

Neues Wissen braucht der Mensch

Hypnosen und Entspannung

Lebenshilfe, Therapie, Religion
oder okkulte Praktik?

Prof. Dr. Reinhard Franzke

Institut für Neuzeitliche Pädagogik (INP)

Vorbemerkung

Ein Gespenst geht um in Deutschland. In fast allen Lebensbereichen werden wir zunehmend mit Hypnose- und Entspannungstechniken konfrontiert: bei Ärzten, Psychologen, Therapeuten, in Kuren, Krankenhäusern und Rehamaßnahmen, in Schulen, Kindergärten oder Geburtsvorbereitungskursen. Immer häufiger werden unsere Kinder im Schulunterricht hypnotisiert. Niemand interessiert es, und niemand wehrt sich dagegen. Inzwischen werden diverse Hypnosepraktiken als Unterrichtsmethoden ausgegeben und zum festen Bestandteil der Methodenliteratur erklärt. Höchste Zeit zu fragen: Was ist davon zu halten? Was sind Hypnosen? Sind Hypnosen wirklich nur harmlose Entspannungstechniken, oder mehr? Zur Beantwortung dieser Fragen wollen wir hier die einschlägige Hypnoseliteratur durchsehen und zusammenfassen, und zwar anhand vorgegebener Leitfragen. Es ist erstaunlich, welche überraschenden und schockierenden Einsichten eine gründliche Lektüre der Hypnoseliteratur bietet.

I. Ziele und Versprechungen

Nach Auffassung der hier ausgewählten Hypnoseliteratur ist Hypnose eine Entspannungs-, Therapie- und Heilmethode. Danach kann Hypnose (angeblich) bei diversen körperlichen und seelischen Beschwerden helfen, Stress und den Krebs bekämpfen (helfen), Ängste beseitigen, das Selbstvertrauen fördern, die Leistung steigern, das Gedächtnis verbessern, beim Lernen helfen und Wissen aus unbekanntem Quellen liefern. Vielfach gilt Hypnose als eine Art Selbsthilfeprogramm, das bei diversen Problemen helfen kann. Darüber hinaus kann Hypnose diverse übernatürliche und paranormale Phänomene hervorbringen.

II. Grundlogik, Grundkonzept, Grundlehren und Grundannahmen

Wie eine sorgfältige Lektüre der einschlägigen Hypnoseliteratur zeigt, sind Grundlogik und Grundkonzept der Hypnose relativ einfach. Bei „Bedarf“ soll man in einen Zustand der TRANCE gehen und Kontakt zu einer unsichtbaren Macht oder Kraft aufnehmen. Offensichtlich glauben die Autoren an die Existenz einer unsichtbaren Instanz mit personalem und quasigöttlichem Charakter.

Das Unbewusste – eine personale und quasigöttliche Wesenheit

Diese Wesenheit nennen sie in der Regel das „Unbewusste“ (im Folgenden abgekürzt UB), vielfach auch Teil oder Teilpersönlichkeit, innerer Arzt, innerer Heiler, innerer Ratgeber/Berater, innerer Lehrer, innere Weisheit, innerer Meister, Geistführer, höheres Selbst, Intuition, Wesenheit, Gestalt, Dschinn (Geist), konzentriertes Böses, Teufel (vgl. Eberwein/Schütz, Die Kunst der Hypnose). Dieser Wesenheit ist es offensichtlich egal wie man sie nennt. Sie kann in unendlich vielen Maskeraden erscheinen. Dieses UB kann man befragen und bitten; es kann uns intelligent antworten und innere Bilder schicken.

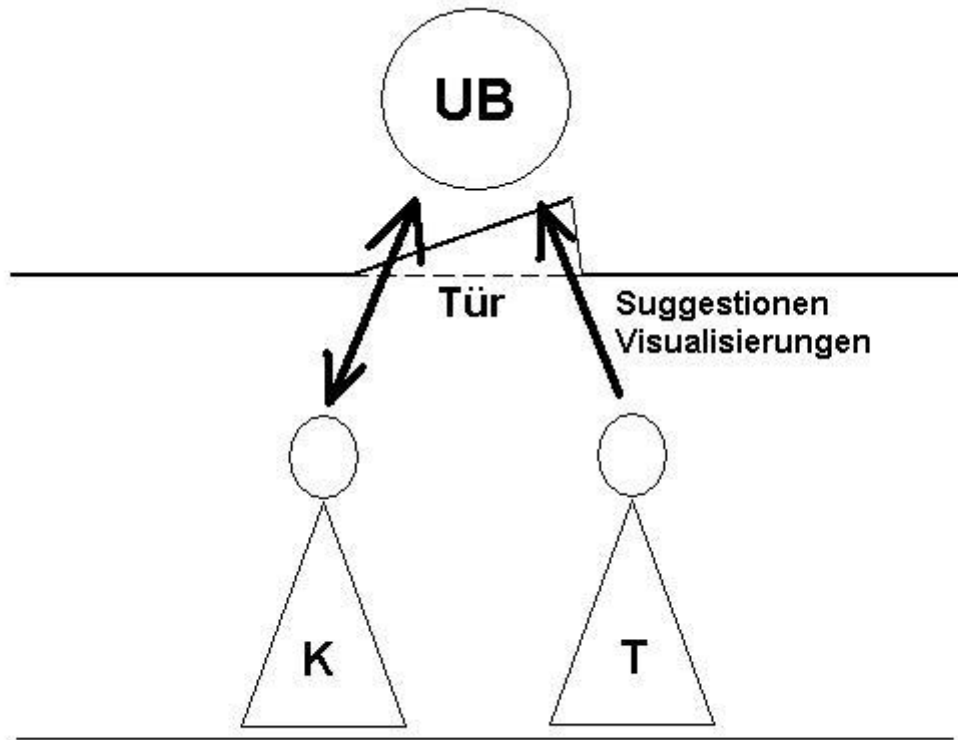
Dieses „Unbewusste“ ist (angeblich) allwissend, allmächtig, weise, edel, hilfreich und gut. Es weiß alles (besser), es ist (angeblich) ein unbegrenzter Wissensspeicher; es weiß Dinge, die wir (angeblich) vergessen und/oder verdrängt haben; es ist all-

mächtig, es kann uns helfen und (bei Krankheit) heilen; es kann uns Rat und Orientierung geben. Das UB ist (angeblich) eine unbegrenzte Ressource, die wir im Zustand der Trance nutzen können. Kurz, das Verständnis vom UB ist völlig anders als von der Psychologie verbreitet und gemeinhin verstanden im Sinne eines unbewussten oder unbekanntem Teils der menschlichen Seele. Insofern weigern wir uns vom Unbewussten oder Unterbewusstsein zu sprechen, besser noch sollte man die personale Instanz „Mister X“ oder „Mister Unbekannt“ nennen.

Das UB („Mister X“) hat eine eigene Persönlichkeit, einen besonderen Charakter, und es hat eigene Absichten und Pläne für uns, die wir erfüllen müssen, andernfalls ist es böse und schadet uns. Mit dem UB können und sollen wir Kontakt aufnehmen, kommunizieren und kooperieren. Das geschieht einzig und allein im Zustand der Trance, der durch diverse Trancetechniken eingeleitet werden kann (vgl. III.).

Das Grundmodell und Grundkonzept der Hypnose besteht aus drei Personen: zwei natürlichen und einer übernatürlichen, dem Klienten, dem Therapeuten und dem UB. Klient oder Therapeut erteilen dem UB Aufträge (mit Hilfe von Suggestionen und Visualisierungen), die das UB ausführt, indem es auf den Klienten bzw. auf ausgewählte Teilbereiche des Klienten einwirkt.

Die Grundsituation der Hypnose ist eine Dreierbeziehung zwischen Klient (Hilfsbedürftigem), Therapeut und UB. Die entscheidende Person ist das unsichtbare UB, das mit Hilfe der Hypnose kontaktiert und um Rat und um Hilfe gebeten werden soll. Es ist der „Dritte im Bunde“ (vgl. Gerl, S. 72 ff, 117 f). Das entspricht dem christlich-biblischem Konzept von der Beziehung zwischen Gläubigem, Pastor und Gott. Der Pastor zeigt dem Gläubigen, wie er mit Gott Kontakt aufnehmen und von ihm Hilfe bekommen und zu ihm beten kann, wenn menschliche Mittel versagen. Am Anfang wird er für den Gläubigen beten. In der Hypnosesituation zeigt der Therapeut, wie man zum UB Kontakt aufnehmen kann (mit Hilfe diverser Trancetechniken, vgl. unten), wie man das UB um Hilfe bittet (mit Hilfe von Suggestionen und/oder Visualisierungen) und wie man die Mitteilungen und Botschaften des UB empfangen kann (mit Hilfe innerer Stimmen, innerer Bilder u. v. m.). Im Prinzip ist der Pastor entbehrlich, genau wie der Therapeut in der Hypnose. Wenn man weiß, wie es geht, ist der Pastor genauso entbehrlich wie der Therapeut. Man kann sich *selbst* an Gott bzw. an das UB wenden. Das kann man beim Pastor bzw. beim Therapeuten oder halt aus Büchern lernen. Es ist zunächst ganz gleich, wer sich an Gott bzw. an das UB wendet und um Hilfe bittet. Ich kann für mich beten, aber auch der Pastor oder ein anderer Dritter; die Suggestionen können vom Therapeuten, vom Tonband, aber auch von mir gesprochen werden. Insofern gibt es keinen Unterschied zwischen Fremd- und Selbsthypnose. Dem UB ist es offensichtlich egal, wer die Suggestionen (aus)spricht, Gott nicht; er erwartet, dass wir früher oder später selbst für uns Verantwortung übernehmen und selbst ins Gebet gehen, wobei die Fürbitte Dritter zum christlichen Glauben gehört.



