

Dieses Buch ist noch nicht publiziert. Für die Publikation suche ich aktuell einen Verlag.

Hier Leseproben daraus, die etwa 20% des Buchumfangs dokumentieren (zwei Abschnitte aus jedem Kapitel). Der Umfang des ganzen Buches beträgt 517 Seiten (DIN A5).

Kontakt:

professor@bijanamini.de

Weitere Informationen und vor allem Videos von den geführten Gesprächen sind verfügbar in den folgenden Websites:

www.krisenpädagogik.de

www.Symptomfrei.com

www.DetektivischeMedizin.de

Detektivische Medizin ist die Bezeichnung für einen neuen Ansatz zur Behandlung von *rätselhaften Krankheiten*.

Rätselhaft ist eine *körperliche* Krankheit dann, wenn die Schulmedizin trotz bester Bemühung nicht weiterkommt und vor einem Rätsel steht.

Rätselhaft ist eine *psychische* Krankheit dann, wenn die Psychotherapie trotz bester Bemühung nicht weiterkommt und vor einem Rätsel steht.

Das Rätsel zeigt sich dadurch, dass eine eindeutige und klare Diagnose nicht gelingt. Das Rätsel kann sich aber auch dadurch zeigen, dass eine Diagnose zwar gestellt wurde, aber die typischen Standardmedikamente keinerlei Wirkung entfalten.

In beiden Fällen weiß niemand, was für eine Krankheit vorliegt. Die Folge ist, dass die Leidenden Jahrzehnte krank bleiben und völlig verzweifelt sind. Ausschließlich die Behandlung solcher Fälle werden im vorliegenden Buch dokumentiert. Es sind elf Fälle mit körperlichen und zehn Fälle mit seelischen Leiden. Die kürzeste Leidensgeschichte betrug zwei Wochen, die längste 75 Jahre.

Detektivische Medizin benötigt für ihre Arbeit weder irgendwelche medizinischen Geräte noch

Medikamente. Heilmittel sind ausschließlich Gespräche, die im ersten Schritt zu einer *Erkenntnis* und im zweiten zu einer *Selbsterkenntnis* führen. Kernfrage: Wer oder was hat diese Krankheit ursprünglich verursacht? Oft ist es der Vater oder die Mutter. Die Erziehung war lieblos, kalt und grausam, sexualisierte Gewalt am Kind eingeschlossen. Das Kind verdrängt die belastenden Erlebnisse, aber sie lagern in seinem Unterbewusstsein. Irgendwann werden sie durch irgendeinen »Aufwecker« reaktiviert. Jetzt entwickelt der Körper bzw. die Seele rätselhafte Symptome. Die Heilung kommt nicht von außen, sondern von der betroffenen Person selbst, und zwar entweder als eine seelische Botschaft im Traum (genannt *Traumarbeit*) oder als ein geistiges Erlebnis in der Meditation (genannt *Trancearbeit*).

Es ist nun wahrhaftig eine Sensation, wenn es der Detektivischen Medizin gelingt, solche rätselhaften körperlichen und psychischen Krankheiten durch zwei bis fünf Gespräche vollständig zu heilen. Heilen bedeutet, dass die Symptome innerhalb von wenigen Tagen nachhaltig verschwinden, selbst wenn sie 30, 50 oder 60 Jahre als unheilbar galten.

Bijan Amini

Detektivische Medizin

Wenn Schulmedizin und
Psychotherapie nicht
weiterkommen...

Widmung und Dank	9
Was ist Detektivische Medizin?	15
1. Wissenschaftlicher Standpunkt	17
2. Weiterentwicklung des Konzepts	27
3. Arbeitsmethoden	39
Erste Methode: Vorarbeit	41
Zweite Methode: Bewusstseinsarbeit	43
Dritte Methode: Traumarbeit	45
Vierte Methode: Trancearbeit	51
Fünfte Methode: Begleitung	53
Rätselhafte körperliche Leiden	55
Karl 2 Wochen Gürtelrose	57
Jürgen 4 Wochen Hautausschlag	71
Annika 6 Monate Hämatome	95
Donata 5 Jahre Bauchschmerzen	107
Paul 6 Jahre lahme Füße	131
Maria 10 Jahre Zähneknirschen	149
Christel 20 Jahre Diabetes	173
Cordula 23 Jahre Neurodermitis	199
Walter 25 Jahre Psoriasis	215
Guido 30 Jahre Rückenschmerzen	231
Conny 45 Jahre Asthma	265
Heilkraft Selbsterkenntnis	287

Rätselhafte psychische Leiden	297
Simone	15 Jahre Depressionen 299
Niels	20 Jahre Ungewissheit 321
Peter	25 Jahre Erschöpfung 331
Clara	30 Jahre Blockaden 361
Klaus	55 Jahre Grundtrauer 375
Brigitte	60 Jahre Angst und Panik 393
Kurt	61 Jahre qualvolle Nächte 417
Jeanette	62 Jahre Instabilität 429
Marianne	75 Jahre Schlafstörungen 453
Bernd	Symptombotschafter Kind 489
Träume sind seelische Räume	507

Leseprobe 1

Aus dem 1. Kapitel: *Was ist Detektivische Medizin?*

Was ist Detektivische Medizin?

Detektivische Medizin behandelt ausschließlich rätselhafte Krankheiten sowohl körperlicher als auch seelischer Art. Das ist im Kern ein geistiger Ansatz, der verstehende Methoden wie Traum und Trance einsetzt, um das Rätsel nicht von außen durch Apparate oder Medikamente zu lösen, sondern von innen durch Verstehen. Das Unterbewusstsein der krank gewordenen Person kennt die Lösung des Rätsels. Aber auf empirische Methoden reagiert es nicht. Es will gehört und verstanden werden.

Wissenschaftlicher Standpunkt

In diesem Abschnitt werden der wissenschaftliche Standpunkt und der ganzheitliche Ansatz der Detektivischen Medizin erläutert. Im Kern geht es aber eigentlich gar nicht um Medizin im üblichen Sinne, sondern um einen geistigen Ausweg aus rätselhaften Krankheiten. Um das darzustellen, muss ich einen kurzen Ausflug in die Methodologie machen. Das ist ein sehr theoretisches Gebiet, in dem man sich Gedanken macht über den wissenschaftlichen Standpunkt.

In jeder Wissenschaft bestimmen die Methoden, auf welchem Fundament die Wissenschaftler stehen und von welchem Blickwinkel aus sie die Welt erforschen. Und da die Welt nicht homogen ist, sind verschiedene Methodentypen nötig.

Die recht bekannte Methodologie des deutschen Philosophen Wilhelm *Dilthey* (1833–1911) unterscheidet zwischen zwei grundverschiedenen Methodentypen, nämlich *Empirie* und *Hermeneutik*. Der erste Typ wird in den Naturwissenschaften und auch in der Medizin eingesetzt, der zweite in der Philologie, Philosophie, Soziologie und vielen anderen Geisteswissenschaften wie Literaturwissenschaft, Musik, Malerei usw.

Dilthey selbst gilt als der Begründer der Geisteswissenschaften. Seiner Überzeugung nach eignet sich die Empirie zum Erforschen und Erklären der Natur da draußen und die Hermeneutik zum Einfühlen und Verstehen der inneren Natur des Menschen.

Beide Methoden führen zur *Erkenntnis*. Die Naturwissenschaften wollen Erkenntnisse gewinnen über die Natur, die Geisteswissenschaften wollen Erkenntnisse erzielen über den Menschen. Diese zwei Wege sind völlig unterschiedlich, weil ihr jeweiliger Untersuchungsgegenstand anders geartet ist. Dilthey schreibt:

»Man kann Goethes Dichtung nicht durch die Analyse seines Gehirns verstehen.« (Gesammelte Schriften. Band I, S. 9).

Hermeneutik befasst sich mit Nachempfinden von Weisheit, Tiefsinn und auch Emotionen des Menschen. Sie will den Sinn aufspüren, der in einem Kunstwerk steckt. Sie will begreifen, was uns beim Hören einer Melodie ergreift. Und das ist nur mit geisteswissenschaftlichen Methoden des Verstehens möglich.

Die Empirie kann mit solchen Zielen nichts anfangen. Sie sucht nach sichtbaren Fakten und handfes-

ten Zahlen. Sie muss die Untersuchungsgegenstände sehen, ihre Anzahl feststellen, ihre Eigenschaften beschreiben, ihre Größe und Gewicht messen, usw. Und wo das Sehen mit bloßem Auge nicht möglich ist, da werden technische Geräte entwickelt wie Mikroskop, Teleskop, Röntgen, Infrarotkamera, CT, MRT usw. Das Ergebnis der Messungen wird nicht nach Gefühl, sondern mathematisch exakt erfasst, statistisch dargestellt und in Kurven und Diagrammen präsentiert.

Durch empirische Erkenntnisse erklären wir, was in der Natur geschieht, durch hermeneutisches Verstehen bereichern wir unseren Geist um die Erlebnisse anderer Menschen. Diltheys methodologischer Kernsatz lautet:

»Die Natur erklären wir, das Seelenleben verstehen wir.« (Gesammelte Schriften. Band V, S. 144).

Damit möchte ich den kurzen Ausflug in die Methodologie beenden und das Ergebnis auf die Vorgehensweise in der Schulmedizin und der Detektivischen Medizin übertragen. Die Schulmedizin setzt ausschließlich empirische Methoden ein, um eine Diagnose zu stellen, während die Detektivische Medizin hermeneutische Methoden einsetzt, um zu verstehen, warum ein Mensch eine rätselhaft-

te Krankheit bekommen hat. Zur Veranschaulichung ein Fallbeispiel, das klar zeigt, wo es zum hermeneutischen Verstehen keine Alternative gibt.

Eine Frau (80 Jahre alt, für ihr Alter recht fit) fällt zum dritten Mal innerhalb von vier Monaten in Ohnmacht. Jedes Mal wird sie mit Blaulicht und unter notärztlicher Begleitung in die Klinik transportiert. Jedes Mal führt man bei ihr umfangreiche Untersuchungen und zahlreiche Messungen durch, und jedes Mal findet man organisch gar nichts. Dies ist ein typisches Beispiel für eine rätselhafte Krankheit: kein körperlicher Befund, aber ein ernsthaftes Symptom! Die Dame hat nun Angst, sie könnte irgendwann wieder in Ohnmacht fallen und dabei unentdeckt liegen bleiben. Was ist zu tun? Feststeht, dass die Schulmedizin in diesem Fall vor einem Rätsel stand und nicht helfen konnte. Empirisch jedenfalls war das Rätsel nicht zu lösen.

Die Tochter der Patientin hört einen Vortrag von mir und denkt dabei sofort an die Situation ihrer Mutter. Nach dem Vortrag kommt sie zu mir und bittet mich um Hilfe. Nach einem Telefonat mit der Mutter sage ich zu. Beim ersten Gespräch erzählt mir die Patientin, dass sie jedes Mal in der Klinik aufgewacht sei und sich daher an nichts erinnere. Ich fragte sie, bei welchen Tätigkeiten sie in Ohnmacht gefallen sei, und sie antwortete nach langem

Nachdenken: Eigentlich immer in der Kirche, das letzte Mal während des Gottesdienstes.

Bei dieser Antwort vermutete ich eine moralische Ursache, die in der Kirche aus dem Unterbewusstsein auftaucht und so erdrückende Schuldgefühle auslöst, dass die Person in Ohnmacht fällt. Darum stellte ich die Frage:

Welche Bedeutung hat die Kirche für Sie?
Und sie antwortete spontan: »Da stehe ich vor Gott.«

Dann fragte ich:

Und welche Sünde haben Sie begangen?

Ich hatte diese Frage kaum zu Ende gesprochen, da wurde sie kreidebleich und bekam einen Weinkrampf. Nachdem sie sich beruhigt hatte, erzählte sie mir ein Geheimnis, das sie in ihrem Leben noch niemandem anvertraut hatte. Und sie betonte mit Nachdruck:

Niemandem! Nicht einmal meinem verstorbenen Mann habe ich es erzählt. Wir waren 58 Jahre verheiratet.

Was quälte diesen Menschen innerlich so sehr, dass sie drei Mal in Ohnmacht gefallen war? Hier ist die Geschichte.

Mit etwa sieben Jahren war sie Opfer sexualisierter Gewalt geworden. Es war ein Nachbarjunge, der Dinge mit ihr getan hatte, die sie nicht verstehen konnte. Zugleich musste sie ihm hoch und heilig versprechen, niemandem davon zu erzählen, da sonst, so die Drohung des Jungen, würden sie und ihre ganze Familie von Gott bestraft werden.

Das war vor 73 Jahren, und seitdem fühlt sie sich schuldig. Einerseits denkt sie, dass sie bei einer sündhaften Tat mit dabei war, andererseits fühlt sie sich für ewig und alle Zeiten an ihr Versprechen gebunden. Unbewusst hat sie noch immer Angst vor Gottes Strafe und kann daher über dieses belastende Geschehen nicht reden. Darin lag ihre eigene Verstrickung, die solange wirksam bleibt, bis sie ins richtige Licht gestellt und klar erkannt wird. Was der Patientin fehlte, war also eine Selbsterkenntnis.

In der Kirche nun steht sie vor Gott, der ja alles weiß, und sie schämt sich. Ihre Erinnerungen hatte sie zwar gründlich verdrängt, aber durch die Berichte über den Missbrauchsskandal in der Kirche waren sie aufgeweckt worden. Daher die Ohnmachtsanfälle.

Im ersten Schritt habe ich ihr ins Bewusstsein gehoben, was geschehen ist und wer daran die Schuld trägt. Diese Erkenntnis war für sie sehr erleich-

ternd. Im zweiten Schritt hat sie sich selbst verstanden. Der Junge hatte sie manipuliert und ihr eine falsche Konsequenz in den Kopf gesetzt. Als sie diese Selbsterkenntnis erlangte, war der Spuk vorbei. Aus dem strafenden Gott des Nachbarjungen wurde der liebe Gott, der ihr nun bei der Bewältigung des ihr angetanen Unrechts beisteht. Ergebnis: Ein einziges Gespräch und das Symptom Ohnmacht verschwand für immer.

Frage: Ist dieses Vorgehen in empirischem Sinne wissenschaftlich? Antwort: Nein! Frage: Hätte die empirische Medizin als Wissenschaft dieser Patientin helfen können? Antwort: Wohl kaum! Wie Antoine de St.-Exupéry sagt:

»Das Wesentliche ist für das Auge unsichtbar.«

Das ist der Grund, weshalb die Schulmedizin gelegentlich fürs Wesentliche blind ist. Sie glaubt, alles ließe sich durch Sehen, Messen und Wiegen diagnostizieren, also empirisch erkennen. Sieht man im Menschen nur Fleisch und Knochen, mag es auch klappen. Doch die unnötige Eingrenzung auf methodische Monokultur wird dem Menschen als Einheit von Körper, Seele und Geist nie gerecht. Ob man nun die ganzheitliche Methode der Detektivischen Medizin als wissenschaftlich adelt oder als unwissenschaftlich tadelt, ist unerheblich. Das

Wesentliche ist, dass den kranken Menschen geholfen wird. Wer heilt, hat recht.

Jede methodische Monokultur führt an eine Grenze. Man hat den genialen Physiker Albert *Einstein* (1879–1955) einmal gefragt, ob es möglich wäre, die empirischen Methoden der Physik überall anzuwenden. Hier ist seine Antwort:

»Ja, das ist denkbar, aber es hätte doch keinen Sinn. Es wäre eine Abbildung mit inadäquaten Mitteln, so als ob man eine Beethoven-Symphonie als Luftdruckkurve darstellte.« (*Born, Max: Erinnerungen an Einstein. In: Physikalische Blätter 7/1965, S. 300*).

Rein empirisch betrachtet, war die 80-jährige Patientin kerngesund. Das bewiesen die Blutuntersuchungen, Laboranalysen und andere Werte. Aber sie hatte faktisch und unübersehbar eine rätselhafte Krankheit. Das Problem war indessen nicht die Krankheit bzw. das sichtbare Symptom, sondern die für das Auge unsichtbare Verstrickung der Person in einen moralischen Konflikt. In dem Augenblick, als die Patientin ihren eigenen Anteil an den Ohnmachtsanfällen erkannte, verstand sie sich selbst. Und schon verschwand das Symptom. Wie man sieht, geht die Detektivische Medizin hermeneutisch und ganzheitlich vor. Sie versucht, den Zu-

sammenhang zwischen Körper, Seele und Geist im sozialen Kontext zu verstehen.

