



# Detektivische Medizin



Prof. Dr. Bijan Amini  
Tel.: 0171-3456 271

[professor@bijanamini.de](mailto:professor@bijanamini.de)

## Detektivische Medizin

Fall: Anne (Schlafstörung usw.)

In diesem Abschnitt dokumentiere ich ausführlich die Anwendung aller drei Methoden in einem ganz besonderen Fall, bei dem es gelang, ein 75 Jahre altes Symptom in 23 Tagen aus der Welt zu schaffen. Und auch zwei weitere Symptome, die drei bzw. vier Jahre vorhanden waren, verschwanden innerhalb weniger Tage.

Anne (78, verheiratet, zwei Kinder) litt 75 Jahre unter dem rätselhaften Symptom Einschlafstörung. Natürlich hatte sie alles Denkbare, Machbare und Mögliche unternommen, allerdings ohne Erfolg. Weder die Schulmedizin noch diverse Psychotherapien hatten ihr helfen können. Sie war verzweifelt und völlig hoffnungslos. Die überaus freundliche und warmherzige Dame sah immer müde aus. Hier eine kurze Übersicht über alle drei Symptome.

### Symptom Nr. 1: Einschlafstörung

Schon als vierjähriges Kind lag Anne Nacht für Nacht verzweifelt im Bett und konnte trotz Müdigkeit nicht einschlafen. Ihre Mutter versprach ihr süße Belohnung, falls sie brav einschlafen würde, aber sie schaffte es nicht.

Als Studentin und später als Lehrerin lag sie stundenlang im Bett und las, bis ihr die Augen zufielen. Sobald sie aber das Buch weglegte, fühlte sie sich wieder hellwach. Und das war auch mit 78 Jahren ihr Zustand, als sie sich an mich wandte. Ohne Schlaftabletten war Einschlafen unmöglich. Die Nebenwirkung war Müdigkeit am nächsten Tag. Schlaff und kraftlos brachte sie den Tag irgendwie hinter sich und spürte nicht den geringsten Antrieb, im Haus oder Garten irgendetwas anzupacken.

## Symptom Nr. 2: Bluthochdruck

Mit 75 Jahren entwickelte ihr Körper ein zweites Symptom. Zum Zeitpunkt unserer Beratung litt sie schon drei Jahre darunter. Ihr Blutdruck war knapp unter 200. Sie musste täglich ein Blutdruck senkendes Medikament nehmen.

## Symptom Nr. 3: Wadenschmerzen

Unter diesem Symptom litt sie schon vier Jahre. Als hätte das erste Symptom einen Verbündeten gefunden, setzten die Wadenschmerzen ein, nachdem es mühsam gelungen war einzuschlafen. Jetzt wurde sie geweckt und musste eine Schmerztablette nehmen. Dann begann der Kampf ums Einschlafen von neuem.

# Behandlung Symptom 1: Einschlafstörung

Ich setzte die Archäologie des Symptoms beim ältesten an. Am 15. und 16. März 2021 suchten wir detektivisch nach der Ursache. Die rationale Methode am 15. März dauerte 44 Minuten, die subrationale am nächsten Tag 50 Minuten. Und 23 Tage später verschwand das Symptom endgültig. Wie ein so sensationelles Ergebnis möglich war, soll hier detailliert dokumentiert werden, wobei ich auf die Dokumentation der Vorbereitung (Textarbeit) verzichte.

## 1. Bewusstseinsarbeit (Rationale Methode)

Zu Beginn der ersten Beratung sprachen wir darüber, dass das Symptom absonderlich sei. Denn Schlaf ist ja ein normales und natürliches Bedürfnis des Körpers. Er ist unverzichtbar und unentbehrlich für die Regeneration. Durch den Schlaf laden wir in der Nacht unsere Akkus auf, damit wir am Tag Energie haben und Aktivitäten entfalten können. So gesehen, kann sich eigentlich niemand gegen den Schlaf wehren. Ist der Körper erschöpft, schläft der Mensch in nahezu jeder Lage ein. Vor diesem Hintergrund lag die Annahme nahe, dass es sich hier nicht um ein körperliches Symptom handeln kann.

Bijan Amini: »Ich frage mich, welches Erlebnis in seiner Wucht und Wirkung so traumatisch für Ihre Seele war, dass es seit 75 Jahren Nacht für Nacht wiederkehrt und Ihnen die Nachtruhe raubt? Haben Sie irgendeine Idee, die so lange zurückliegt, aber noch immer

so mächtig wirkt?«

Anne: »Keine Ahnung! Ich weiß es nicht.«

Bijan Amini: »Bitte denken Sie nach. Wer oder was will nicht, dass Sie einschlafen? Vielleicht eine schreckliche Erinnerung an etwas, was in Ihr Bett gekrochen ist? Eine Spinne oder eine Schlange?«

Anne: »Nein. An so etwas erinnere ich mich nicht.«

Bijan Amini: »Entschuldigen Sie, wenn ich eine intime Frage stelle. Sie müssen darauf nicht antworten. Wurden Sie als Kind im Schlaf Opfer eines sexuellen Übergriffs?«

Anne: »Nein. Bestimmt nicht (*Nachdenkliche Pause ... Dann plötzlich*). Da kommt mir jetzt eine Erinnerung in den Sinn, die ich längst vergessen hatte. Sie liegt weit zurück, bestimmt über 70 Jahre. Ein schreckliches Erlebnis ...«

Bijan Amini: »Aha!«

Anne: »Es war Krieg (*Pause ...*). Bomben fielen auf Danzig (*längere Pause ...*). Ich war etwa zwei oder zweieinhalb Jahre alt. Meine Mutter trug mich auf dem Arm und rannte eine Straße entlang. Häuser brannten, Menschen schrien (*Pause ...*). Dann lief meine Mutter in ein Haus hinein und ging die Treppe hinunter in den Keller. Es war sehr dunkel. Erst nach Minuten konnte ich erkennen, dass dort viele Menschen saßen. Ähnliche Erlebnisse hatte ich mehrmals in der Kriegszeit. Dieses Bild schoss mir gerade durch den Kopf.«

Bijan Amini: »Haben Sie Angst vor der Dunkelheit?«

Anne: »O ja. Ich habe große Angst vor Dunkelheit. Deshalb lasse ich nachts immer ein kleines Licht an. Auch in engen Räumen bekomme ich panische Angst. Einmal wartete ich lange im Wartezimmer eines Arztes. Irgendwann musste ich auf die Toilette. Als ich hinging, sah ich einen sehr schmalen und engen Raum. Mir wurde übel. Unverrichteter Dinge ging ich nach Hause.«

Bijan Amini: »Versuchen Sie, sich an weitere Bilder oder Ereignisse zu erinnern, die irgendwie mit Schlafen oder Einschlafen in einem Zusammenhang stehen.«

Anne fiel nichts ein, so sprachen wir noch einige Minuten über ihre Müdigkeit am Tag. Das Einzige, was da helfen könne, sei Kaffee: zwei Tassen zum Frühstück und eine Tasse am Nachmittag. Und mitten im Satz tauchte plötzlich eine neue Erinnerung auf.

Anne: »Gerade kommt mir eine furchtbare Erinnerung in den Sinn. Als der Krieg zu Ende war, wurde ich (etwa drei oder vier Jahre alt) für einen Monat in ein Kinderheim geschickt. Das wurde organisiert, damit sich die Mütter und ihre Kinder erholten. Der Aufenthalt im Heim war aber weder Urlaub noch Erholung. Das war die Hölle! Dort herrschten sinnlose und grausame Regeln (Pause ...). Was auf den Teller kam, musste restlos aufgegessen werden. Wenn nicht, wurde es einem zwangsweise in den Mund geschoben. Nach dem Mittagessen mussten alle Kinder schlafen. Es war Vorschrift, dass Kinder in der Rückenlage schlafen. Es war verboten, im Bett mit den anderen Kindern zu sprechen. Es war verboten, sich im Bett hin und her zu drehen. Neben der Tür saß eine Aufsichtsperson. Verstöße gegen die Regeln duldete sie nicht.«

Bijan Amini: »Kinder mussten mittags schlafen, auch wenn sie nicht müde waren? Und die Rückenlage war Vorschrift?«

Anne: »Ja, das Schlafen nach dem Essen war strenge Vorschrift und die Rückenlage auch. Sonst gab es eine Strafe.«

