



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

[professor@bijanamini.de](mailto:professor@bijanamini.de)  
[prof.amini@symptomfrei.com](mailto:prof.amini@symptomfrei.com)

## Symptomfrei durch Träume

### Detektivische Medizin

Detektivische Medizin zeigt geistige Wege aus unspezifischen Krankheiten, die körperlich der Schulmedizin bzw. seelisch der Psychotherapie derart Rätsel aufgeben, dass diese trotz ihrer besten Bemühungen den Kranken nicht helfen können. Patientinnen und Patienten mit unspezifischen Krankheitssymptomen leiden Jahre und Jahrzehnte. Sie gehen zuerst zu etlichen Ärzt:innen, dann zu diversen Heilpraktiker:innen, probieren auch Alternative Verfahren aus, manche unternehmen sogar abenteuerliche Reisen zu Schamanen oder nehmen an Familienaufstellungen teil – alles ohne ein nennenswertes Ergebnis. Am Ende ihrer Leidensgeschichte sind sie hoffnungslos und verzweifelt. In diesem Stadium, wenn sie also buchstäblich mit dem Rücken zur Wand stehen, wenden sie sich meist durch einen zufälligen Hinweis oder eine Empfehlung von Bekannten oder Verwandten an die Detektivische Medizin. Hier werden sie nach zwei bis fünf Gesprächen vollständig und nachhaltig symptomfrei.

Man kann sich vorstellen, wie glücklich sie dann sind, wenn ihre Qualen innerhalb von wenigen Tagen ein Ende nehmen. Oft können sie es nicht einmal selbst so recht glauben, dass ihre Symptome wirklich verschwunden sind. Spontan sprechen sie von *Wunder*. Doch Wunder geschehen ganz selten und können weder rational erklärt noch überprüfbar wiederholt werden. Was die *Detektivische Medizin* tut, ist weder Zauberei noch Esoterik. Vielmehr ist ihr Begründer, der Lebensphilosoph und Krisenpäd-

agoge Prof. Dr. phil. Dr. habil. Bijan Amini Erziehungswissenschaftler. Er hat sich auf die Bewältigung von Lebenskrisen und Heilung von chronischen Krankheiten spezialisiert.

*Prof. Amini wendet geisteswissenschaftliche Methoden des Deutens und Verstehens auf körperliche Krankheiten und seelische Belastungen an. Die Krankheit wird nicht mit Medikamenten bekämpft, sondern im Kontext ihrer Entstehungsursache verstanden. Die Frage lautet: Warum ist diese Krankheit ausgerechnet in dieser Lebenssituation zu mir gekommen? Was will sie mir sagen? Und die Antwort lautet: Ich muss mein Leben ändern.*

Folgende Grundmaxime steht im Mittelpunkt des Lösung von Lebenskrisen und Heilung von chronischen Symptomen: Rätselhafte Krankheiten sind Boten und Verbündete. Sie kommen, um uns einen gesunden und glücklichen Lebensweg zu zeigen, weil wir verkehrt und ungesund leben. Sie sind keine Feinde, die uns vernichten wollen. Jedes Symptom will uns etwas Wichtiges sagen. Wenn wir es durch Medikamente töten, dann taucht bald ein noch schlimmeres Symptom auf. Das ist insbesondere bei unspezifischen Krankheiten und rätselhaften Symptomen der Fall. Detektivische Medizin will den Boten anhören und seine oft verrätzelte Traumbotschaft verstehen. Das Erstaunliche ist nun, dass alle Symptome rasch und friedlich verschwinden, sobald es gelingt, ihre warnende Botschaft zu verstehen.

Die Methode des Verstehens führt im ersten Gespräch (Bewusstseinsarbeit) zu einer *Erkenntnis* über die *Entstehungsursache* der Krankheit und im zweiten Gespräch (Traumarbeit) zu einer *heil samen Selbsterkenntnis*. Folge: Die Krankheit verschwindet innerhalb von Tagen, manchmal sogar auf der Stelle nach der Traumarbeit. Wem das unglaublich erscheint, sollte sich das Video von *Cordula* anschauen (Link am Ende dieses Textes). 23 Jahre lang litt sie an Neurodermitis, und die Dermatologie konnte nichts für sie tun. Als sie von ihrer Ärztin in die Detektivische Medizin geschickt wurde, verschwand die Neurodermitis innerhalb von sechs Tagen. Erfüllt von Glück und Dankbarkeit hat sie der Publikation ihrer Gesprächsaufzeichnungen schriftlich zugestimmt.

Warum trägt diese Methode den Namen *Detektivische Medizin*? Nun, Detektive suchen nach Spuren, die zum Täter und dessen Tatmotiv führen. Sie sammeln mit Fleiß und Beharrlichkeit Indizien und setzen diese mit Intelligenz, Intuition und Fantasie wie Puzzleteile zusammen, bis ein logischer, stimmiger und aufschlussreicher Sinnzusammenhang entsteht. So wird der Täter entlarvt und überführt. Ganz ähnlich geht auch die Detektivische Medizin vor. Sie sucht nach der Ursache hinter der Sache (Krankheit). Ein typisches Beispiel für eine unspezifische Krankheit sind Rückenschmerzen. Darunter leiden Millionen von Menschen, und in vielen Fällen kann die Orthopädie nichts finden. Unspezifisch bedeutet, dass ein Symptom viele verschiedene Ursachen haben kann.

Rückenschmerzen können verursacht werden zum Beispiel durch schwere körperliche Arbeit, aber auch durch eine chronische Belastung der Seele. Solange man nicht herausfindet, was ihre Ursache ist, bleiben die Schmerzen da. Sobald man aber herausgefunden (Detektive sagen *ermittelt*) hat, warum sie aufgetreten sind und welche Botschaft sie übermitteln wollen, verschwinden sie rasch und friedlich von selbst.

Ein weiteres Beispiel für eine unspezifische Krankheit sind Bauchschmerzen mit oder ohne Durchfall. Wie die Detektivische Medizin einen solchen Fall lösen konnte, kann man in einem Video sehen (am Ende dieses Textes). Donata litt Jahre lang unter Bauchschmerzen. Wie bei Cordula genügten auch bei ihr zwei Gespräche (Bewusstseinsarbeit und Traumarbeit) und sämtliche Symptome verschwanden in Rekordzeit.

Rückenschmerzen und Bauchschmerzen – das sind nur zwei von hunderten von Beispielen, unter denen unzählige Menschen leiden. Was tun, wenn die Schulmedizin trotz Magen- und Darmspiegelung, Röntgen, CT, MRT, Blutanalyse usw. gar nichts Organisches finden kann? Jetzt, da die Kranken hoffnungslos und verzweifelt sind, fängt in aller Regel die Arbeit der Detektivischen Medizin an. Sie besteht ausschließlich aus Gesprächen mit dem Ziel, nicht die Krankheit, sondern den krank gewordenen Menschen zu behandeln, und zwar durch Verstehen. Wenn ein seelischer Druck im Körper Ausdruck findet, hat es keinen Sinn,

am Körper zu laborieren. Man muss die Ursache verstehen, und zwar durch einfache Fragen, zum Beispiel so:

1. Welche Belastung im Hintergrund hat diese rätselhafte Krankheit ausgelöst? Diese Frage führt zu einer Sacherkenntnis über den oft sozialen bzw. familiären Entstehungshintergrund der Krankheit (zum Beispiel Spannungen zu den Eltern oder Geschwistern, Probleme im Beruf oder in der Partnerschaft usw.).
2. Welchen Anteil hat die kranke Person selbst an der Entstehung und der Fortdauer ihrer Krankheit? Diese Frage führt zu einer Erkenntnis über das eigene Ich, also zu einer *Selbsterkenntnis*. Oft sind unbewusste Fixierungen, falsche Ideale, übertriebener Ehrgeiz und ähnliches mehr.

