



# Detektivische Medizin



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

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

## Detektivische Medizin Körperliche Symptome Guido: 30 Jahre Rückenschmerzen

### Allgemeine Informationen

In der Focus-Ausgabe November 2022 ist zu lesen:

»Statistisch gesehen leiden acht von zehn Erwachsenen in Deutschland zeitweise an Rückenschmerzen. Jeder sechste Deutsche ist sogar von chronischen Rückenschmerzen betroffen. Verschiedene körperliche oder seelische Faktoren können Rückenschmerzen auslösen.«

Diese Zeilen lassen vermuten, dass es sich bei Rückenschmerzen um eine weit verbreitete Erkrankung handelt, unter der Millionen von Menschen allein in Deutschland leiden. Unspezifisch ist diese Krankheit, weil ganz unterschiedliche Ursachen zu Rückenschmerzen führen können, zum Beispiel:

- Schwere körperliche Arbeit
- Schlechte Sitzhaltung
- Eine alte und verbrauchte Matratze
- Zu viel Sitztätigkeit
- Zu wenig Bewegung
- Chronischer Stress, der sich von der Seele auf den Körper überträgt

und vieles andere mehr.

Für die Schulmedizin und auch für die Psychotherapie ist es nicht leicht, den individuellen Auslöser zu ermitteln, zumal in beiden Berufen chronisch Zeitdruck herrscht. Deshalb beschränkt sich die Therapie in der Regel auf die Linderung der Beschwerden, etwa durch Schmerzmittel oder Massagen. Doch solche Maßnahmen tangieren natürlich nicht die jeweilige Ursache. Nach diesen allgemeinen Informationen wende ich mich dem Fall Guido zu.

Guido (44 Jahre, verheiratet, zwei Kinder, Abteilungsleiter in der IT-Branche) war Teilnehmer eines Wochenendworkshops über Krisenbewältigung am 29. und 30. April 2017. Wie zu Beginn dieses Buches schon erwähnt, nahmen an diesem Workshop auch zwei Ärztinnen teil: Frau Prof. Dr. *Fölster-Holst* (Dermatologin, Universitätsklinikum Schleswig-Holstein) und Frau Bettina *Wihlfahrt* (Gynäkologin, freie Praxis in Kiel). Die Beratungen in den Workshops werden immer live vor der Gruppe durchgeführt und als Video aufgezeichnet.

Am Samstag war Guido recht früh da, aber er setzte sich nicht hin. Ich fragte ihn, warum er nicht Platz nehme, und er antwortete, beim Sitzen tue ihm der Rücken weh. Darum wolle er lieber stehen. So war es auch tatsächlich den ganzen Samstag. Der sympathische und bescheidene Mann musste alle 30 bis 40 Minuten einmal aufstehen und ein paar Schritte gehen, damit sich sein Rücken entspannt.

Bei Guido fehlt die Dokumentation der Vorarbeit, weil er einfach an einem Wochenend-Workshop teilnahm. Ich hatte also keine Informationen über seine Leidensgeschichte.

## **1. Bewusstseinsarbeit**

Das erste Beratungsgespräch am Samstag dauerte 39 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet. Hier die wichtigsten Passagen:

Guido: Ich bin 44 Jahre alt und habe seit 30 Jahren chronisch starke Rückenschmerzen. Ich erinnere mich noch gut daran, wie ich mich als Schulkind im langen Flur unserer Schule mühsam vorwärtsbewegte – so groß waren meine Rückenschmerzen schon damals. Vor fünf Jahren hatte ich stressbedingt einen Bandscheibenvorfall. Grundsätzlich verstärkt jede Art von Stress meine

Rückenschmerzen. Das ist ein sehr belastender Zustand. Ich weiß nicht, wie ich diese Qualen loswerden kann.

Bijan Amini: Was sagt die Schulmedizin? Was sagt die Orthopädie?

Guido: Sie tappen alle im Dunkeln. Es gibt nichts, was ich nicht ausprobiert hätte: Orthopädie, Osteopathie, viele Jahre Tabletten und Massagen, TCM, Familienaufstellung und sogar Besuch eines Schamanen in Indien. Aber niemand hat herausfinden können, was mit meinem Rücken los ist. Insofern bin ich mit minimaler Hoffnung zu diesem Workshop gekommen, obwohl Sie bei der Behandlung meiner Frau einen großartigen Erfolg erzielt haben. Sie hat mich motiviert, an diesem Workshop teilzunehmen.

Bijan Amini: Erzählen Sie bitte Näheres über Ihre Schmerzen und über die bisherigen Behandlungen. Gibt es eine Diagnose?

Guido: Nein, alle Untersuchungen zeigen übereinstimmend, dass bei mir keine organischen Schäden vorliegen. Die Schmerzen sind Tag und Nacht da. Mir wurden jahrzehntelang Schmerzmittel aller Art verschrieben, die ich auch brav einnahm, aber seit einigen Jahren nehme ich keine mehr, weil sie nicht mehr wirken. Das steht fest. Also bleibt mir nichts anderes übrig, als die Schmerzen zu ertragen.

Bijan Amini: Tappen die Fachleute wirklich alle im Dunkeln?

Guido: Absolut! Meine Rückenschmerzen werden bei Stress stärker. Dann blockiert der Rücken total. Bin ich aber entspannt, so ist der Rücken so geschmeidig, dass ich im Schneidersitz sogar mit dem Kopf die Knie berühren kann.