Bijan Amini: »Worin bestand denn die Strafe für Schlafverweigerung oder Seitenlage?«

Anne: »Man musste stundenlang in einer Ecke mit dem Gesicht zur Wand stehen. Man durfte bei einem Tagesausflug nicht dabei sein und musste allein im Heim bleiben. Oder man bekam keinen Nachtsch, während alle anderen einen bekamen. Ganz schlimm war die Strafe, wenn man seinen Teller nicht leer gegessen hatte. Ich erinnere mich gut daran, dass ein Kind bei der Zwangsfütterung einen Brechreiz bekam und sich erbrach. Ihm wurde sein Erbrochenes in den Mund gestopft.«

Bijan Amini: »Das ist ja ekelhaft! Wundert es Sie, dass Sie Einschlafprobleme haben? Ich sehe im Schlafbefehl eine, wenn nicht sogar *die* Entstehungsursache für das Symptom Einschlafstörung. Die kindliche Seele weigert sich nach 75 Jahren noch immer vehement gegen diesen unsinnigen Befehl. Das Symptom spricht geradezu und sagt: Sei mutig und weigere dich mitzumachen! Das ist ein durchaus gesunder Trotzgeist, der sich da durchsetzt.«

Über den Ausdruck *Trotzgeist* war Anne hochofrenut. Sie sagte, das Wort passe genau zu ihrem Gefühl, einer Mischung aus Angst, Wut und Machtlosigkeit. Ich erklärte ihr, dass der Ausdruck von Viktor *Frankl* stammt. Der weltberühmte Psychologe aus Wien hatte einmal

ein Experiment mit einigen Patienten gemacht, die an Schlafstörungen litten. Er wandte eine Therapie an, die man *paradoxe Intervention* nennt. Statt alles zu tun, damit die Patienten einschlafen, verordnete ihnen der Psychologe Schlafentzug. Die Patienten mussten alle 20 Minuten von der dritten Etage, wo sie nachts untergebracht waren, in den Keller gehen und dort ihre Karte in eine Stechuhr stecken als Beweis dafür, dass sie nicht eingeschlafen waren. Am nächsten Tag stellte sich heraus, dass nur eine Karte vier Einträge enthielt. Alle anderen hatten weniger. Das heißt, alle Patienten waren spätestens nach ein- einhalb Stunden eingeschlafen. Das ist exemplarisch zu verstehen und gilt für alle natürlichen bzw. spontanen Vorgänge. Wenn sie nicht funktionieren, versucht man es mit der paradoxen Therapie. Man befiehlt ihnen, genau das zu tun, unter dem sie gerade leiden.

Bijan Amini: »Ich gebe Ihnen ein Beispiel. Hört man die Pointe eines Witzes, so lacht man spontan. Das ist eine natürliche, reflexartige Reaktion. Befiehlt man nun einem Menschen, auf Kommando zu lachen oder auf Befehl zu weinen, dann gelingt es nicht. Spontaneität lässt sich nicht programmieren. Das nennt man: *Sei-spontan-Paradoxie*. Schauen wir aus diesem Blickwinkel Ihre seelische Situation im Kinderheim an. Ihre Seele spürte den Unsinn der Vorschrift und entwickelte ein ehrgeiziges Trotzverhalten. Noch heute trainiert sie dieses Verhalten mit Freude und Erfolg. Ich denke, hier liegt der Schlüssel für die Erklärung der Entstehungsursache. Wenn das zutrifft, wird das Symptom mit der heutigen Erkenntnis verschwinden.«

Anne: »Das wäre schön! Ich weiß gar nicht, wie ich auf diese Geschichte kam. Ich war damals so eingeschüchtert, dass ich nach dem Ende des Aufenthaltes im Kinderheim mit niemandem über die Erlebnisse dort gesprochen habe, nicht einmal mit meiner Mutter. Ich hatte alles völlig vergessen.«

Bijan Amini: »Sie meinen: *verdrängt*. Die Seele kann nichts vergessen. Noch heute leistet sie Widerstand.«

Anne: »Ja, das könnte sein. Das leuchtet mir ein. Die bedrückende Atmosphäre im Kinderheim, die militärische Strenge, der man sich bedingungslos fügen musste, und auch die grausamen Strafen, die wegen jeder Kleinigkeit verhängt wurden, haben mich soeben bei meiner Erinnerung innerlich zittern lassen. Ich glaube, hier liegt die Wurzel des Problems. Meinen Sie wirklich, dass das Symptom dadurch verschwinden wird?«

Bijan Amini: »Ja, ich bin sehr zuversichtlich. Das Symptom ist nicht körperlicher, sondern seelischer Natur. Wir müssen uns nur vergewissern, dass unsere Erkenntnis richtig ist. Wir müssen Ihre Seele um Hilfe und Klärung bitten.«

Anne: »Wie geht denn das?«

Bijan Amini: »Durch die Induktion eines Traumes. Wir formulieren gemeinsam eine Bitte, und wenn der Traum heute Nacht kommt, was in neun von zehn Fällen der Fall ist, dann haben wir schon morgen die Gewissheit. Und von da an wird sich das Symptom zurückziehen.«

Anne: »Das hört sich gut an, und was muss ich tun?«

Bijan Amini: »Ich mache Vorschläge für eine Formulierung, und Sie sagen intuitiv, welche Sie am meisten anspricht.«

Anne: »Einverstanden!«

Nach mehreren Vorschlägen fand Anne folgende Formulierung sehr passend:

*Ich bitte um einen Traum, der mir zeigt, warum mir das Einschlafen Probleme macht. Und ich möchte mich nach dem Aufwachen an alles erinnern, was ich geträumt habe.*

Hier endete die rationale Methode. Die Bewusstseinsarbeit war fruchtbar geworden und hatte eine vielversprechende Ursache für die Entstehung des Symptoms erkannt. Jetzt waren wir gespannt auf den Traum und seine Hinweise.

Am nächsten Morgen (16. März 2021) bekam ich eine E-Mail von Anne, in der sie ihren Traum schilderte. Wie üblich redigierte ich den Text und stellte Fragen, weil ich einige Passagen nicht verstehen konnte. Anne überarbeitete den redigierten Text, ergänzte ihn an einigen Stellen und schickte ihn mir wieder zurück. Hier die Endfassung:

»Lieber Herr Prof. Amini,

gestern Nacht hatte ich folgenden Traum. Ich war in einem Raum, den ich nicht kannte. Rechts war eine Tür, die einen Spalt weit aufging, und zwar nach innen. Ich hörte dort Menschen reden, lachen und singen. An der Tür stand ein Mann (helle Haut, große dunkle Augen, eine kleine Mütze auf dem Kopf) und schaute mich an, wobei sein Blick sehr intensiv war. Ich drehte mich ein wenig nach links, so dass der

Mann nun rechts von mir stand. Dann ging ich an ihm vorbei und verließ den Raum. Dabei spürte ich, dass er mir mit seinem Blick folgte.

Das war mein Traum. Ich glaube nicht, dass er irgendetwas mit meiner Einschlafstörung zu tun hat. Jedenfalls kann ich da keine Antwort auf meine Bitte erkennen. Soll ich warten, bis ein anderer Traum kommt?

Viele Grüße, Anne«

Ich redigierte den Text sprachlich, stellte einige Fragen und schrieb zurück, dass die Traumwelt gesprochen hätte, und wir nun gefordert wären, ihre Botschaft zu verstehen. Man könne die Traumwelt nicht auffordern, so zu reden, dass man sie verstehe.

Nun waren wir beide auf die zweite Beratung gespannt, die wenige Stunden später durchgeführt wurde.

## 2. Traumarbeit (Subrationale Methode)

Bei meiner Textredaktion und Vorbereitung habe ich Annes Traum genau analysiert und folgende Fragen vorbereitet:

- *Eine Tür geht nach innen auf.* Wofür stehen hier die Elemente *Tür* und das *Aufgehen nach innen*? Türen gehen normalerweise nach außen auf, damit man aus einem geschlossenen Raum ins Freie gelangt. In Annes Traum ist es umgekehrt. Was will das sagen?
- *Ein unbekannter Mann steht an der Tür.* Für wen steht er stellvertretend? Vielleicht für einen Verwandten oder einen Freund von Anne? Vielleicht für ihren Ehemann, ihren Sohn oder gar für sie selbst? Das muss sich zeigen.
- Der Mann spricht kein Wort. Offenbar will er sich mit seinem intensiven Blick verständigen. Kennt Anne in ihrem Leben jemanden mit so einem Blick? Wenn ja, steht dieser Mann in einem Zusammenhang mit dem Symptom Einschlafstörung?
- Was ist die Aussage dieses Blickes? Ist es ein schützender und fördernder Blick oder ein verurteilender und strafender?
- Fordert der Blick Anne auf, den Raum, in dem Menschen reden, lachen und singen zu betreten? Warum bleibt dieser Blick auf Anne haften, während sie den Raum verlässt?
- Kennt Anne in ihrem Leben eine Gruppe, die sich trifft, um zu re-

den, zu lachen und zu singen? Und was hat diese Gruppe mit ihrem Symptom zu tun?