Erkennen der äußeren Einflüsse und Erkennen der eigenen Denk- und Handlungsmuster öffnen den Leidenden die Augen, sowohl für sich selbst als auch für die Ursache ihrer Erkrankung. Es ist diese neue Sicht auf das eigene Ich einerseits und auf die (Um-)Welt andererseits, die einen geistigen Wandel einleitet. Man wird buchstäblich ein anderer Mensch. Daher passt die Krankheit, die zu dem alten Ich gekommen war, nicht mehr zu dem geistig neu geborenen Ich. Sie verabschiedet sich manchmal auf der Stelle oder innerhalb von wenigen Tagen, egal ob sie 15, 30 oder 50 Jahre da war.

Sehr viele Fallbeispiele dafür, wie diese Methode funktioniert, findet man sowohl im Internet als auch in den veröffentlichten Büchern (Hinweise dazu am Ende dieses Textes). Der größte Heilungserfolg wurde bei einer 67-jährigen Patientin erzielt, die 60 Jahre lang an Angst- und Panikattacken litt. Ihr Therapeut (Prof. Dr. Reinhard Pietrowski, Universität Düsseldorf) empfahl ihr, sich von der Detektivischen Medizin behandeln zu lassen. Und sie wurde durch drei Gespräche innerhalb von sechs Tagen vollständig symptomfrei.

Soweit zur Einführung in die Detektivischen Medizin. Sie konzentriert sich auf das Verstehen und Erkennen. Erkennen ist eigentlich ein geistiges Thema und hat in der Philosophie eine zentrale Position. Man fragt sich nun, wieso sie bei der Heilung von unspezifischen Krankheiten so wunderbar helfen kann. Dafür

gibt es eine interessante Erklärung. Das französische Wort für Erkenntnis lautet *connaissance*. Es setzt sich aus zwei Wörtern zusammen: *con* bedeutet »mit« und *naissance* »Geburt«. Die Weisheit der Sprache deutet offenbar an:

*Wer etwas Neues erkennt, wird ein anderer Mensch, weil er mit dem Akt des Erkennens gleichsam selbst geistig mit und neu geboren wird.*

Das ist der geistige Weg aus Krankheiten. Heilung kommt hier nicht aus der Apotheke, sondern durch das Verstehen der eigenen Träume. In ihnen spricht die Seele und sagt den Betroffenen, was sie tun sollen, um die Symptome loszuwerden und glücklich zu leben. Natürlich ist das ein anderer Weg als die bekannte Behandlung in der Schulmedizin, die eine körpergebundene Wissenschaft ist. Zum Leidwesen der dort tätigen hat sich die Medizin leider zu einem Geschäft entwickelt, in dem es um Gewinnoptimierung geht. Der Klinikleiter ist oft ein Ökonom, der die Interessen der Aktionäre vertritt. Er sorgt dafür, dass der Aktienkurs steigt. So ein Geschäft lebt und blüht mit der zunehmenden Anzahl von Kranken. An gesunden Menschen lässt sich ja nichts verdienen. Das führt oft in Versuchung. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) veröffentlichte am 14.09.2019 die Warnung, dass die ökonomische Kultur in den Kliniken die Ärztefehler befördert. Die Headline lautet:

*Jede Minute fünf Tote durch falsche medizinische Behandlung. Das macht im Jahr 2,6 Millionen Tote.*

Diese Headline ist im Internet leicht zu finden.

Um zu verstehen, warum ein Mensch eine nicht diagnostizierbare Krankheit bekommen hat, setzt die Methode des Verstehens einfache Fragen ein:

- Bei Kopfschmerzen: Wer oder was macht Ihnen privat oder beruflich Kopfzerbrechen?
- Bei Nackenverspannungen: Was sitzt Ihnen eigentlich im Nacken?
- Bei Rückenschmerzen: Welche seelische Last tragen Sie eigentlich auf Ihren Schultern?

- Bei Bauchschmerzen: Welches Ereignis macht Ihnen solche Bauchschmerzen, dass der Darm es am liebsten unverdaut hinausbefördert?
- Bei Zähneknirschen in der Nacht: Was versuchen Sie Nacht für Nacht verbissen zu tun, dass der Kauapparat nicht zur Ruhe kommt?

Wer so fragt, will die Krankheit nicht töten, sondern den Menschen verstehen. Die Zentralerkenntnis der Detektivischen Medizin lautet: *Symptome verschwinden friedlich und in Rekordzeit von selbst, sobald ihre Botschaft verstanden worden ist.* Das kostet Zeit, und das ist in der Schulmedizin und Psychotherapie Mangelware. Die Grundüberzeugung der Detektivischen Medizin lautet:

*Wer heilen will, muss weilen  
und darf nicht eilen.*

Trotz dieser fundamentalen Unterschiede versteht sich die Detektivische Medizin nicht als Alternative zur Schulmedizin und Psychotherapie, sondern als eine sinnvolle Ergänzung zu ihnen, also als eine Option, die in Erwägung gezogen werden sollte, wenn und nachdem den Kranken nirgendwo geholfen werden konnte. Nun zwei authentische Fälle, die konkret zeigen, wie die Methode funktioniert. Im ersten Fall knirscht eine junge Frau in der Nacht sehr stark und krankhaft mit der Zähnen. Im zweiten Fall leidet ein Mann an Nikotinsucht. Sehr viele Versuche hat er unternommen, um diese Sucht aus seinem Leben zu verbannen, alles vergeblich. Durch zwei Gespräche gelang es der Detektivischen Medizin. Er hat die beiden Videos seiner Beratungsgespräche zur Publikation freigegeben.

# Fallbeispiel Maria

## 10 Jahre Zähneknirschen

Maria (Name geändert, 33 Jahre, verlobt) knirscht seit zehn Jahren jede Nacht so stark mit den Zähnen, dass neben ihr niemand schlafen kann. Ihr Zahnarzt verschreibt ihr immer wieder eine neue Schiene, die sie nachts tragen muss. Und er ist besorgt, dass dieser Zustand auf lange Sicht dazu führen könnte, dass ihr irgendwann sämtliche Zähne gezogen werden müssten.

Dies war der Stand der Dinge Mitte Dezember 2019. Zwei Monate zuvor war Marias Mutter bei mir in Behandlung. Sie fragte mich, ob ich auch ihre Tochter behandeln würde. Ich bat wie üblich um die Zusendung einer schriftlichen Schilderung der Krankheit und bekam sie relativ schnell. Im Folgenden dokumentiere ich diese in der von mir redigierten und gekürzten Fassung, was immer zur Vorarbeit gehört.

### **1. Vorarbeit**

Sehr geehrter Herr Prof. Amini,

Wie gewünscht, sende ich Ihnen hier die Schilderung meiner langen Leidensgeschichte. Ich habe sie in einen sachlichen und einen persönlichen Teil gegliedert. Entschuldigen Sie, dass der Text so lang geworden ist.

Von Natur bin ich ein sehr verantwortungsbewusster Mensch. Schon in meiner Kindheit war ich ein Perfektionist. Wenn mir etwas nicht gut genug gelang, bekam ich einen rasenden Wutanfall, was meine Mutter zur Verzweiflung brachte. Während der Schulzeit und des Studiums erzielte ich immer Bestnoten. In allen Klassen war ich die Nr. 1, weil ich unermüdlich lernte und mir nie Pausen gönnte. Wenn die Schulkameraden feierten, war ich sehr selten dabei.