Suggestionen und Visualisierungen – Mittel und Medien der Kommunikation mit dem UB

a) Mit dem UB können wir wechselseitig kommunizieren. Wir können das UB ansprechen, um Rat und um Hilfe bitten; wir können es „programmieren“, angeblich tut es alles, was wir ihm auftragen. Mittel und Medien der Kommunikation sind verbale Formeln oder Suggestionen und innere Bilder oder Visualisierungen. Letzteres sind Bilder, die wir bei geschlossenen Augen vor dem inneren Auge wie auf einem Bildschirm sehen können. Verbale Formeln und innere Bilder, Suggestionen und Visualisierungen sind die „Sprache des UB“, sie wenden sich an das UB und *nicht* an „Tiefenbereiche“ der menschlichen Seele. Hypnose ist ein „Dialog mit dem Unbewussten“ (Eberwein/Schütz, Untertitel). „Hypnotische Suggestionen wenden sich an das Unbewusste“ (vgl. Sheehan, S. 36). „In Selbsthypnose richten Sie Ihre Suggestionen an Ihr Unbewusstes“ (Alman/Lambrou, S. 78), das auf diese Fragen sinnvoll antworten kann. Das UB kann man befragen und um Hilfe bitten (vgl. LeCron, S. 125). Kurz, im Zustand der Trance kommuniziert der Hypnotisierte mit einer personalen Wesenheit aus einer anderen Welt oder Wirklichkeit.

Eberwein/Schütz sprechen deutlicher von einer Begegnung und Kommunikation mit Geistern (vgl., S. 18, 23, 32, 33) bzw. von einem Dialog mit dem „Teufel“, mit einem „Teufelchen“, mit einem „rotfelligen Teufel mit Dreizack“, mit einer „bösen Gestalt“, mit dem „konzentrierten Bösen“ (vgl., S. 99, 159, 166, 167, 169, 173), mit einem „grünen, schuppigen Drachen mit großen, bösen Augen“, mit einer „dicken, fetten, ekligen Ratte“, mit einem „Dschinn“ (vgl. S. 177), das ist ein böser Geist. Was haben die Autoren nur für Ideen und Fantasien, was für einen seltsamen Umgang haben sie?

Rein analytisch ist zwischen tranceeinleitenden, therapeutischen und posthypnotischen Suggestionen zu unterscheiden. Die ersten führen in den Zustand der Trance, die zweiten sagen dem UB, was Sinn und Zweck der Hypnose ist (Heilung, Orientierung usw.), letztere steuern das Verhalten nach Auflösung der Trance.

b) Auf der anderen Seite kann auch das UB mit uns „sprechen“: mit Hilfe „innerer Stimmen“, mit Hilfe „innerer Bilder“, die wir vor dem inneren oder geistigen Auge wahrnehmen, mit Hilfe ideomotorischer Fingerbewegungen (ausgewählte Finger antworten im Zustand der Trance auf Fragen mit Ja/Nein-Charakter) sowie mit Hilfe des Pendels und/oder mit Hilfe der Wünschelrute, die mittels vereinbarter Bewegungen auf Fragen antworten.

c) Einflussbereiche: Das UB kann uns bzw. Teilbereiche von uns beeinflussen und manipulieren: Die Gedanken, die moralische Orientierung, die Sinne, die Wahrnehmung, die Hände, die Finger, den Arm, die Muskulatur, die Gefühle; es kann auf unser Gedächtnis einwirken; es kann uns Dinge vergessen oder „erinnern“ lassen und/oder die Gedächtnisleistung steigern, es kann uns schmerzunempfindlich machen und künstlich Schmerz erzeugen. Das UB kann uns Wissen vermitteln und als Wissensspeicher oder Super-Computer dienen. Das UB kann uns blind und taub machen, es kann uns Sinneswahrnehmungen oder „Halluzinationen“ vorgaukeln. Das UB kann uns Dinge sehen lassen, die nicht da sind, und Dinge, die da sind, nicht sehen lassen; es kann uns innere Stimmen hören lassen und innere Bilder schicken (vgl. Eberwein/Schütz, S. 168); es kann auf Werkzeuge und Gegenstände (Pendel, Wünschelrute) einwirken. Es kann unser Verhalten steuern und unsere Persönlichkeit verwandeln.

Das UB kann unsere Leistungen (Lernen, Sport) steigern. Das UB kann uns ungewöhnliche Fähigkeiten und Kräfte zur Verfügung stellen, das UB kann uns einen Strom von Worten, Bildern und Symbolen liefern. Das UB kann uns angeblich bei körperlichen und seelischen Beschwerden helfen und unter Umständen heilen, sogar bei Krebs. Das UB kann unser Verhalten, unsere Gewohnheiten und unsere Gefühle oder Emotionen beeinflussen und ändern, von Suchten und Ängsten befreien. Es ist wichtig, noch einmal zu betonen, dass die inneren Bilder, die im Zustand der Trance vor dem inneren Auge erscheinen, einen Sender und eine Quelle haben müssen. Sie werden uns vom UB geschickt. Mit anderen Worten: Im Zustand der Trance haben wir Verbindung mit einer Art Fernsehanstalt, die uns Bilder oder Filme sendet. Oder anders: Wenn wir innere Bilder vor dem geistigen Auge sehen, sollten wir uns immer fragen, aus welcher Quelle diese Bilder stammen, wer der Sender dieser Bilder ist? In der Bibel finden wir zahlreiche Stellen, die uns sagen, dass Gott der Sender visueller Mitteilungen und Botschaften ist. Im Falle der Hildegard von Bingen hatte sich die Kirche vor ca. 1000 Jahren noch gefragt, ob ihre Visionen von Gott oder vom Teufel kommen. Heute fragt niemand mehr nach dem Ursprung der „inneren Bilder“.

d) Nach *christlich-biblischer Auffassung* gibt es im Prinzip nur zwei konträre Quellen oder Sender innerer Bilder und Visionen: Gott oder das Reich der Finsternis. Da Gott mit dem Abschluss der Bibel seine „Sendetätigkeit“ eingestellt hat, bleibt nur noch die andere spirituelle Quelle übrig, es sei denn, die Bilder würden aus den „Tiefen der Seele“ kommen, was die Hypnoseliteratur zurückweist. Eine sorgfältige Durchsicht der Hypnoseliteratur legt die Vermutung nahe, dass die Bilder oder Filme vom UB inszeniert und gesendet werden. Hier gibt es die beliebten Standardfilme: Du wurdest in der frühen Kindheit misshandelt und missbraucht, die Geburt war ein Trauma, die

Zeit im Mutterbauch eine Qual, das frühere Leben endete tragisch, so z. B. durch eine Verbrennung als Hexe auf dem Scheiterhaufen. Es soll Menschen geben, die das glauben.

e) Im Zustand der Trance können wir angeblich existierende „innere Ressourcen“ mobilisieren, aktivieren und nutzen; im Zustand der Trance können wir offensichtlich unseren Körper verlassen und außerkörperliche Seelenreisen unternehmen und außerkörperliche Erfahrungen (AKE) machen. Das UB kann uns zu Reisen in Raum und Zeit führen: in die frühe Kindheit, in die Phase der Schwangerschaft oder gar in (angeblich existierende) frühere Leben. Wir können und sollen das UB ansprechen, fragen und bitten; wir müssen das UB höflich und respektvoll behandeln, dem UB gehorchen; für Rat und Hilfe müssen wir dankbar sein und uns beim UB bedanken. Das UB kann uns (angeblich) Hinweise auf die Ursachen und Therapien einer Krankheit geben.

f) Das UB ist (angeblich) ein willenloser Sklave oder Diener, der unsere Wünsche erfüllt. „Wenn Sie mit dem Daumen und Zeigerfinger eine O formen, dann wird der Teil ... kommen und Ihnen zu Diensten sein.“ (Eberwein /Schütz, S.187) In Wahrheit verhält es sich umgekehrt: Wir sollen „annehmen“, was das UB von uns fordert, „ohne zu bewerten, zu deuten oder zu hinterfragen.“ (Eberwein/Schütz, S. 159) Das UB ist offensichtlich von eingeschränkter Intelligenz; es reagiert nur auf kurze, positive und tausendmal wiederholte Sätze (Suggestionen), die es buchstäblich, ohne kritische Reflexion, befolgt, bis die Suggestion aufgehoben wird (Posthypnose).

III. Grundtechniken

a) *Trancetechniken*

Eine Durchsicht der einschlägigen Literatur macht deutlich: Es gibt viele Dutzend oder gar Hunderte von Techniken, die in einen *Zustand der Trance* führen können. Gleichwohl gibt es einige *wenige Grundprinzipien*, die diesen Techniken zugrunde liegen. Dazu gehören besondere Rituale, ein besonderer Ort, besondere Zeiten, besondere Körperhaltungen, die Abschaltung der Sinneswahrnehmung der Außenwelt und die Hinwendung zur Innenwelt, besondere Atemtechniken, die Entspannung von Körper, Geist, Seele und Muskulatur, die mentale Konzentration (Sammlung, Fokussierung, Einengung) auf einen „Punkt“, die Visualisierung innerer Bilder, Stille, Ruhe und/oder Leere des Geistes, das Abschalten des Willens, des Bewusstseins und des rational-analytischen Verstandes, das Abschalten des Denkens, Nachdenkens, Unterscheidens, Beurteilens, Bewertens und Kritisierens in Form der freien Assoziation (Psychoanalyse, Mind Mapping) und mentalen Konfusion (Verwirrung).