Bijan Amini: Dann liegt die Ursache der Krankheit also nicht im Körper, sondern im seelisch-geistigen Bereich. Machen wir uns detektivisch auf die Suche! Erinnern Sie sich, in welchem Alter Ihre Rückenschmerzen einsetzten?

Guido: Ja, das weiß ich sogar ganz genau. Ich war 14 Jahre alt und ging noch zur Schule.

Bijan Amini: Erinnern Sie sich an etwas Besonderes, das Ihnen in diesem Alter zugestoßen war? Etwas Ungewöhnliches, Belastendes oder Trauriges?

Guido: Nein, da erinnere ich mich an gar nichts. Ich ging zur Schule, alles normal, keine besonderen Vorkommnisse.

Bijan Amini: Ich gebe Ihnen einige Stichworte. Achten Sie darauf, ob da eine spontane Reaktion in Ihnen stattfindet.

- Haben Sie eine Prüfung nicht bestanden?
- Hatten Sie vielleicht einen Konflikt mit einem Lehrer?
- Gab es einen Streit zwischen Ihnen und einem Schulkameraden?
- Gab es einen Todesfall in der Familie?

Guido (*Denkt nach ...*): Nein, nichts. Ich erinnere mich an nichts Schlimmes oder Belastendes.

Bijan Amini: Belastende Erinnerungen verdrängt man gern. Sie waren 14 Jahre jung und befanden sich mitten in der Pubertät. Hatten Sie sich vielleicht zum ersten Mal verliebt und wurden abgewiesen? Wurden Sie von Ihren Schulkameraden gemobbt? Hat ein Lehrer Sie vielleicht vor der Klasse bloßgestellt?

Guido (*Denkt lange nach und schweigt. Dann plötzlich ...*): Ach, da fällt mir doch etwas ein, aber ich bin nicht sicher, ob das der Grund für meine Rückenschmerzen sein könnte. Mit 14 habe ich die Schule geschmissen, um Geld zu verdienen.

Bijan Amini: Warum? Hatten Sie schwache Leistungen in der Schule?

Guido: Das nicht! Ich wollte einfach Geld verdienen, egal wie.

Bijan Amini: Wofür brauchten Sie das Geld so dringend?

Guido: Ich wollte Sachen mit meinem eigenen Geld kaufen.

Bijan Amini: Was denn zum Beispiel?

Guido: Alles! Schuhe, Kleidung, Stereoanlage ...

Bijan Amini: Auch Kleidung?

Guido: Gerade Kleidung.

Bijan Amini: Ist das nicht Aufgabe der Eltern?

Guido: Schon, aber wir lebten am Existenzminimum. Da war nicht daran zu denken, sich irgendwelche Klamotten zu wünschen, ge-

schweige denn eine Stereoanlage. Mein Vater arbeitete Tag und Nacht, und das Geld reichte gerade so aus, um die Familie mit dem Nötigsten zu versorgen. Ich wollte ihm nicht finanziell zur Last fallen.

Bijan Amini: War es wirklich Rücksichtnahme oder waren Sie zu stolz, ihn um Geld zu bitten?

Guido: Ja, ich war stolz und wollte nicht immer wieder betteln, dass mein Vater mir irgendetwas kauft.

Bijan Amini: Welchen Beruf übte Ihr Vater denn aus, dass er Tag und Nacht arbeiten musste, ohne hinreichend Geld zu verdienen?

Guido: Er war selbstständiger Versicherungs- und Immobilienmakler. Aber er versuchte auch, Haushaltsgeräte zu verkaufen. Er war ständig unterwegs und selten zu Hause. Und wenn, dann war er immer schlecht gelaunt und kurz gebunden. Sein Wunschtraum war, eines Tages ganz groß Geld zu verdienen, aber das ging nie in Erfüllung. Insofern tut er mir leid.

Bijan Amini: Haben Sie so jung angefangen, Geld zu verdienen, weil Sie Ihrem Vater nacheifern wollten? War er für Sie ein Vorbild?

Guido: Vorbild? Nein, das glaube ich nicht (*denkt nach ...*). Vielleicht doch (*...denkt länger nach ...*). Ich bin nicht sicher. Ich weiß es nicht.

Bijan Amini: Wie war denn Ihre Beziehung zu ihm?

Guido (*Lacht ...*): Von Beziehung kann gar keine Rede sein. Wir haben nebeneinander gelebt.

Bijan Amini: Wie meinen Sie das? Können Sie ein Beispiel dafür geben?

Guido (*Schweigt ...*): Ich habe meinen Vater ganz selten zu Gesicht bekommen. Er war einfach nie da. Immer war er beschäftigt, immer außer Haus, immer Geld verdienen.

Bijan Amini: Hat er nie mit Ihnen getobt oder den Clown gespielt? Gab es keine gemeinsamen Spaziergänge, Ballspiele oder Zoo-besuche?

Guido: Nein, gar nichts! Zuwendung oder Liebe gab es nie. Dafür

war er viel zu beschäftigt. Spaß oder Anerkennung auch nicht. Was immer ich auch tat, er gab mir zu verstehen, dass er es besser könnte. Darum bekam ich ein Verbot nach dem anderen. In seinen Augen war ich nie gut. Immer kritisierte er mich, immer meckerte er. Nie traute er mir etwas zu.

Bijan Amini: Bitte geben Sie konkrete Beispiele dafür.

Guido: Den Rasen mähen, ein Loch in die Wand bohren oder etwas reparieren ... Nichts, gar nichts durfte ich tun. Er sagte immer, er wolle es lieber selber erledigen. Dann wisse er, dass niemand Mist mache.