Erfolg gehört zu meiner Natur. Das Abitur bestand ich mit einer glatten 1,0. Das Bachelorstudium schloss ich mit der Bestnote ab und das Masterstudium absolvierte ich in London mit Auszeichnung (Distinction).

Seit zehn Jahren nun leide ich unter Bruxismus. Ich habe viele Zahnärzte aufgesucht, aber eigentlich konnte mir bisher keiner von ihnen helfen. Obwohl ich seit Jahren jede Nacht eine Schiene trage, habe ich große Sorge, dass mir eines Tages alle Zähne gezogen werden müssen. Das bereitet mir großen Kummer. Meine Mutter ist der festen Überzeugung, dass Sie mir helfen werden. Und nach dem phänomenalen Ergebnis, das Sie bei ihr erzielt haben, bin auch ich voller Hoffnung. Darf ich Sie um einen Termin bitten?

Mit freundlichen Grüßen, Maria.

In der Originalfassung war dieser Brief sieben Seiten lang. Die redaktionelle Arbeit nahm einige Stunden in Anspruch. Das war gut investierte Zeit, denn das Straffen des Inhalts gab mir ein gutes Gefühl für Marias Kernproblem. Das war der erste Schritt.

Der zweite Schritt bestand darin, dass ich im Bekanntenkreis zwei Zahnärzte konsultiert habe. Sie bestätigten, dass sie das Problem kennen, aber außer Schadensbegrenzung durch Schutzschienen keine andere Therapie anwenden würden.

Im dritten Schritt habe ich in einer Internet-Recherche mehr Informationen gefunden. Darunter das wertvolle Buch des Zahnarztes Norbert *Guggenbichler*.

*Guggenbichler, Norbert: Menschen im Stress. Zur Psychosomatik des Zähneknirschens. Bad Homburg 2012.*

Zähneknirschen in der Nacht (Fachausdruck: Bruxismus) ist eine unspezifische Krankheit, unter der viele Menschen leiden. Eine verlässliche Statistik gibt es wohl nicht, aber die Schätzungen gehen davon aus, dass jeder Zweite mindestens einmal im Leben von Bruxismus betroffen ist. Das beginnt schon bei Babys im Alter von etwa zehn Monaten. Im Alter von etwa 12 Jahren zeigt die Hälfte der Jugendlichen Veränderungen im Mundraum, die auf Bruxismus schließen lassen. Doch am stärksten betroffen



sind Menschen im Alter zwischen 30 und 45 Jahren, besonders Frauen.

Beschrieben wird der Bruxismus als ein unkontrolliertes Aufeinanderpressen der Zähne in der Nacht. Die Folgen im Ernstfall sind: Überlastung des Zahnhalteapparates und Schmerzen im Kieferbereich. Das nennt die Zahnmedizin Craniomandibuläre Dysfunktion (CMD). Typische Bruxismus-Symptome sind:

- Schmerzen im Gesicht, Kopf, Rücken und beim Öffnen des Kiefers
- Kieferknacken
- Nackenverspannungen
- Tinnitus (Ohrgeräusche)
- Schwindelgefühle
- Übelkeit
- Sehstörungen

Die Entstehungsursachen des Bruxismus sind unbekannt. Allgemein nimmt man an, dass *Stress*, also latente psychische Spannungen sich auf diese Weise im Schlaf entladen. Das Problem ist aber, dass der Zahnarzt kein Psychologe oder gar Psychotherapeut ist. Norbert *Guggenbichler* ist eine seltene Ausnahme. Er behandelt seine Patienten systemisch. In seinem oben genannten Buch, das durch Bildung und Weitsicht glänzt, sucht er nach den Entstehungsursachen von Bruxismus. Er stellt fest, dass soziokulturelle (oft ökonomisch bedingte) Gründe den modernen Menschen in den kapitalistischen Gesellschaften dermaßen unter Stress setzen, dass er die Spannungen und Belastungen in der Nacht durch Zähneknirschen auszugleichen bzw. zu verarbeiten versucht.

»Wer nicht weglaufen kann, knirscht mit den Zähnen, dies ist ein unwillkürlicher Reflex, bei dem über die Bewegung Spannungen abgebaut werden.« (Guggenbichler, S. 16)

Guggenbichler hat vollkommen recht, wenn er die Situation zwischen dem Zahnarzt und dem Patienten krass mit den Worten beschreibt:

»Patient beim Zahnarzt: Hilfloser Hilfesuchender trifft hilflosen Helfer« (S. 24)

Was Bruxismus-Patienten eigentlich, ursächlich und wirklich brauchen, ist ein konkreter Weg zur Stressbewältigung. Was ihm aber der Zahnarzt vor dem Hintergrund seiner Ausbildung bieten kann, ist eine Aufbiss- bzw. Zahnschiene. Das ist keine ursächliche Therapie, sondern lediglich eine oberflächliche Hilfe. Prof. Guggenbichler bringt es auf den Punkt, wenn er die Situation beschreibt als

»das Elend einer Medizin, die zwar viel weiß und kann, jedoch nicht fähig ist, das Wissen umzusetzen und erst aktiv wird, wenn schon schwere Erkrankungen vorliegen.« (S. 29)

Was Sinn macht und nötig wäre, ist die Erkenntnis der Ursachen und nicht die Behandlung von Symptomen. Ein solches Vorgehen nennt Guggenbichler »Tiefenmedizin« (S. 30). Das deckt sich mit dem ganzheitlichen Ansatz der Detektivischen Medizin, in der Körper, Seele und Geist eine Einheit bilden. Exemplarisch dafür zitiert Guggenbichler den schönen und weisen Satz aus dem Buch: Die innere Medizin des Chinesen Huang Ti Nei King (2600 v. Chr.):

»Überragende Ärzte verhindern Krankheit, mittelmäßige heilen noch nicht ausgebrochene Krankheiten, unbedeutende Ärzte behandeln bereits bestehende Krankheiten.« (zitiert in dem Buch von Guggenbichler, S. 29). In meinen Augen verdient die Weitsicht von Norbert Guggenbichler hohen Respekt, doch ich fürchte, dass solche Gedanken in der Schulmedizin eine Ausnahme bleiben.

Nun zurück zum Fall Maria. Nach der Vorarbeit, die immer und in jedem Krankheitsfall ein zeitaufwendiger, aber unverzichtbarer Schritt in Richtung Verstehen darstellt, beginnt das erste Gespräch und damit die Suche nach der Entstehungsursache des unspezifischen Symptoms.

## **2. Methode: Bewusstseinsarbeit**

Am 26. Dezember 2019 führte ich das erste Beratungsgespräch mit Maria durch. Es dauerte 94 Minuten. Davon wurden 60 Minuten für die gemeinsame Auswertung meiner Textredaktion aufgewendet. Die restlichen 34 Minuten haben wir das Kernpro-

blem gesucht und auch gefunden. Dieser Teil wurde als Video aufgezeichnet.

Gleich zu Beginn unseres Gespräches konfrontierte ich Maria mit dem Wort »verantwortungsbewusst«, mit dem sie ihr eigenes Wesen und Wirken charakterisiert hatte. Ihre glänzenden Leistungen in der Schule und auf der Universität hatte Maria als Ertrag ihrer verantwortungsbewussten Natur dargestellt. Doch mir schien das Wort unpassend, ja irreführend. Daher wollte ich, dass Maria sich selbst präziser beschreibt und dadurch besser versteht. Ich zielte auf eine neue Sicht sowohl der Krankheit als auch des eigenen Selbst.