Das typische Hypnose-Setting umfasst folgende Anweisungen, von denen in der Regel nur einige wenige ausgewählt werden:

- einen ruhigen Raum aufsuchen, alle Störungen ausschalten
- leise Musik einspielen
- das Licht dämpfen
- eine Kerze und/oder eine Duftlampe entzünden
- eine bequeme Körperhaltung einnehmen, sich entspannen
- diverse Muskelgruppen wechselweise anspannen und entspannen

- in besonderer Weise atmen (tief einatmen usw.)
- die Augen schließen, die Sinneswahrnehmung (der Außenwelt) abschalten und „nach innen“ lenken (sensorische Deprivation)
- den Geist zur Ruhe bringen, alles loslassen, alles vergessen, alle Gedanken abschalten/ziehen lassen
- den Verstand, das rational-analytische Denken und Nachdenken, Unterscheiden, Bewerten und Kritisieren ausschalten, so z. B. durch die Technik der „Freien Assoziation“ (beim Mind Mapping, Brainstorming, Blitzlicht usw.) sowie durch die Techniken der Verwirrung (unlogische Sprache, Synästhesien, Geschichten in Geschichten u. v. m)
- die volle Aufmerksamkeit auf einen besonderen „Punkt“ (Stimme, Atem, Körperteile, Gedanken, Mantra, Energien usw.) richten, die völlige/totale Konzentration des Geistes („Versedung“)
- sich im Geiste etwas bildhaft vorstellen (Wärme, Schwere, eine Reise an einen anderen Ort, in eine andere Zeit), sich an etwas Schönes erinnern, im Inneren etwas mit allen fünf Sinnen wahrnehmen/erleben, etwas hören, sehen, fühlen, riechen, schmecken, was in Wirklichkeit nicht vorhanden ist
- sich vorstellen, etwas anderes zu sein, als man in Wirklichkeit ist (z. B. „ein Baum“)
- die Augen leicht nach oben-innen stellen (Nasenwurzel, Nasenspitze, Drittes Auge), im Kreise rollen, in die Ferne oder nach außen schauen (peripheres Sehen),
- ein Mantra (OM), einen Vokal, eine Suggestion vor sich hin summen oder murmeln
- einen Text (Märchen) anhören, in den tranceauslösende Codewörter eingebaut sind („du bist ganz entspannt und gelöst“)
- zu einem Wesen Kontakt aufnehmen, dieses ansprechen, fragen, bitten usw.

Vergleiche hierzu ausführlich und mit Beispielen aus der Hypnoseliteratur Franzke, R.: Vorsicht! Hypnose. Hannover 2003.

Wichtig ist die Einsicht, dass Phänomene, die im Zustand der Trance erlebt werden, zur Einleitung einer Trance genutzt werden können. Erlebt man Schwere oder Wärme, dann suggeriert man Schwere und Wärme (wie beim Autogenen Training), macht man die berühmte „Einheitserfahrung“, dann soll man sich vorstellen, „ein Baum“ zu sein bzw. mit einem Baum eins zu sein; beginnt man frei zu assoziieren, dann fordert man zur freien Assoziation auf (wie beim Brainstorming und Mind Mapping).

Hypnotische Praktiken, die *im Schulunterricht* Anwendung finden, sind vor allem

- diverse Entspannungs- und Atemtechniken, das Autogene Training und die Progressive Muskelentspannung (vgl. Eberwein/Schütz, S. 125, 126, 131, Chertok, S. 200)
- Fantasiereisen (vgl., Eberwein/Schütz, a. a. O., S. 113), diverse Visualisierungsübungen (KIM-Spiele u. v. m.)
- Meditation und Yoga (vgl., S. 125) sowie mentale Konzentrations- und Achtsamkeitsübungen
- das Arbeiten und Lernen mit den fünf Sinnen (vgl., S. 126 ff), die VAK- und die VAKOG-Methode (vgl. S. 126 ff, 133 ff, die Abkürzungen stehen für die drei oder fünf Sinne des Menschen)

- das Lerntypenkonzept, auf (auditive, visuellem haptische) „Lerntypen“ achten (vgl., S. 147 ff)
- das Arbeiten mit Düften (vgl., S. 125; die „Duft Schule“)
- das Brainstorming und Blitzlicht (vgl., S. 175)
- yogische Augentechniken (in Kinesiologie und BrainGym; vgl. Tepperwein, S. 110)
- der Vertrauensfall (vgl., Tepperwein, S. 70), sich nach hinten fallen lassen
- die Flüstermethode (vgl., Tepperwein, S. 148), immer leiser sprechen
- diverse Massagen (vgl., Fricker/Butler, S. 70).

Und die schlimmste Praktik von allen, ist die *Suggestopädie*, die nach dem Willen des Hessischen Kultusministeriums in allen Regelschulen eingesetzt werden soll (vgl. auch DGSL-Magzin, 3/08, S. 28 ff). Suggestopädisches Lehren und Lernen arbeitet gezielt mit Hypnose und Trancezuständen, was den Eltern und Schülern verschwiegen wird (vgl. Franzke, R.: New-Age-Pädagogik; Franzke, R.: „Baustein Suggestopädie“ unter www.didaktikreport.de).

Mit anderen Worten: Die im Schulunterricht üblich gewordenen Entspannungsverfahren, Visualisierungsübungen und Fantasiereisen dienen *nicht* der Entspannung sowie der Förderung der Vorstellungskraft:

„Entspannungs- und Visualisierungsübungen sind Hypnosetechniken ...“ (Fricker/Butler, S. 46).

„*Entspannung*“ ist eine spezielle *Technik der Hypnoseinduktion* (vgl. Chertok, S. 202); das gilt vor allem für die bekannten Entspannungsverfahren (nach Schultz und Jakobson), *nicht* für die klassischen „Hausmittel“: Wandern, Duschen usw. Offensichtlich haben sich die Autoren weltweit geeinigt, das Wort Hypnose oder Trance in der Entspannungsliteratur strikt zu vermeiden. Eine Ausnahme ist Dr. Klaus Thomas, der im Untertitel seines Buches zum Autogenen Training deutlich macht, dass das Autogene Training nach Schultz eine *Technik der Selbsthypnose* ist (Praxis des Autogenen Trainings. Selbsthypnose nach I. H. Schultz. Stuttgart 2006).

Das Gleiche gilt für die beliebten *Visualisierungsübungen und Fantasiereisen*. Auch hier findet sich nur selten der Hinweis, dass es sich um spezielle Techniken der Hypnoseinduktion handelt. Das zeigt ebenfalls meist nur ein Blick in die Hypnoseliteratur. Allerdings gibt es Ausnahmen (vgl. hierzu Franzke, R: Stilleübungen und Fantasiereisen. Hannover 2008).

Letztlich sind auch *Meditation und Yoga* sowie Qi Gong und Tai Chi Praktiken, die nach einiger Übung in einen Zustand der Trance führen (sollen), obwohl auch hier die Wahrheit verheimlicht wird. Gleichwohl sind die Grundtechniken der genannten fernöstlichen Praktiken weitgehend identisch mit den Grundtechniken der Hypnose (vgl. Franzke, R.: Meditation und Yoga. Hannover 2003). In amerikanischen Lehrbüchern der Psychologie werden Hypnose, Meditation und Drogen stets gleichgestellt. Sie haben bewusstseinsverändernden bzw. tranceinduzierenden Charakter (vgl. Feldman, R. S.: Understanding Psychology. McGraw-Hill 1996; Lahey, B.B.: Psychology. US 1983). Das bedeutet, dass Hypnose und Meditation in einen Zustand der Trance führen, genau wie Drogen und somit die gleichen Erfahrungen generieren (so z. B. Horrortrips und Begegnungen mit Horrorwesen). Das bestätigen die Drogenliteratur, die Meditationsliteratur (vgl. Maharaj: Der Tod eines Guru. Bern-

eck 1978, Franzke, R.: Meditation und Yoga. Hannover 2003) sowie die Warnungen in der Hypnoseliteratur (zusammenfassend Franzke, R.: Vorsicht! Hypnose. Hannover 2002, S. 53 ff).

b) Operative Praktiken

Eine Durchsicht der einschlägigen Literatur macht deutlich, dass Hypnose verschiedene Funktionen hat.

Spirituelle Transkommunikation

Hypnose ist eine Praktik der spirituellen Transkommunikation. In Trance kann man offensichtlich mit dem UB kommunizieren, man kann es fragen und man bekommt sinnvolle Antworten: mittels innerer Stimmen, innerer Bilder, bildhafter Symbole, ideomotorischer Fingerbewegungen, Bewegungen des Pendels und der Wünschelrute, Versteifungen des Arms (beim kinesiologicalischen Muskeltest) sowie mit Hilfe des automatischen Schreibens und Zeichnens (so z. B. beim Mind Mapping). Ist man in Trance, ergießt sich ein Strom von Worten, Bildern und Symbolen (vgl. Alman/Lambrou, S. 80), die man unter Umständen nicht mehr beherrschen, kontrollieren oder gar stoppen kann. In früheren Zeiten war den Beteiligten klar, dass sie mit Göttern, Geistern oder Dämonen kommunizierten und kooperierten (vgl. unter anderem Eberwein, S. 13 ff) und dass diese Verbindung sehr gefährlich war.