Gleich zu Beginn unseres zweiten Gespräches am 16. März 2021, das 50 Minuten dauerte und als Video aufgezeichnet wurde, stellte ich die Frage:

Bijan Amini: »An wen erinnert Sie dieser Mann im Traum? Gab oder gibt es in Ihrem realen Leben eine ihm irgendwie ähnliche Person? Er befindet sich in einem Raum, in dem viele Menschen gesellig beisammen sind, reden, lachen und singen.«

Anne: (*Denkt nach ...*) »Er erinnert mich an zwei Männer. An den Dirigenten im Kirchenchor und an den amtierenden Pastor unserer Gemeinde.«

Bijan Amini: »Wie ist denn Ihre Beziehung zu diesen beiden Herren?«

Anne: »Sehr gut! Ich singe seit vielen Jahren und ausgesprochen gern im Kirchenchor, weil mir das Singen große Freude macht. Der Dirigent ist ein feinfühlicher und kompetenter Mann. Was ich an ihm besonders schätze, ist, dass er bei Fehlern nie direkt korrigiert.«

Bijan Amini: »Wie meinen Sie das?«

Anne: »Wenn jemand bei der Probe falsch singt, sagt er nichts. Er schaut ihn oder sie einige Sekunden freundlich an, sodass die betroffene Person merkt, irgendetwas stimmt da nicht. Das ist alles, und trotzdem versteht jeder und jede, was der Dirigent meint. Mir selbst ist es auch einmal passiert. Ich hatte einen schlechten Tag und war unkonzentriert. Da sang ich an einer Stelle falsch. Und schon spürte ich seinen Blick. Darin lag weder Kritik noch Vorwurf. Es war mehr ein fragender Blick, als wollte er wissen: *Bist du sicher, dass du diese Passage richtig gesungen hast?*«

Bijan Amini: »Wie haben Sie darauf reagiert?«

Anne: »Ich wusste sofort Bescheid, und er lächelte. Wir haben uns wortlos verstanden.«

Bijan Amini: »Ist da nicht eine Parallele zu dem Mann in Ihrem Traum? Er steht an der Tür und schaut Sie schweigend an wie der Dirigent. Sein Blick ist intensiv, kein Vorwurf, keine Kritik. Ein Kontrast zu den Blicken im Kinderheim! Außerdem hornten Sie im Traum Menschen reden, lachen und singen. Sie singen doch sehr gerne.«

Anne: »Toll! Das stimmt! Ja, das passt. Der Blick des Dirigenten und der Gesang, der aus dem Raum kam, als er die Tür öffnete. erinnert mich tatsächlich an den Chor. Ich erkenne es wieder und spüre in diesem Augenblick ein Gefühl der Freude. Das ist gar kein Vergleich zu den strafenden Blicken im Kinderheim.«

Bijan Amini: »So viel zu Ihrer ersten Assoziation. Nun zum zweiten Mann, dem amtierenden Pastor. Was können Sie über ihn sagen?«

Anne: »Er ist freundlich und zugewandt. Ich hatte vor zwei Wochen ein längeres Gespräch mit ihm. Er hörte mir sehr aufmerksam zu und gab mir das Gefühl, dass er mein Anliegen versteht und mich ernst nimmt. Es war eine sehr angenehme und respektvolle Unterhaltung.«

Bijan Amini: »Also wir haben zwei Motive, die Sie mit diesem Mann im Traum verbinden, nämlich *Singen* und *Reden*. Beides ist bei Ihnen sehr positiv. Beides bietet ein krasses Kontrastprogramm zu den Erlebnissen im Kinderheim. Aber was tun Sie? Im Traum gehen Sie nicht auf diesen Mann zu, Sie gehen auch nicht in den Raum hinein, obwohl dieser Mann die Tür geöffnet hält zum Zeichen der Einladung, sondern Sie drehen ihm den Rücken zu und verlassen den Raum. Sein Blick verfolgt Sie. Ich möchte vermuten, er wundert sich, dass Sie dem Schönen, Angenehmen und Freudigen den Rücken kehren. Und wo gehen Sie hin? Ich habe den Eindruck, Sie bleiben im Kinderheim gefangen. Liegt nicht darin eine indirekte Antwort auf Ihre Frage an die Traumwelt?«

Anne: (*Sehr nachdenklich ...*) »Ich bin nach Ihrer Analyse wirklich überrascht, wie viele Bezüge mein Traum zur Wirklichkeit hat. Alleine hätte ich diese Zusammenhänge nie gesehen. Aber eine konkrete Antwort auf meine Bitte kann ich trotzdem nicht erkennen.«

Bijan Amini: »Möchten Sie wissen, was ich heraushöre?«

Anne: »Ja natürlich.«

Bijan Amini: »Gebeten hatten Sie um einen Traum, der Ihnen zeigt, warum das Einschlafen Ihnen Probleme bereitet. Die Antwort, die ich höre, lautet:

*Anne, du hast im Kinderheim Grausames und Sinnloses erlebt. Das trägst du nun 75 Jahre mit dir herum, obwohl alles längst vorbei ist und obwohl du so schöne Alternativen hast. Heute musst du nichts mehr per Befehl tun, weder reden noch singen noch einschlafen. Alles geschieht nach deinem Wunsch und Willen. Und*

*wenn du einmal einen Fehler machst, wirst du nicht bestraft, sondern freundlich und taktvoll angeschaut. Warum bleibst du nicht in diesem Raum? Warum gehst du fort? Die Tür steht doch offen! Und die anderen warten auf dich. Öffne die Tür deines Herzens einen Spalt weit für diese schöne Welt und kehre nie mehr zurück in jene Hölle!«*

Anne: *(Erleichtert lächelnd ...)* »Das ist eine wunderbare Botschaft, die mich berührt und erlöst. Es stimmt. Mir geht es heute in jeder Hinsicht gut, die alten Zeiten sind vorbei. Die Vergangenheit darf ihren Schatten nicht länger auf meine Gegenwart werfen.«

Bijan Amini: »Ich bin zuversichtlich, dass Ihre Einschlafstörungen recht bald ein Ende finden. Bitte informieren Sie mich täglich, wie es Ihnen geht. Lassen Sie mich teilhaben an Ihrer Entwicklung. Ich begleite Sie gern.«

### **3. Rückmeldungen**

Anne schrieb mir täglich einige Zeilen. In den ersten vier Tagen zeigten ihre Notizen keine wesentliche Besserung. Das Einschlafen machte noch Probleme, wenn auch etwas weniger. Aber schon von dem fünften Tag an gab es die ersten positiven Berichte. Der definitive Durchbruch kam 23 Tage nach der Traumarbeit. Am 7. April 2021 schrieb mir Anne folgende E-Mail:

Letzte Rückmeldung (7. April 2121)

»Lieber Herr Prof. Amini,

es ist ein Wunder geschehen! Ich lege mich hin und schlafe sofort ein. Das ist schon seit einigen Tagen so. Ich kann es selber kaum glauben, dass ich zum Einschlafen keine Tablette mehr nehmen muss, und das macht mich unbeschreiblich glücklich.

Herzliche Grüße, Anne«

## Behandlung Symptom 2: Bluthochdruck

Darunter litt Anne schon drei Jahre. Ich knüpfte an das Thema Antriebslosigkeit am Tag an und fragte, was sie denn dagegen tun würde. Annes Antwort war:

»Ohne Kaffee geht es nicht!«

Da erinnerte ich mich spontan an ein Bild, das ich in einem Kaffee gesehen und fotografiert hatte.