Im Fokus stehen verspannte Beziehungen zum Vater oder zur Mutter, verdrängte Erlebnisse in der Kindheit, verletzte Gefühle in der Pubertät, Mobbing in der Schule, belastende Konflikte in der Paarbeziehung und viele ähnliche Erlebnisse. Das sind die Auslöser von rätselhaften Krankheiten. Die Krankheitssymptome können erst Jahre oder Jahrzehnte später auftreten, sei es im Körper oder in der Seele. Aus großer zeitlicher Distanz ist es nun sehr schwer, den sozialen Kontext in Erinnerung zurückzurufen, in dem die Krankheit entstand. Ohne diesen Entstehungszusammenhang zu erkennen, kann man aber rätselhafte Symptome nicht zum Verschwinden bringen. Wie hat doch Platon so schlicht und vortrefflich bemerkt!

»Das ist der größte Fehler bei der Behandlung von Krankheiten, dass es Ärzte für den Körper und Ärzte für die Seele gibt, wo beides doch nicht getrennt werden kann.«

Arbeitsmethoden

Fünf Methoden kommen in der Detektivischen Medizin zur Anwendung, die erste, zweite und fünfte immer, die dritte und vierte entweder alternativ oder nacheinander.

- Die *erste* Methode heißt *Vorarbeit*. Die Leidenden werden vorweg gebeten, einen Bericht über ihre Leidensgeschichte zu verfassen und darin Informationen zu geben, wann die Krankheit begonnen hat und welche Ergebnisse die bisherigen Behandlungen erzielt haben. Außerdem sollen sie eigene Vermutungen über den Auslöser äußern. Schließlich sollen sie erwähnen, wodurch ihre Symptome besser oder schlechter werden. Das geschieht schriftlich, noch bevor der erste Termin vereinbart wird.
- Die *zweite* Methode heißt *Bewusstseinsarbeit*. Hier wird in den aktiven bzw. reaktivierbaren Erinnerungen der betroffenen Person nach einer möglichen *Ursache* für die Entstehung der rätselhaften Krankheit gesucht. Ermittelt werden Anhaltspunkte dafür, ob die körperliche Krankheit einen seelischen, geistigen oder sozialen Auslöser hat. Davon hängt es ab, ob für die Heilung Traumarbeit oder Trancearbeit in Frage kommt.

- Die *dritte* Methode heißt *Traumarbeit*. Sie ist der seelische Weg zur Heilung. Ihr Ziel ist, in den Träumen die Lösung des Rätsels zu finden, und ihr Ergebnis ist eine neue Selbsterkenntnis über die eigene Verstrickung in die Krankheit.
- Die *vierte* Methode heißt *Trancearbeit*. Sie ist der geistige Weg zur Heilung. Ihr Ziel ist, in der Trance die Lösung des Rätsels zu finden. Wie beim Traum führt auch die Trance zu einer neuen Selbsterkenntnis und öffnet den Betroffenen die Augen für ihre eigene Verstrickung in die Krankheit.
- Die *fünfte* Methode ist die *Begleitung*. Sie ist notwendig, weil jede Erkenntnis und erst recht jede Selbsterkenntnis die Welt- und Selbstsicht der betroffenen Person verändert, sie bisweilen sogar auf den Kopf stellt. Diese neue Sicht ist zu Beginn völlig fremd und gänzlich ungewohnt. Daher kann sie in den ersten Tagen Verwirrungen oder Irritationen auslösen. Die Begleitung sorgt für Klarheit und Stabilität.

Leseprobe 2

Aus dem 2. Kapitel: *Körperliche Leiden*

Cordula: 23 Jahre Neurodermitis

Cordula (60 Jahre, Apothekerin, verheiratet, zwei erwachsene Töchter) war die erste Patientin, die im Rahmen des Pilotprojekts Dermatologie/Krisenpädagogik zu mir geschickt wurde. Ich bat sie um eine schriftliche Schilderung ihrer Symptome und deren mögliche Entstehungsursachen. Den Bericht dokumentiere ich hier in der von mir redigierten Fassung.

1. Vorarbeit

Sehr geehrter Herr Prof. Amini,

hier ist die gewünschte Beschreibung meiner Symptome. Ich hoffe, sie ist hilfreich für Ihre Arbeit.

- Ich leide seit 23 Jahren unter Neurodermitis.
- 20 Jahre lang hat das Kortison die Symptome gelindert.
- In den letzten 3 Jahren aber wirkt das Mittel nicht mehr.

- Mein Gesicht ist ständig rot.
- Meine Augen sind chronisch angeschwollen.
- Um den Mund herum ist die Haut schuppig.
- Seelisch geht es mir nicht gut. Ich mag nicht mehr in den Spiegel schauen. Bin sehr traurig.

Zu meinem Beruf: Ich bin Inhaberin einer kleinen Apotheke und habe Existenzsorgen. Ich kann klar an meiner Haut beobachten, wie die Symptome durch die finanziellen Sorgen jeden Tag schlimmer werden.

Aktuell bin ich am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein bei Frau Prof. Dr. *Fölster-Holst* in Behandlung. In der letzten Visite erzählte sie über Ihre geistigen Methoden und empfahl mir, Sie zu kontaktieren. Deshalb bitte ich um einen Termin.

Freundliche Grüße, Cordula

2. Bewusstseinsarbeit

Datum des ersten Gesprächs am 11. Juli 2018,
Dauer 42 Minuten, Aufzeichnung per Video.

Zu Beginn stand die Frage, warum kortisonhaltige Medikamente, die 20 Jahre recht gut gewirkt und die Symptome gelindert hatten, seit drei Jahren

nicht mehr anschlügen. Unsere detektivische Suche führte zu folgenden Ergebnissen und Erkenntnissen:

- Vor gut drei Jahren war Cordulas Mutter verstorben. Zu ihr hatte sie eine sehr enge und vertraute Bindung. Das kam als erste Quelle für die Entstehung der Kortisonresistenz in Frage.
- Cordula hat zwei Töchter, eine Adoptivtochter (27 Jahre) und eine leibliche (24 Jahre). Während die leibliche Tochter nie schulische Probleme hatte, war die Adoptivtochter, was Schulaufgaben betraf, immer ein Problemkind. Während der gesamten Schulzeit hatte sie Lern- und Leistungsprobleme, und das bereitete Cordula großen Kummer, zumal sie selbst von Natur eine ehrgeizige und erfolgsorientierte Persönlichkeit ist. Sie organisierte Nachhilfeunterricht, sprang teilweise auch selbst ein und half, wo sie nur konnte. Doch diese Maßnahmen reichten nicht aus. Also telefonierte Cordula täglich mit ihrer Mutter und berichtete über ihre Situation. Dabei stellte sich heraus, dass ihre Mutter eine wunderbare ZuhörerIn ist und darüber hinaus auch gut umsetzbare Ideen hatte. So wurde aus der Mutter zunehmend eine wertvolle und bald unverzichtbare Beraterin.

- Als die Mutter vor gut drei Jahren starb, stand Cordula plötzlich alleine da. Es fehlten ihr die täglichen Gespräche und Ratschläge. Von nun an musste sie ihre Probleme allein lösen und ihre Entscheidungen ohne eine Ratgeberin treffen. Das empfand Cordula als *Überforderung*. Damit erhärtete sich die Vermutung, dass die Unwirksamkeit von Kortison mit dem Verlust ihrer Mutter zusammenhängen könnte.
- Zum privaten Stress kamen noch berufliche Belastungen hinzu. Cordula musste ihre Apotheke verkaufen bzw. gegen eine kleinere umtauschen. Die Einnahmen gingen deutlich zurück, sodass Cordula an die Grenze ihrer finanziellen Belastbarkeit kam. Sie sah, wie ihr privat und beruflich immer mehr misslang, und das erzeugte bei ihr Versagensängste. Ergebnis: *Die doppelte Belastung schien der Auslöser von Kortisonresistenz zu sein.*

Wir sprachen über die Mutter-Tochter-Beziehung näher und kamen zu dem Ergebnis, dass Cordula sich in einer Doppelrolle befand. In der einen Rolle war sie Kind und Tochter, in der anderen Chefin und Mutter. Was die erste Rolle betraf, so vermisste sie die Mama, die eine geduldige und gelassene Persönlichkeit war, einfühlsam zuhören und kompetente Ratschläge geben konnte. In der zweiten

Rolle als Chefin einer Apotheke und Mutter von zwei Kindern gelang es ihr nicht immer, gelassen zu bleiben und souverän zu handeln, wenn es im Beruf Finanzprobleme und bei der Adoptivtochter Schulprobleme gab. Sie wurde zunehmend unsicher, fühlte sich sowohl beruflich als auch privat überfordert und entwickelte mit der Zeit erdrückende Versagensängste. Soweit die Analyse. Nun einige Kernpassagen aus unserem Gespräch.

Bijan Amini: Die ständige Angst davor, eine Fehlentscheidung zu treffen, beruflich Konkurs anmelden zu müssen und auch privat die nötige Nachhilfe bei den Schulaufgaben der Tochter nicht bewältigen zu können, ist schon extrem belastend. Ich kann mir vorstellen, dass diese Last Sie tief beunruhigt, sodass Sie sich in Ihrer Haut nicht mehr wohlfühlen. Das wäre Grund genug für die Verschlimmerung Ihrer Symptome. Diese waren 20 Jahre rein körperlicher Natur, aber seit drei Jahren haben sie womöglich zusätzlich noch seelische Wurzeln bekommen (Finanzieller Druck, beruflicher Stress, private Unsicherheit). Gegen all das kann das Kortison offenbar nichts ausrichten. Was sagen Sie zu dieser Vermutung?

Cordula: Ich weiß nicht (*denkt nach ...*). Das klingt plausibel. Ja, ich glaube, das trifft zu.

Bijan Amini: Um sicher zu gehen, dass meine Vermutung zutrifft, erzählen Sie bitte über weitere stressige Situationen in Ihrem aktuellen Leben.

Cordula erzählte konkret, welche Situationen sie in jüngster Zeit besonders verunsichert hätten. Wir analysierten sie, und dabei bestätigte sich die Vermutung eindeutig. Es waren allesamt Situationen der Wahlklemme und unsicheren Entscheidungen. Ergebnis: Der Hauptgrund für die private Belastung war die Adoptivtochter, und der Hauptgrund für die berufliche Belastung die enge Finanzsituation. Ich fasste das Ergebnis so zusammen:

Überforderung verursacht Stress, und Stress führt zur Unsicherheit und Versagensangst. Diese seelische Belastung verstärkt die Neurodermitis, sodass das Kortison jetzt nichts ausrichten kann. Seit dem Tod Ihrer Mutter ist die Neurodermitis nicht mehr nur körperlich, sondern auch zusätzlich seelisch bedingt.

Cordulas spontane Reaktion war kräftig und eindeutig. Sie bestätigte, dass diese Beschreibung voll und ganz auf ihre Situation zutraf. Damit hatten wir eine neue Erkenntnis über die Entstehungsursache des Problems *Kortisonresistenz*. Nun mussten wir eine Lösung finden. Wir entschieden uns für die Induktion eines Traumes und erarbeiteten gemeinsam folgende Formel:

Ich bitte um einen Traum, der mir hilft, Probleme, über die ich bis jetzt mit meiner Mutter gesprochen habe, von nun an alleine zu lösen. Und ich möchte mich nach dem Aufwachen an alles erinnern, was ich geträumt habe.

Damit war das erste Gespräch zu Ende. Ich empfahl Cordula, die Bitte um den helfenden Traum inständig, aber ohne Erwartungsdruck auszusprechen. Ob der Traum kommen würde oder nicht, liege ohnehin nicht in ihrer Hand. Daher sei es eher kontraproduktiv, wenn sie sich selbst unnötig unter Leistungsdruck setzen würde.

Der Traum kam nicht, und ich empfahl Cordula, weiterhin jede Nacht vor dem Schlafen die Bitte auszusprechen. Dann klappte es endlich in der sechsten Nacht nach unserem ersten Gespräch. Cordula rief mich spontan an, und ich bat um einen schriftlichen Text über den Inhalt ihres Traumes. Die schriftliche Schilderung kam einige Stunden später, sodass wir das zweite Gespräch noch am Abend durchführen konnten. In der Zwischenzeit redigierte ich den Traumtext und vertiefte mich in jedes Wort und jeden Satz.

3. Traumarbeit

Am 17. Juli 2018 führten wir die Traumarbeit durch. Es dauerte 30 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet.

Bevor Cordula ihren Traum erzählte, klagte sie darüber, dass ihre Symptome in den vergangenen sechs Tagen seit unserem ersten Gespräch erheblich schlimmer geworden seien. In der Tat sah man zu Beginn die auffällige Rötung in ihrem Gesicht deutlich. Dann erzählte sie ihren Traum wie folgt:

Cordula: Gestern Nacht habe ich geträumt, dass ich von der Arbeit nach Hause kam. Zu meiner Überraschung saßen in der Küche vier junge Männer im Alter von etwa 14 bis 17 Jahren. Ich kannte keinen von ihnen. Auf dem Tisch lagen Medikamente, die sie aus meiner Apotheke gestohlen hatten. Es waren rezeptpflichtige Substitutionsmittel, also Medikamente, die Drogensüchtigen verschrieben werden. Diese müssen immer im Panzerschrank der Apotheke aufbewahrt werden. Die Vorstellung, dass die Jungs den Panzerschrank meiner Apotheke geknackt hatten, versetzte mir einen Schock. Trotzdem bewahrte ich zu meiner Überraschung Ruhe und ließ mir die Aufregung nicht anmerken. Dann führte ich eine freundlich entspannte Unterhal-

tung mit den Jungs. Und sie fanden mich ganz sympathisch.

Nach einer Weile ging ich unter dem Vorwand, etwas zu holen, ins Wohnzimmer und rief heimlich die Polizei an. Anschließend ging ich wieder zurück zu den Jungs und setzte die Unterhaltung fort, bis die Polizei eintraf. Das war die Erlösung. Die Jungs wurden verhaftet und in Handschellen abgeführt. Das war mein Traum. Er war so real, dass ich nach dem Aufwachen eine ganze Weile brauchte, um wahrzunehmen, dass es ein Traum war und nicht die Wirklichkeit.

Auf meine Frage, ob Cordula mit ihrem Traum etwas anfangen könne, antwortete sie, sie finde ihn interessant, vor allem wegen ihres mutigen Verhaltens, aber in Bezug auf ihr Problem überhaupt nicht hilfreich. Was hätten diese Diebe mit ihrer Neurodermitis zu tun? Da sehe sie beim besten Willen keinen Zusammenhang.

Bijan Amini: Schauen wir uns gemeinsam die Traumelemente an und versuchen zu verstehen, was Ihnen Ihre Seele sagen will. Sie kommen allein nach Hause und finden da vier junge Einbrecher gemütlich in Ihrer Küche sitzen. Es ist ersichtlich, dass diese Jungs Diebe sind und re-

zeptpflichtige Medikamente aus dem Panzerschrank Ihrer Apotheke gestohlen haben. Wäre diese Situation real, wie würden Sie sich verhalten?

Cordula (*Lacht ...*): Ich würde vor Angst in Ohnmacht fallen. Ich würde kein Wort über die Lippen bringen. Ich habe keine Vorstellung, was ich in einer solchen Situation sagen, geschweige denn tun könnte. Es ist ja gefährlich. Die jungen Männer könnten über mich herfallen, mich vergewaltigen oder töten.

Bijan Amini: Und im Traum? Wie haben Sie sich verhalten? Ruhig, souverän und vor allem taktisch klug. Sie waren zuversichtlich, dass Sie eine Lösung finden würden. Und nachdem es Ihnen gelang, das Vertrauen der Einbrecher zu gewinnen, benachrichtigten Sie heimlich die Polizei. Sie haben also eine sehr gefährliche Situation klug und hervorragend gemeistert. War es nicht so?

Cordula: Es stimmt hundert Prozent. Da wundere ich mich selbst darüber, wie ich das geschafft habe. Im wirklichen Leben wäre ich in einer solchen Situation verloren gewesen.

