

## **En psykodynamisk utbildad psykologs upplevelse av Wilhelm Reichs Orgonterapi**

I insikten nr 4/07/2009 gav Staffan Carazo en inblick i Wilhelm Reichs teoretiska utveckling av psykoanalysen och relaterade den till Reichs livshistoria. Bruno Adler har reagerat på artikeln och ger här sin syn på Reichs betydelse och berättar om sin egen erfarenhet av den terapi som utvecklades av Reich.

Det har skrivits mycket om Wilhelm Reich. Många berömmar honom för hans psykoanalytiska arbete om karaktären samtidigt som de nedvärderar honom som en sex-besatt och paranoid mystiker med hallucinationer om en kosmiskt skapande energi. Efter närmare granskning av författarna till sådana artiklar framgår det att få har varit i terapi hos Reich, i alla fall ingen längre period. De har vanligen inte gjort sig mödan att själva kontrollera de uppgifter och fenomen som Reich beskriver i sina böcker. För att ge en mera rättvis bild av Reich och hans verk vill jag berätta om mina personliga upplevelser som patient hos en orgonomist. En orgonomist är en utbildad psykiatriker tränad i medicinsk orgonterapi vid The American College of Orgonomy, (ACO) som grundades av Dr. Elsworth Baker 1961 på anmodan av Reich innan han dog 1956. ACO organiserar också laboratoriekurser varje år där intresserade kan få handledning i att reproducera Reichs experiment och själv observera orgonomiska fenomen.

### **Min första bekantskap med Reich**

1966 blev jag vän med en ung amerikansk psykiatriker och fick för första gången höra talas om Reichs orgonomi och dess medicinska, psykologiska och sociala innebörd. Jag läste några av Reichs böcker och blev väldigt nyfiken.

Han gav mig intrycket att ha varit en ärlig och dedicerad forskare. Under sitt liv fick han stå ut med stora svårigheter, delvis på grund av tragiska händelser inom familjen. Modern begick självmord då fadern kom på att hon hade en älskare. Den politiska situationen var mycket spänd i Europa strax före första världskriget och Reich var aktiv i en vänsterrörelse som kallades Sex-pol-rörelsen. Reich menade att samhällssystemet förtryckte individernas sexualitet vilket var en kontroversiell idé. Också i psykoanalytiska kretsar ansågs Reich forskning om biologisk energi och kroppsterapeutiska tekniker kontroversiell, samtidigt som man gav stort erkännande av Reichs teori om karaktärsanalys. De elever som arbetade tillsammans med honom upplevde inte honom som paranoid. Däremot var Reich förföljd av den amerikanska Mc Carty-regimen på grund av sitt tidigare vänsterpolitiska engagemang (Sharaf 1983).

Jag trodde vid den tiden jag förstod Reichs syn på orgasmens funktion. Det var dock bara några år senare när jag hade varit i terapi, som betydelsen av den orgiastiska potensen blev klarare. Freud menade att människans förmåga att sublimerar sin libidinösa energi skapade grunden på vilken kultur och civilisation kunde utvecklas. Reich däremot såg sexualiteten och den fulla upplevelsen av en helt uttömmande orgasm som förutsättning för hälsa, både den mentala och den somatiska. Dr. Elsworth Bakers bok "Man in the trap" beskriver liknelsen mellan det encelliga djurets mitos och människans emotionella och kroppsliga upplevelse av orgasmen. Emotionen är förnimmelsen av orgonenergins excitation och rörelse i kroppen.

En levande organism som blir utsatt för hot under en längre period drar ihop sig. Exempel på detta är en amöba som retas med en nål upprepade gånger. Den svarar med att dra ihop sig för att slutligen bli orörlig.

I detta stadium kan den inte längre dela sig. Den är då enligt Reich förpansrad. Mitosens funktion är energimetabolisk process. En levande cells tillväxt är begränsad och när membranets spänning når en kritisk punkt så delar sig djuret i två och återgår därefter till viloläge. Hos högre stående djurarter såsom människan yttrar sig denna organometaboliska funktion i en process som upplevs som orgasmisk förlösning.

Om ett barn utsätts för ett långvarigt fysisk eller emotionellt trauma, till exempel en tidig störning i anknytningen, så blir barnet kroniskt förpansrad.

Detta stör barnets emotionella och somatiska utveckling, men inte alltid dess intellektuella utveckling. Att en förpansrad individ kan fungera, och i begränsad utsträckning uppleva en orgasmisk utlösning beror på människans förmåga att kunna minska förpansringen i kroppen. Detta sker igenom en blockering av förnimmelsen av kroppens emotionella reaktioner och minnen. Att på så vis kunna göra sig kontaktlös är förankrat i en mental-cerebral blockering. Den förpansrade amöban kan inte detta utan dör istället.

