



Detektivische Medizin



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

professor@bijanamini.de

Detektivische Medizin Seelische Symptome

Brigitte: 60 Jahre Angst- und Panikattacken

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 zitiere 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 hervorrufen, 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 Patienten von ihm 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 Psycho-

therapeuten 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 zuneh-

mend 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 gemaßregelt und wegen jeder Kleinigkeit erbarungslos 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 erlebt haben, 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 induzierte 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 Schlit-

ten 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 jemand 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 in diesem Heim 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 rabiante 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

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 geschützt 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 erkennbaren 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.

4. 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 zugekommen. 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 induzieren. 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.

5. 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.