Bijan Amini: Einen guten Rat kann man immer brauchen. Doch dadurch, dass Sie bei jeder

Kleinigkeit gleich Ihre Mutter konsultiert haben, ist in Ihrem Verhalten eine Art Gewohnheit, Bequemlichkeit bzw. Trägheit entstanden. Sie bekamen bei der Bewältigung von täglich anfallenden Aufgaben und dringenden Entscheidungen automatisch Hilfe durch Ihre Mutter. Genau das fehlt Ihnen aber seit gut drei Jahren. Hier liegt der Kern Ihres Problems. Sie sind schlicht und einfach aus der Übung gekommen. Doch Sie sind 60 Jahre alt und haben in Ihrem Leben sehr viele Situationen erfolgreich bewältigt und unzählige Entscheidungen allein getroffen. Warum sollten Sie jetzt auf einmal versagen? Die Versagensangst kommt nicht daher, dass Sie inkompetent geworden wären, sondern einzig und allein dadurch, dass Ihre bisherige Beraterin nicht mehr da ist. Das Problem liegt lediglich in der Umgewöhnung bzw. Umstellung. Was Sie so hilflos macht, ist die Macht der Gewohnheit, die sich in den letzten drei Jahren eingeschlichen hat.

Schauen wir nun aus diesem Blickwinkel auf Ihren Traum. Ich verstehe ihn so, dass Ihre Seele mit der Inszenierung dieses Traumes Ihnen einen Spiegel vorhält, in dem Sie sehen, wie kompetent und klug Sie eigentlich sind und wie Sie eine gefährliche Situation alleine bewältigen können. Im Traum kommen Sie nicht auf die

Idee, Ihre Mutter anzurufen und sie um Rat zu bitten. Sie handeln besonnen und souverän. Sie lösen das Problem ohne fremde Hilfe – genauso, wie Sie es 60 Jahre lang eigentlich getan haben. Was Ihnen der Traum nicht nur übermitteln, sondern sogar konkret zeigen will, lautet:

Cordula, hab Vertrauen in die eigene Kraft und sei zuversichtlich!

Und wenn Sie schon mit einer derart gefährlichen Situation alleine so souverän fertig werden konnten, dann werden Sie auch alle Alltagsprobleme locker meistern. Ich möchte die Botschaft Ihres Traumes so formulieren:

Cordula, du bist kein Kind mehr; das bei jeder Kleinigkeit nach Mama rufen muss. Du schaffst alles hervorragend auch allein. Verlass dich auf die eigenen Fähigkeiten!

Als Cordula diese Sätze aus meinem Munde hörte, strahlte sie vor Freude und sagte, sie fühle sich unbeschreiblich erleichtert. Denn Selbstständigkeit sei immer das gewesen, worauf sie stolz gewesen sei. Der Traum hätte ihr die Augen dafür geöffnet, dass sie ihren Weg nach drei Jahren Unterbrechung mutig fortsetzen solle. Damit war unser zweites Gespräch zu Ende.

Vor dem Verabschieden sagte Cordula, sie spüre in diesem Augenblick ein starkes Bedürfnis, auf der Stelle Frau Prof. *Fölster-Holst* anzurufen, um ihr zu sagen, wie glücklich sie über ihre Empfehlung sei. Sie zog ihr Mobiltelefon aus ihrer Tasche und rief an. Für Frau Prof. Fölster-Holst war der Anruf eine überraschende Freude. Das Telefonat dauerte etwa sieben Minuten, und ich konnte in dieser kurzen Zeit deutlich beobachten, wie die Röte in Cordulas Gesicht von Minute zu Minute weniger wurde und schließlich vollständig verschwand.

Das Foto rechts dokumentiert ihren Zustand nach dem Telefonat. Links zum Vergleich ist das Foto aus dem ersten Gespräch. Ich habe es von der Videokamera übernommen. Vergleicht man beide Fotos, so sieht man die Wandlung, die Cordula unmittelbar nach der Traumarbeit erlebt hatte. Ich holte einen Spiegel, und Cordula konnte es nicht fassen. Sie sprach von einem Wunder, das geschehen sei.

3. Begleitung

Erste Rückmeldung am 21. Juli 2018

Vier Tage nach der Traumarbeit bekam ich folgende Zeilen von Cordula:

Sehr geehrter Herr Prof. Amini,

mir ist wirklich ein Wunder geschehen! Ich kann es immer noch nicht fassen und bin über mich selbst verwundert. Ich stecke voller Energie, ich bin so erleichtert, erfreut und glücklich, dass ich keine Salben mehr brauche. Das wollte ich gern mit Ihnen teilen. In tiefer Dankbarkeit sende ich Ihnen liebe Grüße, Cordula



Cordula am 11. Juli 2018
während des ersten
Gespräches



Cordula am 17. Juli 2018
am Ende des zweiten
Gespräches

4. Fazit

23 Jahre Leidensgeschichte ging innerhalb von sechs Tagen durch zwei Gespräche von insgesamt 72 Minuten zu Ende. Cordula wurde tatsächlich und nachhaltig symptomfrei. Über Monate hinweg hielt sie Kontakt zu mir und schrieb immer wieder, wie glücklich sie sei.

Den Fall Cordula habe ich in mindestens 20 Vorträgen exemplarisch für die Arbeit der Detektivischen Medizin referiert. Bei einem Vortrag war Cordula selbst anwesend. Ich habe sie weder vor noch während des Vortrages vorgestellt. Nach dem Vortrag gab es Fragen aus dem Publikum. Dabei war sowohl Bewunderung zu hören als auch Skepsis. Ich sagte:

»Meine Damen und Herren, bitte sagen Sie mir offen und ehrlich, ob Sie an die Wahrheit dieser Geschichte glauben oder nicht.«

Langes Schweigen! Dann meldete sich jemand und sagte: Wenn Sie es wirklich wissen wollen, sage ich, dass mir Ihre Art vorzutragen zwar glaubhaft erscheint, aber es ist doch unmöglich, dass jemand, der 23 Jahre an Neurodermitis gelitten hatte, innerhalb von sechs Tagen völlig symptomfrei wurde. Das gibt es doch nur bei Zauberern und Heilern.

Ich dankte ihm für seine Offenheit und übergab das Mikrofon an Cordula. Sie stellte sich vor und erzählte etwa 10 Minuten ihren Heilungsprozess in eigenen Worten. Die Stimmung im Auditorium kann ich mit Worten nicht beschreiben.

Die beiden Videoaufzeichnungen von Cordulas Beratungsgesprächen kann man in der Originalfassung (unbearbeitet und ungekürzt) in den genannten Websites anschauen.

Paul: 6 Jahre lahme Füße

Am 7. Februar 2019 hielt ich einen Vortrag über Heilräume. Im Anschluss daran kam ein Zuhörer zu mir und fragte, ob er einen Termin bei mir buchen könnte. Ich fragte ihn nach dem Grund, und er sagte, dass er lahme Füße hätte. Ich bat ihn, mir einen Bericht zu schreiben, seine Symptome zu schildern und mögliche Verursacher zu benennen.

Am 10. Februar 2019 bekam ich den Bericht von Paul (63 Jahre, geschieden, Firmenchef eines Familienbetriebs in der dritten Generation). Im Folgenden dokumentiere ich diesen Bericht in der sprachlich redigierten und von Paul ergänzten Fassung.

1. Vorarbeit

Sehr geehrter Herr Prof. Amini,

wie vereinbart wende ich mich nach Ihrem eindrucksvollen Vortrag am 7. Februar in meiner Verzweiflung an Sie.

- Mein Hauptsymptom sind meine lahmen Füße.
- Ich kann mich kaum bewegen.
- Das führt zur Gewichtszunahme.
- Dadurch fühle ich mich unwohl.

- Die Folgen sind: Ich schlafe schlecht ein.
- Ich grüble endlos im Bett.

Sonst geht es mir eigentlich recht gut. Ich lebe in einer glücklichen Lebenspartnerschaft. Unsere Hobbys sind Segeln, Campen und Reisen mit unserem Wohnmobil. Leider kann ich wegen der Lähmung in meinen Füßen keine weiten Strecken mehr segeln. Die sportlichen Aktivitäten musste ich sukzessive reduzieren. Heute kann ich praktisch gar keinen Sport mehr machen, was mich sehr belastet.

Meine Leidensgeschichte begann vor sechs Jahren. Da war ich 57 Jahre alt. Zuerst spürte ich eine schleichende Lähmung in den Füßen (links stärker als rechts). Danach nahm die Lähmung ständig zu, und die Situation wurde immer schlimmer. Aktuell humple ich sehr stark und kann mich nur sehr eingeschränkt bewegen. Sieht man von den Füßen aber ab, so befindet sich der Rest meines Körpers in guter und gesunder Verfassung.

Die Diagnose lautete: *Spinalkanal-Stenose im Lendenwirbel 3–5*. später stellte sich das jedoch als Fehldiagnose heraus. Was wirklich mit meinen Füßen los ist, weiß kein Arzt und kein Orthopäde. Organisch ist alles in Ordnung. Die in den vergangenen sechs Jahren zahlreich durchgeführten Untersuchungen (einschließlich CT und MRT) haben zu

keinem Befund geführt. Man steht vor einem Rätsel, und das belastet mich enorm.

2016 (vor drei Jahren) sagte ein Orthopäde, es müsse ein Stück Knochen vom Knöchel abgefräst werden. Das war nur eine Vermutung, und er war sich keineswegs sicher, aber ich willigte in meiner Verzweiflung in die OP ein. Ich hätte es besser nicht tun sollen, denn danach verschlechterte sich meine Situation erheblich. Durch die OP war eine Nervenschädigung hinzugekommen. Trotz aller Bemühungen heilt sie nicht.

Mir ist vollkommen klar, dass die Krisenpädagogik meine Füße nicht heilen kann. Dafür ist der organische Schaden jetzt schon zu groß. Ich will aber wissen, warum meine Füße Lähmungserscheinungen bekommen haben, und wäre glücklich, wenn Sie mir helfen könnten zu erkennen, womit die Lähmung zusammenhängt.

Mit freundlichen Grüßen, Paul

2. Bewusstseinsarbeit

Am 11. Februar 2019 haben wir das erste Gespräch durchgeführt. Es dauerte 34 Minuten und wurde per Video aufgezeichnet. Schon nach wenigen Minuten stellte sich heraus, dass die Lähmung der Füße eine seelische Ursache hat. Hier die rührende Geschichte, die Paul erzählte:

Pauls Vater *Johann* hatte seine Meisterprüfung bestanden und war entschlossen, seine Geliebte zu heiraten. Er war zu dieser Zeit gerade 22 Jahre jung, und es stand fest, dass er im Betrieb seines Vaters als Juniorchef einsteigen würde. Die ersten Vorbereitungen für die Hochzeit waren bereits im Gange, da hatte Johann einen schlimmen Unfall. Er wollte auf einen fahrenden Zug aufspringen. Dabei verlor er das Gleichgewicht, rutschte aus und fiel so unglücklich auf die Schienen, dass der Zug über seine Beine fuhr. Als er im Krankenhaus vom Koma aufwachte, waren seine beiden Unterschenkel amputiert.

Am nächsten Tag verlangte er nach Schreibpapier und Stift. Unter Tränen schrieb er an seine Geliebte, sie möge den Kontakt zu ihm bitte abbrechen und die Hochzeit vergessen, denn das Schicksal hätte ihn zum Krüppel gemacht.

Die Reaktion seiner Geliebten war unbeschreiblich. Sofort nach Erhalt des Briefes fuhr sie 600 Kilometer und stand unangemeldet im Krankenzimmer ihres Verlobten. Die Szene müsste eigentlich von einem Regisseur verfilmt werden, denn mit Worten kann man sie kaum beschreiben. Hier die Worte der Verlobten:

»Johann, ich liebe dich – ob mit Beinen oder ohne! Und ich will sofort mit den Hochzeitsvorbereitungen beginnen.«

Dann übernahm sie die Organisation und bereitete alles so perfekt vor, dass das Hochzeitsfest tatsächlich drei Monate später stattfand. So endete diese Geschichte, wenn man so sagen kann, mit einem Happy End.

Johann arbeitete wie geplant als Juniorchef in der Firma seines Vaters, und das junge glückliche Paar bekam ein Jahr später einen Sohn. Johann lieferte täglich eine vorbildliche Leistung ab, seine Frau engagierte sich ebenfalls im Betrieb und nahm bald die Position der Cheforganisatorin ein. Das junge Paar genoss hohe Anerkennung im Betrieb und Beliebtheit in der Nachbarschaft. Alles lief gut.

Doch da schlug das Schicksal zum zweiten Mal zu. Der Nachwuchs starb ein Jahr nach seiner Geburt

an einer Infektionskrankheit. Nun war die Mutter wütend auf das Leben. Sie fühlte sich vom Pech verfolgt und von Gott verlassen. Sie entwickelte ein abgrundtiefes Misstrauen gegenüber dem Schicksal. Ihm wollte sie von nun an nichts mehr überlassen. Sie beschloss, selbst die Regie zu übernehmen, und zwar über alles. Sie entwickelte eine pathologische Strategie, um gegen jeden künftigen Schicksalsschlag gewappnet zu sein. Es war ein Schutzschirm aus Gefühlskälte, schonungsloser Strenge und erbarmungsloser Bestrafung.

Im Betrieb übernahm sie die Regie von A bis Z, regierte mit eiserner Hand und kommandierte alle Mitarbeiter, als wäre sie die Chefin. Ihr Wort war Gesetz, und alle fürchteten sich vor ihr.

Zu Hause erteilte sie ihren Kindern Befehle und forderte bedingungslosen Gehorsam. Die Kinder bekamen Prügel wegen jeder Kleinigkeit und wurden bei Ungehorsam erbarmungslos bestraft. Wenn Paul etwas tat, was in den Augen seiner Mutter auch nur einen Hauch von Risiko in sich barg, wurde er für Stunden oder Tage eingesperrt. Schlimmer als die körperlichen Schläge war für die Kinder die emotionale Kälte, mit der die Mutter sie behandelte. Sie setzte eine starre Miene auf, mied jeglichen Blickkontakt und ignorierte sie tagelang.

Paul kann sich beim besten Willen nicht daran erinnern, dass seine Mutter ihn auch nur einmal herzlich gedrückt oder geliebt hätte. Zugleich tat der arme Junge alles, um die Mutter gnädig zu stimmen, was ihm aber nie gelang.

Für die Tochter hatte die Mutter noch weniger Liebe übrig als für den Sohn. Sie musste unaufhörlich und hart arbeiten, und wenn sie müde war, wurde sie von der Mutter beschimpft, sie sei stinkfaul. Deshalb wurde die Tochter in ihrer Jugend schon depressiv. Jetzt warf ihr die Mutter vor, Theater zu spielen. Das Ergebnis der mütterlichen Erziehung lässt sich in zwei Sätzen beschreiben:

- Der Sohn ist 63 Jahre und hat lahme Füße.
- Die Tochter ist 60 und nimmt seit Jahrzehnten Antidepressiva.

Positiv prägend für Paul war der Großvater. Wann immer der Schuljunge seinen Vater im Betrieb gleich neben dem Wohnhaus besuchte, nahm ihn der Großvater auf den Arm, ging mit ihm durch die Produktionsräume, erklärte ihm alles und flüsterte ihm schließlich ins Ohr:

»Eines Tages wirst du hier arbeiten und deinen Papa unterstützen.«

Als Paul erwachsen wurde, fand er *die* Liebe seines Lebens und heiratete sie. Endlich war er glücklich. Seine Frau war Lehrerin, aber dieser Beruf hatte nichts zu tun mit dem, was im Familienbetrieb hergestellt wurde. Das gefiel der Mutter ganz und gar nicht. Darum fiel ihr Urteil über die Schwiegertochter vernichtend aus. Sie sei für den Betrieb vollkommen untauglich und müsse verschwinden. Das war keine sachliche Ablehnung, sondern eine tiefe Verachtung. Paul sprang über seinen Schatten und reichte die Scheidung ein, obwohl er seine Frau noch liebte. Nach dem Tod des Großvaters übernahm Pauls Vater und nach dessen Tod Paul selbst die Betriebsleitung, wobei die eigentliche Chefin im Hintergrund die Mutter war und bis zu ihrem Tode auch blieb. Sie hatte alles und jeden unter Kontrolle.

Mit 60 Jahren übergab Paul die Leitung an einen Kollegen und nahm selbst für die restlichen fünf Jahre bis zu seiner Pensionierung lediglich als Berater am Firmengeschehen teil. Jetzt starb die Mutter. Und von dem Augenblick an, als sie unter die Erde kam, schlugen Pauls abgöttische Liebesgefühle für sie ins Gegenteil um, nämlich in abgrundtiefen Hass. Während unseres Gespräches zeigte Paul für seine Mutter tiefste Verachtung und pathologischen Hass.