Mediale Konsultation

Hypnose ist eine Praktik der medialen Konsultation. In Trance kann man offensichtlich den Wissensspeicher des UB anzapfen. Man kann unbekanntes, angeblich verdrängtes, Wissen erhalten, man kann Wissen bekommen ohne langwieriges Studium von Büchern. Man kann sich an Dinge erinnern, an die sich das Bewusstsein nicht erinnern kann. Hierzu arbeitet das UB mit inneren Stimmen und/oder inneren Bildern und Symbolen. Das heißt, die Mitteilungen und Botschaften erscheinen als Bild und/oder Film vor dem inneren oder geistigen Auge wie auf einem Bildschirm. Hier ist Vorsicht geboten: Die Bilder können wahr oder falsch sein. Sie können den Fundort verlorener Gegenstände aufzeigen, und sie können Frauen glauben machen, sie wären das Opfer sexuellen Missbrauchs in der frühen Kindheit. Das UB kann offensichtlich jeden beliebigen Film inszenieren und auf den inneren Bildschirm projizieren. Zu den Techniken der medialen Konsultation gehören außerdem die Befragungen des Pendels und der Finger sowie das automatische Schreiben, bei dem die Hand von einer fremden Kraft gesteuert wird und sinnvolle Texte schreibt, die dem Klienten fremd erscheinen (vgl. Tepperwein, S. 204 f). Auch die bei diesen Praktiken vermittelten Mitteilungen und Botschaften können falsch sein.

In diesem Zusammenhang ist auf ein Missverständnis hinzuweisen. Die Informationen, Inspirationen und „Erinnerungen“ kommen *nicht* aus den „Tiefen der Seele“, sondern aus transzendenten oder transpersonalen Quellen. Die Esoterik spricht von der „Akasha-Chronik“, in der alles Wissen dieser Welt gespeichert ist. Gott weiß alles, die „Akasha-Chronik“ weiß alles. Im Zustand der Trance ist der Hypnotisierte ein *Medium*, das Informationen aus einer anderen Welt oder Wirklichkeit empfängt. Hier wird nicht „Unbewusstes“ (Vergessenes und/oder Verdrängtes) mit Hilfe der Hypnose (oder Psychoanalyse) „bewusst gemacht“ bzw. ins Bewusstsein geholt, hier wird eine

personale Wesenheit ins Spiel gebracht, die uns x-beliebige Bilder und Filme schicken kann. Hypnose dient *nicht* der „Bewusstmachung des Unbewussten“, sie öffnet die Tür für das Wirken geistiger Mächte und Kräfte, die uns täuschen können und wollen. Im christlich-biblischem Kontext spricht man vom Wirken böser Geister und Dämonen. Dass den bildhaften Visualisierungen und Visionen nicht immer zu trauen ist, hat die Hypnoseliteratur akzeptiert. Inzwischen gibt es den Begriff der Pseudoreinnerungen und des „False-Memory-Syndroms“.

Magische Manipulation

Hypnose ist eine magische Praktik. In Trance kann man offensichtlich auf sich und seine Gesundheit, sein Verhalten und seine Gewohnheiten Einfluss nehmen, einzig und allein mit der Kraft und Macht der Gedanken, Worte und/oder inneren Bilder. Was wir uns im Geiste bildhaft vorstellen, wird (angeblich) Wirklichkeit. Das ist Magie, das ist magisches Denken. Nur bei den Lottogewinnen funktioniert es leider nicht! Dieses Gesetz der Hypnose ist zugleich der Leitspruch der Hexen und Magier. Der magische Charakter der Hypnose wird besonders deutlich bei den bekannten Entspannungstechniken, der „Swish-Technik“ und bei der Simonton-Krebsbehandlung. Beim Autogenen Training und bei der Progressiven Muskelentspannung soll man auf seinen Zustand und seine Krankheit mit Hilfe von Vorstellungsbildern (oder Visualisierungen) und/oder mit Hilfe suggestiver Formeln Einfluss nehmen.

Bei der „*Swish-Technik*“ soll man zuerst den alten und dann den erwünschten Zustand visualisieren. Mit einem kurzen „Swish“ wird der erwünschte Zustand herbeigezaubert (vgl. Sheehan, E.: *Selbsthypnose*. Paderborn 1996, S. 78 ff; Revenstorf/Zeyer, S. 107 ff, 115).

Beim *Simonton-Programm* soll man den Kampf der „Killer-Zellen“ gegen die Krebszellen visualisieren. Außerdem sollen die Kranken einen „inneren Ratgeber“ oder „inneren Arzt“ herbeirufen und diesen um Rat und um Hilfe bitten. Nach dem Willen der deutschen Medizin sollen die Krebs-Patienten Kontakt zu diesem Geistwesen aufnehmen und sich von diesem Geistwesen sowohl über die Ursachen als auch über die Therapiemöglichkeiten beraten lassen.

Aber es kommt noch schlimmer: Wenn das UB böse und bedrohlich wird, sollen sich die Hypnotisierten mit „magischen Hilfsmitteln“ schützen und wehren (vgl. Ebelein/Schütz, S. 169; vgl. auch Dr. Thomas, S. 172 - 182). Es ist einfach nicht zu fassen!

Auch hier sind Erläuterungen nötig. Es ist *nicht* die Macht oder Kraft der Gedanken, Worte und/oder inneren Bilder, die direkt auf die Wirklichkeit einwirken; die Gedanken, Worte und Bilder sind *Aufträge an das UB*, das offensichtlich auf die Wirklichkeit, auf uns, unsere Mitmenschen, auf die Gesundheit sowie auf Gegenstände und Werkzeuge einwirken kann. Mit anderen Worten: Hypnose ist nichts anderes als Magie. Wie bei den Magiern, Hexen und Schamanen werden die Kräfte geistiger Mächte (oder Geister) zur Heilung und Therapie genutzt. Im Zustand der Trance sind die Hypnotisierten *Hexenmeister oder Magier*, die die Geister anrufen und um Hilfe bitten. Wie eine Durchsicht der Hexenliteratur zeigt, sind die Grundlogik und die Grundtechniken der Hypnose und der Magie oder Hexenkunst weitgehend identisch: Zunächst geht man in einen Zustand der Trance, dann werden die Götter, Geister oder Dämonen herbei gerufen und um Schutz und um Hilfe gebeten (vgl. Franzke,

R.: Magie. Lage 2008). Dass das funktioniert, zeigen nicht nur Berichte aus der Dritten Welt, das zeigt auch das Beispiel des schwer krebserkrankten Radfahrers Lance Armstrong, der seine Seele dem Teufel (dem „Krebs“) verkauft hatte und daraufhin eine Blitzheilung und sieben Toursiege in Folge erleben durfte.

Astralprojektion

Hypnose ist eine Praktik der Astralprojektion, Hypnoseexperten sprechen verharmlosend und verschleiern von „Dissoziation“. In Trance kann man offensichtlich seinen Körper verlassen und außerkörperliche Seelenreisen an andere (reale oder virtuelle) Orte und in andere Zeiten (frühe Kindheit, Geburt, Schwangerschaft, frühere Leben) unternehmen (Eberwein/Schütz, S. 24, 26, 188 ff, 221, 233 ff, 238; Franzen/Müller, S. 145, 149; LeCron, S. 176, Chertok, S. 186 f; Eberwein, 16 f, 52, 54 f, 67, 71, 79 f, 87, 144). Unter Umständen sieht man sich selbst von außen, von oben, in der Luft schweben, an einem anderen Ort, in einer anderen Zeit oder (Geister-)Welt. Gerl legt nahe, dass *jede* Hypnose mit einer außerkörperlichen Erfahrung einhergeht (vgl. Gerl, S. 75, 124, 129). Die berühmte Rückkehrprozedur ist nichts anderes als die Rückkehr in den Körper (vgl., a. a. O, S. 124). Wird diese ausgelassen oder mangelhaft durchgeführt, kann es zu ernsthaften (unter Umständen zu tödlichen) „Unfällen“ kommen.

Paranormale/übernatürliche Phänomene

Hypnose ist eine paranormale Praktik. Im Zustand der Trance lassen sich eine Fülle paranormaler Phänomene herbeiführen: Hellsehen, Taubheit, Blindheit, Super-Gedächtnis, Schmerzunempfindlichkeit (Zahnarzt, OP, Feuerlauf) u. v. m. Im Zustand der Trance kann man unter Umständen hervorragend (wie ein Künstler) „automatisch“ schreiben, malen, zeichnen, singen, operieren, komponieren, ein Instrument spielen, fremde Sprachen sprechen, ohne gelernt zu haben.

Inkorporation und Persönlichkeits-Transformation

Im Zustand der Trance können die angerufenen Mächte die Kontrolle über den Hypnotisierten übernehmen und Persönlichkeitsveränderungen herbeiführen. Im Zustand der Trance kann der Klient ein Baby, ein Tier, eine Person (Onkel Hans) oder eine berühmte Persönlichkeit spielen („Napoleon“), die er unter Umständen noch nicht einmal kennt. Im Rahmen der Familienaufstellung nach Hellinger dient diese Technik der Wahrsagerei; sie liefert Informationen, die die Beteiligten nicht wissen konnten. Darüber hinaus können Hypnosen den Sexualtrieb stimulieren (!) und Menschen glauben lassen, sie lebten in einem „falschen Körper“. Wie Eberwein/Schütz mitteilen, bekommt man einen geistigen Führer (!) an die Seite gestellt, der uns lebenslang führen und leiten will: „Wenn Sie einige dieser Übungen sorgfältig ausprobiert haben, dann wissen Sie nun, daß ein Teil ein wertvoller Ratgeber sein kann. Sie haben Ihren inneren Meister also immer bei sich.“ (S. 186).