Bijan Amini: Und? Konnte er selbst alles perfekt erledigen?

Guido: Nein, nicht wirklich. Ich habe später, als ich 17 war, mich an seinen Computer gesetzt und seine Geschäftskorrespondenz gelesen. Da fand ich jede Menge sprachliche Fehler, die ich heimlich korrigierte.

Bijan Amini: Was wollten Sie damit erreichen?

Guido: Ich wollte ihm zeigen, dass ich besser schreiben kann als er.

Bijan Amini: Haben Sie Ihr Ziel erreicht?

Guido: Dazu hat er sich nie geäußert.

Bijan Amini: Hat er die Korrektur bemerkt?

Guido: Ich glaube schon. Gesagt hat er aber nie etwas.

Bijan Amini: Als Sie mit 14 anfangen, Geld zu verdienen, wollten Sie ihm dadurch zeigen, dass Sie nicht nur besser schreiben, sondern auch besser Geld verdienen können als er?

Guido (*Nachdenklich* ...): Kann sein. Kann gut sein. Bewusst war es mir aber nicht.

Bijan Amini: Wollten Sie ihm mit Geld imponieren? Wollten Sie seine Akzeptanz und Wertschätzung sozusagen kaufen?

Guido: Möglich. Aber bewusst war es mir nicht.

Bijan Amini: Und? Hat es am Ende geklappt?

Guido: Nein, ich habe eher mir selbst geschadet.

Bijan Amini: Inwiefern?

Guido: Ich habe die Schule ohne Abschluss verlassen und versäumt, eine Lehre zu machen. Stattdessen habe ich im Supermarkt leere Flaschen angenommen und Pfandzettel ausgestellt.

Bijan Amini: Aber Sie sind jetzt in leitender Position in der IT-Branche.

Guido: Das war Glück. Zuerst versuchte ich wie mein Vater, in der Immobilien- und Versicherungsbranche Fuß zu fassen. Das ging mehr schlecht als recht. Mit 30 Jahren gab ich diese Tätigkeit auf und begann eine Lehre in der IT-Branche. Schließlich machte ich eine Umschulung zum Fachinformatiker. Jetzt bin ich Leiter einer IT-Abteilung mit sechs Mitarbeitern.

Bijan Amini: Das ist großartig! Sind Sie beruflich mit sich selbst zufrieden?

Guido: Ja, sehr sogar. Die Arbeit macht mir große Freude, aber es ist leider immer zu viel zu tun, und der Stress verstärkt die Rückenschmerzen.

Bijan Amini: Es mag sein, aber ich vermute eher, dass die wirkliche Ursache Ihrer Rückenschmerzen nicht im beruflichen Stress liegt, sondern in der angespannten Beziehung zu Ihrem Vater. Wie wirkt das auf Sie?

Guido (*Denkt nach ...*): Da könnte was dran sein. Ich wollte meinem Vater bei jeder Arbeit zur Hand gehen und ihm helfen. Aber er ließ es nicht zu. Und wenn er es einmal tat, dann endete die Sache mit einem vernichtenden Urteil über mich, weil ich in seinen Augen wieder alles vermässelt hatte. Ich habe mir wirklich Mühe gegeben, aber er gab mir nie auch nur eine Chance.

Bijan Amini: Kann man sagen, Sie bettelten vergeblich um seine Anerkennung?

Guido: O ja, das passt sogar sehr gut. Eigentlich hätte mein Vater sehen müssen, dass ich alles wirklich besser konnte als er, aber er hatte keine Augen dafür.

Bijan Amini: Ihr Vater war ja nicht gerade erfolgreich im Leben. Haben Sie einmal daran gedacht, dass er Ihnen die Anerkennung

aus Gründen der Minderwertigkeit verweigerte?

Guido (*Erstaunt ...*): So hatte ich das noch nie gesehen. Sie meinen, er war neidisch auf mich?

Bijan Amini: Über ihn weiß ich ja nichts. Aber ich habe das Gefühl, dass Sie alles getan haben, um seine Anerkennung und Wertschätzung zu bekommen – leider vergeblich. Ihr Bestreben, mit 14 Jahren die Schule zu verlassen, um Geld zu verdienen, lässt bei mir das Gefühl aufkommen, dass Sie ihm in jeder Hinsicht nachgeeifert haben. Sie wollten ihm zeigen, dass Sie ihn zum Vorbild nehmen und schon deshalb liebenswert wären und Anerkennung verdienten. Mehr noch: Ich könnte mir sogar vorstellen, dass Sie ihm die Finanzlast abnehmen und sie auf die eigene Schulter stellen wollten. Was sagen Sie zu dieser Sicht der Dinge?

Guido (*Sehr nachdenklich ...*): Das ist denkbar. Ja, das kann gut sein. Eigentlich war ich immer darauf bedacht, etwas zu tun, was ihm gefällt.

Bijan Amini: Sie hatten sich auf seine Anerkennung fixiert. Aber warum denn? Die Verantwortung, die Familie zu ernähren, liegt doch nicht bei den Kindern. Dass Sie unbewusst Ihrem Vater die Schulter für seine Finanzlast boten, war kindliche Liebe. Aber das wurde von ihm weder wahrgenommen noch wertgeschätzt. Aus der Sicht Ihres Vaters wäre übrigens Ihr Erfolg eine Bestätigung für sein Versagen gewesen und damit eine Demütigung. Das war wohl das Hauptmotiv für seine Geringschätzung Ihrer Leistungen. Sie haben nicht erkannt, dass hinter seiner ablehnenden Art Selbstschutz stand. Je eifriger Sie sich um seine Anerkennung bemühten, umso mehr konnte er triumphieren. Wenn diese Deutung zutrifft, müssten Sie aufhören, weiter um seine Anerkennung zu betteln. Das haben Sie ja über 30 Jahre vergeblich getan.