Es ist wohl nicht schwer, in Pauls Biografie eine Erklärung dafür zu finden, warum er lahme Füße bekommen hatte. Auf den ersten Blick lag die Vermutung nahe, dass die Mutter den Sohn lahmgelegt hätte. Die Füße als Teil brachten den seelischen Zustand als Ganzes zum Ausdruck (Pars pro toto). Aber die Bewusstseinsarbeit führte zu einer weit spannenderen Erkenntnis. Pauls Verstrickung lag in einer doppelten Fixierung.

- Die erste Fixierung bestand darin, dass er 60 Jahre lang bedingungslos um die Zuwendung und Liebe seiner abgöttisch geliebten Mutter gebettelt hatte. Dieses pathologische Verhalten hatte ihn daran gehindert, sein Leben frei von mütterlichem Einfluss zu gestalten. Paul war nicht autonom seinen Weg gegangen, sondern gehorsam den von der Mutter verordneten, bis ihm die Füße den Gehorsam verweigerten.
- Die zweite Fixierung lag darin, dass Paul unmittelbar nach dem Tode der Mutter plötzlich einen vulkanartigen Hass gegen sie spürte. Was er sich zu ihren Lebzeiten nie getraut hatte, wollte er nun nachholen. Dieses Verhalten erzeugte nichts als negative Energie, die sich letztlich gegen ihn selbst richtete. Seitdem findet er keine innere Ruhe und keinen Schlaf, sondern er liegt im Bett und grübelt. Die erste Fixierung hatte seine Ver-

gangenheit vermasselt, die zweite drohte nun, seine Zukunft zu blockieren.

In der 16. Minute unseres Gespräches konfrontierte ich Paul mit meinen Eindrücken.

Bijan Amini: Sie haben unbewusst alles getan und geopfert, um die Liebe Ihrer Mutter zu gewinnen. Nun, da sie seit drei Jahren tot ist, kommen Sie sich wie ein Versager vor und hassen sie. Die Fixierung auf die Zuwendung der mütterlichen Liebe vermasselte Ihre Vergangenheit, die Fixierung auf den Hass wird Ihre Zukunftspläne vereiteln. Ihre Vergangenheit können Sie nicht mehr ändern, aber Ihre Zukunft können Sie retten. Tun Sie Ihrer Mutter nicht den Gefallen, dass sie noch im Tode weiter über Ihr Leben bestimmt! Die Lösung der ersten Fixierung liegt nicht darin, dass Sie eine zweite entwickeln. Pathologische Liebe lässt sich nicht durch pathologischen Hass neutralisieren.

Paul: Das verstehe ich nicht ganz.

Bijan Amini: Dann muss ich es deutlicher sagen. Ihre Mutter zeigte eine unglaublich rührende Liebe zu Ihrem Vater, nachdem er seine Beine verloren hatte. Es ist verständlich, dass Ihre kindliche Seele *unbewusst* eine Parallele zu Papa

herstellen wollte. Da opferten Sie Ihre Füße, um dort zu enden, wo Ihr Vater angefangen hatte. Sie brauchten keinen Unfall. Sie erledigten es aus eigener Kraft, damit die Mutter auch Sie so liebt, wie sie Ihren invaliden Vater geliebt hatte – alles unbewusst. Das war eine gewaltige Opfergabe, und ich wage die Behauptung, dass Ihre kindliche Seele mächtig stolz gewesen wäre, wenn Mama diese Opfergabe angenommen hätte. Aber sie tat es nicht. Nun sind Sie 63 Jahre alt und erfreuen sich bester Gesundheit mit Ausnahme der Füße. Ihre Vergangenheit können Sie nicht mehr korrigieren, aber für die Zukunft können Sie besser vorsorgen.

Paul wirkte sehr nachdenklich. Er sagte kein Wort und schaute mich lange schweigend an. Dann drehte er seinen Kopf zur Seite und starrte ins Leere. Schließlich bekam er feuchte Augen. Das war ein unbeschreiblicher Augenblick. In Paul brodelte ein Vulkan, aber äußerlich saß er ruhig und würdevoll aufrecht. Erst nach Minuten brach er sein Schweigen.

Paul: Sie haben recht (*Pause ...*). Sie haben weiß Gott recht. Als Sie gerade sprachen, liefen vor meinem inneren Auge entsetzliche Szenen ab.

Bijan Amini: Können Sie eine dieser Szenen schildern?

Paul: Ja, da ist eine Szene, als ich 14 war. Ich saß allein in einem kleinen Paddelboot und hatte großen Spaß. Da entglitt mir plötzlich das Paddel, und ich konnte das Boot nicht mehr steuern. Es trieb hinaus, und ich saß ohnmächtig drin. Zum Glück hatte eine Nachbarin mich gesehen und sofort meine Mutter alarmiert. Sie organisierte rasch ein Boot, das ausfuhr und mich zurückschleppte. Ich war heilfroh, als wir ankamen und ich wieder festen Boden unter den Füßen hatte. Da schlug mich meine Mutter vor allen Anwesenden grün und blau.

Nicht genug! Anschließend sperrte sie mich mehrere Tage ein.

Nicht genug! Als ich endlich aus dem Gefängnis entlassen wurde, zeigte sie mir Kälte ohne Ende. Wochenlang redete sie kein Wort mit mir. Das war die Todesstrafe für meine Seele.

Ich hatte dieses Erlebnis längst vergessen, aber als Sie sagten, dass ich meine Füße selbst lahmgelagt hätte, schoss mir diese Szene in den Sinn. Ich weiß noch, dass ich nach Jahren immer noch Schuldgefühle hatte, weil ich meiner Mutter Kummer bereitet hatte. Ich machte mir viele

Gedanken darüber, wie ich bei meiner Mutter Wiedergutmachung leisten könnte. Damals erschien *sie* in meinen Augen das Opfer. Während Ihrer Analyse wurde mir glasklar, dass das Opfer *ich* war. Ja, Sie haben recht. Ich habe meine Füße selbst lahmgelegt.

Hätte Paul diese Selbsterkenntnis früher gehabt, wäre ihm die Operation an seinem Knöchel sicher erspart geblieben. Für mich war klar, dass Paul dringend eine weitere Erkenntnis brauchte, um seinen Hass zu beenden. Nur dann würde seine nächtliche Hyperreflexion aufhören und er endlich ruhig schlafen können.

Bijan Amini: Ihre Mutter hat alles und jeden nach ihrem Willen bestimmt und beherrscht, nach ihrem Befehl geformt oder verformt. Die eigenen Kinder waren die unmittelbaren Opfer. Sie selbst haben körperlich, Ihre Schwester seelisch einen Schlag abbekommen. Aber so tief traurig und todernst dieses Resultat auch ist, Ihre Mutter tat es weder mit Absicht noch aus Boshaftigkeit. Es geschah vielmehr aus Gründen des Selbstschutzes. Denn sie wusste nur zu gut, dass sie einen *dritten* Schicksalsschlag nicht mehr würde verkraften können. Sie hätte den Verstand verloren oder hätte sich das Leben genommen. Und das

passt nicht zu einer so resoluten Persönlichkeit. Also legte sie sich einen Panzer aus Stahl und Beton an, damit kein weiterer Schlag der Lebensrute sie verletzen kann. Wurde sie aber doch einmal tangiert oder gar stark affektiert, dann verlor sie die Kontrolle über sich selbst. Sie ärgerte sich eigentlich nicht über den 14-jährigen Jungen, der das Paddel verloren hatte, sondern über das Schicksal, vielleicht über den erbarungslosen Gott. Was so ein Mensch verdient, ist eher *Verständnis* und *Mitleid* als Hass. Erkennen Sie in dieser Analyse die Ohnmacht Ihrer allmächtigen Mutter?

Paul (*Nachdenklich* ...): Aus dieser Perspektive hatte ich meine Mutter nie betrachtet. Es stimmt, was Sie sagen. Ihre Empathie für meine Mutter ist einleuchtend und wirkt auf mich versöhnlich. Mutter verdient weder Hochachtung noch Verachtung. Da haben Sie recht. Ich spüre gerade ein Gefühl der Erleichterung und Befreiung.

Bijan Amini: Ihr Gefühl zeigt den Beginn eines heilsamen seelischen Prozesses. Ich hoffe, Sie hören nach dieser Erkenntnis auf, *für* oder *gegen* Ihre Mutter zu leben, sondern nur noch *für sich selbst*. Um geistig frei zu sein und körperlich gesund zu leben, muss man das Vergangene hinter sich lassen. Das beginnt für Sie jetzt mit ei-

ner neuen Selbsterkenntnis. Ich bin zuversichtlich, dass Sie von nun an keine Einschlafprobleme mehr haben werden.

Paul (*Lächelnd* ...): Ich danke Ihnen für diese wunderbaren Worte. Ich fühle mich in der Tat wie aus einem Gefängnis befreit. Und die Erkenntnis, dass ich für die Lähmung meiner Füße selbst die Verantwortung trage, hilft mir, endlich das Rätsel zu lösen, das mich Tag und Nacht gequält hatte. Ich danke Ihnen sehr herzlich.

Das klang wie der Durchbruch zu einem neuen Sinn. Aber war es auch der Beginn eines Genesungsprozesses der Füße? Wohl kaum! Es wäre naiv anzunehmen, dass eine bereits entstandene körperliche Deformation sich über Nacht zurückbilden würde. Dennoch: Pauls Ziel wurde erreicht und sein Wunsch erfüllt. Das quälende Rätsel, warum er lahme Füße bekommen hatte, war gelöst. Der Bewusstseinsarbeit war die Befreiung vom unbewussten und zwanghaften Denken, Fühlen und Handeln gelungen.

Es blieb nun abzuwarten, ob Paul schon nach diesem Gespräch innere Ruhe und erholsamen Schlaf finden würde. Die Induktion eines Traumes schien nicht unbedingt nötig, denn die Selbsterkenntnis war erzielt worden.

3. Begleitung

Zehn Tage später meldete sich Paul mit einer erfreulichen E-Mail. Er schrieb, dass seine Füße nicht besser geworden wären, aber er habe einige Tage in seinem Wohnmobil am Meer Urlaub gemacht. Dort habe er nach langer Zeit endlich tief und erholsam geschlafen. Die räumliche Distanz zum Haus direkt neben der Firma sei wohltuend gewesen. Insgesamt fühle er sich seelisch deutlich besser.

4. Fazit

Diese rührende Geschichte zeigt, wie die Härte des Schicksals einen treuen und anständigen Menschen in einen Tyrannen verwandeln kann.

Als die Verlobte nach dem Erhalt der Nachricht ihres invaliden Verlobten unverzüglich 600 km fuhr, am Krankenbett stand und Worte sprach, die unter die Haut gingen, war sie noch bereit, das Schicksal in Demut anzunehmen. Aber nachdem das Schicksal ihr erstes Kind dahinraffte, erklärte sie ihm den Krieg. Sie haderte nicht mit Gott, sie verfluchte ihn.

Am Ende begann sie, selbst Schicksal zu spielen und Gott in Härte zu übertreffen. Das war ein aus Verzweiflung geschmiedeter Schutzschild, mit dem sie gegen jeden weiteren Schlag gewappnet zu sein

glaubte. Von diesem Moment an verdiente sie eigentlich nur noch Mitleid.

Das alles war Paul nicht klar. Er war voll und ganz in das Schicksalsspiel der Mutter verstrickt. Nicht mehr Gott war der Regisseur, sondern die grenzenlos geliebte Mama.

In einer solchen Konstellation kann der grenzenlose Hass nachträglich keine Heilung bewirken. Was aus den Fallstricken befreien kann, ist Erkenntnis und erst recht Selbsterkenntnis.

Pauls tragische Geschichte erinnert mich an ein Gedicht von Bertold Brecht.

Die Krücken

»Sieben Jahre wollt kein Schritt mir glücken.
Als ich zu dem großen Arzte kam
Fragte er: Wozu die Krücken?
Und ich sagte: Ich bin lahm.

Sagte er: Das ist kein Wunder.
Sei so freundlich, zu probieren!
Was dich lähmt, ist dieser Plunder.
Geh, fall, kriech auf allen vieren!

Lachend wie ein Ungeheuer
Nahm er mir die schönen Krücken
Brach sie durch auf meinem Rücken
Warf sie lachend in das Feuer.

Nun, ich bin kuriert: ich gehe.
Mich kurierte ein Gelächter.
Nur zuweilen, wenn ich Hölzer sehe,
Gehe ich für Stunden etwas schlechter.«

(*Brecht, Bertold.: Gesammelte Werke in 20
Bänden. Frankfurt a. M. 1967, Band 9, S. 739*).

Leseprobe 3

Aus dem 3. Kapitel: *Psychische Leiden*

Peter: 25 Jahre Erschöpfung

Dr. med. Peter (58 Jahre, Anästhesist und Notarzt, geschieden, ein Sohn) wandte sich am 25. Juli 2022 per E-Mail an mich mit der Bitte um Behandlung. Zu dieser Zeit war er bereits gut zwei Wochen in der Psychiatrie stationiert, aber sein Zustand hatte sich in keiner Hinsicht gebessert. Als er den unbefriedigenden Stillstand bei seiner Psychotherapeutin beklagte, flüsterte sie ihm ins Ohr, er solle nach seiner Entlassung aus der Klinik, also nach weiteren drei Wochen, den krisenpädagogischen Weg gehen, da seine Symptome rätselhaft seien. So lange wollte Peter aber nicht warten, da er verstand, dass man in der Psychiatrie eigentlich nichts für ihn tun könnte.

In einem Telefonat von etwa 20 Minuten erzählte mir Peter Näheres über seine Symptome. Ich entschied, ihn zu behandeln und bat vorweg um eine schriftliche Schilderung seiner Leidensgeschichte. Drei Tage später bekam ich einen recht ausführlichen Bericht, dessen Redaktion einige Stunden in Anspruch nahm. Dann schickte ich ihm

den redigierten Text zurück. Am Freitag, den 29. Juli 2022 bekam ich den Text in der von Peter ergänzten Endfassung zurück. Diesen Text dokumentiere ich im Folgenden.

1. Vorarbeit

Sehr geehrter Herr Prof. Amini,

mein Hauptsymptom lautet: *totale Erschöpfung*, Ursache: *unbekannt*. Die Erschöpfung hat heftige Auswirkungen auf meinen Körper, auf meine Seele und auch auf meinen Geist. Die Anfänge der Krankheit liegen sicher 50 Jahre zurück, doch die Symptome wurden nach und nach immer heftiger, sodass ich nunmehr seit 25 Jahren mit Unterbrechungen chronisch leide.

In den letzten drei Jahren wurde mein psychischer Zustand so ernst, dass ich akut Suizid gefährdet war. Deshalb wurde ich von meinem Hausarzt in die Psychiatrie der Universitätsklinik eingewiesen. Hier bin ich nun seit 17 Tagen stationiert, wobei ich die Wochenenden nach Hause gehen darf.

Trotz aller Bemühungen meiner Ärztin bessert sich mein Zustand in keiner Weise. Ich bin verzweifelt und habe sie im Vertrauen gefragt, wie es denn mit mir weitergehen werde. Da vertraute sie mir an, ich

solle nach der Entlassung aus der Klinik Sie kontaktieren. Doch ich sehe nicht ein, warum ich hier weitere Wochen verbringen soll.

Danke für das Telefonat. Hier, wie gewünscht, ein detaillierter Bericht über meine Symptome:

Körperliche Symptome

- *Schlafstörungen*: Ich schlafe zwar recht schnell ein, wache aber nach maximal drei Stunden auf und kann nicht mehr einschlafen. Dann beginnt das Grübeln die ganze Nacht hindurch.
- *Erschöpfung*: Da mein Schlaf immer nur kurz ist, wirkt er nicht erholsam. Darum fühle ich mich tagsüber vollkommen erschöpft.
- *Appetitlosigkeit*: Ich habe weder Appetit noch Lust auf Essen. Ich fühle mich zunehmend schwach und kraftlos.
- *Nikotinsucht*: Ich rauche immer mehr, obwohl ich Zigaretten eigentlich überhaupt nicht mag.

Psychische Symptome

- *Versagensangst*: Ich mag weder etwas planen noch eine Initiative ergreifen, weil ich Angst habe, dabei zu versagen.
- *Zukunftsangst*: Ich mache mir Sorgen, ob ich jemals wieder fähig sein würde, meinen Beruf aus-

zuüben und mein Leben wieder in den Griff zu bekommen.