Umgekehrt können Rollenspiele wie z. B. die Imitation einer anderen Person, eines Tiers oder eines Gegenstandes (Kobra, Pflug, Baum, Statue) Trancezustände einleiten (Imitations- und Identifikationstechniken).

IV. Sichtweisen

In der Hypnoseliteratur werden stets zwei konträre Sichtweisen unterschieden: die spirituelle und die psychologische. Die spirituelle Sichtweise postuliert das Wirken von Göttern, Geistern und Dämonen, die psychologische Sichtweise schreibt die beschriebenen Wirkungen dem „Unbewussten“ zu. Erstere gilt als unwissenschaftlich und überholt, letztere gilt als wissenschaftlich. „In der spirituellen Sichtweise nimmt der Hypnotisierte in Trance Kontakt zu einer immateriellen Welt der Geister auf und kann teilweise von ihnen kontrolliert werden.“ (vgl. Eberwein/Schütz, S. 13). In Trance kann man „Begegnungen mit Geistern“ haben (S. 18), „in die Geisterwelt eintauchen“, „mit transzendenten Welten“ in Verbindung treten (S. 22 f), in die Transzendenz eintreten (S. 23), mit Gott, mit der Geisterwelt (S. 32), mit dem Irrationalen, mit den Geistern (S. 33) kommunizieren.

Wie die obigen Ausführungen zeigen hat das UB die gleichen Qualitäten wie die Götter, Geister und Dämonen. Insofern sind beide Begriffe identisch und austauschbar. In Wahrheit hat das UB personale und quasigöttliche Eigenschaften wie die Götter und Gottheiten, Geister und Dämonen des Altertums. Mit dem neuen Etikett wollen uns die Wissenschaften glauben machen, es gebe keine übernatürlichen Welten und Mächte, die übernatürlichen Kräfte lägen angeblich *in uns*, in unserem Inneren. Das ist das Grundkonzept der fernöstlichen Religionen, insbesondere des Hinduismus. In Wahrheit hat das UB ähnliche Qualitäten wie der Gott der Bibel, in Wahrheit ist Hypnose ein *quasireligiöses Konzept*, das die Klienten (oder Schüler) dazu anstiftet, mit einer unsichtbaren Gottheit Kontakt aufzunehmen und sich von ihr beraten, helfen, heilen, führen und verführen zu lassen. Dieser Gottheit ist es offensichtlich egal wie man sie nennt: UB, Teil, Teilpersönlichkeit oder gar Teufel. In Wahrheit ist Hypnose eine *spirituelle Praktik*, die uns mit spirituellen Welten und Mächten in Kontakt bringt kann und soll (vgl. Eberwein und Schütz).

Aus *christlich-biblischer Sicht* ist Hypnose eine okkulte Praktik, die die Tür zum Reich und zu den Mächten der Finsternis öffnen kann. Überraschend ist die Tatsache, dass die Hypnoseliteratur die biblische Sicht vollkommen bestätigt. Immer wieder neigt das UB dazu, sich als Teufel zu outen und als Teufelsfratze zu erscheinen, immer wieder will es die Klienten führen, unterwerfen und versklaven, immer wieder droht es, den Klienten Schaden zuzufügen, wenn sie nicht gehorsam sind (vgl. Eberwein /Schütz, S. 182 ff).

V. Beurteilung und Kritik

a) Eine Durchsicht der einschlägigen Hypnoseliteratur macht deutlich: Entspannungs- und Atemtechniken, Fantasiereisen und Visualisierungsübungen, Meditation und Yoga, Achtsamkeits- und Konzentrationsübungen sind in Wahrheit *Hypnose-techniken*. Hypnososen führen in einen Zustand der TRANCE, der die Tür zu unsichtbaren Welten und Mächten öffnen kann. Nach Auffassung der Hypnoseliteratur kann es im Zustand der Trance zu Begegnungen mit Horrorwesen (Teufelsfratzen, Teufeln usw.) und zu außerkörperlichen Erfahrungen kommen. Diese Wesen werden meist als schrecklich, böse, bedrohlich und destruktiv beschrieben (vgl. Eberwein/Schütz, S. 168, 173; vgl. oben).

b) Darüber hinaus umfasst die Logik der Hypnose *magische und mediale Praktiken*, bei denen die Betroffenen Wissen, Rat und Hilfe von unsichtbaren Wesenheiten, verharmlosend „Unbewusstes“ oder „Teilpersönlichkeit“ genannt, erhalten können. Mit anderen Worten: Im Zustand der Trance werden die Schüler unter Umständen mit Gewalt aus ihrem Körper gezogen und mit Schrecken erregenden Gestalten konfrontiert. Das ist ein Verbrechen an unseren Kindern, die sich gegen diese Praktiken nicht wehren können.

c) Hypnosen verstoßen gegen das *Hypnoseverbot*. Lehrer, die ihre Schüler hypnotisieren, begehen eine Straftat nach § 240 StGB. Lehrer dürfen die Schüler nicht hypnotisieren. In einem Schreiben des Bayerischen Staatsministeriums der Justiz vom 26.10. 2002 heißt es, dass „eine Hypnose ohne ausdrückliche Zustimmung des Betroffenen grundsätzlich nicht zulässig ist.“ Das heißt, dass die Schulbehörden strafbare Handlungen der Lehrer dulden oder gar zu strafbaren Handlungen anstiften, wenn und soweit die neuen Unterrichtsprogramme (Bewegte Schule, Sinnes-schulungen, Sucht- und Gewaltpräventionsprogramme, Anti-Aggressions-Trainings u. v. m.) Hypnosepraktiken umfassen. Doch Hypnosen sind nicht nur eine Form der unzulässigen Nötigung, sie sind auch eine Form der Körperverletzung.

d) Hypnosen können körperlich und seelisch *krank* machen; sie können den Geist verwirren, in die Depression, in die Psychiatrie oder gar in den Selbstmord führen. Die Gefährlichkeit von Hypnosen zeigen allein schon die Sicherheitsvorkehrungen (ruhiger Raum, keine Störung) und die deutlichen Hinweise auf eine sorgfältige Rückholprozedur, die in Wahrheit die Rückkehr in den Körper (!) sicherstellen muss (vgl. Gerl, S. 124, 126, 129). Sollten die Schüler bzw. ihre Seele oder ihr Astralkörper, nur unvollkommen in den Körper zurückkehren, kann es zu schlimmen Folgeproblemen kommen.

Darüber hinaus geben die Autoren deutliche Hinweise auf die Gefährlichkeit der Hypnose. Sheehan erwähnt Vorsichtsmaßnahmen bei Epilepsie und beim Autofahren nach der Hypnose (vgl., S. 56). Bongartz/Bongartz verweisen auf den angeblich einzigen Todesfall der Salamon, auf Störungen und Verwirrungszuständen nach der Hypnose, sowie auf die „Gefährdung der Hypnotisierten“ bei Laienhypnotisierenden (vgl. S. 89), die Lehrer nun einmal sind. Gerl beantwortet die selbst gestellte Frage, ob Hypnose gefährlich sein kann, mit einem eindeutigen „Ja“ (vgl., S. 126).

Nach Hypnosen kann es zur Benommenheiten, zu Empfindungs- und Denkstörungen (vgl. Eberwein, S. 124), „zu Kopfschmerzen, Übelkeit oder Schwindelgefühlen“, zum Ausbruch einer psychischen Störung, einer Psychose kommen (vgl., a. a. O., S. 138). „Ebenso ist von Depressionen, von magischen und antisozialen Handlungen, von panikartigen Ängsten und Zwängen im Anschluss an hypnotische Sitzungen berichtet worden (S. 141). „In solchen Situationen besteht die Gefahr, dass der Patient die Behandlung abbricht, sich selbst oder andere schädigt, verrückt wird oder sich umbringt.“ (S. 141) „Es ist ... durchaus möglich, durch hypnosuggestive Beeinflussung Menschen absichtlich oder unabsichtlich körperlichen oder psychischen Schaden zuzufügen.“ (S. 139)

Der moderne Schamane J. Oertli, der die gleichen Techniken anwendet (ruhiger Ort, Augen schließen, Entspannung, Atemkontrolle, Konzentration), wird noch deutlicher:

„Unachtsame Schritte in der spirituellen Welt können tragisch enden. Es gibt dort schlechte Elemente, die, statt uns zu helfen, uns schaden. Mir sind Fälle von Leuten bekannt, welche aufgrund unvorsichtiger Kontakte außerstande waren, in unser Welt zurückzukehren, teilweise nicht mehr arbeitsfähig waren und/oder psychiatrische behandelt werden mussten.“ (Das schamanische Praxisbuch. München 1996, S. 39)

e) Hypnosen sind offensichtlich eine der schlimmsten und nachhaltigsten Formen der Gewalt gegen Menschen, sie sind schlimmer und nachhaltiger als normale Formen der körperlichen Züchtigung. Diese Gewalt ist nicht körperlicher, sondern *metaphysischer Natur*.