Kaffee mag aus einem lahmen Esel einen flotten Hengst machen, aber für den erzwungenen Putsch muss der Körper einen Preis bezahlen. Bei Anne war es der Bluthochdruck. Man muss wissen und immer in Rechnung stellen, dass Kaffee kein Getränk gegen den Durst ist, sondern ein Tonikum, also ein Aufputzmittel, das temporär durchaus etwas ausrichtet, aber langfristig Schaden anrichtet. Das zeigte sich auch bei Anne.

Vorab wollte ich wissen, ob das Herz organisch in Ordnung sei. Anne sagte, dass eine gründliche Untersuchung durch ihren Kardiologen ergeben hätte, dass kein Befund vorliege. Ich äußerte die Vermutung, dass der Bluthochdruck entweder psychisch bedingt sei oder mit den Ernährungsgewohnheiten zusammenhänge. Anne schloss psychische Belastungen kategorisch aus und sagte, wie glücklich sie sei, dass sie problemlos einschlafen könne. So bat ich sie, eine Woche lang detailliert aufzuschreiben, was sie esse und trinke.

Am 5. April 2021 bekam ich ein schriftliches Ernährungsprotokoll. Anne hatte sehr sorgfältig, sogar mit der Angabe der Uhrzeit dokumentiert, was sie gegessen und getrunken hätte. Ich analysierte diese Angaben vor dem Hintergrund des Ernährungskonzepts, das ich seit über 40 Jahren praktiziere, und dann vergab ich einen Termin.

## **1. Bewusstseinsarbeit (Rationale Methode)**

Das erste Gespräch über das Symptom Bluthochdruck haben wir am 7. April 2021 durchgeführt. Es dauerte 57 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet. Das Ernährungsprotokoll diente als Grundlage. Hier eine Zusammenfassung:

- Frühstück: Vollkornbrot, dazu Streichkäse und zwei Tassen Kaffee.
- Mittagessen: Gemüse, dazu Salzkartoffeln oder Nudeln, Eiern und Milchprodukte.
- Nachmittags: Die dritte Tasse Kaffee und dazu eine Praline.
- Abendessen: Vollkornbrot. Mit Hartkäse, dazu ein Glas Wein.

Die rationale Methode führte zu folgenden zwei Erkenntnissen:

### Erste Erkenntnis

Anne hat eine Fructoseintoleranz. Sie verträgt also weder Fruchtzucker noch Haushaltszucker. Diese Unverträglichkeit ist so ernst, dass Anne nicht einmal drei homöopathische Globuli auf die Zunge nehmen darf. Diese Situation führt zu chronischer Unterzuckerung, was sich durch Antriebslosigkeit bemerkbar macht. Bedenkt man, dass Anne nie einen erholsamen Schlaf hatte, so ist es verständlich, dass sie sich mit Kaffee aufputschte und sogar das Risiko einging, trotz Fructoseintoleranz sich jeden Nachmittag ein Stück Praline zu gönnen. Zucker muntert natürlich auf, und Kaffee treibt regelrecht den Kreislauf an. Beide zusammen bieten eine verlockende Hilfe gegen Müdigkeit und Antriebslosigkeit. Pragmatisch konnte Anne damit sozusagen über den Tag kommen. Aber um welchen Preis? Um das zu verdeutlichen, muss ich einige Ausführungen über Zucker machen.

Unser Körper braucht Energie, einen Treibstoff. Ein hervorragendes Mittel ist der Zucker, allerdings nicht der Industriezucker, sondern Glukose, den unser Körper selbst produziert. Unser Verdauungssystem ist eine spezialisierte Zuckerfabrik. Seine Funktion besteht darin, zu-

geführte Lebensmittel in Glukose umzuwandeln. Glukose ist der körpereigene »Zucker«, und er ist gesund, weil er langsam gewonnen und dosiert in die Blutbahnen gerät. So versorgt sich der Körper auf natürlichem Wege mit Treibstoff.

Obstzucker hingegen und erst recht der Industriezucker strömen sehr schnell und in Mengen in die Blutbahnen. So etwas kennt der Körper eigentlich und von Natur überhaupt nicht. Er empfindet eine solche Überströmung nicht als willkommene Energieversorgung, sondern als Invasion der Blutbahnen durch Zuckerpartikel, die noch dazu neigen, sich mit Fett zu verbinden und Klumpen bilden. Diese behindern die Transportwege und verursachen Staus wie auf den Autobahnen.

Wer sich nach dem Verzehr von Schokolade und sonstigen zuckerhaltigen Lebensmitteln viel bewegt oder Sport treibt, verbrennt den überschüssigen Zucker. Wer hingegen Industriezucker konsumiert und am Schreibtisch sitzt, bekommt mit der Zeit ernsthafte Probleme. Denn der Körper kann das Risiko nicht zulassen, dass die Transportwege verstopft sind. Also verwandelt er den überschüssigen Zucker in Fett und lagert sie in den Zellen ein. Spezialisiert auf diesen Räumungsdienst ist das Hormon *Insulin*. Es muss diese Aufgabe erledigen, weil sonst die Gefahr droht, dass in der Folge der Verstopfung einer Blutbahn Millionen von Zellen nicht mit Energie und Nahrung versorgt werden können und so des Hungers sterben. Passiert so etwas in einem Bein, dann haben wir eine Thrombose. Passiert es im Hirn, dann erleiden wir einen Schlaganfall. Passiert es im Herz, führt es zum Herzinfarkt.

Nach diesem kurzem Ausflug über den Zucker wieder zurück zu Anne und ihrem Kaffee-Zucker-Konsum. Was bewirkt diese Kombination in ihrem Körper? Sowohl Kaffee als auch Zucker aktivieren den Kreislauf. Es kommt zu sofortiger Ausschüttung von Stresshormonen Adrenalin und Kortisol, und schon rast das Herz. Die künstlich erzeugte Hektik setzt den unausgeschlafenen Körper unter erheblichen Druck, was das Symptom Bluthochdruck zum Ausdruck bringt.

Kaffee enthält aktivierende Stoffe, die sehr schnell abhängig machen. Wie sagte doch Anne so hilflos: »Ohne Kaffee geht es nicht.« Dieses Gefühl haben Millionen von Menschen, die ihren Kreislauf morgens mit Kaffee aufputschen. Und nach dem Mittagessen, wenn der Körper mit der Verdauung beschäftigt ist, trinken sie noch eine Tasse, weil sie wieder schlaff sind. *Das ist eine Suchterscheinung und nichts anderes.* Wer ausgeschlafen hat, braucht morgens keinen Kaffee. Und wer chronisch unausgeschlafen aufstehen muss, lebt ungesund.

Vor dem Hintergrund dieser Ausführungen erkannte Anne zum ersten Mal, was sie jahrelang ihrem Körper angetan hatte. Ihr Herz wurde jeden Tag unter Stress gesetzt, mehr zu leisten, als es konnte. Das kraftlose Herz, das jede Minute, jede Stunde, jeden Tag und jede Nacht pausenlos ihre Pflicht tut, indem es saugt und pumpt, damit sämtliche Körperzellen Nahrung und Sauerstoff bekommen, wurde selbst immer kraftloser. Aber Anne verstand es nicht, also behandelte sie es wie einen Sklaven, den man rücksichtslos schufteten lässt. Ist es ein Wunder, dass ihr Blutdruck gestiegen ist? Nein, das war die normale Reaktion eines Organs auf chronische Überforderung trotz miserabler Schlafqualität. Ich habe die Botschaft des Symptoms so in Worte gefasst:

*Ich bin müde, ich bin erschöpft, und du treibst mich mit der Peitsche an, als wäre ich ein Esel.*

### Zweite Erkenntnis

Anne ernährt sich vegetarisch. Sie isst weder Fisch noch Fleisch. Das tierische Muskelfleisch benötigt zwar im Vergleich zu pflanzlicher Nahrung deutlich mehr Energie, um verarbeitet zu werden. Aber im Gegenzug kann der Körper dem Muskelfleisch wesentlich mehr Energie abgewinnen als dem Gemüse. Aber Annes Wille, sich vegetarisch zu ernähren, muss respektiert werden. Die Abhilfe sollte aber nicht durch Kaffee und Zucker kommen, sondern auf natürlichem Wege durch eine bewusste und sinnvolle Ernährung.

Ich schlug vor, Anne solle für eine Woche auf Kaffee und Praline verzichten. Damit war der erste Schritt in Richtung Umstellung der Ernährung getan: Einsicht und Freiwilligkeit. Nun gab ich ihr einige Informationen darüber, in welchen Nahrungsmitteln aktivierende Elemente (Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente) vorhanden sind, die den Kaffee und den Zucker ersetzen könnten.

