



Europäische Gesellschaft

für

Krisenpädagogik



2. Hilfe in den Workshops

Brauchen Sie Hilfe?

Auf den folgenden 12 Seiten finden Sie alle Infos dazu.

Rasche und sehr effektive Hilfe bietet die Krisenpädagogik in den Wochenend-Workshops an. Teilnehmen kann jede/r, der/die in einer Krise steckt, und diese kann unterschiedlicher Art sein, zum Beispiel ein körperliches Leiden wie chronische Rückenschmerzen, eine psychische Belastung wie Traurigkeit oder auch ein zwischenmenschliches Problem mit den Eltern, Partnern, Nachbarn, Kollegen etc.

Neben solchen Workshops mit unterschiedlichen Themen veranstaltet die Krisenpädagogik neuerdings auch themenspezifische Workshops mit dem Schwerpunkt: **Hauterkrankungen** (Neurodermitis, Alopezie etc.). Diese Workshops wurden im Rahmen des eines Pilotprojekts mit der Dermatologie entwickelt. Für nähere Infos klicken Sie bitte auf:

[Dermatologie & Krisenpädagogik](#)

Die Methode der Krisenpädagogik

Ausführlich über die Methode der Krisenpädagogik informiert Sie der Punkt 1 in der Homepage. Bitte klicken Sie auf:

1. Info & Hilfe

Hier eine kurze Zusammenfassung. Am Samstag wird live vor der Gruppe ein Gespräch geführt, bei dem es um *Erkenntnis* geht. Hier wird lösungsorientiert gearbeitet, und zwar am Bewusstsein der betroffenen Person. Wann und in welchem Kontext entstand das Leiden? Wo liegen die möglichen seelischen oder kommunikativen Ursachen dafür (Beziehung zu Eltern, Verlust eines geliebten Menschen usw.)? Sobald eine Erkenntnis erzielt wurde, wird eine individuelle Formel für die Anregung eines Traumes erarbeitet. In 9 von 10 Fällen träumen die betroffenen Personen tatsächlich. Und das ist oft auch dann der Fall, wenn sie sagen, dass sie sonst nie träumen würden.

Am Sonntag wird der Traum gedeutet. Bei diesem Gespräch geht es um *Selbsterkenntnis*. Die betroffene Person gewinnt absolute Klarheit über sich selbst, sobald sie die Traumbotschaft hört. Diese ist sehr oft vollkommen verrätselt und unverständlich. Aber wenn es gelingt, sie zu entschlüsseln und zu verstehen, tritt auf der Stelle eine spürbare Linderung der körperlichen Schmerzen bzw. psychischen Belastungen ein. Und das markiert den Anfang vom Ende des Leidens. Bei Neurodermitis-Patienten war die Haut schon nach wenigen Tagen nahezu symptomfrei. Beide Gespräche werden aufgezeichnet, so dass jede/r die Aufnahmen gleich mitnehmen und bei Bedarf wieder anschauen kann.

Die Workshops werden immer von Herrn Prof. Amini selbst geleitet. Aufgrund seiner dreißig Jahre langen Erfahrung erzielt er in weniger als einer Stunde ein Ergebnis. Das dokumentieren zahlreiche Fallbeispiele in seinen Büchern. Wer sich gut auf einen Workshop vorbereiten will, kann vorweg lesen. Unbedingt notwendig ist das aber nicht.

- Typologie der Träume. Krisenpädagogische Traumarbeit (2016).
- Die Seele verstehen, den Körper heilen. Wege zur Gesundheit (2018).

Diese Bücher können hier direkt bestellt werden: [Bestellformular](#)

Workshop-Termine 2018 in Kiel

Workshop Juni/Juli	30.6. + 1.7. 2018	Schwerpunkt: Hautprobleme
Workshop Juni/Juli	07.7. + 08.7. 2018	Schwerpunkt: Hautprobleme
Workshop Sept.	01. + 02.9.2018	ausgebucht
Workshop Okt.	13. + 14.10.2018	Kein spezifischer Schwerpunkt

Info Tel.: 0431-81311. Zur Anmeldung bitte diese [Anmeldung Workshop](#) ausfüllen und per E-Mail-Anhang verschicken an: info@krisenpaedagogik.de

Ort: Lindenstr. 7; 24118 Kiel
Zeiten: Sa. 10.00-17.00 + So. 10.00-16.00 Uhr
Teilnahmegebühr: 150,- Euro.
Begrenzte Teilnehmerzahl, kleine Gruppe!