Man stelle sich einmal vor, Lehrer würden auf dem Elternabend verkünden, sie würden die Schüler zu außerkörperlichen Seelenreisen animieren, die Seele würde kurzfristig den Körper verlassen, das sei völlig normal und ungefährlich. Man stelle sich vor, die Lehrer würden den Eltern erklären, sie möchten den Schülern einen unsichtbaren „geistigen Führer“ (!) zur Seite stellen, der unbedingten Gehorsam verlangt und sie nie wieder verlässt (vgl. Eberwein und Schütz, S. 186). Wie würden wohl die Eltern reagieren? Wie würden die Eltern reagieren, wenn sie wüssten, dass außerkörperliche Seelereisen zentraler Bestandteil der Magie und der Hexenkunst sind (vgl. Franzke, R.: Magie. Lage 2008)? Wie würden sie reagieren, wenn sie wüssten, dass Schamanen Angst vor den Risiken einer außerkörperlichen Seelenreise haben, und diese Unternehmungen meist den Frauen überlassen (vgl. Franzke, R.: Schamanismus. Lage 2008).

Wollen das die Lehrer? Sie haben immerhin ein langes, akademisches Studium hinter sich, in dem sie sich über die modernen Unterrichtsmethoden und Psychotechniken hätten informieren können und müssen.

Ich bin in den fünfziger und sechziger Jahren in Berlin-Neukölln zur Schule gegangen. Ich kann mich an keinen einzigen Fall körperlicher Züchtigung, geschweige denn an Gewalt von Seiten der Lehrer erinnern. Die Schüler waren damals vollkommen geschützt durch die Schule und durch die Lehrer. Heute sind die Kinder und Jugendlichen zunehmender Gewalt von Seiten der Mitschüler ausgesetzt. Hinzu kommen völlig neue Form der Gewalt (Hypnosen, Entspannungsübungen und Fantasiereisen). Und diese neuen Formen der Gewalt gehen nicht von den Eltern, sondern von der Schule aus. Sie machen viele Kinder krank, zumal in der Freizeit weitere Hypnosepraktiken hinzukommen, wie z. B. die vielen Spiele mit dem Computer, mit der Play-Station und mit dem Handy.

Dieser gewalttätige Angriff auf die kindliche Seele wird nicht ohne Folgen bleiben: „Was wir säen, werden wir ernten.“ Das bringt viel Leid und verursacht immense Kosten (bei den Krankenkassen). Schlimmer noch ist die Tatsache, dass es keine Heilung gibt und dass die Schäden der Hypnose wiederum mit Hypnosen bekämpft werden, da fast alle Psychotherapien mit Hypnose arbeiten (vgl. Eberwein/Schütz, S. 33), was die Betroffenen nur noch tiefer in die Krankheit, in die Depression oder gar in den Selbstmord treibt. Dies erleben wir bei zahlreichen Spitzensportlern, die ihre Leistung mit Hypnosen (Mentaltrainings) steigern wollen und am Ende psychisch krank sind und/oder Selbstmord begehen. Es wäre schon interessant, die wahren Hintergründe der Amokläufe in Schulen zu untersuchen. Aber leider verhindern das die Gesetze und die Psychologen, die offensichtlich mit dem UB im Bunde sind. In Afrika (z. B. Kenia) gibt es keine Hypnosen und Entspannungsübungen im Schul-

unterricht, dort singen und tanzen die Schüler zur Entspannung vom weitaus größeren Schulstress. Dort sind die Schüler sehr viel fröhlicher und nicht depressiv (vgl. [www.didaktikreport.de/Bildung in Kenia](http://www.didaktikreport.de/Bildung%20in%20Kenia)). Ebenso schlimm ist die Tatsache, dass selbst die Kranken-Kassen Hypnose- und Entspannungsverfahren anbieten und bezahlen.

f) Hypnosen im Schulunterricht verstoßen gegen das *Therapie- und Heilverbot*. Hypnosen werden zu Therapie- und Heilzwecken eingesetzt; sie sind keine Lernhilfen und Unterrichtsmethoden. Lehrer dürfen die Schüler nicht therapieren oder gar heilen wollen.

g) Hypnosen verstoßen gegen das Grundrecht auf Glaubens- und Religionsfreiheit und somit gegen das *Indoktrinations- und Missionierungsverbot*. Hypnosen sind eine Form der spirituellen und (quasi-)religiösen Indoktrination und Zwangsmissionierung der Schüler. Lehrer dürfen die Schüler nicht einseitig indoktrinieren und missionieren. Sie dürfen Hypnosetechniken vorstellen, aber *nicht anwenden*. Wie unter Abschnitt II ausgeführt, enthält die Hypnoseliteratur eine Reihe problematischer Grundlehren und Grundannahmen: Sie lehrt, es gäbe eine unsichtbare Wesenheit mit personalen und quasigöttlichen Eigenschaften, die sie um Rat und um Hilfe bitten können und sollen, und sie fordern die Schüler dazu auf, mit dieser Wesenheit Kontakt aufzunehmen, zu kommunizieren und zu kooperieren, ohne den Schülern den wirklichen Charakter dieser Wesenheit zu offenbaren.

h) Immerhin verweist der Hypnosetherapeut Tepperwein auf psychische und religiöse Kontraindikationen. Wie aber kann ein Lehrer die psychischen Probleme all seiner Schüler kennen, und mit welchem Recht darf er die seelischen Probleme seiner Schüler erkunden. Schließlich betont Tepperwein, dass niemand bei „religiösen Einwänden“ hypnotisiert werden darf (vgl. S. 267). Davon wollen Schulbehörden und Lehrer nichts wissen. In der Schule werden grundsätzlich *alle* Schüler hypnotisiert, ob sie wollen oder nicht, ob sie krank sind oder nicht, ob sie einen anderen Glauben haben oder nicht.

Hypnotisieren sollen und dürfen in Deutschland nur Personen mit einem abgeschlossenen Studium der Medizin oder Psychologie und dem Nachweis einer einschlägigen Weiterbildung (vgl., S. 129), und bei LeCron heißt es: „Zweifellos sind mit der Anwendung der Hypnose einige Gefahren verbunden.“ (S. 85) Alman/Lambrou empfehlen: „Erlauben Sie niemals einer unqualifizierten Person, Sie zu hypnotisieren.“ (vgl., S. 32)

Wer diesem Rat folgt und sich krankmachenden und rechtswidrigen Praktiken widersetzt, wird in Deutschland diskriminiert, diffamiert und eventuell verfolgt, wie das Beispiel der Hausschulfamilien zeigt. Die deutschen Gerichte haben sich offensichtlich darauf verständigt, dass sich niemand den genannten hypnotischen und esoterischen Praktiken entziehen darf. Wer seine Kinder Zuhause unterrichten will, um sie vor krankmachenden, lebensbedrohlichen und glaubenswidrigen Praktiken zu schützen, riskiert in Deutschland extrem hohe Bußgelder, Gefängnisaufenthalte und Sorgerechtsentzug. Kriminelle Banker und Politiker, die das Volk um Milliarden betrügen, riskieren nichts.

Christlich-biblische Sicht

a) Aus *christlich-biblicher Sicht* gibt es Parallelen und Unterschiede zum biblischen Glauben. Im christlichen Glauben gibt es Gott und seinen Widersacher. Christen bitten Gott um Rat und um Hilfe, Nichtgläubige wenden sich in der Not, wenn menschliche Mittel nicht helfen, an andere Götter und Gottheiten; Christen wenden sich mit Gebeten an Gott, Hypnotiseure benutzen verbale Formeln (Suggestionen) und innere Bilder (Visualisierungen); Gott spricht zu uns nur und nur durch sein Wort, andere Mächte benutzen „innere Stimmen“, „innere Bilder“, Pendel, Muskelversteifungen u. v. m. Jesus Christus ist die Tür zu Gott, Trance öffnet immer nur eine Tür: die Tür zum Reich und zu den Mächten der Finsternis, das belegen zahlreiche die Schriften aus Magie, Hexentum, Schamanismus und Esoterik.

b) Gott ist allmächtig, allwissend, weise und gut; Gott ist Liebe, der Widersacher ist böse und feindselig-aggressiv; er kommt nur, um zu stehlen, zu zerstören und zu töten (Joh. 10, 10). Kein Wunder, wenn die Deutschen, vor allem die Kinder und Jugendlichen, immer feindseliger und immer aggressiver werden. Hypnosen und Esoterik haben das (echte) Christentum verdrängt, und das Christentum übernimmt hypnotische, esoterische und magische Praktiken. Folgerichtig werden wir immer häufiger mit hypnotischen und esoterischen Praktiken und immer weniger mit dem Wort und mit dem Geist Gottes konfrontiert. Die aggressiv-feindselige Haltung der Deutschen fällt besonders auf, wenn man aus Afrika (hier: Kenia) zurück nach Deutschland kommt, vor allem beim Arzt, in den Krankenhäusern und in den Schulen. Es ist jedes Mal ein regelrechter Kulturschock. In Kenias Schulen habe ich keine Gewalt beobachtet; die Ärzte und das medizinische Personal sind dort auffallend freundlich. Die Erziehung ist dort christlich inspiriert, in deutschen Schulen wurde die (christliche) Erziehung abgeschafft und durch Selbsterziehung, Mediation, Teamarbeit sowie durch Gewaltpräventionsprogramme und Anti-Aggressions-Trainings ersetzt, wobei letztere vor allem mit *Hypnosen*, Entspannungsübungen und Fantasierreisen arbeiten. Und so beklagen wir immer häufiger gewalttätige Übergriffe von Jugendlichen und anderen Gewalttätern, die meist davon berichten, dass sie von „inneren Bildern“ oder gar von „inneren Stimmen“, so z. B. von „Stimmen aus dem Kosmos“ (15. 2. 2010, ARD), zur Gewalt angestiftet wurden. Vielleicht ist das ja ein ernstzunehmender Hinweis. Genau das bringen die Lehrer unseren Schülern bei. In der Trance sollen die Schüler „innere Bilder sehen“ und „innere Stimmen hören“. Genau das ist Sinn und Zweck von Hypnosen, Entspannungsübungen und Fantasiereisen!