Guido (*Sehr überrascht ...*): Das ist es! Ja, ich glaube, das ist es (*Pause ...*). Das klingt logisch und leuchtet mir ein. Das scheint mir sehr plausibel.

Bijan Amini: Wenn Sie mit dem hoffnungslosen Bestreben oder dem inneren Zwang aufhören, Ihrem Vater zu gefallen, dann



wird die schwere Last von Ihrer Seele fallen, die Ihnen körperlich Rückenschmerzen bereitet.

Guido (*Mit leuchtenden Augen ...*): Ihre Worte haben gerade eine innere Vibration bei mir ausgelöst. Es hat Klick gemacht. Ich fühle mich plötzlich leichter.

Bijan Amini: Wenn der Schlüssel zum Schloss passt, dann macht es Klick und eine Tür öffnet sich. In Ihrem Fall geht die Tür nach innen auf, und Sie sehen sich selbst mit anderen Augen. Das ist ein gutes Zeichen, und ich möchte die Gelegenheit nutzen für drei wichtige Hinweise:

*Erstens*: Sie tragen keine Schuld daran, dass Ihr Vater Tag und Nacht schuftete und trotzdem die Familie nicht hinreichend versorgen konnte.

*Zweitens*: Sie müssen Ihre Leistungen nicht vom Papa *absegnen* lassen. Das haben Sie in Ihrer beruflichen Position nicht nötig. Sie haben es trotz schlechter Voraussetzungen beruflich viel weitergebracht als Ihr Vater. Sie sind Abteilungsleiter geworden, obwohl Sie sehr spät mit der Ausbildung begonnen haben. Das ist eine großartige und anerkennenswerte Leistung.

*Drittens*: Wenn Ihr Vater nicht einmal heute Ihre Leistungen würdigen kann, dann ist das *sein* Problem. Also verschwenden Sie ab sofort keine Energie mehr, um Ihrem Vater irgendetwas zu beweisen. Lassen Sie ihn *seinen* Weg gehen und gehen Sie unbeeinträchtigt *Ihren* Weg! Respektieren Sie aus Mitleid, dass dieser Versager nicht wahrhaben *kann*, dass sein Sohn ihn weit hinter sich gelassen hat.

Guido (*Spontan ...*): Das ist gut! Ja, aus Mitleid respektieren. Das trifft die Sache. Sie haben recht. Ich muss loslassen und mich von ihm befreien.

Bijan Amini: Ich habe den Eindruck, dass Sie zum ersten Mal den Grund für Ihre Rückenschmerzen erkannt haben. Sie haben unbewusst die Finanzlast Ihres Vaters auf die eigene Schulter geladen. Das belastet die Seele, und sie beauftragt den Körper, dafür einen (ent-)sprechenden Ausdruck zu finden. So gesehen haben wir es bei Ihren Rückenschmerzen mit einem *sprechenden Symptom* zu tun. Es bringt den Druck der Seele körperlich zum Aus-

druck. Wie finden Sie diese Sicht?

Guido: Auf mich macht das einen klaren und logischen Eindruck. Es leuchtet mir ein. Ich frage mich, wieso ich nicht selbst auf diese Idee gekommen bin. Was Sie sagen, ist stimmig: schwere Last auf der Seele, Übertragung der Last auf den Körper, Rückenschmerzen.

Bijan Amini: Dann haben wir nach 30 Jahren endlich den Auslöser Ihrer Rückenschmerzen gefunden. Oder?

Guido (*Mit leuchtenden Augen ...*): Ja, endlich! Da bin ich sprachlos. Das ist wunderbar!

Bijan Amini: Jetzt, da die Ursache erkannt worden ist, müssen wir nach einer Lösung suchen.

Guido: Und wie macht man das?

Bijan Amini: Die Lösung liegt in Ihnen selbst. Wir müssen sie durch einen Traum hervorlocken.

Guido (*Lacht ...*): Das mag sein, aber das wird bei mir nicht funktionieren, weil ich nie träume.

Bijan Amini: Natürlich träumen Sie. Alle Menschen träumen jede Nacht, sogar mehrmals. Aber nach dem Aufwachen erinnert man sich nicht oder ganz selten an den Inhalt. Diese Hürde überwinden wir durch eine Autosuggestion.

Guido: Und wie funktioniert das?

Bijan Amini: Ich gebe Ihnen ein Beispiel, der zugleich auch mein Vorschlag ist. Wenn Sie im Bett liegen und schlafen wollen, sprechen Sie folgende zwei Sätze mehrmals hörbar aus: *Ich bitte um einen Traum, der mir zeigt, wie ich meine Rückenschmerzen loswerden kann. Und ich möchte mich nach dem Aufwachen an alles erinnern, was ich geträumt habe.*

Die Induktion eines Traumes besteht, wie Sie sehen, aus zwei Teilen. Im ersten Teil wird die Traumwelt um Hilfe bei der Heilung gebeten und im zweiten suggeriert man dem eigenen Unterbewusstsein, den Inhalt vor dem Aufwachen nicht zu löschen.

Guido: Und das funktioniert wirklich?