- *Innere Unruhe*: Irgendetwas brodelt in mir und raubt mir die Ruhe. Ich weiß nicht warum und kann nichts dagegen tun.
- *Depressionen*: Ich bin traurig, einsam und verzweifelt. Ich habe keine Freude mehr am Leben.
- *Selbstisolierung*: Wegen meiner Depressionen ziehe ich mich zurück und isoliere mich. Ich nehme keine Einladungen mehr an und sage Treffen mit Freunden ab. Dadurch verschlimmert sich meine depressive Stimmung. Ich weiß es, aber ich kann nicht anders handeln.

Geistige Symptome

- *Hyperreflexion*: Ich schaffe es nicht, mein Gedankenkarussell anzuhalten. Negative Gedanken und Sorgen rauben mir den Schlaf. Dieser Zustand beeinträchtigt meine Lust auf alles: auf Geselligkeit, Unternehmungen, Nahrung und Leben.
- *Aktionismus*: Manchmal will ich aus meiner Letargie ausbrechen und entwickle einen übertriebenen Tatendrang, aber schon nach kurzer Zeit bin ich physisch vollkommen erschöpft, ja wie gelähmt.
- *Suizidgefahr*: Zu leben, ohne irgendetwas Sinn-

volles zu tun, etwas Schönes zu erleben oder kulinarischen Genuss zu empfinden, raubt mir die Lust auf Leben. Darum überlege ich dauernd, wie ich meinem völlig nutzlos gewordenen Leben ein Ende setzen könnte.

- *Konzentrationsprobleme*: Was immer ich auch tue, ich schaffe es nicht, präsent zu sein und mich auf meine Tätigkeit zu konzentrieren.

Dieser Zustand dauert, wie gesagt, schon 25 Jahre an, wobei es zwischendurch auch Zeiten gab, in denen ich nahezu symptomfrei war und für mich gut sorgen konnte. In solchen Phasen gelang mir beruflich wie privat alles recht gut. Umso trauriger werde ich, wenn wieder ein Rückfall kommt, und die Symptome in voller Wucht zurückkehren. In meiner Verzweiflung hoffe ich, dass Sie mir helfen können.

Freundliche Grüße, Peter

2. Bewusstseinsarbeit

Das erste Gespräch führten wir am Samstag, den 30. Juli 2022 durch. Es dauerte 47 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet. Die detektivische Arbeit konzentrierte sich auf das Aufspüren des ältesten Symptoms, das etwa 50 Jahre zurücklag.

Was war geschehen, als Peter acht Jahre alt war?
Welche Person oder Kraft steckt hinter den sorgenvollen und negativen Gedanken?

Ich bat Peter, über seine Kindheit zu berichten. Und er erzählte, dass er eine sehr schwere Kindheit gehabt hätte. Sein Vater sei gewalttätig gewesen und hätte öfter die Mutter verprügelt. Zudem sei er ihr immer wieder untreu geworden, was die Mutter tief gekränkt hätte. Ganz unerträglich wäre sein Verhalten aber erst geworden, nachdem Peters Mutter ihrem Mann offenbart hätte, dass sie schwanger sei. Er wollte auf keinen Fall ein Kind haben und drängte seine Frau zur Abtreibung. Aber das wollte sie auf keinen Fall.

So spitzte sich die Beziehung von Tag zu Tag zu. Ganz unerträglich wurde die Situation nach Peters Geburt. Die Mutter ergriff am Ende die Flucht und nahm das kleine Kind mit. Sie fing ein neues Leben an: mehrere Umzüge, ein Studium, das zur Folge hatte, dass Mutter und Kind Jahre in einem Studentenheim wohnten und in der Mensa zu Mittag aßen. Peter erinnert sich noch sehr gut an die Einsamkeit in dieser Zeit, an kalte Zimmer und vor allem an den Examensstress, unter dem seine Mutter wiederholt litt.

Mit 34 Jahren heiratete Peter und wurde zwei Jahre später Vater. Seinen Sohn liebt er über alles. Die

Lieblosigkeit, die er von seinem Vater erfahren hatte, gab er nicht weiter, im Gegenteil! Er gab seinem Sohn unendlich viel Liebe. Der Junge ist nun 23 Jahre und studiert im Ausland. Aus ihm ist ein selbstbewusster Mann geworden, der glänzende Leistungen bringt und im Unterschied zu seinem Vater felsenfest auf dem Boden der Realität steht.

Beruflich arbeitet Peter seit 14 Jahren als Notarzt und Anästhesist. Diese Tätigkeit liebt er, und er hat einen recht flexiblen Arbeitsvertrag, sodass er reichlich Freizeit zur Verfügung hat. Das Traurige ist allerdings, dass seine Abteilung zum Ende des Jahres 2022 aufgelöst werden soll. Als man ihm diese Information im Januar 2022 zur Kenntnis gab, fiel er innerhalb weniger Wochen in eine tiefe Erschöpfung und wurde krankgeschrieben. Ein halbes Jahr später (am 8. Juli 2022) wurde er, wie schon zu Beginn erwähnt, für sechs Wochen in die Psychiatrie eingewiesen.

Nach diesen Informationen suchten wir detektivisch nach der Entstehungsursache des Hauptsymptoms *Erschöpfung*. In der 20. Minute unseres ersten Gespräches stellte ich Peter folgende Frage:

Bijan Amini: Sie haben eine schlanke und sehr sportliche Figur. Auf mich machen Sie einen dynamischen und recht gesunden Eindruck. Sie

sind beruflich in einer gehobenen Position, haben keine Finanzsorgen und leiden auch nicht unter dem Verlust eines geliebten Menschen. Sie haben eine liebevolle Beziehung zu Ihrem Sohn. Ich kann keinen *Grund* erkennen, warum Sie erschöpft sind, Zukunftsangst haben oder Suizid begehen wollen. Ich frage mich vielmehr, warum Sie keine *Dankbarkeit* für so viel Positives in Ihrem Leben empfinden. Was nimmt Ihnen den Appetit auf Essen und die Freude am Leben? Bitte helfen Sie mir, Sie zu verstehen.

Peter (*Lange nachdenkliche Pause ...*): Überforderung. Ich bin überfordert, bin erschöpft, habe keine Kraft und sehe alles nur schwarz.

Bijan Amini: Wer oder was verursacht das? Welche Leistung oder Pflicht überfordert Sie? Welche konkrete Sorge raubt Ihnen die innere Ruhe, den Schlaf und die Zuversicht? Ich möchte gern verstehen, was genau Ihren Körper erschöpft, Ihre Seele bekümmert und Ihren Geist zur Hyperreflexion treibt.

Peter (*Spontan ...*): *Mein Vater!* Er ist in mir auf eine bedrückende Weise präsent. Bei Ihren Fragen musste ich gerade an meine letzte Begegnung mit ihm denken.

Bijan Amini: Was geschah denn da? Mögen Sie darüber sprechen?

Peter: Es war bei der Beerdigung seines Bruders, also meines Onkels. Da sind wir uns nach sehr langer Funkstille persönlich begegnet. Zur Beerdigung wollte ich unbedingt hin, denn der Verstorbene war mein Lieblingsonkel. Und dann stand mein Vater plötzlich da. Er kam nicht direkt auf mich zu, sondern auf drei oder vier andere Gäste, die neben mir standen. Jedem von ihnen reichte er die ausgestreckte Hand, als wollte er sie alle in Distanz halten. Und als ich an die Reihe kam, verhielt er sich zu mir genauso wie zu den anderen. Eiskalt streckte er auch mir die Hand entgegen, verzog dabei keine Miene, sagte kein Wort und wandte sich gleich ab, als wäre ich irgendein Gast.

Mein eigener Vater, den ich Jahre weder gesehen noch gehört hatte, behandelte mich bei unserer Begegnung so, als wäre ich ein Fremder. Ich war schockiert, sprachlos und vollkommen paralysiert. Es war ein Albtraum, und ich konnte gefühlt eine Ewigkeit weder an irgendetwas denken noch irgendetwas fühlen noch sprechen. Mir war, als würde ich neben dem Onkel lebendig begraben werden.

Bijan Amini: Passierte auch nonverbal nichts? Kein Lächeln, kein Kopfnicken oder Winken?

Peter: Nein, nicht einmal Blickkontakt! Nach der Zeremonie gab es ein Essen. Ich saß an einem Tisch, an dem noch Plätze frei waren. Ich hatte Angst und zugleich Hoffnung, dass mein Vater kommen und sich zu mir setzen würde. Aber er setzte sich zu anderen Menschen weit weg von mir entfernt an einen Tisch, zu dem Blickkontakt unmöglich war. Ich konnte kaum etwas essen und dachte unentwegt daran, einfach aufzustehen und zu ihm zu gehen. Es kostete mich unbeschreibliche Überwindung, diesen Gedanken in die Tat umzusetzen. Schließlich gab ich mir einen Ruck, stand auf und ging direkt zu dem Tisch, an den er sich hingesezt hatte (*Lange Pause ...*).

Bijan Amini: Was geschah dann? Wie hat er reagiert?

Peter: Nichts! Er hatte schon die Zeremonie verlassen.

Bijan Amini: Ach! Ohne Abschied?

Peter: Einfach verschwunden, ohne mit mir auch nur ein Wort gewechselt zu haben, ohne mich auch nur eines Blickes gewürdigt zu haben. Die-

se Szene tauchte soeben lebendig in meiner Erinnerung auf, als Sie mich nach dem Grund für die Überforderung fragten.

Bijan Amini: Das ist in der Tat unbegreiflich, herzlos, ja grausam. Lebt dieser Mann noch?

Peter: Nein, er ist schon lange tot.

Bijan Amini: Ich fürchte, Ihr Vater wird immer bei Ihnen präsent bleiben, weil Sie noch eine Rechnung mit ihm offen haben. Solange das nicht geklärt ist, bleibt Ihnen die Erinnerung an ihn belastend und bedrückend im Gedächtnis – tagsüber unbewusst und in der Nacht unbemerkt. Kein Zweifel: Er ist die Quelle Ihrer inneren Unruhe. Er ist der Generator Ihrer Hyperreflexion. Die Frage, warum er Ihre Existenz schon im Mutterleib ablehnte, brodelt noch immer in Ihrem Unterbewusstsein und belastet Ihre Seele. Das muss irgendwann hervorgeholt, thematisiert, beleuchtet und verarbeitet werden. Symptome sind das Sprachrohr der Seele. Ihr Symptom will den Druck der Seele zum Ausdruck bringen. Es klagt:

Was habe ich denn um Himmels willen meinem Vater angetan, dass er meine Existenz von Grund auf ablehnt?

Hinter Ihrer Erschöpfung steckt die hoffnungs-

lose Suche nach einer Antwort auf diese Frage. Je länger Ihr Geist grübelt und je verzweifelter er vergeblich nach einer Antwort sucht, umso hilfloser fühlt sich Ihre Seele. Das ist der Grund für die Überforderung und die Ursache für die Erschöpfung. Wie klingt das für Sie?

Peter (*Spontan und mit weit geöffneten Augen*): Das ist es! Ja, so ist es! Ihre Worte sind bei mir angekommen wie ein Lichtstrahl. So klar und deutlich hatte ich mein Problem noch nie gesehen. Ja, das ist es wirklich. Ich bin sicher, dass dies die Ursache meiner Erschöpfung ist und bin heilfroh, dass Sie sie herausgefunden haben. Ob das Symptom jetzt verschwindet?

Bijan Amini: Vermutlich nicht ganz! Wir haben das Problem erkannt, aber wir haben noch keine Lösung. Wir sollten eine Begegnung mit Ihrem Vater arrangieren. Es gibt eine Methode, die es ermöglicht, zu den verstorbenen Verwandten Kontakt aufzunehmen, die Meditation. Dabei begleite ich Sie in einen sehr tiefen Entspannungszustand, in eine Art Trance. Dort – in der geistigen Sphäre – kann es zu einer gnadenreichen Begegnung und einer heilsamen Versöhnung mit Ihrem Vater kommen. Wenn das gelingt, verschwinden die Symptome. Die einzige Lösung liegt aus meiner Sicht in der Wiederbegegnung

mit Ihrem Vater, natürlich nicht mit ihm in leiblicher Gestalt, sondern mit seinem Geist.

Peter: Ich habe keine Ahnung, wie das funktioniert, und offen gestanden habe ich sogar ein wenig Angst vor der Begegnung mit ihm. Ich weiß nicht, wie er auf mich reagieren wird. Eine Wiederholung der Szene wie bei der Beerdigung will ich auf keinen Fall nochmals erleben. Er hat mich zeit meines Lebens abgelehnt. Wieso sollte er mich jetzt anders behandeln?

Bijan Amini: Weil er nicht mehr in seinem Körper gefangen ist, sondern als reiner Geist in der göttlichen Sphäre schwebt. Er verfügt über ein absolutes Wissen und fühlt Ihren Schmerz, den er ja selbst verursacht hat. Ich kann mir vorstellen, dass er sogar Wiedergutmachung an Ihnen leisten will, aber er ist Geist und darf nicht in eine Körperhülle schlüpfen. Darum müssen Sie sich zu ihm in die Sphäre des Geistes begeben.

Peter: Was meinen Sie denn mit *Geist*? Wie muss ich ihn mir vorstellen?

Bijan Amini: Das ist eine philosophische Frage. Ich will es durch einen Vergleich verständlich machen.

- Stellen Sie sich das homogene Wasser im Ozean vor. Ein Teil davon verdunstet und

verwandelt sich in eine Wolke. Jetzt hat dieser Teil eine ganz fremde Beschaffenheit im Vergleich zu seinem Ursprung. Salze und Mineralien sind im Wasserdampf nicht enthalten. Was da oben in den Wolken schwebt, ist sozusagen reines Wasser.

- Dann regnet es irgendwann. Der Inhalt der Wolke kehrt wieder zurück in den Ozean. Reines Wasser vereinigt sich mit dem Salzwasser. Es kommt zu einer *Wiedervereinigung*, zum Déjà-vu. Die ursprüngliche Beschaffenheit des Dampfes wird wiederhergestellt. Die Trennung wird aufgehoben. Nun herrscht wieder Einheit.
- Ähnlich stelle ich mir die Rückkehr des Menschen zur Gottheit vor. Mit der Geburt verlässt der Mensch die geistige Einheit und wird Fleisch. Nach dem Tod kehrt er wieder zurück zur Gottheit und wird wieder eins mit dem göttlichen Geist. Sein Anfang und sein Ende sind identisch. Dazwischen liegt aber ein gewaltiger Kreislauf der Entwicklung.
- Wenn man sich nun den göttlichen Geist als absolutes Wissen und die Einheit als absolute Liebe vorstellt, so wird der Mensch nach seinem Tode wieder ein Teil dieser Einheit und

verfügt auch über ein absolutes Wissen. In diesem Zustand befindet sich nun Ihr Vater. Er weiß, welchen Schmerz er Ihnen und Ihrer Mutter zugefügt hat. Die Begegnung mit ihm in der Trance gibt ihm eine Gelegenheit zur Wiedergutmachung und Ihnen die Möglichkeit zur Wiedervereinigung bzw. Versöhnung. So viel in Kürze in einem Bild, mit dem ich den Begriff *Geist* zu veranschaulichen versucht habe.

Das ist eine vereinfachte Zusammenfassung des großartigen Werkes *Phänomenologie des Geistes* von Georg Wilhelm Friedrich Hegel. Seine Philosophie ist grandios, aber zugleich auch sehr schwer zu verstehen. Mein Bestreben ist, die Idee, die dahinter steckt, konkret erlebbar zu machen. Als Methode verwende ich die Meditation, durch die man mit dieser göttlichen Einheit in Berührung kommen kann. Erlebt der Mensch die Einswerdung mit dem Geist zu Lebzeiten und nicht erst nach dem Tode, so können sämtliche Spannungen in seinem seelisch-geistigen Seinsbereich verschwinden.

Meditation wirkt aber auch körperlich heilsam. SchmerzpatientInnen, die Tag und Nacht leiden, können nach einem einzigen Erlebnis

in der geistigen Sphäre schmerzfrei werden. Dann sind sie unbeschreiblich glücklich, selbst wenn ihr schmerzfreier Zustand nur wenige Tage anhält. Ich hoffe, ich konnte Ihnen einen Eindruck von der Methode vermitteln, die in der Detektivischen Medizin an höchster Stelle steht. Die Wirkung ist rational eigentlich nicht erklärbar. Man muss es einmal selbst erlebt haben.

Peter: Das klingt fantastisch. Muss man auch daran glauben, damit es klappt?