Reich har igenom sin forskning, sa min vän, utvecklat en behandlingsform som kan upplösa denna somatiska och psykiska förpansring. På så vis kan människan på nytt använda sina unika mentala egenskaper i livets tjänst.

Allt detta fick mig att resonera på följande sätt:

Mitt liv är bara ett kort ögonblick i det oändliga. Om en bråkdel av det som Reichs terapi erbjuder är möjligt för mig att uppnå så är det värt att försöka! Jag flyttade till USA och hittade en legitimerad organomist i Philadelphia.

### **Några minnen ur min terapi**

Så här minns jag min första session och den var inte alls vad jag förväntade mig.

Att jag skulle klä av mig visste jag att det ingick i kroppsorienterade terapi. Jag hade läst att hudens färg och temperatur, samt musklernas reaktioner på manuell palpation gav viktig information till terapeuten. Det som förvånade mig var att terapeuten bad mig spärra upp ögonen, rulla runt med dem samtidigt som jag skulle andas djupt men mjukt med bröstkorgen och utan att spänna magen.

Tankarna började snurra i mitt huvud och jag funderade bland annat på att i yoga och andra traditionella avslappningsmetoder skall man buk-andas och vanligtvis då med stängda ögon. Sluta tänk, sa terapeuten och började trycka på en del punkter omkring mina ögon. Det gjorde ont och jag tittade oroligt på honom. Plötsligt kände jag en enorm skräck inombords och jag började skrika. Jag blev allt vildare i min förtvivlan och då bad terapeuten mig att sluta. "Du har ingen kontakt i dina ögon och du är inte fokuserad", sa han. Han bad mig att med blicken följa ljuset från en ficklampa som han förde kors och tvärs framför mitt ansikte. Sen tryckte han återigen på mig, denna gången på mina vadmuskler. Jag började att sparka av ilska och skrek igen och min vrede och blicken var riktad mot terapeuten. Något i terapeutens blick verkade bekant och mitt hjärta började att slå allt snabbare. Till slut brast jag i gråt utan att veta varför.

Undan för undan i kommande sessioner upplevde jag terapeutens blick mer och mer skrämmande och en dag såg jag i hans ansikte min mors ögon. Jag såg något förebrående och blev jättearg. Jag ville riva ut hennes ögon och jag vrålade ut. Därefter blev jag iskall i

kroppen och började kallsvettas och skälva. Det fanns gånger då jag upplevde panikångest, men min intellektuella förståelse av den terapeutiska processen hjälpte mig att stå ut. En natt drömde jag att jag låg under min säng och såg en kvinna klä av sig. Jag fick stånd och ejakulerade. Men då hon vände sig om såg jag att hon inte hade några ögon. En obeskrivlig känsla av tomhet och sorg föll över mig. Efter den natten minskade min dragning efter pornografi och kontaktlöst sex.

I en annan dröm stod jag vid utgången av ett hotell och ut kom mina föräldrar. Först kände jag glädje och jag ropade på mamma. Hon verkade inte höra mig. Jag ropade på henne igen och sa "jag är din Bruno", men hon gick bara förbi mig. Sen kom min far och jag ropade även på honom: "jag är Bruno". Han tittade vänligt på mig men skakade på huvudet och gick vidare. Då jag vaknade grät jag och sen mindes jag att de hade rest bort, bägge två under ett helt år då jag var åtta år. De hade lämnat mig vid ett väldigt trevligt barnhem i Wien. Än idag kan jag inte minnas om jag kände sorg då de gav sig av eller glädje då jag återsåg dem. Men minnet av drömmen berör mig fortfarande.

I min terapi blev jag inte bara medveten om den besvikelse jag kände gentemot mina föräldrar. Jag kunde återuppleva den och kunde emotionellt uttrycka min vrede. Jag kände barnets vrede, smärta och rädsla i mig att förlora dessa två människor vars kärlek jag hade behövt som mest. Det var inte bara att de försvann från mig under ett år ur mitt liv utan det fanns även någonting annat, något i min mors ögon. Hon såg mig inte för den jag var och fick mig att känna mig invaderad.

En gång under en session pekade terapeuten på min blyghet och på mitt behov av att dölja detta och istället vara viktig och överlägsen, speciellt mot kvinnor. Jag blev irriterad men vågade inte visa det.

Istället blev jag stel i pannan och i magen, och det gjorde ont. "Gör grimaser" sa terapeuten, "och sparka och skrik ut". Jag gjorde det först lite tveksamt, sedan med större energi. Mitt vrål kom djupt ner ifrån magen, min blick blev mordisk och förvånansvärt skarp. Efter denna session såg världen annorlunda ut. Lukter och ljus omkring mig blev mer intensiva och jag kände mig återigen som den lilla pojke jag en gång var och tårarna började strömma ner för mina kinder. Sedan spred sig en underlig varm känsla genom min kropp. Jag började att springa och kände mig tyngdlös trots min övervikt.