Aktivierend auf den Kreislauf wirken: Vitamin B<sub>1</sub>, Vitamin B<sub>5</sub> (bekannt als Pantothenensäure), Vitamin B<sub>6</sub>, Vitamin C und Vitamin D<sub>3</sub> sowie der Mineralstoffe Kalzium und die Spurenelemente Zink und Eisen. Konkret und bezogen auf Annes Protokoll gab ich folgende sechs Hinweise zur Umstellung der Ernährung:

1. Den Weichkäse am Morgen sollte sie auf den Abend verlegen und den Hartkäse am Abend zum Frühstück essen. Denn der Weichkäse enthält sehr wenig Kalzium, der Hartkäse hingegen recht viel. So erzielt sie die aktivierende Wirkung zur gewünschten Zeit am

Morgen und nicht kurz vor dem Schlafen, was ja kontraproduktiv wäre.

2. Eine Stunde vor dem Frühstück und dem Mittagessen soll sie jeweils eine Eisentablette nehmen. Das Eisenpräparat *Fero sanol duodenal mite* ist nach meiner Erfahrung sehr geeignet, weil es niedrig dosiert ist und erst im Darm aufgenommen wird. Daher bleiben die üblichen Nebenwirkungen (Verstopfung und Magenschmerzen) aus. Im Falle der Verstopfung helfen Trockenfrüchte (Feigen, Aprikosen usw.). Eisen ist extrem wichtig für den Sauerstofftransport im Blut. Bei Eisenmangel werden die Zellen nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Darum fühlt sich der Körper matt, müde und antriebslos.
3. Damit Eisen verwertet wird, ist Vitamin C nötig. Äpfel, Grapefruit und Zitrone wären hier empfehlenswert.
4. Bei vegetarischer Ernährung tritt häufig ein Mangel an Vitamin B<sub>12</sub> auf. Das ist bei Fleischessern im Vergleich seltener. Daher sollte dieses Vitamin, das sonst im Körper gebildet wird, in Form von Nahrungsergänzung (Tabletten) zugeführt werden.
5. Da Anne am Nachmittag zum ihrem Kaffee gern ein Stück Praline isst und am Abend auf ein Glas Wein nicht verzichten mochte, schien mir ein Ausgleich angebracht. Vitamin B<sub>1</sub> neutralisiert den Zucker hervorragend. Dieses Vitamin ist reichlich vorhanden in der Bierhefe, einem Naturprodukt, das man im Reformhaus kaufen kann. Die beste Aufnahmezeit für dieses Vitamin ist der Nachmittag. Zucker, Kaffee, Alkohol und Stress sind allesamt Vitamin B<sub>1</sub>-Räuber. Alkohol ist für den Körper grundsätzlich Gift. Die Entgiftungsfunktion übernimmt die Leber. Vitamin B<sub>3</sub> (Niacin) hilft ihr dabei. Es ist reichlich vorhanden in roter Paprika, Thunfisch und Pellkartoffeln.
6. Als Getränk empfahl ich Anne grundsätzlich Wasser (warm oder kalt). Unser Körper besteht etwa zu 70% aus Wasser und zu null Prozent aus Fanta, Cola, Kaffee oder Bier. Getränke, die Zucker, Koffein oder beides enthalten, sind äußerst schädlich für unseren Körper.

Anne fand diese konkreten Empfehlungen motivierend. Ich empfahl ihr, ihren Blutdruck drei Mal am Tag immer zur selben Zeit zu messen und die Ergebnisse in eine Tabelle einzutragen. Damit war unser erstes Gespräch zu Ende. Da es bei diesem Thema nicht um ein seelisches Problem handelte, war es nicht nötig, einen Traum zu induzieren.

## 2. Rückmeldungen

Unser Beratungsgespräch wurde am 7. April 2021 durchgeführt. Hier die Dokumentation der Entwicklung.

### Erste Rückmeldung (16. April 2021)

Am 16. April 2021 (neun Tage nach unserem Beratungsgespräch über das Symptom Bluthochdruck) schrieb mir Anne die erste E-Mail:

»Lieber Herr Prof. Amini,

seit ich morgens keinen Kaffee mehr trinke, ist mein Blutdruck kontinuierlich gesunken, von knapp 200 auf aktuell 160. Das ist eine große Erleichterung und auch eine positive Überraschung für mich. Ich hätte nie gedacht, dass es so schnell gehen würde. Vielen Dank!

Herzliche Grüße, Anne«

### Zweite Rückmeldung (21. April 2021)

Am 21. April 2021 (14 Tage nach unserem Gespräch über das Symptom Bluthochdruck) schrieb mir Anne die zweite E-Mail:

»Lieber Herr Prof. Amini,

ich kann heute noch mehr Positives und Erfreuliches berichten: Mein Blutdruck ist mittlerweile konstant auf 150 gesunken. Ich staune und bin sehr froh über dieses wunderbare Ergebnis.

Übrigens: Mit Einschlafen habe ich überhaupt keine Probleme mehr. Dieses Thema ist durch, und auch darüber bin ich sehr glücklich. Ich hätte es nicht für möglich gehalten, dass dieses Problem, das mich 75 Jahre Nacht für Nacht gequält hatte, in so kurzer Zeit verschwinden würde. Das grenzt wirklich an ein Wunder.

Was mir nach wie vor Kummer macht, sind meine Wadenschmerzen in der Nacht. Ich wache jede Nacht auf und kann ohne Schmerzmittel nicht wieder einschlafen. Gern möchte ich auch dieses Thema bald in Angriff nehmen. Ich hoffe, Sie helfen mir dabei.

Herzliche Grüße, Anne«

### Dritte Rückmeldung (16. Mai 2021)

Am 16. Mai 2021 (25 Tage nach unserem Gespräch über das Symptom Bluthochdruck) schrieb mir Anne die dritte E-Mail:

»Lieber Herr Prof. Amini,

heute möchte ich viel Gutes berichten, denn es geht mir erstaunlich gut.

### Einschlafprobleme

Ich habe überhaupt keine Einschlafprobleme mehr. Ich lege mich hin und schlafe sofort ein. Ich kann es selbst nicht glauben. Aber es ist wirklich so. Die nächtliche Qual hat ein Ende gefunden. Ich muss weder lesen noch sonst etwas tun. Ich mache das große Licht aus (ein kleines bleibt die ganze Nacht an) und schlafe ein. Das ist ein unbeschreiblich schönes Gefühl.

### Bluthochdruck

Mein Blutdruck hat sich mittlerweile auf 140 eingependelt. Das Blutdruck senkende Medikament habe ich vor vier Tagen abgesetzt, was problemlos ging. Ich trinke nur noch koffeinfreien Kaffee, und das auch nur am Nachmittag. Mein Hausarzt wunderte sich sehr über meine rasche Genesung. Er interessiert sich übrigens für Ihre Methode und will näheres darüber wissen. Ich habe ihm eins Ihrer Bücher empfohlen.

### Müdigkeit/Antriebslosigkeit

Tagsüber bin ich überhaupt nicht mehr müde, im Gegenteil: Ich bin fit, erledige im Haushalt alle anfallenden Arbeiten (Aufräumen, Putzen, Kochen usw.), wofür ich in den letzten Jahren weder Lust noch Kraft hatte. Heute hat meine Energie sogar gereicht, um eine Runde im Garten zu arbeiten, was mir eine besondere Freude machte. Mein Mann wundert sich über meine Aktivitäten und Initiativen. Er ist darüber sehr glücklich.

### Ordnung

Nach langer Zeit räume ich wieder mit Vergnügen meine Schränke und Schubladen auf, entsorge manches und bringe Ordnung in meiner Garderobe. Das machte mir früher Stress. Jetzt genieße ich es richtig.

### Kauflust

Nach langer Zeit macht es mir endlich wieder Freude, neue Schuhe und neue Kleidung zu kaufen. Das hatte ich viele Jahre nicht mehr getan, weil mir dazu die Initiative fehlte.

## Katze

Und noch etwas Schönes zum Schluss. Unser alter Kater, der seit Jahren nachts am Fußende meines Bettes schläft, sucht neuerdings in der Nacht die Nähe zu meinem Gesicht. Sie setzt sich schnurrend auf meinen Brustkorb, kommt mit ihrem Mund ganz nahe an mein Gesicht, als würde sie mir einen Kuss auf die Nase geben wollen. Was in dem Tier neuerdings vorgeht, weiß ich nicht, aber es verhält sich nachts auffällig zärtlich zu mir. Ob es auch die guten Veränderungen in mir spürt?