Bijan Amini: Nein, das nicht. Glaube fängt dort an, wo das Wissen aufhört. Und Wissen ist umfassender als das, was wir sehen oder ausrechnen können. Geist steht weit über der Logik und Rationalität. Es gibt Phänomene und Erlebnisse, die sich rational nicht erklären lassen. Aber sie zu verstehen ist für den Geist kein Problem. Die Frage ist nicht, ob Sie daran glauben oder nicht, sondern ob Sie Ihren Vater mit geschlossenen Augen in der Trance sehen *wollen*? Wenn nicht, brauchen wir die Methode gar nicht erst anzuwenden.

Peter: Ich bin sehr neugierig geworden und will mich auch gerne öffnen. Ich würde alles tun, um meine Erschöpfung loszuwerden. Daher will ich

unbedingt diese Methode ausprobieren. Ja, das will ich definitiv. Wann können wir damit beginnen?

Bijan Amini: Nach einer Pause. Ihre Einstellung sollte dabei nicht sein: Ich will meinen Vater zur Rede stellen, sondern: Ich will verstehen, warum er mein Wesen ablehnte. Welche Gründe hatte er, dass er so kalt und herzlos zu mir war oder sein musste? Sie wissen ja nicht, was ihm in der Kindheit angetan worden war.

Peter war gerührt. Zum ersten Mal war er aufgefordert worden, seinen Vater nicht zu verurteilen, sondern die Gründe für dessen herzloses Handeln in Erfahrung zu bringen. Verstehen ist der Schlüssel zum friedlichen Zugang zu anderen Menschen und zum heilenden Umgang mit sich selbst.

3. Trancearbeit

Die detaillierte Durchführung der Technik der Meditation habe ich im ersten Kapitel dieses Buches dargestellt. Die Atemführung und die eigene Vorstellungskraft sind die Mittel, mit denen man in die Tiefenentspannung kommt.

Peter war 40 Minuten in der geistigen Welt. Sein erster Satz unmittelbar nach der Rückkehr lautete: *Mir wurde tatsächlich die Gnade zuteil, meinem Vater zu begegnen.* Ich schaltete die Kamera ein, und wir begannen mit der Trancearbeit. Das Gespräch dauerte 29 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet.

Peter: Ich begegnete wirklich meinem Vater. Ich kann es kaum glauben. Aber er war es ganz gewiss. Ich sah ihn sogar zwei Mal, einmal als einen etwa 12-jährigen Jungen und dann als einen 20-jährigen Mann. Der Knabe war so schüchtern, dass er sich nicht einmal traute, mir in die Augen zu schauen, und der 20-Jährige Mann verhielt sich ähnlich. Nur kurz und verstohlen schaute er mich aus dem Augenwinkel an. Es war so, als hätte *er* Angst vor mir – und das war alles. Ich bin tief beeindruckt, ja sprachlos. Wie ist denn so etwas möglich?

Bijan Amini: Welches Gefühl hatten Sie bei seinem Anblick? Können Sie sich daran erinnern?

Peter: Ja sicher. Ein sehr fremdes Gefühl. Der schüchterne Gesichtsausdruck meines Vaters war für mich völlig neu und absolut fremd. Einen solchen Gesichtsausdruck hatte er zu Lebzeiten nie. Es gibt auch keine Fotos von ihm mit

einem solchen Gesichtsausdruck. Der Mann war zweifellos mein Vater, aber er war ein ganz anderes Wesen. Da war keine Spur von Brutalität oder Gewalt, im Gegenteil! Er war harmlos, schüchtern und sanft.

Bijan Amini: Die Frage ist nun: Welche Botschaft will Ihnen dieser Gesichtsausdruck übermitteln? Ist es Vergebung, um die Ihr Vater Sie wortlos bittet? Ist es Reue, die er zeigt? Ist es ein unbeholfener Versuch zur Wiedergutmachung? Was war Ihr spontanes Gefühl, als Sie sein Gesicht sahen?

Peter: Nachgedacht habe ich darüber noch nicht. Da Sie aber so fragen, würde ich sagen: Es war schlicht *Mitleid*.

Bijan Amini: Hatten Sie auch das Gefühl, dass er sich schämt, seinen Sohn abweisend, ablehnend und kalt behandelt zu haben?

Peter: Vielleicht. Aber *Mitleid* ist das zutreffende Gefühl. Mit so einem kleinen schüchternen Jungen kann man nur Mitleid haben.

Bijan Amini: Und der gewalttätige Mann, der gewissenlos fremdging, seine Frau schlug und seinen Sohn ablehnte? Davon keine Spur?

Peter: Nichts davon war in diesem Gesicht zu sehen. Vor so jemandem hat niemand Angst. Im

Gegenteil! Man will ihn in den Arm nehmen und trösten. Als ich ihn in dieser Gestalt sah, spürte ich überhaupt keine Angst.

Bijan Amini: Das ist doch ein ganz anderes Bild von ihrem Vater, das Ihnen die geistige Welt vermittelt hat. Sie bekamen zum ersten Mal in Ihrem Leben die Chance, Ihren Vater nicht von nur einer einzigen Perspektive zu beurteilen. Vielleicht hatte gerade diese einseitig negative Fixierung Anteil an Ihrer Erkrankung, deren Verursacher Überforderung und Angst vor dem Vater waren. Insofern kann die neue Sicht die Erlösung bringen.

Damit war unser zweites Gespräch zu Ende. Peter machte auf mich jetzt einen erleichterten und sehr ruhigen Eindruck. Zum Abschied sagte er lächelnd, dass er einen Bärenhunger hätte und gleich etwas Leckeres kochen werde. Das war auffällig und bemerkenswert. Darum setzte ich das Gespräch fort:

Bijan Amini: Haben Sie jetzt plötzlich Hunger bekommen?

Peter: Ja, ganz plötzlich in diesem Augenblick! Und das wundert mich selbst, denn seit Wochen habe ich weder Hunger noch Appetit auf irgend-etwas.

Bijan Amini: Diese Reaktion des Körpers so unmittelbar nach der Trancearbeit ist ein sehr gutes Zeichen. Sie ist der Anfang vom Ende Ihrer Symptome. 25 Jahre haben Sie gelitten. Sie waren immer wieder paralysiert, weil Ihre Seele die Frage stellte, warum Ihr Vater so kalt und ablehnend zu Ihnen gewesen war. Die Suche nach einer Antwort war eine Überforderung. Das führte körperlich zur Erschöpfung, seelisch zur Depression und geistig zur Hyperreflexion bzw. zu Suizidgedanken. In der Trance haben Sie endlich eine Antwort gefunden. Die geistige Welt zeigte Ihnen den wahren Kern des Tyrannen: ein harmloses und schüchternes Wesen, für das man nur Mitleid empfinden kann. Das erleichtert die Seele und befreit den Geist. Die unmittelbare Reaktion des Körpers ist Bärenhunger und Appetit. Das ist das erste Zeichen für das Aufkommen von Kraft, Lebensfreude und Genuss. Bald wird Ihre Seele auch reagieren, und die Depressionen werden verschwinden. Schließlich wird der Geist Klarheit finden und mit der Hyperreflexion aufhören. Ich bin zuversichtlich, dass das Trance-Erlebnis den Anfang vom Ende Ihrer Leidensgeschichte einläutet.

Peter: Das wäre ein Traum!

3. Begleitung

In den ersten zwei Tagen nach der Trancearbeit war Peter extrem erschöpft, noch viel stärker als vorher. Das aber ist nichts Beunruhigendes, ganz im Gegenteil! In der Homöopathie kennt man das Phänomen und spricht von *Erstverschlimmerung*. Unmittelbar nach der Behandlung verschlechtern sich die Symptome vorübergehend, dann aber verschwinden sie in Rekordzeit. Genauso ist es in der Detektivischen Medizin. Als ich Peter diese Information gab, beruhigte er sich.

Schon am vierten Tag nach der Trancearbeit ging es Peter deutlich besser, und am zehnten Tag ging es ihm so gut, dass er am 11. August 2022 aus der stationären Klinik entlassen wurde – eine Woche früher als ursprünglich geplant! Wir blieben intensiv in Kontakt.

Erste Rückmeldung am 12. August 2022

Lieber Herr Prof. Amini,

gestern wurde ich aus der Klinik entlassen und bin nun zu Hause. Mir geht es wirklich gut. Morgen kommt mein Sohn zu Besuch, und darüber freue ich mich sehr. Ich werde wieder berichten.

Freundliche Grüße, Peter

Ich schrieb gleich zurück:

Lieber Dr. Peter,

ich habe einen Gedanken, den ich gern mit Ihnen teilen möchte und bin gespannt, wie er auf Sie wirken wird. Hoffentlich lesen Sie diese Zeilen noch vor der Ankunft Ihres Sohnes.

In der Trance haben Sie Ihren Vater als ein schüchternes und harmloses Wesen erlebt, mit dem man nur Mitleid haben kann. Das war seine Verfassung in der Sphäre des Geistes, also authentisch und gemäß seiner wahren Natur. So aber haben Sie ihn zu Lebzeiten nie erlebt. Darum war er für Sie immer ein kalter und gewalttätiger Mensch.

Warum der kosmische Theaterregisseur ausgerechnet einer so schüchternen Natur wie Ihrem Vater eine so grässliche Rolle zugeteilt hat, bleibt ein Geheimnis der Schöpfung. Jemand muss ja schließlich diese Rolle übernehmen, damit Kältherzigkeit als erlebbar wird. Fiel die Wahl womöglich auf Ihren Vater, weil sie sonst auf seinen Sohn gefallen wäre? Wenn diese Fantasie wahr wäre, dann müssten Sie Ihrem Vater dankbar sein, dass er Sie vor dieser Rolle bewahrt hat. Ein solcher Perspektivenwechsel kann auch dann heilsam wirken, wenn er völlig hypothetisch wäre. Andere Sicht, andere Ansicht und Ihr Vater bekommt schon ein ganz anderes Gesicht.

Fakt ist, dass Sie in der geistigen Sphäre zum ersten Mal in Ihrem Leben ein völlig anderes Gesicht Ihres Vaters entdecken durften. Dadurch bekamen Sie die Möglichkeit, sich von der Fixierung auf eine festgefahrene Ansicht zu lösen. Jetzt können Sie sich die Frage stellen: Welches Gesicht meines Vaters ist das wahre und richtige: das brutale oder das schüchterne? Ich bin sicher, dass die Antwort auf diese Frage zur Quelle der Entstehung Ihrer Symptome führen kann. Bleibt es bei dem brutalen Bild, so bleibt auch die Krankheit bei Ihnen, weil die Seele seit 50 Jahren unter der Angst vor dem Vater leidet. Ändert sich das Bild, so bekommt die Seele eine Alternative zur Angst, nämlich *Mitleid*. Ich füge noch hinzu: *Vergebung*, ja mehr noch: *Dankbarkeit*. Denn Ihr Vater übernahm womöglich freiwillig die Rolle, die seinem Sohn zugehört war. Das ist zwar reine Fantasie, aber wenn sie hilft, die Symptome zum Verschwinden zu bringen, dann ist sie weniger schädlich als die Einnahme von Antidepressiva.

Ich stelle mir nun vor, dass Ihr Vater morgen von der geistigen Sphäre aus herunterschaut und sieht, wie fein und liebevoll Sie mit Ihrem Sohn umgehen und wie entspannt Sie gemeinsam den Tag verbringen. Was wird er wohl dabei empfinden? Vermutlich: Tiefen Schmerz und bedrückende Traurigkeit, dass er eine solche Harmonie und Fröhlichkeit mit

seinem Sohn nie erleben durfte. Die grässliche Rolle, die er spielen musste, ließ diese Option nicht zu. Sie hatten als Kind eine liebe Mutter, die für Sie sorgte. Wie war es bei ihrem Vater? Vielleicht bekam er in seiner Kindheit gar keine Liebe. So gesehen, waren Sie eigentlich besser dran als er. Schicksal ist nicht immer das, was man erleben musste, sondern bisweilen auch, was einem erspart blieb.

Ich hoffe, meine Hinweise geben Ihnen Impulse zum Nachdenken über das, was Ihr Vater durchmachen musste. Solche Impulse fördern den Gedanken der Dankbarkeit. Aus dem Wort *Gedanken* kann man ja das Imperativ heraushören: *Geh danken!*

Herzliche Grüße, Prof. Amini

Zweite Rückmeldung am 13. August 2022

Lieber Herr Prof. Amini,

glücklicherweise konnte ich noch vor der Ankunft meines Sohnes Ihre Gedanken zum Thema Mitleid, Vergebung und Dankbarkeit lesen. Vielen Dank für diese wunderbare Anregung! Danach hatte ich immer wieder das Bild meines schüchternen Vaters vor dem inneren Auge und spürte Freude, dass mir seine Rolle nicht zugeteilt worden war.

Gestern habe ich fast den ganzen Tag mit meinem Sohn verbracht. Wir haben nichts Besonderes ge-

macht, aber zwischen uns war alles natürlich, nah und stimmig. Seit der Trancearbeit geht es mir kontinuierlich besser. Ich erhole mich von Tag zu Tag. Es ist tatsächlich etwas von mir abgefallen, das sich anfühlte wie eine verkrustete Lehmschicht. Sie werden es kaum glauben! Ich rauche nicht mehr, schlafe ohne Schlafmittel gut und habe Freude an vielen alltäglichen Dingen. Auch mache ich mir nicht mehr negative Gedanken und Sorgen wegen meiner beruflichen Zukunft. Die Hyperreflexion ist völlig verschwunden! Es ist mir ein Bedürfnis, *Sie* an dieser schönen Entwicklung teilhaben zu lassen.

Vielen Dank und herzliche Grüße, Peter

Dritte Rückmeldung am 20. August 2022

Lieber Herr Prof. Amini,

mir geht es nach wie vor gut. Zwar gibt es Momente, in denen ich leicht depressiv bin, aber sie gehen recht schnell vorbei.

Nach gründlicher Beratung mit meinem Hausarzt steht es fest: Am 10. Oktober 2022 werde ich mit der Arbeit beginnen, und zwar Stufenweise im Rahmen einer Wiedereingliederung.

Viele Grüße, Peter

Vierte Rückmeldung am 10. Oktober 2022

Lieber Herr Prof. Amini,

ich freue mich, Ihnen die positive Rückmeldung zu geben, dass ich heute einen sehr gelungenen ersten Arbeitstag hatte. Bei der Arbeit klappte alles gut, die Kollegen waren sehr zuvorkommend und die Patientinnen und Patienten zufrieden. Es tat mir gut, wieder zu arbeiten.

Ganz herzliche Grüße, Peter

Fünfte Rückmeldung am 30. Oktober 2022

Drei Monate nach unserem ersten Beratungsgespräch besuchte Peter zusammen mit seiner Lebenspartnerin mich und meine Frau privat. Er war gesundheitlich vollkommen wiederhergestellt und erzählte, dass er seit Wochen ganz normal arbeite. Nur Nachtschicht möge er sich noch nicht zumuten, wovon er auch ausdrücklich befreit sei. Wir haben uns bei Tee und mitgebrachtem Kuchen über drei Stunden wie Freunde unterhalten.

Sechste Rückmeldung am 6. Dezember 2022

Lieber Herr Prof. Amini,

auch heute denke ich wieder an Sie und die herzlichen Momente, die ich mit Ihnen und Ihrer Frau

verbracht habe. Und die Arbeit mit Ihnen, bei der ich so viel über mich und mein Leben gelernt habe. Es geht mir sehr gut, und ich empfinde jeden Tag Dankbarkeit. Dafür haben Sie mir die Augen geöffnet.

Herzliche Grüße, Peter

Siebte Rückmeldung am 9. Januar 2023

Gegen Mittag rief mich Peter spontan an und fragte, ob wir gemeinsam einen Spaziergang machen könnten. Ich vermutete, dass er ein Problem hätte, darum sagte ich sofort zu.

Wir gingen zusammen essen und unterhielten uns zwei Stunden. Dabei machte derselbe Mann, der 25 Jahre unter chronischer Erschöpfung gelitten hatte, auf mich einen überaus lebensfrohen Eindruck. Er erzählte nur Positives. Auch die Tatsache, dass seine Abteilung bald geschlossen werden würde, weil die Klinik Konkurs angemeldet hatte, bereitete ihm kein Kopfzerbrechen mehr. Er sagte, er hätte sich auf zwei Stellen beworben, und beide hätten ihn zum Vorstellungsgespräch eingeladen.