Bijan Amini: Ja, in acht von zehn Fällen kommt der Traum entweder gleich in der ersten Nacht oder einige Nächte später. Und er bleibt auch erfreulicherweise in Erinnerung. Doch diese Erinnerung ist sehr flüchtig und kann in Minuten nach dem Aufwachen wieder verschwinden. Daher ist es absolut wichtig, den Inhalt sofort aufzuschreiben. Stift und Papier müssen am Bett bereitliegen!

Guido schien nicht ganz überzeugt zu sein, aber er war bereit, die Methode auszuprobieren.

## **2. Traumarbeit**

Am nächsten Tag (Sonntag, den 30. April 2017) sagte Guido, dass er zu seinem eigenen Staunen einen Traum gehabt hätte. Es seien aber so bizarre Bilder gewesen, dass er keinen Sinn in ihnen erkennen könne, geschweige denn einen Zusammenhang mit seinen Rückenschmerzen. Ich beruhigte ihn und sagte, dass Träume immer verfremdet, verstellt und verrätselt seien. Um sie zu verstehen, müsse man sie durch Logik und einfallsreiche Kombinatorik enträtseln.

Die Traumarbeit dauerte nur 24 Minuten. Das Gespräch habe ich als Video aufgezeichnet. Hier die Ergebnisse und Erkenntnisse:

Guido: Ich habe geträumt, ich wäre auf dem Weg zu einem Haus, von dem ich wusste, dass meine Eltern dort wohnten. Aber es war nicht das Elternhaus, in dem ich meine Kindheit verbracht hatte, sondern ein mir unbekanntes Haus an einem mir völlig fremden Ort. Trotzdem machte ich mich auf den Weg. Ich wollte meinen Vater sprechen, weiß aber nicht worüber. Seltsam war das Transportmittel, mit dem ich unterwegs war: kein Auto, kein Boot, kein Motorrad, sondern eine Luftmatratze. Ich lag mit dem Bauch auf einer Luftmatratze und wollte zu meinen Eltern.

### *Erste Sequenz*

Ich lag auf der Luftmatratze auf dem Wasser. Ich machte Paddelbewegungen mit den Händen und kam mühsam voran.

### *Zweite Sequenz*

Ich lag auf der Luftmatratze, jetzt auf der Straße. So sehr ich mich auch mit den Ellenbogen abstieß, ich kam überhaupt nicht voran. Das war sehr anstrengend und auch frustrierend.

#### *Dritte Sequenz*

Schließlich lag ich immer noch auf der Luftmatratze, flog kurz über einen Zaun und landete im Garten eines Hauses. Gleich nach der Landung hörte ich einen Pfeifton. Durch den Aufprall hatte die Luftmatratze wohl einen Riss bekommen und verlor Luft.

#### *Vierte Sequenz*

Ich stand mitten im Garten des Hauses und ging in Richtung Hauseingang. In diesem Moment sah ich meine Eltern um die Ecke kommen und ins Haus hineingehen. Mich sahen sie nicht. Ich lief ihnen nach bis vor dem Hauseingang. Dort stellte ich fest, dass die Treppe fehlt. Der Höhenunterschied zwischen Boden und Eingangstür war gewaltig. Ich musste regelrecht klettern und hochkrabbeln, bis ich endlich unter größter Anstrengung die Ebene der Haustür erreichte. Dann öffnete ich die Haustür und ging ins Haus hinein. Im Flur wachte ich auf. Das war mein Traum, ziemlich verrückt und total wirr! Wie gesagt, kein Bezug zu meinem Thema.

Bijan Amini: Finden Sie?

Guido: Allerdings! Ich hatte doch darum gebeten, wie ich meine Rückenschmerzen loswerden kann. Die Antwort kann doch nicht sein: Benutze eine Luftmatratze! Nichts in meinem Traum hat etwas mit meinem Thema zu tun. Ich jedenfalls kann da keinen Zusammenhang erkennen.

Bijan Amini: Das ist normal. Nicht nur Ihnen, sondern vielen Menschen geht es ähnlich. Die eigenen Träume zu deuten gelingt selten. Doch deshalb sind Träume nicht Schäume, sondern seelische Räume, die sich öffnen, damit man in die eigene Seele hineinschaut und verborgene Zusammenhänge erkennt. Und der Traum hat seine eigene Sprache. Hier werden bizarre Bilder und Szenen so aneinandergereiht, dass sie sinnlos erscheinen. Man muss sie logisch zu den realen Ereignissen in Bezug setzen und die versteckten Hinweise fantasievoll in die Deutung integrieren.

Guido: Gute, aber wie kann man sicher sein, dass die Deutung dann richtig ist?

Bijan Amini: Ihr eigener spontaner und unkontrollierbarer Gefühlsausbruch wird verraten, ob die Deutung zutrifft oder nicht. Ist die Deutung falsch, werden Ihre Gefühle nicht tangiert. Ist sie richtig, werden Sie emotional derart gepackt, dass Sie Ihre Gefühle nicht mehr kontrollieren können. Der Grund dafür ist, dass wir mit unserer seelischen Traumwelt sehr vertraut sind. Denn dort verbringen wir ja ein Drittel unseres Lebens. Aber wenn wir am Morgen aufwachen und damit aus der seelischen in die körperliche Welt zurückkehren, dürfen wir keine Erinnerungen mitnehmen. Das ist ein strenges Gesetz: Wissen aus der höheren Welt darf nicht in die niedrige mitgenommen werden. Meine Methode, dieses Gesetz suggestiv zu umgehen, bewirkt, dass wenigstens einige Fetzen im wachen Gedächtnis bleiben. Aus diesen wenigen Puzzleteilen müssen wir logisch und fantasievoll das ganze Bild rekonstruieren. Wenn diese Deutungsarbeit gelingt, kommt es zu einem überraschenden Déjà-vu-Erlebnis. Die Reaktion darauf ist immer ein spontaner Gefühlsausbruch.