Bijan Amini: Sie haben alle Ihre Ziele im Leben durchgehend und herausragend erreicht. Das zeugt von enormem Ehrgeiz, aber nicht von Verantwortung. Für wen tragen Sie denn welche Verantwortung, wenn Sie so konsequent und ehrgeizig lernen?

Maria: Für meinen Erfolg. Ich handle verantwortungsbewusst, um meine Ziele zu erreichen.

Bijan Amini: Aber wenn Sie dadurch sich selbst isolieren, sich keine Pause gönnen und ständig unter Dampf stehen, könnte Ihre Gesundheit Schaden nehmen. Wäre das in Ihren Augen dann immer noch ein verantwortungsbewusstes Verhalten?

Maria (*Unsicher und zögernd ...*): So habe ich es noch nie gesehen. Ich weiß nur, dass ich mich gut fühle, wenn ich Erfolg habe. Misserfolg und Scheitern würden mich krank machen.

Bijan Amini: Und die Angst davor erst recht! Sie schreiben, dass Sie als Kind mit Ihrem Perfektionismus Ihre Mutter zur Verzweiflung gebracht haben. Der übertriebene Ehrgeiz schadet also nicht nur Ihnen, sondern auch denen, die Sie lieben.

Maria: Leistung ist doch etwas Gutes und Positives.

Bijan Amini: Da haben Sie recht. Aber es ist ein Unterschied, ob man seine Ziele erreicht oder ob man übers Ziel hinaus schießt. Wie weit hinaus? Da gibt es für Sie offenbar keine Grenze, und das nenne ich *gnadenlos*.

Maria: Das klingt so hart. Ich bin doch kein brutaler Mensch.

Bijan Amini: Gegen andere sicher nicht, aber zu sich selbst schon. Sie nehmen keine Rücksicht auf sich selbst. Sie gehen nicht mit den Schulfreundinnen ins Kino oder auf eine Party, sondern sitzen zu

Hause und lernen. Sie erzwingen Bestnoten. Dieses übertriebene Bestreben hat in meinen Augen nichts mit Verantwortung zu tun.

Maria: Womit denn?

Bijan Amini: Vielleicht mit einem unbewussten Zwang. Vielleicht aber auch mit der Angst vor Versagen und Scheitern. Was immer hinter Ihrem auffälligen Bestreben stecken mag, das könnte die Ursache dafür sein, dass Sie Nacht für Nacht die Zähne zusammenbeißen, um nicht nur gut oder sehr gut zu sein, sondern einsame Spitze zu werden. Was genau steckt hinter dieser Verbissenheit?

Maria: Jetzt verstehe ich Sie. Ja, da ist was dran. Ich nehme keine Rücksicht auf mich selbst, wenn es um wichtige Ziele geht.

Bijan Amini: Und das deckt sich nicht mit dem Begriff Verantwortung. Ich habe nicht den Eindruck, dass Sie aus purer Freude am Lernen Prioritäten setzen und dabei auf manches verzichten. Mir scheint, Sie haben gar keine Wahl, anders zu handeln. Es ist wie ein Zwang. Sie gehen mit dem Kopf durch die Wand, fragen sich aber nicht, was Sie in der Nachbarzelle tun wollen. Wenn meine Beschreibung zutrifft, könnten wir die Ursache für das Auftreten des Bruxismus ermitteln.

Maria (*Nachdenklich* ...): Je mehr ich nachdenke, um so klarer wird mir Ihr Anstoß. Es ist hart, was Sie sagen, aber falsch ist es nicht. Das spüre ich sowohl intuitiv als auch an meinen inneren Widerständen.

Bijan Amini: Vielleicht wäre es hilfreich, wenn Sie den Gedanken zulassen, dass der Bruxismus gekommen ist, um Ihnen als Verbündeter eine fürsorgliche und gesundheitsförderliche Botschaft zu geben. Was in der Nacht mit Ihnen geschieht, ist die seelische Reaktion auf das, was Sie am Tag tun oder verdrängen. Der Geist setzt sich ein hohes Ziel und will es kompromisslos und perfekt erreichen. Das erzeugt einen Druck, der die Versagensängste in Schach halten soll. Und das gelingt auch. Doch unter dem chronischen Druck leidet Ihre Seele, und der Körper bringt die Situation durch ein sprechendes Symptom zum Ausdruck. Die Botschaft lautet: *Maria, beiß die Zähne zusammen, sonst droht Scheitern!*

Maria: Das klingt logisch, aber ist es nicht am Ende nur eine Fantasie?

Bijan Amini: Möglich. Wollen wir es ehrlich prüfen? Bitte nennen Sie mir *ein* Ziel, das Sie trotz aller Bemühungen bisher noch nicht erreicht haben, ein Ziel, das Sie dazu zwingt, sogar nachts verbissen daran zu arbeiten. Welches Ziel ist es?

Maria (*Lacht ...*): Da fällt mir nichts ein.

Bijan Amini: Es muss aber eins geben, ein besonderes und wichtiges, das alle anderen überschattet. Hand aufs Herz: Welchem Erfolg jagen Sie denn seit zehn Jahren so gnadenlos nach?

Maria (*Bekommt feuchte Augen ...*): Ich will (*schweigt ...*). Mein Vater soll. Ich schäme mich (*... bekommt kein Wort mehr heraus*).

Das war ein heftiger und unkontrollierter Gefühlsausbruch. Die sonst wortgewandte Maria fiel in sich zusammen und konnte nicht mehr sprechen. Schluchzend vergoss sie Tränen, und ich ahnte, dass dies die Geburtswehen einer neuen Selbsterkenntnis sein könnte. Ein hochsensibler Moment, in dem Schweigen Gold wert ist. Ich ließ Maria weinen und schwieg minutenlang. Was dann geschah, war eines der schönsten Erlebnisse in meiner langjährigen Beratungsarbeit. Hier eine Zusammenfassung:

#### Erkenntnis Nr. 1

Maria kann das Schamgefühl nicht abstellen, dass ihr Vater ein Taxifahrer ist und kein Akademiker. Seit Jahren bemüht sie sich darum, ihn zum sozialen Aufstieg zu motivieren. Von einem einfachen Taxifahrer soll er zum Manager eines Taxiunternehmens aufsteigen. Das ist Marias Wunsch, das einzige noch offene Ziel in ihrem bisherigen Leben. Die Tochter fühlt sich verantwortlich für den sozial niedrigen Status ihres Vaters. Normalerweise tragen die Eltern Verantwortung für die Zukunft ihrer Kinder. Bei Maria ist es umgekehrt – verkehrte Welt! Die Tochter quält sich damit, wie sie Ihren Vater voran- und hinauftreiben könnte. Das ist schon ein Ziel, das sie mit besonderer Verbissenheit verfolgen muss, weil es in diesem Fall nicht um den eigenen Willen geht, sondern um den Willen des Vaters. Doch Papa will davon nichts wissen. Alle bisherigen Bemühungen, ihn zu überzeugen, sind gescheitert. Er sagt, dies sei nicht sein Weg und komme für ihn nicht in Frage.

#### Erkenntnis Nr. 2

Papas Überzeugung lautet: Jeder soll nach seiner Art glücklich werden. Er selbst hat sein Glück im Taxifahren gefunden. Für ihn gibt es keinen schöneren Beruf. Und er hat ein gutes Argument dafür. Er will nicht den ganzen Tag im Büro sitzen und

Termine organisieren, das wäre sein Tod. Was er will, ist, sich den ganzen Tag mit Menschen zu unterhalten. Und das gelingt ihm beim Taxifahren hervorragend. Sein Beruf ist in seinen Augen keine Arbeit, sondern reine Freude. Er freut sich darüber, dass aus seiner Tochter eine Akademikerin geworden ist. Er ist sogar stolz auf sie, aber sein Weg ist das nicht.