Var det så att vara utan förpansring eller var det bara en liten spricka som hade öppnat sig? Jag kom ihåg att Reich berättade i några av sina böcker att vissa individer hade sådana sprickor. De kan förnimma vissa aspekter av livet inom sig och utanför sig som ger dem förvånansvärda insikter.

Stora konstnärer, såsom van Gogh eller vetenskapsmän som Einstein hade antagligen sådana sprickor i sin förpansring.

Även schizofrena har ofta förvånansvärda insikter. De saknar däremot kroppsliga spärrar och splittringen får dem att uppleva orgonenergens rörelse (emotionen) som någonting främmande, en främmande kraft som tar över deras vilja. Reich märkte att en orgastisk utlösning kan hos schizofrena framkalla ett psykotisk sammanbrott.

## **Epilog**

Nu är jag 83 år gammal och fortfarande yrkesverksam. Jag har en son i skolåldern som fortfarande bor hemma. Jag tror och hoppas att hans mor och jag har lyckats bra att skona honom i stor utsträckning från den börda vi själva fick överta från våra föräldrar. Tyvärr är livet svårt i en frustrerad värld där barn delvis förlorat de psykiska och sociala spärrar som

tidigare kunnat hålla destruktiva impulser, skapat av den frustration som förpansringen framkallat, under kontroll.

Att människor och djur kan överta störningar från sina föräldrar har bevisats. Myran A Höfner, som var professor i psykiatri vid *Albert Einsteins College of Medicine* på 1980-talet, har funnit att om man i experimentellt syfte stör relationen mellan en hona och hennes ungar så ändras djurets sexuella och emotionella beteende. Det tar sedan sju generationer för störningen att ebba ut.

Detta gäller alltså djur. Människan har förmågan att skapa normer och traditioner som gör samhällsligt liv möjligt trots frustrationen och förpansringen. Samtidigt så upprätthåller dessa normer och traditioner människans förpansring ad infinitum. Vi lever i en fälla. Psykologiprofessor Philip Zimbardo har med sitt Stanford Prison Experiment (1971) visat hur inre vrede och hat kan bryta igenom förpansringen och utageras när våra accepterade normer och traditioner försvinner eller byts ut. De brutaliteter som vanliga människor kan begå under krigiska situationer är också exempel på detta.

Psykologen Karen Lyons Ruth (1996) ledande expert på desorganiserad anknytning, har funnit i ett 19 år långt forskningsprojekt att en störning i anknytning mellan mor och barn under det första levnadsåret är en av de viktigaste orsakerna till senare psykiatriska symtom. Hon fann även att svårigheter till harmonisk anknytning hade sitt ursprung i moderns egen mor.

I detta sammanhang vill jag återkomma till Reichs upplevelse av sin mor. Han beskriver henne som en livlig person som hade god och älskvärd kontakt med honom. Tvärtemot vad många anser skadade inte moderns sinnlighet och öppna inställning till kärlek den lilla Wilhelm. Istället har detta bidragit till förståelse för livet. Om man vill förstå de tragiska händelserna i Reichs familj måste man tänka på att äktenskapet vid denna tidpunkt oftast var byggda mer på konvens än på verklig kärlek. Reichs mor fann tydligen inte den kärlek hon behövde hos sin man. Att våga söka lycka hos en annan man visar att hon hade modet att gå mot rådande konventioner. Detta hade katastrofala konsekvenser men måste ha varit utslagsgivande i Reichs val av yrke.

Reich har med sin forskning påverkat många människors tänkande på både gott och ont. Det finns idag 140 olika former av kropps-orienterande terapier, inklusive Alexander Lowens bioenergetiska och Arthur Janovs primalskriket.

## Referenser

Baker E.F.(1967) *Man in the trap*, Macmillan, NY

Henry J.P. And Stephens PM, *Stress, health and the social environment*, Springer Verlag, NY

Höfner MA (1931) *The roots of human behavior*, Freeman &Co, San Francisco

Sharaf M (1983) *Fury on Earth*, S:t Martins Press, NY

Zimbardo P (1973) *The Stanford Prison Experiment*, Stanford University, [www.prisonexp.org](http://www.prisonexp.org)

Lyons, Ruth, K (1996) *Attachment Relationship Among Children With Agressiv Behavior* Journal of Consulting and Clinical psychology, Vol 64, Not 64-73

The Journal of Orgonomy, [www.orgonomy.org](http://www.orgonomy.org) The American College of Orgonomy Press, Princeton.