Diese positive Entwicklung macht mich wirklich glücklich und dafür möchte ich mich bei Ihnen ganz herzlich bedanken. Mein Leben hat sich wunderbar verändert.

Liebe Grüße, Anne

P.S.: Ich bitte um einen Termin für die Behandlung meiner Wadenschmerzen.«

Damit war die Behandlung des zweiten Symptoms erfolgreich abgeschlossen. Drei Jahre, das sind 1.095 Tage, war der Bluthochdruck da und musste täglich medikamentös gesenkt werden. Innerhalb von 14 Tagen normalisierte sich der Messwert von selbst. Das war das Ergebnis von Informationen über die aktivierende Wirkung von Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen. Das Symptom war sprechend. Es erzählte, unter welchem Druck das Herz seine Funktion verrichten musste. Eigentlich hätte man seine Sprache auch ohne Wissen über die Ernährung verstehen können und sollen.

# Behandlung Symptom 3: Wadenschmerzen

Unter diesem Symptom hatte Anne vier Jahre gelitten. Ich bat sie vorab um eine schriftliche Schilderung dieses Symptoms, und nach der üblichen Textredaktion führten wir am 19. Mai 2021 die erste Beratung über dieses Thema durch. Das Gespräch dauerte 107 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet. Wie bei der Behandlung der anderen zwei Symptome diente auch jetzt die rationale Methode der Ermittlung der Entstehungsursache des Symptoms. Meine Vermutung war, dass die Wadenschmerzen in irgendeinem Zusammenhang mit der Flucht und Vertreibung stehen könnten.

## 1. Bewusstseinsarbeit (Rationale Methode)

Bijan Amini: »Kann es sein, dass Ihre Wadenschmerzen mit einem schweren und traumatischen *Gang* aus der Kriegszeit zusammenhängen? Ich halte es für möglich, dass Ihre Seele ein weiteres verdrängtes Thema verarbeiten muss und darum es jede Nacht in Form von Wadenschmerzen in Szene setzt. Sicher bin ich aber nicht, denn das Symptom ist erst vor vier Jahren aufgetreten. Es könnte also auch eine andere Ursache haben, die nicht so weit zurückliegt wie der Krieg. Was meinen Sie?«

Anne erzählte sehr ausführlich über die entsetzliche Vertreibung ihrer Familie aus Danzig im Jahre 1945. Ich gebe hier nur wenige Stichworte wieder. Das wirkliche Ausmaß des wochenlangen Marsches kann sich ohnehin niemand vorstellen.

Großmutter, Mutter und das etwa drei Jahre alte Kind Anne mussten einen endlosen Marsch zu Fuß bewältigen und dabei überleben. Wie weit sie pro Tag vorankommen würden, wussten sie nicht, und wo sie etwas zu essen bekommen oder die nächste Nacht verbringen könnten, auch nicht. Nur die Richtung war vorgegeben: Es ging nach Westen. Wenn sie Glück hatten, fanden Sie einen Bauern, der ihnen erlaubte, in seinem Stall auf dem Stroh zu schlafen. Wenn sie kein Glück hatten, mussten sie die Nacht unter freiem Himmel verbringen.

Zwei Frauen und ein Kind marschierten ohne männlichen Begleitschutz ins Ungewisse. Es passierte nicht nur einmal, dass irgendwelche Männer oder Soldaten in der Nacht kamen und Annes junge Mutter mitnahmen. Stunden später kam sie wieder zurück. Nie sprach sie auch nur ein Wort darüber, was diese Männer ihr angetan hatten. Nie

weinte sie auch nur eine Träne vor ihrem Kind. Schweigend erduldet sie ihr Schicksal und tat alles, was die jeweilige Lebenssituation von ihr verlangte.

Ihre Verzweiflung war so tief, dass sie irgendwann den Gedanken an den gemeinsamen Suizid nicht nur aussprach, sondern sogar zwei Mal gemeinsam mit ihrer Mutter umzusetzen versuchte. Beide Frauen waren sich einig, dass dies die einzige Möglichkeit wäre, dem Elend ein Ende zu machen.

Hier sollte man kurz innehalten, Luft holen und einige Sekunden bei diesem entsetzlichen Gedanken verweilen:

*Eine junge Mutter macht Pläne, wie sie gemeinsam mit ihrer Mutter und dem eigenen Kind aus dem Leben scheiden könnte. Aber wie und mit welchem Instrument? Sollte sie zuerst das Kind, dann die Mutter und schließlich sich selbst die Kehle durchschneiden? Sollte die Mutter, die eingeweiht war, einen Teil dieser entsetzlichen Aufgabe übernehmen? Wie auch immer! Sie blieben am Leben, marschierten und ertrugen alles: Erniedrigung, Elend, Vergewaltigung, Hunger usw.*

Zu dieser Zeit starben viele Menschen des Hungers. Es kursierte das Wort Hungertyphus. Als Anne, die ohnehin sehr abgemagert war, einmal schwer erkrankte, sagte ein Arzt zu ihrer Mutter, sie solle schon eine ruhige Grabstelle für das Kind suchen, denn es würde innerhalb der nächsten Stunden sterben. Mit Tränen in den Augen nahm sie ihr Kind auf den Arm und machte sich auf den Weg. Und während sie sich nach einem ruhigen Ort für ein kleines Grab umschaute, fand sie ein Stück Knochen mit Speck dran. Der unerwartete Fund war eine Gabe Gottes. Anders kann man diesen Fund während der grassierenden Hungersnot nicht nennen. Die Mutter nahm den Knochen mit und machte daraus mit einer Handvoll trockener Erbsen eine Suppe. Diese Mahlzeit rettete Anne das Leben.

Solche Erinnerungen schienen auf den ersten Blick klar zu bestätigen, dass das Symptom *Wadenschmerzen in der Nacht* im Zusammenhang mit den Fluchterlebnissen steht. Um eine Lösung zu finden, induzierten wir einen Traum, in dem Anne um Hilfe bat, wie sie dieses lästige Symptom loswerden könnte. Und der Traum kam auch prompt, aber sein Inhalt war derart abwegig, dass wir trotz bester Bemühung keine Verbindung zum Symptom herstellen konnten. Was tun, wenn der seelische Weg, also der Traum, nicht zur Selbsterkenntnis und damit zur Symptomfreiheit führt?

Das ist jetzt der Moment, an dem die dritte Methode einsetzt, nämlich die Trancearbeit. Das ist der geistige Weg zur Heilung. Dafür wird eine *geleitete Meditation* durchgeführt, also eine bewusste und gesteuerte Tiefenentspannung, die in die geistige Welt führt. Hier findet eine Transzendenzberührung statt, die mächtig und heilsam wirkt. Was hier geschieht, ist wissenschaftlich kaum erklärbar. Auch Erkennen und Verstehen stoßen hier auf ihre Grenzen. Dennoch ist das, was diese höchste Methode der Detektivischen Medizin bewirkt, ein unbestreitbarer Fakt. Nach der Begegnung mit dem Geist einer verstorbenen Person, mit dem man eine Rechnung offen hat, klärt sich alles wortlos und friedlich. Man kehrt entlastet und oft symptomfrei aus der Trance zurück. Ich setze diese Methode gern bei chronischen Schmerzpatienten ein.

Am 23. Juni 2021 setzte ich die suprarationale Methode bei Anne ein. Sie besteht aus drei Teilen, nämlich: Vorbereitung, Meditation und Deutung der Erlebnisse in der Trance.

## **2. Trancearbeit (Suprarationale Methode)**

Im Vorbereitungsgespräch suchte ich rational nach einem unverarbeiteten Problem im geistigen Bereich, also etwa nach Schuldgefühlen, schlechtem Gewissen oder einem offenen Konflikt mit einer verstorbenen Person. Ich fragte Anne danach, und sie reagierte auffällig zögerlich. Ich schlug vor, die Beratung zu vertagen, bis sie sich darüber im Klaren ist, ob sie über das Thema X reden möchte. Anne war einverstanden, doch während wir uns verabschiedeten, änderte sie schon ihre Meinung und sagte, sie wolle doch gleich über ein Thema sprechen, über das sie bis jetzt mit niemandem gesprochen hätte.

