

Buchbesprechung

Husmann, B. (2022). *Über 100 Jahre Autogenes Training. Exponate einer Ausstellung zur Geschichte der „konzentrativen Selbstentspannung“*. Lengerich: Pabst Science Publishers. 190 Seiten, Hardcover DIN A4, ISBN 978-3-95853-745-3, € 40.-, als eBook ISBN 978-3-95853-746-0, € 20.-

Gut, dass Heinrich Wallnöfer über hundert Jahre alt geworden und so frisch im Geiste geblieben ist; gut, unter vielen anderen und wichtigeren Gründen auch deshalb, weil er so das Geleitwort zu diesem bemerkenswerten Buch schreiben konnte, dessen Autor er bescheinigt: „Der Autor hat alle wesentlichen bisher veröffentlichten Akten und andere Quellen zusammengetragen, und es gibt im Augenblick kein Buch, das auch in dieser Hinsicht eine solche Gründlichkeit aufweist“ (Wallnöfer, 2022, S. 7).

Dieses Buch ist überfällig in zweifacher Hinsicht. Den einen Grund hat Wallnöfer eben genannt und der andere ist, dass die Ausstellung, die es begleiten soll, schon im Jahr 2020 zum 100. Geburtstag des Autogenen Trainings (AT) in Jena hätte starten sollen, sie musste aber wegen Corona verschoben werden.

Wer Björn Husmann und seine Beiträge zum AT beispielsweise auch in dieser Zeitschrift kennt, weiß, wie detailgenau, quellenbelegt und vielfach bebildert er seine Themen behandelt. So auch in diesem Buch, in dem alle Exponate der umfangreichen Ausstellung zum AT abgebildet und ausführlich besprochen sind. Darin die Texte zu lesen und die Bilder, Faksimiles und Fotos zu betrachten, macht neugierig auf die reale Ausstellung; und auch nach einem Besuch kann man mit diesem Buch nochmals alles Revue passieren lassen, was man in der Ausstellung gesehen hat.

Buch und Ausstellung sind gegliedert in Zeitabschnitte, welche die biographischen und beruflichen Wegemarken von J.H. Schultz darstellen:

1884 Geburt, Kinder- und Jugendzeit des „blassen Kümmerlings“ in Göttingen
ab 1902 Studium, Arztausbildung und erste Hypnoseerfahrungen
ab 1914 Erfahrungen im Ersten Weltkrieg
ab 1918 Hypnose-Experimente in Jena
1920 „Geburt“ des Autogenen Trainings in Jena
ab 1920 erste Anwendungen des AT in Dresden
ab 1924 weitere Ausarbeitung des AT in Berlin
1932 Erstveröffentlichung von „Das Autogene Training“
ab 1933 Professionalisierung der Psychotherapie in der NS-Zeit (vgl. Husmann, 2016)
ab 1945 Reorganisation, Schulen-Streit, Internationalisierung (vgl. Husmann, 2020)
ab 1970 Konflikte, Idealisierung und Kritik
ab 1987 u.a. gesetzliche Verankerung des AT im Gesundheitssystem (vgl. Husmann, 2021)

Ich kann mich der Würdigung von Wallnöfer nur anschließen: „Die Arbeit vom Kollegen Husmann zeigt in einer übersichtlichen Weise, wie das Autogene Training entstanden ist, es vermittelt Hintergründe, Probleme und verhilft auch zu Lösungen. Ich wünsche dem Buch buchstäblich eine weltweite Verbreitung“ (Wallnöfer, 2022, S. 8).

Burkhard Peter

Husmann, B. (2016). „Die ersten und die letzten Tage.“ Licht- und Schattenseiten der beruflichen Vita von Johannes Heinrich Schultz vor und nach 1945. *Hypnose-ZHH*, 11(1+2), 26-70.

Husmann, B. (2020). Recherche zum Lebenslauf von Dr. Wolfgang Luthe - ein Beitrag zur Geschichte des Autogenen Trainings. *Hypnose-ZHH*, 15(1+2), 127-139.

Husmann, B. (2021). Wie übende und suggestive Interventionen im ambulanten Bereich der deutschen Krankenversorgung zu abrechenbaren Leistungen wurden - ein Beitrag zur (Sozial-) Geschichte von Autogenem Training (AT) und Hypnose. *Hypnose-ZHH*, 16(1+2), 127-152.

Schultz, J. H. (1932). *Das Autogene Training (Konzentrative Selbstentspannung)*. Versuch einer klinisch-praktischen Darstellung. Stuttgart: Thieme.

Wallnöfer, H. (2022). Geleitwort zu Björn Husmann, *Über 100 Jahre Autogenes Training*. Lengerich: Pabst.