

# Leseproben

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?*

## 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 Me-

thodentypen, 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 handfesten 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 rätselhafte 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 Weinkampf. 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 Be-

richte 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 erleichternd. 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 Zusammenhang 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 Krank-

heit 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.

# Leseprobe 3

Aus dem 3. Kapitel: *Psychische Leiden*

## 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 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.

## 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 hinbe-

kommen 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.

## 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.