Guido: Da bin ich aber gespannt, was bei mir herauskommt.

Bijan Amini: Ich fange mit den Traumelementen an. Erinnern Sie sich an irgendein Erlebnis mit einer Luftmatratze in Ihrem realen Leben?

Guido: Nein.

Bijan Amini: Dann hat die Luftmatratze eine Stellvertreterbedeutung. Sie steht für etwas anderes, das wir detektivisch suchen und herausfinden müssen. Hier sind die Gefühle besonders hilfreich, denn sie sind immer echt. Welches Gefühl hatten Sie, als Sie auf der Luftmatratze liegend unterwegs waren?

Guido: Ein unangenehmes, ein angestregtes Gefühl (*Sucht nach Worten ...*). Ich strampelte mich ab, kam aber kaum voran. Das war frustrierend. Es war zum Verzweifeln.

Bijan Amini: Kann man Ihr Gefühl mit dem Wort *Stress pur* beschreiben?

Guido: Ja genau! Stress pur. Das passt sehr gut.

Bijan Amini: Gab es einen Grund für den Stress? Etwa, dass Sie im Wasser ertrinken oder auf der Straße von Autos überfahren werden könnten?

Guido: Nein, das nicht. An Gefahren dachte ich überhaupt nicht. Es war nur äußerst mühsam, überhaupt voranzukommen. Außerdem wollte ich eigentlich gar nicht hin. Ich spürte deutlich den Widerwillen, mühte mich aber trotzdem ab.

Bijan Amini: Dann bedeutet die Luftmatratze, dass Sie das denkbar falsche Mittel für Ihr Ziel gewählt haben. Und warum? Gab es einen Grund, eine Pflicht oder einen Zwang, sich ausgerechnet mit einer Luftmatratze fortzubewegen?

Guido: Das Wort Zwang passt sehr gut zu meiner Situation im Traum. Ich wollte nicht, aber musste, weil ich keine andere Wahl hatte.

Bijan Amini: Nachdem Sie auf der Luftmatratze zuerst zu Wasser, dann zu Boden und schließlich durch die Luft endlich am Ziel angekommen waren, hörten Sie einen Pfeifton. Erinnern Sie sich an irgendein Gefühl dabei?

Guido: Ja, ich dachte: Verflixt! Jetzt ist die Luft raus! Jetzt geht gar nix mehr!

Bijan Amini: Dann standen Sie auf und gingen in Richtung Eingangstür. Da sahen Sie Ihre Eltern um die Ecke kommen und ins Haus hineingehen. Welches Gefühl hatten Sie beim überraschenden Anblick Ihrer Eltern?

Guido: Aufregung, Herzklopfen, Bluthochdruck!

Bijan Amini: Bluthochdruck im Schlaf?

Guido: Ja, Ich weiß genau, dass ich sehr aufgeregt war. Ich hatte mich abgemüht und es endlich geschafft, im Garten anzukommen, aber meine Eltern übersahen mich. Ich war enttäuscht, dass sie mich nicht grüßten. Ich fühlte mich ignoriert, allein gelassen, ja regelrecht verlassen.

Bijan Amini: Schließlich mussten Sie sehr mühsam eine Anhöhe überwinden, um die Haustür zu erreichen. Was war das für ein Gefühl?

Guido: Oh das war ganz schrecklich. Ich stand unter der Tür, und nicht davor. Um hineinzugehen, musste ich praktisch die Wand hochklettern. Das war unbeschreiblich schwierig und unendlich mühsam.

Bijan Amini: Aber Sie haben es geschafft, haben die Haustür geöffnet und sind hineingegangen. Was war das für ein Gefühl?

Guido: Da erinnere ich mich an nichts, weil ich sofort aufwachte, als ich im Flur stand.

Bijan Amini: Ich denke, wir haben schon genug Informationen über Ihre Gefühle. Wir sind am Ende der Deutungsarbeit angekommen. Erkennen Sie nun die Antwort auf Ihre Bitte, wie Sie Ihre Rückenschmerzen loswerden könnten?

Guido: Nein, überhaupt nicht. Ich kann gar nichts erkennen. Dieses Zeug hat doch nichts mit meinen Rückenschmerzen zu tun.

Bijan Amini: Soll ich eine Deutung versuchen?

Guido (*Lacht ...*): Bitte sehr!