### Erkenntnis Nr. 3: Selbsterkenntnis

Ein solches Konzept von entspanntem Leben und freudiger Berufstätigkeit ist Maria gänzlich fremd. Erfolg bedeutet für sie strenger Verzicht und verbissener Ehrgeiz. Hier prallen zwei inkompatible Lebenskonzepte aufeinander. Diese Analyse führte Maria zu der Erkenntnis, dass ihr Lebenskonzept weder das einzig wahre noch das einzig gute ist. Und sie erkannte, dass sie seit zehn Jahren versucht, Ihrem Vater das eigene Lebenskonzept aufzudrängen, und zwar aus Liebe. Sie will ihren Vater glücklich machen.

Dass es möglich ist, glücklich und zufrieden zu sein, ohne Tag und Nacht unter Dampf zu stehen, wurde Maria erst durch unser Gespräch bewusst. Für sie war das eine neue Selbsterkenntnis. Von diesem Standpunkt aus gesehen, wäre es verantwortungslos, dem Vater das eigene Lebenskonzept zu verordnen. Das wäre auch keine Liebe, sondern eine Zwangsbeglückung. Nun war Maria reif für das Hören der Botschaft von Bruxismus.

Bijan Amini: Das Symptom sagt es Ihnen Nacht für Nacht seit zehn Jahren. Aber Sie verstehen seine Botschaft nicht. Statt mit Verbissenheit Ihren Vater glücklich zu machen, sollten Sie eine Scheibe von seinem Glückskonzept abschneiden und in Ihr eigenes integrieren. Die unbewusste Glorifizierung des eigenen Lebenskonzepts führt am Ende nicht zum sozialen Aufstieg Ihres Vaters, sondern zu Ihrer Zahnlosigkeit.

Maria (*Erleichtert ...*): Sie haben recht. Ich sehe es ein. Ich lebe ständig am Limit. Das ist sehr anstrengend, aber wenn ich dann Erfolg habe, fühle ich mich richtig gut. Das ist bei meinem Vater anders. Er ist immer entspannt. Ich habe ihn noch nie unter Zeitdruck erlebt. Das habe ich immer wahrgenommen, aber darüber nie so reflektiert wie jetzt.

Bijan Amini: Und welchen Preis zahlt Ihre Seele für dieses Wohlge-

fühl? In der Schulzeit waren Sie einsam, Ihre Jugend auf der Hochschule verlief ähnlich. Ihr Lebenskonzept gewährt keinen Millimeter Raum für Muße, Entspannung, Geselligkeit und Genuss. Nehmen Sie Ihren Vater zum Vorbild. Sein Beruf ist für ihn Freude, Entspannung und ein geselliger Genuss. Alles, worauf Sie verzichten, hat er in seine tägliche Arbeit integriert. Sie hingegen haben das Genießen verlernt und peitschen sich selbst von einem einsamen Gipfel zum nächsten. Da hilft bisweilen ein weiser Spruch.

*Wer nicht genießt, wird ungenießbar.*

Für Maria waren diese Erkenntnisse über ihren Vater und über sich selbst der Beginn einer geistigen Neugeburt. Die bisherigen Ideale entpuppten sich als einseitig und ungesund. Ab sofort sollte sie nicht mehr für Zeugnisse lernen, sondern fürs Leben. Entfaltung statt vermeintlicher Verantwortung, entspanntes Glück statt verbissener Zwangsbeglückung.

Würde die Bewusstseinsarbeit bei Maria eine nachhaltige Veränderung, vielleicht sogar Wandlung auslösen? Oder würde Maria nach kurzer Zeit rückfällig werden und in ihr altes Muster zurückfallen? Ich empfahl die Induktion eines Traumes. Denn die Stimme, die von der eigenen Seele kommt, ist ungleich überzeugender und nachhaltiger als die Worte eines Beraters. Würde der Traum die Ergebnisse und Erkenntnisse aus der Bewusstseinsarbeit bestätigen oder verwerfen? Das war nun die spannende Frage. Wir erarbeiteten gemeinsam folgende Formulierung und bateten die Traumwelt um Klärung und Hilfe:

*Ich bitte um einen Traum, der mir zeigt, wie ich so entspannt, zufrieden und glücklich werden kann wie mein Papa. Und ich möchte mich nach dem Aufwachen an alles erinnern, was ich geträumt habe.*

### **3. Methode Traumarbeit**

Der Traum kam gleich in der ersten Nacht, und das zweite Beratungsgespräch führten wir am nächsten Tag (27. Dezember 2019) durch. Es dauerte 35 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet. Hier zunächst der Inhalt:

### *Erste Sequenz*

Ich war in einem Klassenzimmer meiner Schule. Es gab weder Stühle noch Tische noch Unterricht. Wir standen locker und gemütlich in kleinen Gruppen zusammen. Ich fühlte mich wohl. Alle hatten helle Kleidung an, und auch der Raum war weiß gestrichen. Ich hatte Lebkuchen mitgebracht und wollte ihn mit einer Schulkameradin teilen, worüber sie sich sehr freute. Alles war recht nett und schön entspannt.

### *Zweite Sequenz*

Meine Schulkameraden und ich befanden uns in einem riesigen Einkaufszentrum. Ich war sexy angezogen (goldglitzerndes Top, bauchfrei, kurzer Rock) und hatte mein altes Fahrrad dabei. Seltsamerweise schob ich es nicht, sondern trug es auf dem Arm. Die ganze Klasse war auf dem Weg zum Sportunterricht. Wir mussten viele Stufen auf und ab steigen, und ich trug die ganze Zeit mein geliebtes altes Fahrrad auf dem Arm. Dabei fühlte ich mich stark, schön und anziehend. Die blöden Kommentare der Jungs brachten mich nicht aus der Ruhe. Irgendwann gingen wir in einen Laden, in dem einige Klassenkameraden etwas kaufen wollten. Ich stand plötzlich vor einem Spiegel und betrachtete mich selbst: Das Fahrrad auf dem Arm und die Jacke komisch vor dem Bauchnabel gebunden. Dann stand ich eine ganze Weile vor einem Regal und schaute Bücher an. Als ich mich irgendwann umdrehte, waren alle Schulkameraden verschwunden. Leicht panisch ging ich aus dem Laden – das Fahrrad noch immer auf dem Arm tragend. Ich dachte, dass ich die anderen draußen vor dem Laden finden würde. Aber draußen war niemand. Ich ging mit dem Fahrrad auf dem Arm unzählige Male die Treppen auf und ab. Schließlich wachte ich auf. Diese Sequenz war recht bedrückend.

## **Traumdeutung**

Der Traum verweist auf zwei Themen, in denen der Schlüssel zur Lösung von Marias Problem zu suchen ist, nämlich die Schulkameraden und das alte Fahrrad.



### *Schulkameraden*

In der ersten Sequenz zeigt der Traum, wie entspannt, gesellig und genießerisch die Schule sein kann. Keine Tische, keine Stühle und kein Unterricht. Alles ist in weißer Farbe, nichts in grauenhaftem Stresston. Die Schülerinnen und Schüler sitzen nicht diszipliniert da und schauen auf den Lehrer, sie stehen vielmehr locker und entspannt in Gruppen beisammen und unterhalten sich. Maria teilt den mitgebrachten Lebkuchen mit einer Freundin. Und sie fühlt sich erstaunlicherweise gut. Schauen wir genauer hin, welche Botschaft hier kunstvoll, indirekt und diskret übermittelt wird.

