmen, aber es wollte einfach nicht mehr funktionieren.

Ich war, nach einem Jahr Therapie, in eine Sackgasse geraten. Da wir keinen Ausweg sahen, schlug Reich vor, die Behandlung abzubrechen. «Lowen», sagte er, «Sie sind einfach nicht imstande, Ihren Empfindungen nachzugeben. Wollen Sie nicht lieber aufhören?» Seine Worte waren ein Verdammungsurteil. Aufhören hätte das Ende meiner Träume bedeutet. Ich brach zusammen und heulte. Es war seit meiner Kindheit das erste Mal, dass ich schluchzte. Ich konnte meine Gefühle nicht länger verbergen. Ich sagte Reich, was ich mir von ihm wünschte, und er hörte aufmerksam zu.

Ich weiß heute noch nicht, ob Reich die Therapie tatsächlich

beenden wollte oder ob sein Vorschlag nur ein Manöver war, um meine innere Sperre zu durchbrechen, aber ich hatte damals jedenfalls den Eindruck, dass er es wirklich ernst meinte. Und das Ergebnis war, dass die Therapie wieder anschlug.

Reich wollte mit seiner Behandlung die Kapazität des Patienten wecken, den spontanen und instinktiven Körpererregungen, die zum Atmungsprozess gehörten, freien Lauf zu lassen. Er legte also in erster Linie Wert darauf, dass man voll und tief durchatmete. Wenn das der Fall war, verursachten die Atmungswellen eine wellenförmige Bewegung des Körpers, die Reich als *Orgasmusreflex* bezeichnete.

Nach dem Weinkampf und der Äußerung meiner Empfindungen Reich gegenüber wurde mein Atmen leichter und freier, meine sexuelle Reaktionsfähigkeit tiefer und vollkommener. Mein Leben änderte sich bald in verschiedener Hinsicht. Ich heiratete das Mädchen, das ich liebte. Die eheliche Bindung war für mich ein bedeutsamer Schritt. Außerdem bereitete ich mich darauf vor, als Therapeut nach den Reich'schen Methoden zu arbeiten. Im gleichen Jahr nahm ich an einem klinischen Seminar über Charakteranalyse teil, das von Dr. Theodore P. Wolfe, Reichs engstem Mitarbeiter in den Vereinigten Staaten und dem Übersetzer seiner ersten Veröffentlichungen in englischer Sprache, geleitet wurde. Meine Therapie machte regelmäßige, aber langsame Fortschritte. Obgleich es bei den Sitzungen nicht mehr zum Durchbruch wesentlicher Empfindungen oder Erinnerungen kam, spürte ich, dass ich mich allmählich der Fähigkeit näherte, meine sexuellen Empfindungen auszuleben. Ich fühlte auch, dass ich Reich näherkam.

Reich machte einen langen Sommerurlaub. Bei einer der letzten Sitzungen schlug er vor, die Therapie für ein Jahr zu unterbrechen. Die Idee, eine längere Pause einzulegen, schien mir gut, und ich nahm den Vorschlag an. Bei meiner Entscheidung spielten auch persönliche Gründe mit. Da ich mich damals nirgendwo für die klinischen Semester immatrikulieren konnte, hatte ich ab

Herbst 1944 an der New York University einen Anatomiekurs belegt.

Im Herbst 1945 nahm ich die Therapie bei Reich wieder auf – eine Sitzung pro Woche. In dem behandlungsfreien Jahr hatte ich mich nicht mehr vorrangig darum bemüht, Reich zu gefallen und sexuell gesund zu werden, und deshalb mehr Gelegenheit gehabt, meine bisherige Arbeit mit Reich innerlich zu bewältigen. In jener Zeit behandelte ich auch meinen ersten Patienten nach den Reich'schen Methoden, was meinem Selbstvertrauen gewaltigen Auftrieb gab. Ich konnte endlich das machen, was ich seit langer Zeit vorgehabt hatte, und wurde mir bewusst, dass ich sehr zuversichtlich in die Zukunft blickte. Die Hingabe an meinen Körper – zugleich also die Hingabe an Reich – fiel mir dadurch leicht. Schon nach wenigen Monaten wurde uns beiden klar, dass die Therapie nach seinen Kriterien erfolgreich abgeschlossen werden konnte. Jahre später begriff ich allerdings, dass viele meiner entscheidenden persönlichen Probleme ungelöst geblieben waren. Meine Furcht, Unbilliges zu verlangen, also um Dinge zu bitten, die mir eigentlich nicht zustanden, war nicht diskutiert worden. Meine Angst zu versagen und mein Erfolgsbedürfnis waren nicht durchgearbeitet worden. Wir hatten nicht das Phänomen untersucht, dass ich nur dann weinen konnte, wenn man mich mit den stärksten Geschützen dazu zwang. Diese Probleme löste ich erst viele Jahre später mit der Bioenergetik.

Ich praktizierte zwei Jahre, ehe ich 1947 mit meiner Frau in die Schweiz ging, um mich an der Universität Genf einzuschreiben, wo ich 1951 in Medizin promovierte. In der Schweiz behandelte ich ebenfalls einige Patienten, die von Reich gehört hatten und sich etwas von der neuen therapeutischen Methode versprachen. Wie viele andere junge Therapeuten begann ich in der naiven Annahme, ich verstünde etwas von den emotionalen Problemen meiner Mitmenschen; meine Sicherheit beruhte indessen mehr auf Begeisterung als Erfahrung. Im Rückblick auf jene Jahre sehe ich klar die Grenzen meines damaligen Wissens und Könnens. Trotz-