Anne: »Ich bin einmal von meiner Mutter tief verletzt worden. Doch bevor ich darüber spreche, möchte ich sagen, dass wir immer sehr innig miteinander verbunden waren. Nur ein Beispiel: Mit 17 Jahren war ich als Au-Pair-Mädchen in England. Eines Tages spürte ich klar und deutlich, dass meiner Mutter etwas Schlimmes zugestoßen war. Es gab damals keine direkte Telefonverbindung, so dass ich immer Briefe schreiben musste. Später erfuhr ich tatsächlich, dass meine Mutter genau an diesem Tag einen schweren Unfall gehabt hatte. Es gibt viele solche Beispiele. Meine Mutter und ich hatten eine telepathische Verbindung. Wir mussten gar nicht viel reden. Wir verstanden einander schon mit Blicken.«

## Die Verletzung

Annes Vetter hatte Briefe an Annes Mutter geschrieben, in denen er sie dringend um finanzielle Hilfe gebeten hatte. Es ging um eine Geldanleihe. Die Mutter hatte Mitleid und wollte helfen. Anne hingegen war strikt dagegen. Sie hatte gute Gründe anzunehmen, dass hinter dem Gejammer List und Tücke steckten. Dieser Vetter hatte sich nie um Annes Mutter gekümmert, die unter zunehmender Demenz litt und bereits sieben Jahre im Seniorenheim untergebracht war. Während dieser Zeit kümmerte sich Anne liebevoll um alle ihre Angelegenheiten. Also war es auch ihre Pflicht, sich um diese finanzielle Sache zu kümmern. Sie entschied, dem Vetter abzusagen und empfahl ihrer Mutter dringend, dasselbe zu tun.

Doch die Mutter war trotz ihrer Demenz in dieser Angelegenheit überraschend klar und auch fest entschlossen, dem Vetter zu helfen. Also ließ sie ihm das Geld durch eine andere Person in bar zukommen und informierte Anne nicht darüber. Als das dann doch herauskam, fühlte sich Anne sehr verletzt. Ich hörte mir diese Geschichte an und analysierte das Geschehen aus meiner Sicht so:

### Standpunkt der Mutter

Die Mutter hatte entschieden, dem Vetter aus der Not zu helfen. Zugleich brachte sie es nicht übers Herz, Anne vor den Kopf zu stoßen und ihre Argumente zu ignorieren. Wegen ihrer sanften Natur konnte sie also weder dem Vetter noch ihrer Tochter Nein sagen. Das war der innere Konflikt, in dem die Kranke steckte. Man muss ihr zugutehalten, dass es ihr eigenes Geld war, mit dem sie tun und lassen durfte, was sie wollte.

Der positive Aspekt bei dieser Tat ist das Mitgefühl mit dem Vetter, der negative das Übergehen der Bedenken der Tochter. Was hat mehr Gewicht? Ich war der Auffassung, dass man hier keinen Vergleich anstellen sollte. Vielmehr sollte respektiert werden, dass eine Person trotz beginnender Demenz tun darf, was sie so klar und eindeutig will.

### Standpunkt von Anne

Anne war überzeugt, dass ihr Vetter nicht in Not war, sondern listig und verlogen handelte, um ans Geld zu kommen. Es war ihre Pflicht, die Mutter vor Betrug zu schützen. Das ist der aufmerksame und fürsorgliche Aspekt in ihrem Denken. Im Unterschied zum Vetter waren ihre Absichten rein.

Dennoch hätte sie es bei dem Abraten belassen können und sollen. Stattdessen tat sie des Guten wohl zu viel und erwartete von ihrer Mutter, dem Vetter nicht zu helfen. Bekanntlich ist jede Erwartungshaltung enttäuschungsanfällig – je höher die Erwartung, um so tiefer die Enttäuschung.

Bijan Amini: »Sie nennen Ihre Empfindung eine tiefe Verletzung. Ich bin nicht sicher, ob diese Bezeichnung zutreffend ist. Zur Verletzung gehört, dass jemand etwas plant und tut, um absichtlich einem anderen zu schaden. Was Ihre Mutter aus Mitleid für den Vetter tat, war aber nicht absichtlich und geplant gegen Sie gerichtet. Warum auch? Nach allem, was diese Frau während der Vertreibung für Sie tat und opferte, und vor dem Hintergrund der telepathischen Seelenverbindung zu Ihnen kann ich nicht den geringsten Anhalt für eine Verletzung erkennen. Ihre Mutter hatte ein gutes Herz. Sie konnte weder dem Vetter noch Ihnen eine Bitte abschlagen. Was sagen Sie zu dieser Sicht der Dinge?«

Anne: (*Denkt nach ...*) »Da ist was dran. So hatte ich das noch nie gesehen (*Pause ...*). Ich glaube, Sie haben recht. Ich bin enttäuscht, ja sogar tief enttäuscht. So wäre es richtig ausgedrückt. Aber bewusst verletzt hat mich meine Mutter sicher nicht.«

Bijan Amini: »Einverstanden. Doch wer oder was hat Sie enttäuscht? War es Mama, die sonst oft Ja sagte, allerdings im Falle Ihres Vetters eine Ausnahme machte? Oder war es Ihre eigene Erwartung, Mama solle doch auf Sie hören, statt dem Vetter auf den Leim zu gehen?«

Anne: (*Denkt nach ...*) »Ich glaube, Sie haben wieder recht. Vielleicht war es meine eigene Erwartung, die nicht in Erfüllung ging.«

Bijan Amini: »Erkenntnis kann hart und zuweilen sogar bitter sein. Nicht jeder kann die Wahrheit vertragen oder wahrhaben. Das ist menschlich. Aber wichtig ist, dass Erkenntnis sehr oft heilsam sein kann. Wenn man herausfindet, warum man leidet, dann verschwindet oft das Leiden.«

Anne: (*Nachdenklich ...*) »Da ist noch etwas, das gesagt werden will. Nach dem Tode meiner schwer kranken Mutter habe ich das Geld von meinem Vetter zurückgefordert. Es gab Ärger und Misstimmung, aber mein Vetter überwies mir einen Teil des Geldes zurück. Für mich war die Sache damit erledigt. Aber das Seltsame war, dass ich eines Tages wie aus heiterem Himmel die Stimme meiner

verstorbenen Mutter hörte, und zwar so klar und deutlich, als würde sie leibhaftig neben mir stehen. Sie sprach in etwa die Worte: *Was du da tust, ist ein Fehler*. Über diese Worte habe ich oft und intensiv nachgedacht, zumal es nicht meine erste Erfahrung dieser Art war.«

Bijan Amini: »Das ist ja eine rührende Geschichte! Da kommt Ihre Mutter vom Himmel herunter, um Ihnen eine Rückmeldung zu geben. Das ist erstaunlich! So etwas raubt dem Geist natürlich die Ruhe.«

Anne: »So ist es wohl. Meine Mutter starb im Jahre 2000, die Wadenschmerzen traten sieben Jahre nach ihrem Tode auf.«

Bijan Amini: »Ich denke, jetzt haben wir den gesuchten Anhaltspunkt für die Entstehung der Wadenschmerzen gefunden. Hinter diesem Symptom steckt kein schwerer Gang, sondern eine Belastung Ihres Gewissens, vielleicht Schuldgefühle und vor allem die fehlende Möglichkeit einer Wiedergutmachung. Meiner Ansicht nach gibt es eine einzige Lösung, um das Symptom loszuwerden. Sie sollten Kontakt zu Ihrer Mutter aufnehmen, um diese belastende Angelegenheit endlich zu klären.«

Anne: »Und das ist möglich? Sie meinen, ich könnte mit meiner verstorbenen Mutter über meinen Fehler sprechen?«

Bijan Amini: »O ja, durchaus. Das kann in der Meditation gelingen, weil man sich hier in einem geistigen Trancezustand befindet. Dort kann es zu einer Begegnung mit dem Geist Ihrer Mutter kommen. Dann wird alles gut, und Ihre Wadenschmerzen verschwinden für Immer. Möchten Sie das ausprobieren?«