- *Lebkuchen*: Was für eine feine und zugleich gewaltige Symbolik! Da versteckt sich die Idee eines genießerisch zu gestaltenden *Lebens*. Die Botschaft lautet:

*Maria, gestalte dein Leben so süß wie einen Kuchen und genieße es in Gesellschaft deiner Kameraden!*

*Schule*: Was für ein schöner Ort des geselligen und genussreichen Beisammenseins! Der Traum gibt die Botschaft zu verstehen:

*Maria, entwickle einen lockeren, entspannten und genießerischen Rahmen zum Lernen!*

Die erste Sequenz zeigt Maria eine völlig andere Sicht von Schule. Sie empfiehlt Maria einen Paradigmenwechsel in Bezug auf Lernen. Hier gibt es keinen Lernzwang unter dem Etikett der Verantwortung. Hier gibt es kein Streben danach, einsame Spitze zu werden, sondern gemeinsam, gesellig und genussfähig zu lernen und zu leben.

### *Das alte Fahrrad*

Zu ihrem 18. Geburtstag hatte Maria von ihrem Vater ein gebrauchtes Fahrrad geschenkt bekommen. Für ein neues hatte Papa nicht genug Geld. Maria liebt dieses Fahrrad und hat es nach 15 Jahren immer noch. Und was macht sie damit im Traum? Sie trägt es die ganze Zeit auf dem Arm. In dieser Haltung geht sie unzählige Male die Treppen auf und ab. Verkehrte Welt! Nicht das Fahrrad trägt Maria von A nach B, sondern umgekehrt. Aber wofür oder für wen steht denn eigentlich das Fahrrad?

Die Antwort ist ganz klar. Es steht stellvertretend für den Vater. Beide Wörter beginnen phonetisch mit dem identischen Laut FA. Die Verwandtschaft ist nicht zu übersehen. Nicht das Fahrrad, sondern den Papa trägt Maria die ganze Zeit auf dem Arm, als wäre der alte Mann ein Baby. Maria selbst fällt ihre Ersatzhandlung nicht auf, obwohl sich die Jungs mit ihren blöden Kommentaren darüber lustig machen. Sie behält einfach ihre vermeintlich fürsorgliche Mutterrolle bei, obwohl sie ihre Selbstisolierung von der Gruppe bedrückend findet.

Die zweite Sequenz zeigt Maria alles, was sie falsch macht. Sie verliert den Anschluss an die Gruppe, sie trägt ihr Fahrrad ständig auf dem Arm und sie verliert Zeit vor dem Spiegel und vor einem Bücherregal, obwohl sie sich in einem Kaufhaus befindet. Der Traum gibt die Botschaft:

*Maria, dein Ehrgeiz zeigt pathologische Züge. Im Kaufhaus studierst du Bücher, vor dem Spiegel betreibst du Nabelschau. Das Fahrrad benutzt du nicht und machst dich dadurch lächerlich, weil du eigentlich deinen Vater wie ein Baby auf dem Arm trägst. Alles ist verkehrt, und du lebst nach einem falschen Konzept.*

Als Maria diese Deutung aus meinem Munde hörte, bekam sie einen unkontrollierbaren Lachanfall und konnte nicht mehr aufhören. Sie lachte, bis ihr die Tränen kamen, und am Ende weinte sie lachend.

Das war wieder eine auffällig emotionale Reaktion, die auf eine neue Selbsterkenntnis schließen ließ. Sie lachte über sich selbst, über ihr verbissen verfolgtes Ziel, aus Papa einen Taxiunternehmer zu machen. Und es dauerte Minuten, bis sie sich beruhigt hatte. Dann aber saß sie entspannt und nachdenklich da.

Bijan Amini: Lernen Sie, die soziale Intelligenz Ihres Vaters wertzuschätzen. Ehren Sie ihn für seine Bescheidenheit und Weisheit. Würdigen Sie die Themen, über die er sich mit seinen Fahrgästen unterhält. Bewundern Sie seine gesellige Art und seine freundliche Natur. Wer kann wie Ihr Vater von sich behaupten, dass er sein Geld nicht im Schweiß seines Angesichts verdient, sondern im geselligen Beisammensein? Übernehmen Sie eine Scheibe von seinem Glückskonzept. Wenn Sie Ihre Sicht ändern, werden Sie in ihrem Vater nicht mehr nur einen Taxifahrer sehen, sondern einen

weisen, geselligen und bescheidenen Menschen. Dann können Sie stolz sein auf ihn, statt sich seiner zu schämen. Dann können Sie ihn auf einem höherem Niveau wertschätzen und lieben.

*Jemanden lieben heißt, zu sehen, wie Gott ihn gemeint hat.*

#### **4. Methode: Begleitung**

Der letzte Schritt der Behandlung in der Detektivischen Medizin besteht darin, mindestens vier Tage lang die Patient:innen zu begleiten. Der Kontakt ist dabei recht intensiv. Mehrmals am Tag wird korrespondiert.

Erste Rückmeldung (am 30. Dezember 2019)

Am 30. Dezember 2019 Maria meldete sich Maria zum ersten Mal nach der Traumarbeit und schrieb mir folgende E-Mail:

Lieber Herr Prof. Amini,

ich möchte Ihnen von ganzem Herzen für Ihre Hilfe danken. Sie haben bei unseren zwei Gesprächen einen Raum geschaffen, in dem ich mich Ihnen gegenüber vertrauensvoll öffnen und dadurch mich selbst verstehen konnte.

Was soll ich Ihnen sagen? Ich kann es ja selbst noch gar nicht richtig glauben! Es ist wie ein Wunder. In der Nacht vom 27. auf den 28. Dezember schlief meine Mutter neben mir. Am nächsten Morgen sagte sie, ich hätte nur einmal wie zum Abschied zart mit den Zähnen geknirscht. Dann wäre die ganze Nacht Ruhe gewesen. Meine Freude ist unbeschreiblich!

Gestern Abend bin ich mit meinem Verlobten, meiner Mutter und einem Freund der Familie in Österreich angekommen, wo wir jetzt zwei Wochen Urlaub machen. In der letzten Nacht bin ich mehrmals aufgewacht und zwar mit halb offenem Mund und völlig entspanntem Kiefer. Auch heute morgen bin ich aufgewacht ohne die üblichen Anspannungen im Kiefer. Meine Zähne haben sich nicht einmal berührt. Mein Kopf kann es noch gar nicht fassen. Allein die Erfahrung, wie es sich anfühlt, mit entspanntem Kiefer aufzuwachen, ist ein wunderbares Erlebnis. Und noch wunderbarer ist, dass mein Verlobter endlich bei mir schläft. Das

war bisher unmöglich, weil mein Zähneknirschen in der Nacht immer zu viel Lärm verursacht hat, sodass er nicht schlafen konnte.

In Dankbarkeit und mit herzlichen Grüßen,  
Maria

Zweite Rückmeldung (am 25. Juli 2020)

In der zweiten Julihälfte hat Maria Geburtstag. Ich schrieb ihr eine Glückwunschkarte und fragte, wie es ihr geht. Sie rief mich an und erzählte ausführlich, wie gut es ihr seit der Traumarbeit geht. Der Bruxismus sei definitiv verschwunden.

Dritte Rückmeldung (am 4. Januar 2023)

Drei Jahre später bekam ich ein entzückendes Video von Maria und ihrem drei Monate alten Baby. Sie schrieb, dass sie gesund und glücklich sei.

## **5. Fazit**

Zehn Jahre Leiden unter Bruxismus verschwand in drei Tagen.  
Aufwand: zwei Gespräche von insgesamt 69 Minuten.