Bijan Amini: Ich rufe zuerst die Ergebnisse der Bewusstseinsarbeit in Erinnerung. Sie haben sich in Ihrer Kindheit und Jugend nach Kräften darum bemüht, von Ihrem Vater Zuwendung, Anerkennung und Wertschätzung zu bekommen. Was Ihre Seele während der ganzen Kindheit vermisste, war Liebe. Sie bemühten sich immer wieder und boten sich bei anfallenden Arbeiten an, aber egal, was sie auch taten, bei Ihrem Vater konnten Sie nicht punkten. Ihn konnten Sie nicht überzeugen, dass Sie Zuwendung, Respekt und Liebe verdienen. Als alle Mühe nicht ausreichte, griffen Sie zum letzten Mittel, nämlich zum Geldverdienen. Darin lag ja Papas Schwäche. In diesem Punkt wollten Sie ihn übertreffen, doch auch das endete mit einem Desaster. Papa fühlte sich jetzt erst recht in seinem negativen Urteil über Sie bestätigt. Er konnte triumphieren, weil der Sohn ein Taugenichts war, der keine Zuwendung, geschweige denn Wertschätzung oder gar Liebe verdient. Was blieb dem Sohn denn noch übrig? Welche Mühe sollte er sich noch geben? Welche Last sollte er noch tragen, um ein Körnchen Anerkennung und Wertschätzung zu bekommen? Der Junge hätte alles getan und gegeben. Ihm wäre keine Mühe zu groß und keine Last zu schwer gewesen. Ist die-

ser Rückblick so in Ordnung? Oder habe ich etwas vergessen?

Guido: Soweit ist alles klar. Mir fällt keine Ergänzung ein. Sie haben alles gut zusammengefasst.

Bijan Amini: Nun zur *Deutung* Ihres Traumes. Bitte bestätigen Sie, ob folgende Feststellung zutreffend ist: Sie haben alles Mögliche und Denkbare getan, um von Ihrem Vater Zuwendung, Lob, Anerkennung und Wertschätzung zu bekommen, aber das ist Ihnen nie gelungen.

Guido: Das kann ich bestätigen. Das ist die zutreffende Beschreibung für meine Situation.

Bijan Amini: Nicht ganz! Denn Sie haben Ihr eigenes Selbst noch nicht hinopfernd dargeboten. Dieses Selbst wird im Traum durch die Luftmatratze repräsentiert. Jede Matratze liegt flach auf dem Boden und dient zur Entspannung, Ruhe und Schlaf. Ihr Selbst kommt aber nicht zur Ruhe, im Gegenteil. Es wird als Fortbewegungsmittel eingesetzt. Eine ebenso absurde wie sinnlose Idee, die von vornherein zum Scheitern verurteilt ist! Matratze ist kein Boot, kein Auto und kein Flugzeug. Die Matratze repräsentiert Ihr Selbst und Ihr Selbstwert. Der Traum hält Ihnen einen Spiegel vor, damit Sie erkennen, dass Sie sogar bereit sind, Ihr eigenes Selbst als Opfer darzubieten, damit Papa Ihnen Wertschätzung schenkt. Dass dies nicht gelingen kann, wissen Sie im Grunde schon, aber Sie tun es trotzdem. Es ist Stress pur und erniedrigend, aber Sie können es nicht lassen. Sie paddeln, kriechen, krabbeln und klettern, um dort anzukommen, wo man Sie nicht einmal sehen will.

Guido (*Schweigt und bekommt feuchte Augen ...*).

Bijan Amini: Lieber Guido, was muss denn noch passieren, damit Sie erkennen, dass Papa der letzte Mensch auf dieser Erde ist, der Ihnen Lob und Liebe entgegenbringen kann? Er kann es nicht, weil dies das Eingeständnis seines eigenen Versagens bedeuten würde?

Guido (*Bricht in Tränen aus ...*).

Bijan Amini: Welchen Wert verdient jemand, der nicht aufrechten Ganges und erhobenen Hauptes um Anerkennung kämpft, son-



dern krabbelnd und kriechend darum bittet? Das ist kein wirres Zeug. Das ist die pure Wahrheit. Ich denke, es ist Zeit, dass Sie Ihre eigene Verstrickung in Ihr 30-jähriges Leiden erkennen und sich von der Fixierung befreien, Papa gefallen zu müssen.

Guido (*Immer noch Tränen vergießend ...*): Ihre Deutung trifft den Nagel auf den Kopf! Mir gehen die Augen auf, und ich verstehe zum ersten Mal mich selbst. Ich muss loslassen. Ich muss meinen eigenen Weg gehen. Ich bin tief aufgewühlt, aber sehr dankbar für diese helle Erkenntnis. Aufrichtigen Dank!

Damit war das zweite Beratungsgespräch zu Ende, und alle in der Gruppe waren tief berührt. Manche weinten mit, andere nahmen Guido liebevoll in die Arme. In der Gruppe herrschte Stille. Niemand sagte etwas. Alle waren erstaunt und ergriffen.

Von diesem Augenblick an bis zur Mittagspause (über zwei Stunden!) musste Guido kein einziges Mal mehr von seinem Stuhl aufstehen. Als eine Teilnehmerin ihn darauf ansprach, antwortete er, er hätte kaum Schmerzen. Sein Rücken fühle sich plötzlich sehr leicht an. Und nach dem Mittagessen musste er auch kein einziges Mal mehr aufstehen. Bis zum Ende des Workshops (sechs Stunden) saß er entspannt auf seinem Stuhl.

Diese Wandlung live und mit den eigenen Augen zu erleben, war der Initialzündung dafür, dass die beiden anwesenden Ärztinnen mir Kooperation anboten und in den darauffolgenden Wochen und Monaten etliche hoffnungslose Fälle zuschickten.

Wie in der Einleitung des Buches ausführlich berichtet, war dieses Wochenende die Geburtsstunde einer neuen Entwicklung. Aus der beratenden Disziplin *Krisenpädagogik* wurde die heilende Tätigkeit *Detektivische Medizin*.