Anne: »Ja, natürlich! Ich vertraue Ihnen. Von mir aus können wir es gleich tun.«

Bijan Amini: »In Ordnung. Wir führen jetzt eine geleitete Meditation durch, und Sie werden so tief entspannt sein, dass Sie Ihren eigenen Körper nicht mehr spüren werden. Sie werden nicht einmal wissen, ob Ihre rechte Hand auf der linken liegt oder umgekehrt. Es ist wie ein Schwebestand zwischen Himmel und Erde, heilsam und paradiesisch schön. Im Geist tragen Sie den Gedanken, mit Ihrer Mutter Kontakt aufzunehmen. Was dann geschieht, weiß niemand. Aber wenn etwas geschieht, dann ist es weder Behandlung noch Methode, sondern reine Gnade. In der Regel kommt es zu einem wunderbaren und wundersamen Erlebnis. Die Erlebnisse

in der Trance haben eine gewisse Ähnlichkeit mit denen im Traum, aber der Unterschied liegt darin, dass man nach der Rückkehr aus der Trance sich an die Erlebnisse problemlos und vollständig erinnern kann. Wichtig für das Gelingen ist, dass Sie nichts erwarten und nichts willentlich herbeizuführen versuchen. Trance-Erlebnisse sind himmlische Geschenke, die einem gegeben werden oder auch nicht.«

Damit war das Vorgespräch zu Ende, und wir begannen mit der Meditation. Durch Atemtechnik und Autosuggestion gelangt man bewusst und systematisch in einen tiefen Entspannungszustand. Kraft Vorstellung lässt man den eigenen Atem über sämtliche Körperteile fließen vom Kopf bis hinunter in die Füße. Ist die tiefste Stufe der Entspannung erreicht, so befindet man sich in einem Zustand der Leere. Jetzt kann eine Fülle oder auch eine Lehre kommen.

Nach 40 Minuten kehrte Anne aus der Trance zurück. Ich schaltete die Kamera ein, und wir führten die Trancearbeit durch, das 45 Minuten dauerte und per Video aufgezeichnet wurde.

Anne: »Ich hatte ein kurzes, intensives und unbeschreiblich schönes Erlebnis. Ich sah mich selbst als Kind in einem Bett liegen. Rechts neben mir stand meine Mutter und schaute mich von oben so liebevoll an, wie sie es früher immer getan hatte. Sie war lebendig wie damals in ihren jungen Jahren. Ihr Blick war voller Zärtlichkeit und Liebe. Sie lächelte mich an, und ich konnte ihr Gesicht klar und deutlich erkennen: sehr helle Haut mit Sommersprossen, dunkelrote Haare – alles genauso, wie ich es aus meiner Kindheit in Erinnerung habe. Es war ein himmlisch schönes Gefühl. Ihr sanfter und langanhaltender Blick wirkte auf mich beglückend. Und das war alles. Als ich von der Trance zurückkehrte und die Augen öffnete, hatte ich im Inneren die absolute Gewissheit, dass meine Wadenschmerzen verschwinden würden.«

Nach dieser Schilderung waren wir beide sprachlos. Dann versuchten wir, das Erlebte zu verstehen. Welche Botschaft wollte die stumme Begegnung mit der Mutter übermitteln? Wie kann die intuitive Gewissheit von Anne erklärt werden, dass die Wadenschmerzen von nun an verschwinden würden?

Fakt war: Annes Wunsch nach Kontaktaufnahme zu ihrer Mutter hat sich erfüllt. Besprochen wurde nichts, geklärt aber alles, wobei die wortlose Verständigung auf geistiger Ebene sich liebevoll und perfekt

vollzog. Die Mutter hatte durch ihren sanften und liebevollen Blick gezeigt, dass die Meinungsverschiedenheit wegen des Veters jetzt kein Thema mehr sei. Das geistige Erlebnis in der Trance war ganz sicher mehr als eine bloße Begegnung oder Vergebung, es war die endgültige Klärung eines offen gebliebenen Problems. Ich erinnerte Anne an ihren Traum mit dem schweigenden Mann. Auch da wurde die Verständigung wortlos erzielt. Die Botschaft des Traumes hatte Anne nicht erkannt, sodass ich sie übersetzen musste, die Botschaft der Trance hingegen wurde Anne ins Herz geschrieben. Da war kein Dolmetscher nötig. Sie lautete:

*Anne, sei gewiss, dass deine Wadenschmerzen von nun an verschwinden werden!*

Mit der Besprechung dieses himmlischen Erlebnisses ging unser zweites Gespräch über dieses Thema zu Ende. Anne hatte ein entspanntes und unbeschreiblich glückliches Gesicht. Ich bat sie, mich über die Entwicklung ihrer Wadenschmerzen zu informieren, und sie versprach es mit einem bezaubernden Lächeln.

### **3. Rückmeldungen**

Am 23. Juni 2021 hatten wir die beiden Gespräche. Schon am 25. Juni, also nur zwei Tage später, bekam ich die erste Nachricht von Anne.

Erste Rückmeldung (25.6.2021)

»Lieber Herr Prof. Amini,

mit großer Freude möchte ich Sie davon in Kenntnis setzen, dass meine Wadenschmerzen seit der Meditation vollkommen verschwunden sind – nach vier Jahren! Ich bin unsagbar glücklich!

Herzliche Grüße, Anne«

Fünf Tage danach (am 30. Juni 2021) bekam ich die zweite Nachricht:

Zweite Rückmeldung (30.6.2021)

»Lieber Herr Prof. Amini,

die Wadenschmerzen sind nicht mehr gekommen. Seit der Meditation habe ich keine einzige Nacht mehr Wadenschmerzen gehabt. Welch ein Segen! Und den anderen Symptomen geht es genauso.

Das Einschlafen gelingt nach wie vor problemlos. Selbst wenn ich in der Nacht einmal aufstehen und zur Toilette gehen muss, schlafe ich anschließend gut wieder ein.

Mein Blutdruck ist normal geblieben. Nur wenn ich Kaffee trinke, steigt er für einige Stunden an, aber dann sinkt er wieder von selbst.

Darüber hinaus freue ich mich jeden Tag über meine steigende Leistungsfähigkeit im Haushalt. Das alles verdanke ich Ihnen. Nochmals herzlichsten Dank!

Liebe Grüße, Anne«

## 4. Zusammenfassung

Blicken wir zurück auf die Behandlung der drei chronischen Symptome von Anne:

- *Einschlafstörung*: 75 Jahre litt Anne unter erheblichen Einschlafstörungen. *Die Ursache für die Entstehung dieses Symptoms lag im seelischen Bereich* (entsetzliche Erlebnisse in einem Kinderheim). Nach Erkennen der Ursache und Verstehen der eigenen Seele verschwand das Symptom innerhalb von 23 Tagen.
- *Bluthochdruck*: Unter diesem Symptom litt Anne drei Jahre. *Die Ursache dafür lag im körperlichen Bereich. Der Kaffee putschte den unausgeschlafenen Körper künstlich auf und setzte das Herz unter Leistungsdruck*. Nach Erkennen der Ursache und Verstehen des Organs Herz verschwand das Symptom innerhalb von 14 Tagen.
- *Wadenschmerzen*: Unter diesem Symptom litt Anne vier Jahre. *Die Ursache dafür lag im geistigen Bereich (ein offen gebliebenes Problem mit der verstorbenen Mutter)*. Nach Erkennen der Ursache und Verständigung mit dem Geist der Mutter verschwand das Symptom auf der Stelle.

Jedes der drei Symptome war gekommen, um eine Botschaft zu übermitteln. Ziel und Zweck aller Botschaften: Verbesserung des Gesundheitszustandes und Steigerung der Lebensqualität. Das aber erkennt und versteht man erst im Nachhinein. Solange man die Sprache der Symptome nicht verstanden und Botschaft der Krankheit nicht entziffert hat, betrachtet man sie mit den Augen der Schulmedizin als Feinde, die vernichtet werden müssen. Erlebt man aber einmal am eigenen

Leib, wie rasch friedlich chronische Symptome verschwinden können, dann öffnet man nicht nur sein Herz, sondern auch den Kopf dafür, dass Gesundheit nicht aus der Apotheke und Glück nicht durch Lotteriegewinn kommen können, sondern durch Erkennen der Entstehungsgründe einer Krankheit und Verstehen der Botschaften, die das Leben schickt, sei es in Form einer Krankheit, einer Begegnung oder eines Zufalls.

Die drei Methoden der Detektivischen Medizin bieten die Möglichkeit, einen Menschen, der sich selbst nicht versteht und darum leidet, zu sich selbst zu verhelfen.

- Bewusstseinsarbeit – rationale Methode
- Traumarbeit – subrational Methode und
- Trancearbeit – suprarationale Methode