Viele weitere Fallbeispiele und Videos findet man sowohl in den Büchern (Empfehlungen in dieser Website unter: »Kompetenz«) als auch in den folgenden zwei Websites jeweils unter den Punkten: »Symptome« und »Videos«.

[krisenpädagogik.de](http://krisenpädagogik.de) und [DetektivischeMedizin.de](http://DetektivischeMedizin.de)

Es folgt nun der zweite Fall: Nikotinsucht.

# Abschied von der Sucht

## Fallbeispiel: Nikotinsucht

Axel (54 Jahre, Maler, verheiratet, zwei erwachsene Kinder) raucht seit seinem 16. Lebensjahr, also seit 38 Jahren). Er macht gerne Sport und bewegt sich auch oft in der frischen Luft. Er spielt leidenschaftlich Musik in einer kleinen Band, die aus drei Personen besteht. Früher hatte er eine schöne Stimme und sang gerne. Das Rauchen jedoch hat seine Stimme verdorben, so dass er jetzt nur noch Schlagzeug spielt. Die kleine Band ist überaus erfolgreich, bekommt viel Zustimmung und erntet Beifall, wo immer sie spielt. Dieses Hobby macht Axel große Freude. In seiner Familie ist er übrigens der Einzige, der raucht. Das beeinträchtigt das Zusammenleben, aber die Familie hat sich mit der Zeit darauf eingestellt und erträgt den Geruch. Nun ist es für ihn Zeit, mit dem Rauchen aufzuhören. Mehrere Versuche hat er vergebens unternommen. Rauchen ist für ihn kein Genuss mehr, sondern eine lästige Sucht, die er unbedingt loswerden möchte. In dieser Situation wendet er sich an mich und fragt, ob die krisenpädagogische Methode ihm helfen könnte.

Am Samstag, den 12. Januar 2019 kam die erste (rationale) Methode zum Einsatz. Das Gespräch dauerte laut Videoaufzeichnung 49 Minuten. Hier die Ergebnisse:

### **1. Methode: Bewusstseinsarbeit**

- Zwei Erlebnisse aus der Jugendzeit haben Axel tief geprägt. Das erste ereignete sich, als Axel etwa 12/13 Jahre alt war. Er hatte es völlig vergessen, konnte sich aber durch die Bewusstseinsarbeit wieder gut daran erinnern. Er musste einmal eine unmodische Hose anziehen, weil seine Jeans gerade in der Wäsche waren. Als er in der Schule ankam, wurde er wegen seiner Hose heftig ausgelacht. Das verursachte in seiner Seele ein tiefes Schamgefühl, vielleicht sogar eine Verletzung. Seitdem schlummert in ihm die Angst, ausgelacht zu werden.

- An das zweite Erlebnis erinnerte er sich gut und fing sogar damit an, dass er sagte, er hätte sich mit 16 Jahren einer Gruppe von fünf Gleichaltrigen angeschlossen. Die Jungs und Mädchen hatten großen Spaß daran, geklaute Zigaretten zu rauchen. Axel blieb nichts anderes übrig, als sich anzupassen. Sein erster Rauchversuch war ungeschickt und peinlich. Er pustete den Rauch aus dem Mund und ertete gleich Gelächter. Der Gruppenführer zeigte ihm, wie man fachmännisch den Rauch tief in die Lunge zieht. Axel versuchte es, und ihm wurde dabei so schwindlig, dass er sich an einem Baum festhalten musste, worauf es erneut Gelächter gab.
- Von nun an war Axel bereit, alles zu tun, um nie wieder ausgelacht zu werden. Er übte das Rauchen bis zur Perfektion. Nun raucht er schon seit 38 Jahren, aktuell 20 Zigaretten täglich.
- Als ich ihm sagte, dass er für die Anerkennung durch die Gruppe seine schöne Stimme geopfert und seine Gesundheit erheblich gefährdet hätte, wurde er blass. Er sagte, dass ihm das Auslachen heute überhaupt nichts ausmachen würde. Spontan fügte er hinzu, dass er ab sofort keine Zigarette mehr anfassen wolle. Allerdings war er sich nicht sicher, ob er den Kampf gegen die Sucht auch würde gewinnen können.

Jetzt, da eine neue klare Erkenntnis über die Entstehungsursache der Sucht erzielt worden war, begannen wir die Suche nach einer Lösung. Wie kann Axel von der Nikotinsucht befreit werden? Die Beantwortung dieser Frage ist die Aufgabe der zweiten (subrationalen) Methode, bei der ein Traum psychologisch angeregt wird. Ich empfahl Axel folgende Formel:

*Ich bitte um einen Traum, der mir zeigt, wie ich mich von der Nikotinsucht befreien kann. Und ich möchte mich nach dem Aufwachen an alles erinnern, was ich geträumt habe.*

Damit war die rationale Arbeit am Bewusstsein zu Ende. Ihre Aufgabe ist, Erkenntnisse zu liefern über die Entstehungsursache eines Problems, eines Symptoms bzw. einer Sucht. Die Heilung kommt nicht vom Berater, sondern immer von der leidenden Person selbst, genauer: von ihrer eigenen Seele, die im Traum

spricht. Normalerweise versteht man die fast immer verzerrte, verstellte und verrätselte Welt der Seele nicht. Denn hier spricht nicht das Bewusstsein, sondern das Unterbewusstsein. In dieser Welt verbringen wir jede Nacht viel Zeit. Alles, was dort geschieht, ist uns bekannt und vertraut. Sobald wir aber aus dieser subrealen Welt in die reale Welt des wachen Bewusstseins zurückkehren, vergessen wir alles, was wir in der seelischen Welt erlebt haben. Die subrationale Methode hat sich darauf spezialisiert, die Geheimnisse und Rätsel der Traumwelt zu entschlüsseln. Und wann immer das gelingt, verschwinden die Symptome entweder auf der Stelle oder in wenigen Tagen. Das soll nun am Beispiel der Sucht von Axel dokumentiert werden.

Am nächsten Morgen (Sonntag, den 13. Januar 2019) meldete sich Axel telefonisch und sagte, dass er einen kurzen und absonderlichen Traum gehabt hätte. Gegen Mittag haben wir das zweite Gespräch durchgeführt. Dabei fiel ihm noch eine weitere Traumsequenz ein, die er am Telefon nicht erzählt hatte. Hier das Ergebnis der Traumarbeit, die laut Videoaufzeichnung 35 Minuten dauerte.

## 2. Methode: Traumarbeit

Axel: »Mein Traum war so: Ich sah eine Bühne. Meine zwei Musikkameraden und ich wollten wieder spielen. Wie üblich machten wir zunächst eine Tonprobe. Ein Kollege sang einige Takte, aber der Ton klang so furchtbar wie eine *Tomatenstulle* (Tomatenbrot). Ich finde das zwar komisch, weil Tomatenbrot und Musik nichts miteinander gemeinsam haben. Aber das war im Traum wirklich so.