c) Gottes Geist ist der „Geist der Wahrheit“, der Widersacher ist der „Vater der Lüge“, ein Lügengeist. Diesen Lügengeist spürt man in der Literatur, wenn die Autoren behaupten, Hypnose sei keine Magie, man könne niemanden gegen seinen Willen hypnotisieren, man könne niemanden zu Dingen veranlassen, die er ablehne. Die Hypnoseliteratur beweist das Gegenteil. So heißt es z. B. bei Tepperwein: „Sie spüren den Zwang alles zu tun, was ich sage.“ (S. 72); „Alles dringt in ihr Unbewusstes, sie werden danach handeln.“ (S. 77)

d) Gott genügt unsere Umgangssprache, die vom Herzen kommt, der Widersacher besteht auf standardisierte Floskeln („Suggestionen“), die kurz, knapp und positiv sein müssen. Das UB muss ganz schön dumm sein!

e) Gott will keine Gegenleistung, der Widersacher verlangt früher oder später eine Gegenleistung, ein Opfer, einen Preis von uns. Das kann die Gesundheit oder das

Leben sein. Wie die Hypnoseliteratur darlegt, können Hypnosen in die Depression, in die Psychiatrie oder gar in den Selbstmord führen. Ganz Deutschland trauert über bestimmte Personen, die stark depressiv waren, vergeblich von Psychiatern behandelt wurden und sich am Ende vor den Zug warfen. Wir sollen die Depressiven „annehmen“, aber wir dürfen nicht über die wirklichen Ursachen reden. Alle Spitzensportler arbeiten mit Hypnosen, „Mentaltraining“ genannt. Statt über die Folgen der Hypnosen und des Mentaltrainings zu diskutieren, werden uns Lügengeschichten über Konkurrenzdruck und Versagensängste offeriert. Keine „Sportschau“ berichtet über das „Mentaltraining“ der Spitzensportler, das ist Geheimsache (so Martin Schmidt, ARD). Trainer, Psychologen, Politiker, Journalisten und selbst die Ehefrau verschweigen uns die Wahrheit. Gleichwohl gründen sie eine Stiftung zum Thema Depression. Was für eine Heuchelei. Dabei könnten wir von diesem Fall soviel für die Gefährlichkeit der Hypnosen im Schulunterricht lernen.

f) Gott ist unser Herr und nicht unser Diener und Sklave, der Widersacher macht sich zum willfährigen Diener und verlangt unbedingten Gehorsam von uns. Gott gibt uns vollkommene Freiheit (ihm zu folgen oder auch nicht), der Widersacher will uns verklaven. Stellt sich nur die Frage, wer „Mister X“, der viele Charaktereigenschaften des biblischen Widersachers hat und der sich so gerne als Teufel oder Teufelsfratze bezeichnet, in Wahrheit ist? Jedenfalls ist es kein abgespaltener und verselbständigter Seelenteil im Sinne einer „Teil-Persönlichkeit“. Das ist der größte Blödsinn, den sich die Psychologie, die längst den Boden einer seriösen, empirisch-analytischen Wissenschaft verlassen hat, je ausgedacht hat. Man kann nur den Kopf schütteln über den Unfug, den moderne Wissenschaftler (oder verkappte Schamanen) erfinden und verbreiten.

Wie dem auch sei, die Bibel lehrt, dass wir zu Gott und nicht zu anderen Göttern oder Gottheiten, Kontakt aufnehmen und ausschließlich Gott um Rat und um Hilfe bitten sollen. Insofern sind die zahlreichen Hypnosen im Schulunterricht auch und vor allem ein antichristliches Missionierungsprogramm, das zudem Schüler körperlich und seelisch schaden und den Geist verwirren kann. Das beweisen die Hypnoselehrbücher; sie sind meist völlig konfus geschrieben, und das beweisen die Berichte der Therapeuten über ihre Hypnoseerfahrungen. Die geschilderten Horrortrips und Horrorerfahrungen (vgl. oben) kann kein vernünftiger und geistig gesunder Mensch nachvollziehen und akzeptieren.

g) Die weltweite Hypnosegemeinde ist eine *religiöse Bewegung*, die ihre Glaubenspraktiken und ihren Glauben an eine übernatürliche Supermacht offensiv verbreitet. Sie ist intolerant und autoritär: Sie duldet keine anderen Glaubenssysteme neben sich, und sie zwingt grundsätzlich alle Schüler zur Teilnahme an Hypnoseübungen. Sie duldet *nicht*, dass zum Beispiel gläubige Christen Hilfe und Heilung bei Gott suchen und das Gebet als Mittel der Kommunikation nutzen. Demgegenüber sind Christen auffällig defensiv. Statt „Salz und Licht“ zu sein und der ungläubigen Welt ihren Glauben an einen personalen Gott, der ebenfalls Hilfe versprochen hat, zu erläutern, schweigen sie und lassen sich und/oder ihre Kinder hypnotisieren. Dabei gäbe es keine bessere Gelegenheit über den Glauben an einen unsichtbaren Gott zur Sprache zu bringen als eine Auseinandersetzung mit den Lehren und Praktiken der Hypnose.

Das Glaubensbekenntnis der Hypnosegemeinde

1. Ich glaube an eine übernatürliche Kraft- und Wissensquelle, an einen unsichtbaren Freund, Helfer und Ratgeber mit personalen und quasigöttlichen Eigenschaften: allmächtig, allwissend, edel, hilfreich und gut. Diese „Gottheit“ wohnt *in mir*, in meinen Inneren. Diese Gottheit nenne ich Unbewusstes, Unterbewusstsein oder Teilpersönlichkeit.
2. Ich glaube, dass *ich* die Tür zu diesem unsichtbaren Freund im Zustand der Trance öffnen kann.
3. Ich glaube, dass *ich* die Welt (Lebensumstände, Gesundheit, Verhaltensweisen und Gewohnheiten) nach *meinen* Vorstellungen und Wünschen beeinflussen und verändern kann – einzig und allein mit der Kraft und Macht der Gedanken, der Worte und/oder inneren Bilder.
4. Ich glaube, dass *ich* meinen unsichtbaren Freund und Helfer mit verbalen Formeln (Suggestionen) und inneren Bildern (Visualisierungen) ansprechen, beauftragen und „programmieren“ kann.
5. Ich glaube, dass auch mein unsichtbarer Freund und Helfer zu mir „sprechen“ kann, so zum Beispiel mit Hilfe
 - innerer Bilder (Visionen/Visualisierungen)
 - innerer Stimmen
 - gedanklicher Inspirationen
 - ideomotorischer Fingerbewegungen
 - definierter Hand- und Armbewegungen
 - definierter Pendelbewegungen
 - des automatischen Schreibens.

Fazit

a) Hypnosen und Entspannungsverfahren sind meist völlig identisch. *Entspannungsverfahren* sind keine bloße Technik der Entspannung von Körper, Geist und Seele. Entspannung dient in der Regel der Einleitung von Hypnosen (Trancezuständen). Außerdem umfassen Entspannungsverfahren alle weiteren Techniken der Hypnose-literatur. *Hypnosen* arbeiten häufig mit Entspannungstechniken. Darüber hinaus gibt es viele weitere Techniken der Hypnoseeinleitung.

b) Hypnosen sind keine Lern- und Unterrichtshilfen, keine Entspannungsverfahren und/oder Konzentrationshilfen. Hypnosen sind spirituelle und quasireligiöse Praktiken. Entspannungsübungen, mit denen unsere Kinder innerhalb und außerhalb des Schulunterrichts traktiert werden, sind in Wahrheit *hypnotische und spirituelle Übungsprogramme*, die den Kindern die Fähigkeit vermitteln sollen, sich selbst zu hypnotisieren, um spirituelle Erfahrungen machen zu können. Zu diesem Zweck verbreiten Medien, Lehrer, Pädagogikbücher und Krankenkassen eine unverantwortliche Stresshysterie in unserem Lande. In Wahrheit lernen unsere Kinder in den Grundschulen deutlich *weniger* als die Kinder in anderen Ländern und Kulturen. Im Entwicklungsland Kenia müssen die Schüler der ersten und zweiten Klasse mehr als 70 Tests mit 30 und mehr Fragen bearbeiten ([www.didaktikreport.de/Bildung in Kenia](http://www.didaktikreport.de/Bildung%20in%20Kenia)). Dort redet kein Schüler vom Stress. Auf der anderen Seite würden auch Gesang, Tanz und ein guter Sportunterricht zur Bekämpfung von Stress beitragen.

c) Hypnosen können unsere Kinder krank und depressiv machen. Kinder haben ein *Recht auf eine gewalt- und hypnosefreie Schule*. Hypnosen im Schulunterricht müs-

sen nicht verboten werden, sie sind verboten! In Deutschland, das so gerne auf die besorgniserregende Lage der Kinder in der Dritten Welt aufmerksam macht, werden die Rechte und die Würde der Kinder eklatant verletzt, vor allem in den Schulen. In Ländern der Dritten Welt werden die Kinder nirgends mit Hypnosen, Entspannungsübungen und Fantasiereisen traktiert. Das würden die Eltern, die Lehrer und die Schulbehörden dort niemals zulassen.