4. Fazit

Ein Notarzt war psychisch in Not geraten und brauchte dringend Hilfe. Seine Situation in einem einzigen Wort beschrieben, würde lauten:

lebensunfähig

- Der Körper wollte keine Nahrung aufnehmen.
- Die Seele verweigerte den Schlaf.
- Der Geist fand das Leben sinnleer und nutzlos.

Nachdem die Schulmedizin und die Psychotherapie nicht weiterkamen, wurde er in einer psychiatrischen Klinik stationiert. Hier sollte er sechs Wochen behandelt werden. Es vergingen 17 Tage, und sein Zustand blieb unverändert. Als er von den geistigen Methoden der Krisenpädagogik hörte, schöpfte er Hoffnung und meldete sich sofort bei mir.

Fünf Tage nach seiner Kontaktaufnahme führten wir das erste und nach einer kurzen Pause gleich das zweite Gespräch durch. Die beiden Gespräche dauerten 76 Minuten. Rechnet man noch die 40 Minuten hinzu, die Peter in der Trance verbracht hatte, so sind es insgesamt 116 Minuten. Das war am 30. Juli 2022.

Ergebnisse:

- Gelitten hatte der Patient 25 Jahre, das sind 9.125 Tage.
- Unmittelbar nach den beiden Gesprächen, die am 30. Juli 2022 durchgeführt wurden, bekam der Patient spontan Appetit auf Essen.
- 12 Tage später (am 11. August 2022) durfte der Patient frühzeitig aus der Klinik entlassen werden.
- 70 Tage später (am 10. Oktober 2022) war er vollständig genesen und konnte wieder in seinem Beruf arbeiten.
- 190 Tage später (am 9. Januar 2023) führte er ein normales und glückliches Leben. Er war voller Energie und Zuversicht.

Es war beglückend zu sehen, zu hören und persönlich zu erleben, wie aus einem toten Menschen, der lebendig im Bett lag und nichts zustande brachte als Hyperreflexion über Selbstmord, in 190 Tagen ein so kraftvoller, energiegeladener und glücklicher Mensch geworden war.

Ist das glaubhaft? Gern hätte ich die zwei Videos der Gespräche publiziert. Doch ich habe es nicht übers Herz gebracht, den noch praktizierenden Notarzt Dr. Peter um seine Zustimmung zu bitten.

Brigitte: 60 Jahre Angst und Panik

1. Die Vorgeschichte

Bei diesem Fall gibt es keine Vorarbeit, aber eine Vorgeschichte. Im Oktober 2018 wurde der Psychotherapeut Prof. Dr. Reinhard *Pietrowsky* (Klinische Psychologie der Universität Düsseldorf) im Fernsehen interviewt. Das Thema lautete: *Traumtherapie bei psychisch Kranken*. Ich war beeindruckt, wie Prof. Pietrowsky die Traumtherapie in seiner Praxis einsetzt. Daher kontaktierte ich ihn und schickte ihm mein Buch:

Amini, Bijan: Typologie der Träume. Krisenpädagogische Traumarbeit. Bern 2016.

Drei Wochen später (am 4. November 2018) bekam ich eine überaus freundliche E-Mail. Ich dokumentiere dieses Dokument ungekürzt und unverändert im Original.

»Lieber Herr Kollege Amini,

haben Sie herzlichen Dank für Ihre Kontaktaufnahme und die Zusendung Ihres Buches. Ich komme leider erst jetzt dazu, Ihnen zu schreiben, da ich im Urlaub war.

Das klingt ja sehr interessant, was Sie schreiben und wie erfolgreich Ihre Arbeit ist. Sie erarbeiten also eine Suggestivformel, die Träume hervorruft, die dann gedeutet werden, wenn ich Sie recht verstanden habe? Erstaunlich ist ja die große Effektivität dieses Verfahrens. Das finde ich außerordentlich spannend, was Sie machen und werde mir gern einige Videos von Ihnen anschauen. Ihre Erfolge scheinen ja weit über das hinauszugehen, was man so im Allgemeinen der Traumdeutung oder Traumarbeit zutraut. Und das in so kurzer Zeit.

Ich würde mich freuen, wenn wir in Kontakt bleiben und den Austausch weiterpflegen könnten.

Mit besten Grüßen,

Ihr Reinhard Pietrowsky

Prof. Dr. Reinhard Pietrowsky
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf
Abteilung Klinische Psychologie«

In einem Telefonat lernten wir uns näher kennen. Dabei äußerte Herr Prof. Pietrowsky den Wunsch, einmal live dabei zu sein, wenn ich einen Fall behandle. Ich schlug vor, dass ich einen seiner Patienten behandle und ihm die Videoaufzeichnung zuschicke. Wenige Tage später meldete sich eine Patientin von ihm, die ich *Brigitte* nennen möchte. Sie erzählte, dass sie seit 60 Jahren in psychotherapeutischer Behandlung sei, zuletzt seit einem halben Jahr bei Herrn Prof. Pietrowsky. Ich bat sie wie üblich um eine kurze schriftliche Schilderung ihrer Leidensgeschichte. Sie antwortete, das sei unmöglich, denn sie habe hunderte von Therapiestunden hinter sich. Das alles könne sie nicht schildern, da müsste sie eher einen Roman schreiben. So verzichtete ich in diesem Fall auf die übliche Vorarbeit.

2. Bewusstseinsarbeit

Am 14. November 2018 führten Brigitte und ich unser erstes Gespräch per Videokonferenz durch. Es dauerte 58 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet. Die Patientin (67 Jahre alt, Witwe, alleinlebend) litt seit ihrer frühen Kindheit, also mindestens seit 60 Jahren, an folgenden zwei Symptomen:

- Überfallartige Angst mehrmals täglich
- Heftige Panikattacken mehrmals wöchentlich.

Wir begannen mit der Reaktivierung der Erinnerungen. Wann hatten die Symptome zum ersten Mal eingesetzt? In welchem Lebenskontext waren sie zuerst aufgetaucht? Was lindert die Symptome und was verschlimmert sie?

Brigitte: Wie schon meine Mutter leide auch ich ständig unter Ängsten, besonders unter der Angst vor Ärzten. Meine Mutter weigerte sich, zum Arzt zu gehen, selbst wenn sie sterbenskrank war. Ähnlich geht es mir. Angst als Dauerzustand beeinträchtigt mein Leben jeden Tag. Ich kann nirgendwo hingehen, ich kann nicht verreisen oder irgendetwas planen. Jede Angst verursacht bei mir Herzrasen und einen starken Druck in der Brust, sodass ich kaum Luft bekomme. Und wenn sie vorbei ist, habe ich manchmal Kopfschmerzen, manchmal aber auch gar nichts.

60 Jahre lang bin ich von unzähligen Ärzten und Psychotherapeuten behandelt worden. Ich glaube, meine Symptome haben ihre Wurzeln in meiner sehr engen und emotionalen Bindung zu meiner Mutter. Das war jedenfalls bei allen Therapien das zentrale Thema. Aber niemand hat mir helfen können, meine Ängste loszuwerden. Mein Leben ist eine einzige Qual. Ich bin eingesperrt wie in einem Gefängnis und weiß nicht,

wie ich da herausfinden kann. Ich weiß nicht, warum diese Ängste mich verfolgen und was sie von mir wollen. Ich bin verzweifelt und hoffnungslos.

Bijan Amini: Wie äußert sich denn die Angst konkret? Können Sie dafür Situationen nennen oder Beispiele geben?

Brigitte: Die Angst überfällt mich täglich mehrmals. Wegen jeder Kleinigkeit zucke ich zusammen und fange an zu zittern. Schlimmer noch und viel heftiger sind die Panikattacken. Da schießt mir plötzlich irgendein Gedanke durch den Kopf, oder jemand klingelt an der Haustür, und schon packt mich die Panik. Dann bin ich wie gelähmt. Zum Glück sind die Panikattacken nicht so häufig wie die Ängste.

Bijan Amini: Haben Sie wirklich schon alles unternommen? Schulmedizin, Psychotherapie, Verhaltenstherapie ...?

Brigitte: Oh ja! Ich habe sehr viele Ärzte und noch mehr Psychotherapeuten aufgesucht. Und ich habe unzählige stationäre Klinikaufenthalte hinter mir. Es ist für mich nicht gerade leicht, ausgerechnet mit Ärzten und Therapeuten über meine Ängste zu sprechen, denn vor denen habe ich ja die allergrößte Angst.

Bijan Amini: Wissen Sie, welche Therapierichtungen es waren? Verhaltenstherapie, Gesprächspsychotherapie, Psychoanalyse, Individualpsychologie, Logotherapie ...?

Brigitte: Nein, das weiß ich nicht so genau. Ich habe auch Hypnosetherapie gemacht und drei Mal an Familienaufstellungen teilgenommen. Nichts hat mir bis jetzt geholfen. Seit einem halben Jahr bin ich einmal pro Woche bei Herrn Prof. Pietrowsky in Behandlung. Es geht mir in mancher Hinsicht schon besser, aber die Ängste sind nach wie vor unverändert da. In der letzten Sitzung, als ich so verzweifelt geweint habe, erzählte Herr Pietrowsky von Ihrer Methode der Traumarbeit und fragte, ob ich diese einmal ausprobieren möchte. Natürlich habe ich ja gesagt, aber offen gestanden, mache ich mir auch da keine Illusionen. Wenn wirklich ein Wunder geschieht und meine Ängste verschwinden, wäre ich sehr glücklich, aber vorstellen kann ich mir das eigentlich gar nicht. Ich lebe schon mein ganzes Leben mit diesen Ängsten. Ich habe keine Vorstellung, wie ein angstfreies Leben überhaupt aussieht.

Bijan Amini: Was lindert Ihre Symptome und was verschlimmert sie? Haben Sie das mal systematisch beobachtet?

Brigitte: Ja, die Symptome sind nicht so heftig, wenn ich mich in netter Gesellschaft befinde. Auch sanfte Musik wirkt auf mich beruhigend, besonders bei Kopfschmerzen und Herzrasen. Das Schlimme ist, dass sowohl die Ängste als auch die Panikattacken überfallartig einsetzen. Das geht so blitzartig, dass ich keine Zeit habe, irgendetwas zu machen. Ich möchte wissen, warum diese Ängste mich nicht in Ruhe lassen. Das hat noch niemand herausgefunden.

Nach einer guten halben Stunde fanden wir heraus, dass die ersten Ängste um das siebte Lebensjahr aufgetreten waren. Wir aktivierten die Erinnerungen und fanden folgende Anhaltspunkte, die ich hier in systematisch geordneter und sprachlich redigierter Form dokumentiere:

- Die zentrale Angstquelle ist die symbiotische Beziehung zur Mutter. Jede Trennung und jede einsame Stunde war für Brigitte angstbesetzt. Die Ängste begannen sehr früh und wurden mit der Einschulung heftig.
- Brigitte wuchs zusammen mit ihrem 12 Jahre älteren Bruder bei der Mutter auf. Ihr Vater hatte keinen Sinn für Familie und wollte sich nach der Heimkehr aus dem Krieg eine Weile allein austoben. So war die Mutter mit ihren zwei Kindern

auf sich gestellt. Sie hatte weder finanzielle Mittel noch sonstige Unterstützung und war daher extrem überfordert.

- Brigittes Bruder war für sie eine Art Vaterersatz. Er war ein rabiater Typ, der nur Abenteuer im Sinn hatte und seiner Schwester regelmäßig sexualisierte Gewalt antat. Über ihn mochte sie überhaupt nicht sprechen. Nicht einmal seinen Namen brachte sie über die Lippen. So stark belastet war ihre Seele bei diesem Thema.
- Brigittes einzige Bezugsperson war ihre Mutter. Zu ihr hatte sie eine sehr enge Beziehung. Am liebsten hätte sie sich Tag und Nacht in ihrer Nähe aufgehalten. Aber das war nicht möglich, weil die Mutter als Kellnerin in einer Bierkneipe arbeitete. Am Abend ging sie hin und spät in der Nacht kam sie zurück. Während dieser Zeit war Brigitte allein zu Hause.
- Die Zuwendung der Mutter war Brigittes einziger emotionaler Halt. War die Tochter nörgelig, so zeigte ihr die Mutter die kalte Schulter und ignorierte sie demonstrativ. Diesen Liebesentzug empfand die kindliche Seele als die Hölle und reagierte darauf mit panischer Angst. Dann benahm sie sich übertrieben gehorsam und auffällig gefügig. So bekam die Mutter ihre Ruhe.

- Wohl die schlimmste Erinnerung, an die sich Brigitte im Gespräch erinnerte, war ein Aufenthalt in einem sogenannten *Erholungsheim*. Die Aktivierung dieser Erinnerung war äußerst mühsam, da Brigitte sie gründlichst verdrängt hatte. Nach dem Krieg wurden viele Kinder für einige Wochen zur Erholung in ein christlich geführtes Haus geschickt. Die Härte und Disziplin in solchen Nachkriegsheimen sind mittlerweile zunehmend bekannt geworden, weil viele Betroffene darüber im Fernsehen öffentlich berichtet haben. Es muss da grausam, ja zum Teil barbarisch zugegangen sein. Die Kinder wurden Tag und Nacht gemäßregelt und wegen jeder Kleinigkeit erbarmungslos bestraft. Warum Brigitte überhaupt in ein solches Heim fern von ihrer Mutter geschickt wurde, wusste sie nicht mehr. Sie vermutete, dass die Mutter Entlastung brauchte.
- Wegen der symbiotischen Beziehung zur Mutter konnte bei Brigitte von Erholung keine Rede sein. Ganz im Gegenteil! Einen Tag nach ihrer Ankunft im Kinderheim wurde sie krank, und wegen der Ansteckungsgefahr wurde sie in einem Abstellraum unter dem Dach untergebracht. Der enge und trostlose Raum mit dem schrägen Dach rief in Brigitte gleich Ängste hervor. Außer der Nonne, die ihr das Essen brachte, und

dem Arzt, der sie täglich einmal untersuchte, durfte niemand diese Isolationszelle betreten.

- Brigittes Mutter erfuhr von der Erkrankung ihrer Tochter erst eine Woche später, als sie um die Zusendung eines Krankenscheins gebeten wurde. Natürlich war sie beunruhigt und wollte wissen, was mit ihrer Tochter los sei. Sie bestand sogar darauf, mit der Tochter zu telefonieren. Dieser Wunsch wurde zuerst abgewiesen, aber da sie beharrlich blieb, erlaubte ihr die Heimleitung ein 5-Minuten-Telefonat. Allerdings war eine Nonne anwesend. Sie hatte dem Kind verboten, über ihre Krankheit zu sprechen. Ein falsches Wort, und sie hätte die Telefonverbindung unterbrochen. Diese Details erzählte Brigitte weinend.

Solche tief verdrängten Erlebnisse in die Erinnerung zurückzurufen verursachte bei Brigitte puren Stress, aber das war nötig, um der Entstehungsursache ihrer Ängste und Panikattacken auf die Spur zu kommen.

Bijan Amini: Ich denke, der Heimaufenthalt könnte die Quelle Ihrer Symptome sein. Trennung von der Mutter, Krankheit und Isolation. Das ist schon eine sehr traumatische Situation.

Brigitte: Ja natürlich. Es war schrecklich. Ich fühlte mich eingesperrt. Die Kinder wussten, wo ich war, durften aber nicht zu mir kommen. Das war streng verboten. Der enge Raum machte mir Angst, das schräge Dach war fürchterlich.

Bijan Amini: Kann es sein, dass Sie hier zum ersten Mal emotional erlebten, warum Ihre Mutter ausgerechnet vor Ärzten Angst hatte?

Brigitte (*Nachdenklich ...*): Das ist möglich. Darüber habe ich nie nachgedacht (*weint plötzlich und ohne ersichtlichen Grund ...*).

Bijan Amini: Haben Sie sich gerade an etwas Schlimmes erinnert?

Brigitte: Nein, ich weine, weil meine Mutter gerade hier ist. Sie schaut mich liebevoll an und lächelt.

Bijan Amini: Wie? Sie sehen gerade Ihre Mutter?

Brigitte: Ja.

Bijan Amini: Haben Sie öfter Kontakt zu ihr?

Brigitte: Klar, jeden Tag.

Bijan Amini: Hört sie, wenn Sie sie rufen?

Brigitte: Ich muss nicht rufen. Sie ist einfach da. Wir verbringen viel Zeit zusammen, sprechen aber nie. Ihre Anwesenheit tut mir gut.