Die zweite Sequenz knüpft an gestern an, als ich hier ankam. Sie, Herr Amini, nahmen meine leichte Regenjacke ab und hängten sie auf einem Kleiderbügel an der Garderobe auf. Wenige Sekunden danach fiel die Jacke vom Bügel herunter auf den Boden. Sie hoben sie auf und gaben sie mir mit der Bemerkung, dass sie einseitig zu schwer ist. Ich nahm mein Handy aus der linken Tasche, und Sie hängten

die Jacke wieder auf. Soweit die Fakten. Im Traum nun war es zwar genau so, aber es gab einen Unterschied. Nachdem ich mein Handy aus der Jackentasche genommen hatte, hängte eine Frau die Jacke wieder auf. Wer sie war, weiß ich nicht. Aber ich habe deutlich in Erinnerung, dass sie eine markante Handbewegung dabei machte. Das waren meine zwei Träume von gestern Nacht, und ich habe keine Ahnung, was sie mit meinem Thema zu tun haben.«

Die Traumarbeit setzt nicht nur Logik ein, sondern auch fantasievolle Kombinatorik. Dafür gibt es keine festen Regeln. Hier ist Einfallsreichtum und Kreativität gefragt. Führt das Ergebnis zu einer zutreffenden Botschaft, dann reagieren Betroffene immer heftig emotional und auffällig spontan (Weinen, Lachen, extreme Freude, Glücksgefühle usw.). Das ist ein Indiz dafür, dass die betroffene Person eine Wiederbegegnung mit Erlebnissen aus der seelischen Welt erlebt. Und das ist der Schlüssel zur Heilung. Hier sind die Ergebnisse des zweiten Gespräches mit Axel. Es dauerte nur 36 Minuten und wurde als Video aufgezeichnet.

- Die erste Sequenz zeigt, dass in der Musikband etwas nicht stimmt. Eine Anspielung auf die Stimme, die so befremdlich klingt, dass Axel an eine Scheibe Tomatenbrot denken muss. Was steckt hinter dieser Assoziation? Axel isst sehr gerne Tomatenbrot mit Zwiebeln. Der Klang der Stimme ist nun aber nicht so appetitlich wie das Tomatenbrot. Das bringt den unbewussten Wunsch zum Ausdruck, der Gesang möge genau so gut klingen wie das leckere Tomatenbrot schmeckt. Damit gibt der Traum Axel zu verstehen, dass durch das Rauchen seine Stimme unappetitlich geworden ist.
- Die zweite Sequenz zeigt eine fantasievolle Parallele zur ersten. Das Fallen von Axels Jacke entspricht dem Absinken seiner Stimme. In der Realität hatte ich seine Regenjacke vom Boden aufgehoben. Im Traum hingegen ist es eine Frau. Und wer ist sie? Axel kennt sie nicht, aber er hat ihre markante Armbewegung präzise vor Augen. Auf meine Frage, ob er bei seinen Malerarbeiten täglich eine ähnliche Bewegung ausführe, sagte er überrascht: Ja, genau so sei es.



- Nun war das Rätsel gelöst: Die Frau im Traum ist Axel selbst. Im Traum holt Axel nach, was er im wirklichen Leben versäumt hat. Im Traum ergreift er die Initiative und *rettet* sozusagen seine Jacke stellvertretend für seine Stimme. Hier sieht man, wie die fantasievolle Kombinatorik zu einer Deutung des Traums und damit zur Entschlüsselung seiner Botschaft führt. Und wie reagierte Axel? Er wirkte Axel wie vom Blitz der Selbsterkenntnis getroffen. Er war gerührt und weinte. Jetzt begriff er, was er tun muss, um die Sucht loszuwerden. Wann immer der Mensch etwas Tiefes und Wesentliches begreift, wird er gereift und verwandelt. Man reift, wenn man die Botschaft der seelischen Welt begreift. Zum Schluss unseres zweiten Gespräches hielt ich zusammenfassend unsere Arbeit so fest:

*Axel, Sie haben etwas Bedeutsames und für Ihr Leben, etwas Wesentliches und Genussreiches verloren, nämlich Ihre Stimme. Grund dafür war das Rauchen als vermeintlicher Schutz davor, ausgelacht zu werden. Nach der neuen Erkenntnis im ersten Gespräch erscheint dieses Schutzbedürfnis lächerlich. Deshalb können Sie von nun an den richtigen Schutz vom falschen und Vermeintlichen unterscheiden. Wenden Sie Ihren Blick auf den richtigen Schutz vor Regen durch die Jacke und nicht länger auf den falschen Schutz vor Gelächter durch die Zigarette!*

Als Axel diese Traumbotschaft aus meinem Munde hörte, war er so gerührt, dass er seine Tränen nicht zurückhalten konnte. Er fühlte sich in seinem Entschluss, mit dem Rauchen aufzuhören, nun emotional nachhaltig gestärkt. Erleichtert, fröhlich und mit strahlenden Augen verließ er mich und ging gleich zur nächsten Musikprobe zu seinen Kameraden. Die Videoaufzeichnungen der beiden Gespräche sind, wie oben schon erwähnt, unter dem Stichwort: »Downloads —> Videos« zu sehen. Es blieb nun abzuwarten, wie sich die Nikotinsucht bei Axel entwickeln würde. Würde er etwa nach einigen Tagen rückfällig werden und wieder rauchen?

### 3. Methode: Begleitung

Am Montag, den 14. Januar 2019 teilte mir Axel mit, dass er seit dem ersten Gespräch (also bereits 48 Stunden) keine einzige Zigarette mehr geraucht hätte. Seinen Vorrat an Zigaretten hätte er in den Müll geworfen, und er sei glücklich und zugleich erstaunt darüber, dass er weder Entzugserscheinungen spüre noch Verlangen nach Rauchen hätte. Normalerweise hätte er in den vergangenen zwei Tagen mindestens 40 Zigaretten konsumiert. Den Arbeitskollegen habe er am heutigen Montag vor Arbeitsbeginn bei dem üblichen Treffen im Raucherzimmer gesagt, dass er das passive Rauchen in diesem Raum meiden wolle. Er bitte alle um Verständnis und Unterstützung. Erstaunt und neugierig hätten ihn die Kollegen gefragt, welche Methode ihn so rasch von der Sucht befreit hätte. Axel erzählte ihnen, dass es lediglich zwei Gespräche waren. Darauf hätten gleich drei Kollegen spontan den Wunsch geäußert, auch ihre Sucht zu überwinden.

Eine Woche später (am 19. Januar 2019) teilte mir Axel mit, dass es ihm sehr gut gehe. Er spüre noch immer weder Suchterscheinungen noch das geringste Bedürfnis, auch nur eine halbe Zigarette zu rauchen. Schon in der ersten Woche hätte er 50 Euro gespart. Dann wörtlich:

Axel: »Ich habe Unmengen von Energie, ich fühle mich irgendwie leicht und glücklich. Meine Frau sagte mir heute: Deine Haut sieht viel besser aus als sonst. Ich weiß nicht, wie ich Ihnen danken soll. Sie haben mich und meine Familie glücklich gemacht.«

Und damit endet diese Dokumentation in Textform. Wie bei vielen Fällen, die in den Büchern von Prof. Amini und auf den unten stehenden zwei Websites veröffentlicht worden sind, klingt auch dieser Fall unglaublich. Man fragt sich: Wie ist es möglich, dass eine 38 Jahre alte Sucht über Nacht verschwinden kann? Dankenswerterweise hat Axel die beiden Videoaufzeichnungen seiner Gespräche freigegeben. Diese sind weder gekürzt noch bearbeitet. Im Hintergrund läuft eine Uhr. So kann das Geschehen in Echtzeit verfolgt werden.

Nikotinsucht (Fall Axel)

Klicken Sie auf den Link —> [Nikotinsucht Video 1](#)

Klicken Sie auf den Link —> [Nikotinsucht Video 2](#)

Hier noch einige weitere Fallbeispiele, bei denen die Videos zur Publikation freigegeben sind:

Neurodermitis (Fall Cordula)

[Erstes Gespräch](#)

23 Jahre Leiden an Neurodermitis

[Zweites Gespräch](#)

Durchfall (Fall Donata)

[Erstes Gespräch](#)

10 Jahre Bauchschmerzen und Durchfall

[Zweites Gespräch](#)

[Drittes Gespräch](#)