### **3. Begleitung**

Erste Rückmeldung am 21. Mai 2017

Drei Wochen nach der Traumarbeit besuchte mich Guido zusammen mit seiner Frau. In der Hand hielt er einen prächtigen Blumenstrauß. Er wollte sich bedanken und auch berichten, wie glücklich er sei, endlich schmerzfrei leben zu dürfen. Ich holte die Kamera

und zeichnete seine Rückmeldung auf (Dauer: 14 Minuten). Hier eine Zusammenfassung:

Guido: Der Workshop war für mich ein sehr intensives Erlebnis, insbesondere die Traumarbeit. Ich war am Sonntagabend so erschöpft, dass ich nicht einmal der Einladung unserer Freunde zum Essen folgen konnte. Am nächsten Morgen kamen sehr viele Erinnerungen aus der Kindheit in mir hoch. Alles, was ich an verbaler Erniedrigung erlebt hatte, ergoss sich über mich. Mir wurde klar, dass ich von meinem Vater niemals Lob, Anerkennung oder Wertschätzung bekommen werde, geschweige denn Liebe. Diese bittere Wahrheit tut mir noch in der Seele weh, aber im Gegenzug sind meine Rückenschmerzen so gut wie verschwunden. Das fühlt sich nach 30 Jahren Dauerschmerz unbeschreiblich befreiend und beglückend an. Und die Selbsterkenntnis hat mir nicht nur in dieser Hinsicht geholfen.

Bijan Amini: Wie meinen Sie das?

Guido: Ich verhalte mich anders und kommuniziere auch anders mit meinen Kollegen als früher. Vor einigen Tagen zum Beispiel hatte ich ein Problem mit einem meiner Mitarbeiter. Früher hätte ich einfach geschwiegen und den Ärger über ihn verdrängt oder geschluckt. Jetzt aber sprach ich die Sache sofort und auf der Stelle freundlich an. Der Mitarbeiter war zwar überrascht, weil er so ein Verhalten von mir nicht kannte, aber er war einsichtig, sodass wir für das Problem eine sachliche Lösung fanden. Ich war dann nicht nur erleichtert, sondern auch stolz auf mich in der Rolle des Leiters.

Bijan Amini: Und wie geht es Ihrem Rücken?

Guido: Gut! Ich fühle, dass mein Rücken einfach leichter geworden ist. Ich fühle mich deutlich aufgerichtet. Das ist ein ganz neues und wunderbares Gefühl von Leichtigkeit. Ich kann jetzt nicht nur beschwerdefrei länger sitzen, sondern sogar zwei Stunden schmerzfrei spazieren gehen, was 30 Jahre nicht möglich war.

Bijan Amini: Sind die Schmerzen ganz und gar weg?

Guido: Das nicht, aber es ist eher ein Zwicken und Zwacken, kein Vergleich mit den erdrückenden Schmerzen, die meine Wirbelsäule zusammengestaucht haben. Darüber bin ich sehr froh und

dafür bin ich Ihnen zutiefst dankbar.

#### Zweite Rückmeldung am 9. Oktober 2017

Fünfeinhalb Monate später veranstaltete das Gesundheitsforum Schleswig-Holstein einen Doppelvortrag mit der Dermatologin Prof. Dr. Regina Fölster-Holst und mir an der Universität Kiel. In den Vorträgen haben wir über unsere Kooperation zwischen Dermatologie und Krisenpädagogik berichtet. Im Auditorium saß auch Guido. Bei der Schlussdiskussion meldete er sich zu Wort und sagte, er möchte berichten, wie seine chronischen Rückenschmerzen in wenigen Tagen verschwunden wären.

Guido: Ja, es ist in der Tat so, dass mir eine schwere Last genommen wurde. Seitdem fühle ich mich leicht, gerade im Bereich des Rückens, der ja 30 Jahre lang ernsthafte Probleme gemacht hatte. Das kann man nicht erklären, es ist einfach so. Die Erleichterung kam tatsächlich unmittelbar nach der Traumarbeit. Und noch etwas Erfreuliches: Ich bin seit der Genesung deutlich entspannter und ruhiger geworden. Letztes Jahr hatte ich einen Blutdruck von 140 zu 100. Aktuell wurde gemessen: 100 zu 60. Mir geht es sehr gut.

#### 4. Fazit

30 Jahre chronische Rückenschmerzen, 30 Jahre Schmerztabletten. Diese unerträgliche Leidensgeschichte nahm an *einem* Wochenende ein Ende.

Aufwand: zwei Gespräche von insgesamt 63 Minuten. Der Schlüssel zur Heilung war eine *Selbsterkenntnis*, die Guido seine eigene Verstrickung in die Krankheit schonungslos vor Augen führte. Und Guido verstand, dass sein Vater, der selbst ein Versager ist, den Erfolg des Sohnes nicht wahrnehmen bzw. wahrhaben kann. Außerdem verdient niemand Wertschätzung, wenn er darum bittet.

Die zwei Vorträge von Frau Prof. Fölster-Holst und mir wurden vom TV-Sender Offener Kanal Kiel aufgezeichnet und mehrmals gesendet. Mein Vortrag und die Wortmeldung von Guido wurden vom Sender freigegeben. Man kann sie in den genannten Websites der Detektivischen Medizin ansehen.

Die zwei Vorträge von Frau Prof. Fölster-Holst und mir wurden vom TV-Sender Offener Kanal Kiel aufgezeichnet und mehrfach gesendet. Mein Vortrag und die Wortmeldung von Guido wurden vom Sender freigegeben. Man kann sie unter folgendem Link anschauen

### **Amini Vortrag: Neurodermitis**