Bijan Amini: Das ist ja wunderbar. Ich habe eine Idee. Was halten Sie davon, wenn wir die Mutter bei der Bewältigung Ihrer Ängste um Hilfe bitten? Wir könnten es mit der Induktion eines Traumes verbinden. Vielleicht darf Ihre Mutter mit Ihnen sogar sprechen.

Brigitte: Das wäre toll! Und wie funktioniert das?

Bijan Amini: Das ist sehr einfach. Wir brauchen nur eine Formulierung, die die Sache gut trifft und Ihnen spontan gefällt. Was halten Sie zum Beispiel von folgender Bitte?

Liebe Mama, bitte komm zu mir im Traum und sprich mit mir. Sage mir, wie ich meine Ängste loswerden kann. Und ich möchte mich nach dem Aufwachen an deine Worte erinnern.

Brigitte war vor Freude zu Tränen gerührt. Die Formulierung fand sie sehr passend.

3. Traumarbeit

Der erbetene Traum kam in der zweiten Nacht, und wir führten am späten Nachmittag des 16. November 2018 das zweite Gespräch durch. Es dauerte 57 Minuten und wurde wegen einer technischen Panne nur im Ton aufgezeichnet. Hier die Ergebnisse:

Brigitte: Ich muss sagen, dass meine Mutter im Traum nicht erschien. Ich hatte mir einen schönen Traum mit ihr vorgestellt. Stattdessen kam ein schrecklicher Traum. Da war ein Mann mit Brille und längerem Haar. Er saß wie ein Skispringer auf einer Schanze, hielt sich mit beiden Händen links und rechts fest und nahm durch Vor- und Rückwärtsbewegungen Schwung auf. Ich dachte, er will springen, aber sein Gesicht war total verzerrt, und er schrie vor Angst. Das war ganz schrecklich.

Während ich ihm so zuschaute, schubste mich jemand kräftig von hinten. Ich fiel auf die Skischanze und dachte, dass ich in den Tod stürzen würde. Da wachte ich auf. Ich hatte Herzrasen, ein Klopfen im Kopf und starke Halsschmerzen. Solche Halsschmerzen kenne ich von früher als Reaktion meines Körpers auf eine heftige Panikattacke. Es sind nun zwölf Stunden her, seit ich aufgewacht bin, aber die Halsschmerzen sind immer noch da. Ich weiß nicht, wie dieser Traum mir helfen soll, meine Ängste zu überwinden. Ich verstehe auch nicht, warum meine Mutter nicht kam.

Es war offenkundig, dass der Traum keine Anhaltspunkte für die Lösung des Problems enthielt, sondern auf weitere Angstquellen aufmerksam machen

wollte. Wer war der Mann auf der Skischanze? Hatte Brigitte irgendein Erlebnis mit einer Skischanze gehabt? War sie jemals von jemandem von hinten geschubst worden? Das waren Fragen, die geklärt werden mussten. Hier die Ergebnisse:

- Brigittes rabiater Bruder hatte einmal die kleine Schwester von hinten gepackt, auf einen Schlitten gesetzt und den Abhang hinuntergefahren. Das geschah so blitzschnell, dass Brigitte kaum realisieren konnte, was mit ihr geschah. Der Schlitten nahm Fahrt auf, wurde immer schneller, geriet dann außer Kontrolle und überschlug sich mehrmals. Brigitte und ihr Bruder wurden beide hinausgeschleudert. Der Bruder hatte Glück, aber Brigitte rollte auf dem Schnee in Richtung eines Abhangs. Die Situation war lebensgefährlich. Zum Glück war ein Baum da, der Brigittes Körper vor dem Sturz in den sicheren Tod rettete. Das war ein Schock, von dem sich Brigitte nie erholte. Der Bruder hatte gedroht, sie grün und blau zu schlagen, wenn sie davon irgendjemandem erzählen würde. Dieses Erlebnis war vermutlich eine der Angstquellen. Brigittes Seele hatte Angst, ihr könnte jederzeit unerwartet irgendetwas Schlimmes passieren oder irgendjemand würde sie von hinten überfallen.

- Dann tauchte noch eine weitere Erinnerung auf, nämlich Brigittes Stiefvater. Der einfältige Mann hatte die Aufgabe, Brigitte ins Bett zu bringen. Aber statt dem Kind eine Gute-Nacht-Geschichte vorzulesen, setzte er sich mit einer glühenden Zigarette auf das Kinderbett. Dabei hustete er so grässlich, dass Brigitte fürchtete, er würde gleich ersticken. Um ihn loszuwerden, tat sie so, als wäre sie auf der Stelle eingeschlafen. Diese Erinnerung verwies wohl auf die zweite Angstquelle.

Es war ziemlich sicher, dass es noch weitere Quellen geben müsste. Ich schlug vor, dass wir die detektivische Suche fortsetzen sollten.

Bijan Amini: Ich denke, Ihre Mutter ist deshalb im Traum nicht erschienen, weil sie mit der Entstehung Ihrer Ängste in keinem Zusammenhang steht.

Brigitte: Ich spüre gerade meine Mutter. Sie gibt mir zu verstehen, dass sie zu schwach ist, um mir zu helfen (*traurig ...*). Schade! Jetzt weiß ich nicht, wie es weitergehen soll.

Bijan Amini: Ich sehe schon einen Ausweg. Die Voraussetzung dafür ist aber, dass wir in Erfahrung bringen, welche Ereignisse Ihre Ängste

ausgelöst haben, und welches die Panikattacken. Wenn ich die bisherigen Ergebnisse betrachte, dann sehe ich folgende fünf Entstehungsursachen für Ihre Symptome:

Erstens: der Aufenthalt im Erholungsheim, die Trennung von Ihrer Mutter, die Erkrankung dort und die Unterbringung in einer Isolierzelle.

Zweitens: die erbarmungslosen Strafen, die Ihnen im sogenannten Erholungsheim drohten, wenn Sie sich nicht regelkonform verhielten.

Drittens: der Schlittenunfall, der Sie beinahe das Leben gekostet hätte und über den Sie bis zum heutigen Tag noch mit niemandem gesprochen haben.

Viertens: der rabiate Bruder, der Ihnen sexuell Gewalt antat und über den Sie nicht einmal nach 60 Jahren sprechen wollen.

Fünftens: der einfältige Stiefvater, der Sie ins Bett zu bringen pflegte, und Ihnen unbewusst und ungewollt mit seinem grässlichen Husten Angst einjagte. Diese Angst nahmen Sie damals Nacht für Nacht mit in den Schlaf. Wie soll denn Ihre Mutter bei so vielen Angstquellen helfen können?

Dass wir über diese Fragen vor der Induktion eines Traumes nicht gesprochen haben, war ein

Versäumnis. Vor lauter Begeisterung über Ihren täglichen Kontakt zur verstorbenen Mutter habe ich nicht bedacht, dass wir noch keine zureichenden Erkenntnisse über Ihre Angstquellen haben. Ohne zu wissen, warum ein Symptom aufgetreten ist und welche Botschaft es übermitteln will, kann man es nicht auflösen. Ich schlage vor, wir versuchen es mit einem zweiten Traum. Hier ein Vorschlag:

Ich bitte um einen Traum, der mir hilft, alle Quellen meiner Ängste zu erkennen. Ich möchte mich nach dem Aufwachen an alles erinnern, was ich geträumt habe.

Brigitte fand meine Erklärung einleuchtend, die Idee, einen zweiten Traum hervorzurufen, gut und die Formulierung passend. Damit ging unser zweites Gespräch zu Ende. Zwei Tage später meldete sie, dass sie erneut geträumt hätte.

4. Traumarbeit 2

Am 18. November 2018 führten wir das dritte Gespräch durch. Es dauerte 38 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet.

Brigitte: Im Unterschied zum ersten Traum war der zweite himmlisch schön. Ich kann mich gut an drei Sequenzen erinnern.

Erste Sequenz

Ich ging durch einen hell erleuchteten Gang, oder eine Allee. Das war alles. Dabei hatte ich ein angenehmes und beruhigendes Gefühl.

Zweite Sequenz

Ich stand irgendwo. Rechts von mir standen viele griechisch-orthodoxe Priester in einer Reihe und hielten ihre Hände in Gebetshaltung. Als sie mich sahen, verbeugten sie sich vor mir. Das empfand ich als sehr angenehm.

Dritte Sequenz

Ich hatte ein wunderschönes weißes Kleid an. So eins hatte ich mir als Kind immer gewünscht, weil ich darin wie ein Engel aussehen wollte. Das Kleid bekam ich nie, aber im Traum ging mein Kinderwunsch in Erfüllung. In diesem Kleid lief und sprang ich heiter und fröhlich. Auf einmal hob ich vom Boden ab, schwebte eine Weile in der Luft und stieg dann sanft und zart hinauf zum Himmel. Und was dabei seltsam war: Ich hatte überhaupt keine Höhenangst. Ganz im Gegenteil! Mir war, als würde ich ge-

schützt und getragen hinaufsteigen. Das war unbeschreiblich schön, und ich war so glücklich. Dann wachte ich auf und dachte: schade, dass es nur ein Traum war!

Wir schauten uns die Traumelemente an und versuchten, die Sinnbotschaft des Traumes zu verstehen. Eins war aber gleich klar. Der zweite Traum verkündete in jeder Hinsicht eine positive Botschaft. Hier die Ergebnisse:

- Der Gang bzw. die Allee in der *ersten* Sequenz erinnerte Brigitte an ihren Schulweg, als sie etwa sieben Jahre alt war. Da gab es eine ähnlich enge Straße mit Bäumen links und rechts. Sie waren so dicht aneinander gepflanzt, dass es in dieser Allee sogar am Tag dunkel und unheimlich war. Diesen Schulweg entlang gehen zu müssen, machte Brigitte jeden Tag Angst. Erinnerungen an den engen und düsteren Abstellraum im Kinderheim kamen später noch hinzu. Der Traum ersetzt nun diese dunklen Erinnerungen durch angenehme und beruhigende Helligkeit. Die erste Sequenz will gleich zu Beginn des Traumes ankündigen, dass der bisherige düstere Lebensweg von nun an hell beleuchtet und angenehm sein werde.
- Die *zweite* Sequenz hat einen deutlich erkennba-

ren Bezug zum religiösen Erholungsheim. Hier wird eine Art Wiedergutmachung in Szene gesetzt. Die Priester sind Stellvertreter für die Leitung des Kinderheims. Sie stehen in einer Reihe und verbeugen sich vor Brigitte. Das bedeutet, sie bitten auf diese Weise um Vergebung für ihre grausamen Untaten. Das empfand Brigitte als äußerst angenehm. Die Botschaft dieser Sequenz lautet: Diejenigen, die dich eingesperrt und grausam behandelt hatten, zeigen Einsicht und bitten dich um Verzeihung.

- Die *dritte* Sequenz erinnert Brigitte an das Engelskleid, das sie sich als Kind von Herzen gewünscht, aber nie bekommen hatte. Im Traum geht dieser Wunsch endlich in Erfüllung. Mehr noch: In diesem Kleid wird sie sicher wie ein Engel zum Himmel emporgehoben. Dabei hat sie erstaunlicherweise keine Höhenangst.

Nachdem ich die Botschaft jeder Sequenz einzeln gedeutet hatte, fasste ich die Gesamtbotschaft des Traumes so zusammen:

Brigitte, die Zeit der Ängste ist vorbei. Da ist kein dunkler Lebensweg und kein enger Raum mehr; in dem du einsam, krank und eingesperrt bist! Alles ist hell erleuchtet, das Leiden hat ein Ende. Die Priester verbeugen sich vor dir und

bitten dich für ihre Untaten um Vergebung. Und von heute an wirst du in einem Engelskleid geschützt sein und ohne Höhenangst zum Himmel emporsteigen. Niemand wird dich in die Tiefe schubsen. Niemand wird dir unerwartet ein Leid antun. Hab keine Angst mehr!

Brigittes Reaktion auf diese Deutung lässt sich mit Worten gar nicht beschreiben. Ihre Augen leuchteten auf, ihr Gesicht strahlte vor Freude, sie lächelte entspannt und schwieg. Sie fand keine Worte, um ihr Glück auszudrücken. Irgendwann sagte sie mit einer sehr ruhigen Stimme:

Brigitte: Ich fühle, dass in mir ein Knoten geplatzt ist. In mir ist eine Ruhe, die ich so gar nicht kenne. Ich möchte die Welt umarmen.

Bijan Amini: Ihr spontanes Gefühl signalisiert, dass die Deutung zutreffend ist. Möglich daher, dass die Heilung von nun an eintritt. Der heutige Tag könnte der Anfang vom Ende Ihrer Ängste und Panikattacken sein. Es ist zwar denkbar, dass die eine oder andere Angst sozusagen aus Gewohnheit noch über Sie kommt, aber die Wirkung wird sehr schwach sein, und Ihre Seele wird darauf nicht panisch reagieren. Denn sie weiß, dass Sie im Engelskleid geschützt sind.

Mit diesem hoffnungsvollen Ergebnis ging unser drittes Gespräch zu Ende. Brigitte war unbeschreiblich glücklich. Das angstfreie Emporsteigen zum Himmel in einem Engelskleid hatte eine kräftig heilsame Wirkung auf ihre Seele ausgeübt. Sie lachte zum ersten Mal in unseren drei Gesprächen. Ich bot ihr für die nächsten Tage Begleitung an und bat sie, mich über die Entwicklung ihrer Symptome zu informieren.

5. Begleitung

Erste Rückmeldung am 20. November 2018

Zwei Tage nach unserer dritten Beratung war Brigitte wieder routinemäßig bei ihrem Psychotherapeuten, Prof. Pietrowsky. Er war über den verwandelten Zustand seiner Patientin positiv überrascht und schrieb mir am 21. November 2018 folgende E-Mail, die ich im Wortlaut zitiere:

»Lieber Herr Amini,

Sie sind mir zuvorgekommen. Ich wollte Ihnen auch schreiben, weil gestern die Patientin bei mir war und ganz begeistert von der Arbeit mit Ihnen und über die fantastischen Träume kurz berichtete. Das ist wirklich ein Phänomen, wie Sie das hinbekommen haben, solche heilsamen Träume zu indu-

zieren. Ich freue mich darauf, die Aufnahmen anschauen bzw. anhören zu können und fände es gut, wenn wir dann auch noch über Ihre Intervention sprechen könnten. Erst mal einen schönen Tag und vielen Dank für Ihre Mithilfe.

Mit besten Grüßen,
Reinhard Pietrowsky

Prof. Dr. Reinhard Pietrowsky
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf
Abteilung Klinische Psychologie«

Zweite Rückmeldung am 27. Dezember 2018

Fünf Wochen später rief ich Brigitte an und fragte, wie sich ihre Ängste entwickelt hätten. Sie berichtete in heiterer und entspannter Stimmung, dass sie seit der zweiten Traumarbeit kein einziges Mal mehr Ängste oder Panikattacken gehabt hätte. Sie könne es selbst kaum glauben, aber sie sei tatsächlich zum ersten Mal in ihrem Leben symptomfrei. Das sei ein völlig neues Lebensgefühl, an das sie sich erst einmal gewöhnen müsse.

6. Fazit

60 Jahre lang wurde Brigitte täglich von Ängsten verfolgt und wöchentlich mehrmals von Panikattacken überfallen. Seit ihrem siebten Lebensjahr gab es in ihrem Leben keinen angstfreien Tag. Weder die vielen Klinikaufenthalte noch die unzähligen Therapien hatten irgendeine positive Wirkung erzielen können. Verzweifelt und hoffnungslos wandte sie sich auf Empfehlung ihres Psychotherapeuten an mich.

Dass diese Patientin durch drei Gespräche von insgesamt 153 Minuten innerhalb von sechs Tagen vollkommen und nachhaltig symptomfrei wurde, wäre kaum glaubhaft, wenn der Fall nicht vom Leiter der Klinischen Abteilung der Universität Düsseldorf persönlich und vertrauensvoll an mich verwiesen worden wäre.

Was bei diesem Fall das tiefsitzende Problem löste, war wie bei allen bisher dokumentierten Fällen eine *entscheidende Erkenntnis* bzw. *Selbsterkenntnis*. Ohne dass Betroffene den Auslöser ihrer Krankheit im Lebenskontext klar erkennen, verschwindet kein rätselhaftes Symptom. Dass ich bei dieser Aufgabe dabei sein und sozusagen als Geburtshelfer der Erkenntnis fungieren durfte, empfinde ich als Glück.