Empfehlung

Seien Sie gut zu sich und Ihren Kindern. Schützen Sie sich, ihre Kinder, ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden. Glauben Sie nicht den Versprechungen und Verheißungen der Medien (Illustrierte) zu den Themen „Hypnose“ und „Entspannung“. Vermeiden Sie alle Hypnose- und Entspannungsverfahren. Vermeiden Sie insbesondere rituelle Orte, Zeiten, Handlungen und Körperhaltungen, standardisierte Entspannungs- und Atemübungen, die Abschaltung der Sinneswahrnehmung, die Abwendung von der Realität und die Hinwendung zu einer Traum- oder Fantasiewelt, Reisen in der Fantasie, an andere Orte, in andere Zeiten und Welten, das Einüben der Visualisierung, die volle Konzentration auf einen „Punkt“, die Imitation und totale Identifikation (mit Tier, Statue usw.), besondere Augenstellungen und -bewegungen. Halten Sie sich fern von Meditation, Yoga, Tai Chi und Qi Gong, Feldenkrais, Pilates u. v. m. Verzichten Sie auf Konzentrationsübungen aller Art: Gehirn-Jogging (Sudoku u.a.), Gedächtnistrainings, Spiele mit dem Computer, dem Handy, mit der Play-Station, Gleichgewichts- und Balanceübungen (z. B. Hochseilgärten). Lassen Sie immer wieder ihren Geist umher wandern, lassen Sie sich immer wieder ablenken. Vergessen Sie das Nordic-Walking-Paket, gehen Sie spazieren oder wandern.

Lassen Sie sich nie verwirren, schalten Sie **nie** ihren Verstand und das rational-analytische Denken, Nachdenken und moralische Beurteilen und Bewerten ab. Verweigern Sie die Lektüre konfuser Texte (Rainer Maria Rilke u. a.).

Seien Sie vorsichtig, wenn Sie eine Wolldecke, warme Socken und/oder eine Iso-matte brauchen, wenn sie es sich bequem machen sollen, das Licht gedämpft, eine Kerze oder Duftkerze entzündet wird, Sie eine besondere Körperhaltung einnehmen, auf dem Rücken liegen und die Augen schließen sollen. Nutzen Sie niemals Suggestionen oder gar Mantras (OM), das sind Anrufungen fernöstlicher Gottheiten.

Informieren Sie sich sorgfältig über weitere Hypnosetechniken aus der Literatur. Wenn Sie oder ihre Kinder zur Hypnose gezwungen werden, in der Schule, in der Aus- und Weiterbildung, im Betrieb, in der Reha oder in der Kur, ignorieren Sie die Anweisungen, täuschen Sie Ihre Teilnahme vor. Das ist ein Akt der Notwehr gegen Angriffe auf Ihre Gesundheit und Ihren Glauben. Im Übrigen besteht kein Grund zur Panik. Die meisten Hypnosen und Entspannungsübungen sind nicht zu fürchten, wenn und soweit sie nur vereinzelt vorkommen und nicht in die Trance führen. Im Wiederholungsfall und bei Zwang sollten sie Strafanzeige gegen den Lehrer wegen Nötigung (§ 240 StGB) erstatten und vom Recht auf Notwehr Gebrauch machen. „Notwehr ist die Verteidigung, die erforderlich ist, um einen gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff (auf Leib, Leben und Freiheit, R. F.) von sich oder einem anderen abzuwenden.“ (§ 32 II StGB) Eltern können somit ihre Kinder aus einer Hypnoseveranstaltung (Entspannungsübung, Fantasiereise usw.) herausholen, ohne sich strafbar zu machen (§ 32 I).

Schlussbemerkung: Es gibt immer mehr Organisationen und Stiftungen, vor allem von Künstlern, Schauspielern, Sängern und anderen Prominenten, die beanspruchen, die Rechte der Kinder (und Frauen) zu vertreten. Viele arbeiten mit Hypnosen und Entspannungsverfahren. Dabei kann es vorkommen, dass sich die Kinder und Frauen an einen (lange) zurückliegenden Missbrauch erinnern, den sie in plastischen Bildern während der Hypnose vor dem „inneren Augen“ gesehen haben. Die Psychologie spricht von Pseudo-Erinnerungen und vom „False-Memory-Syndrom“. In den meisten Fällen haben die Bilder, die im Zustand der TRANCE entstehen, nichts mit der Realität zu tun (vgl. oben). In vielen Fällen kann ein Missbrauch der Hypnosen und Entspannungsverfahren nicht ausgeschlossen werden. Es ist schon seltsam, dass sich im Zeitalter der sich ausbreitenden Hypnosen und Entspannungsverfahren „plötzlich“ immer mehr Menschen (z. B. ehemalige Heimkinder und Internatsschüler) an einen weit zurückliegenden Fall des Missbrauchs „erinnern“. Und es ist höchst seltsam, dass keine einzige dieser Organisationen oder Stiftungen einen Kampf gegen die Zwangshypnosen und Entspannungsverfahren führt, nicht einmal der Kinderschutzbund, der angeblich die Interessen der Kinder vertritt. Nicht ein einziger Deutscher setzt sich für das Recht der Kinder auf eine *hypnosefreie Kindheit und Schule* ein. Selbst die Schüler und die vielen Kinder- und Schülerparlamente ignorieren dieses Thema.

Merke

- Suggestionen dringen *nicht* „ins Unbewusste“, einem Teil der menschlichen Seele, sie wenden sich *an das* „Unbewusste“, einer personalen Gottheit, dem „Gott“ der modernen Psychologie
- Hypnosen machen *nicht* das in den Tiefen der Seele verborgene „Unbewusste bewusst“; Hypnosen verbinden den Empfänger mit einer interaktiven Fernsehstation, die x-beliebige Filme auf den inneren Bildschirm projizieren kann. Diese können wahr oder falsch sein.
- Gedanken, Worte und/oder innere Bilder haben *nicht* die Macht oder Kraft die Wirklichkeit zu beeinflussen und zu verändern; Gedanken, Worte und innere Bilder sind *Aufträge* an eine unsichtbare Wesenheit mit personalen und quasigöttlichen Eigenschaften, die auf uns, Teile von uns und/oder auf Teile der Wirklichkeit einwirken kann.
- Moderne hypnotische Induktionen können so eingesetzt werden, dass sie vom Klienten nicht bemerkt werden. Die Literatur berichtet, dass die Klienten vielfach nicht wussten, dass sie vorübergehend in Trance waren (vgl. Eberwein, S. 103).
- Hypnosen können uns und unser Verhalten beeinflussen und manipulieren, ohne dass wir es bemerken.
- Es gibt keinen strukturellen Unterschied zwischen Fremd- und Selbsthypnose. Im ersten Fall werden die Suggestionen vom Therapeuten gesprochen, im zweiten Fall vom Klienten selbst.
- Hypnosen sind (immer) gefährlich und abzulehnen; es gibt keinen Unterschied zwischen qualifizierten und unqualifizierten Hypnosen.
- Es ist nicht der Therapeut, der die Klienten via Hypnose manipuliert, sondern das UB. Der Therapeut ist nur der Auftraggeber. Suggestionen wenden sich letztlich immer an das UB und *nicht* an den Klienten.

Zur Vertiefung

Franzke, R.: Vorsicht! Hypnose. Hannover 2003
Franzke, R.: Entspannungsverfahren. Lage 2002
Franzke, R.: Psychotherapien. Lage 2000
Franzke, R.: Stilleübungen und Fantasiereisen. Hannover 2008
Franzke, R.: Meditation und Yoga. Hannover 2002

Quellennachweis

Alman/Lambrou: Selbsthypnose. Heidelberg 2009
Bongartz/Bongartz: Hypnose. Reinbek b. Hamburg 1996
Chertok, L.: Hypnose. Frankfurt a. Main 1993
Eberwein, W.: Abenteuer Hypnose. München 1996
Eberwein/Schütz: Die Kunst der Hypnose. Paderborn 1997
Franzen/Müller: Hypnose – heilen in Trance. München 1996
Fricker/Butler: Hypnotherapie. Köln 2004
Gerl, W.: Moderne Hypnose. Hilfe durch das Unbewusste. Stuttgart 1998
LeCron, L.: Fremdhypnose - Selbsthypnose. Kreuzlingen 1973
Revenstorf/Zeyer: Hypnose lernen. Heidelberg 1997
Sheehan, E.: Selbsthypnose. Paderborn 1996
Tepperwein, K.: Die hohe Schule der Hypnose. Kreuzlingen 1977
Oertli, J.: Das schamanische Praxisbuch. München 1996

„Neues Wissen braucht der Mensch“

Unter diesem Motto bietet diese Schriftenreihe Aufklärung über neue Formen des Okkultismus und Spiritismus, mit denen Christen vor allem *außerhalb* der Gemeinde, besonders in Schulen, Volkshochschulen, Kuren, Rehabilitationszentren sowie in Ausbildung und Beruf, konfrontiert sind, solange die einschlägigen christlichen Medien diese Aufklärung vernachlässigen.

www.Faith-Center-Hannover.de

Faith-Center-Hannover