Hier ein Fallbeispiel für den Einsatz der Krisenpädagogik bei Schwerpunkt Rückenschmerzen. Dieser Fall ist bereits im zweiten oben genannten Buch dokumentiert:

Die Seele verstehen, den Körper heilen. Wege zur Gesundheit

Rückenschmerzen

Guido (44 Jahre alt, verheiratet, zwei Kinder) ist Teilnehmer eines Wochenend-Workshops über Heilräume am 29./30. April 2017. Er war schon 20 Minuten vor Beginn da, setzte sich aber nicht hin, sondern wartete im Stehen, bis alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer angekommen waren. Als ich fragte, ob er nicht Platz nehmen wolle, sagte er, das Sitzen mache ihm Probleme. In der Tat musste er alle 40 bis 50 Minuten einmal aufstehen und eine Runde im Zimmer gehen. Gleich am Vormittag führten wir ein Beratungsgespräch, das wie üblich in Ton und Bild aufgezeichnet wurde und 39 Minuten dauerte. Hier das Wesentliche:

Guido: »Ich habe seit 30 Jahren chronische Rückenschmerzen. Ich erinnere mich noch gut daran, wie ich mich im langen Flur unserer Schule mühsam vorwärts schob. So groß waren meine Rückenschmerzen schon damals. Vor 5 Jahren hatte ich einen Bandscheibenvorfall wegen massivem Stress im Beruf. Grundsätzlich verstärkt jede Art von Stress meine Rückenschmerzen. Das ist ein sehr belastender Zustand. Ich weiß nicht, wie ich diese Schmerzen loswerden kann.

Bijan Amini: »Was haben die Ärzte diagnostiziert?«

Guido: »Es liegen keine organischen Ursachen vor.«

Bijan Amini: »Steht das wirklich fest?«

Guido: »Absolut! Meine Rückenschmerzen hängen mit Stress zusammen. Bin ich nicht im Stress, kann ich im Schneidersitz mit dem Kopf die Füße berühren. Bin ich im Stress, so blockiert mich der Rücken so, dass ich nicht einmal halb so weit komme.«

Bijan Amini: »Erinnern Sie sich daran, wann die Rückenschmerzen begannen?«

Guido: »Ja, da war ich 14.«

Bijan Amini: »Ist da etwas Besonderes vorgefallen?«

Guido: »Nein, eigentlich nichts.«

Bijan Amini: »Versuchen Sie, sich trotzdem zu erinnern. Schlechte Noten in der Schule? Eine Prüfung nicht bestanden? Streit der Eltern? Todesfall in der Familie?«

Guido: *Denkt nach...* »Nein, gar nichts.«

Bijan Amini: »14 Jahre. Vielleicht zum ersten Mal verliebt? Eine Enttäuschung, ein unerfüllt gebliebener Wunsch?«

Guido: »Ach, da fällt mir ein, dass ich mit 14 anfing, Geld zu verdienen. Ich wollte mir alles selber kaufen.«

Bijan Amini: »Was denn zum Beispiel?«

Guido: »Computer, Stereoanlage, Kleidung, eigentlich alles. Wir lebten am Existenzminimum. Da war nicht dran zu denken, Wünsche zu äußern. Mein Vater arbeitete Tag und Nacht, und das Geld reichte gerade, um die Familie mit dem Nötigsten zu versorgen.«

Bijan Amini: »Welchen Beruf hatte Ihr Vater?«

Guido: »Selbstständiger Versicherungs- und Immobilienmakler. Er versuchte, auch andere Dinge zu verkaufen, immer in der Hoffnung, das große Geld zu verdienen. Er war ständig unterwegs. Ich habe ihn ganz selten gesehen, oft nur kurz und schlecht gelaunt beim Frühstück.«

Bijan Amini: »Haben Sie Geld verdienen wollen, um ihn zu entlasten?«

Guido: *Denkt nach...* »Das glaube ich nicht.« *Denkt nach...* »Vielleicht doch. Ich weiß es nicht.«

Bijan Amini: »Wie war denn die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Vater?«

Guido: »Wir hatten überhaupt keine Beziehung.«

Bijan Amini: »Wie meinen Sie das?«

Guido: *Schweigt...* »Ich habe ihn nie zu Gesicht bekommen. Er war nie da. Immer beschäftigt, immer außer Haus, immer Geld verdienen...«

Bijan Amini: »Hat er nie mit Ihnen gespielt, Spaß gehabt oder etwas unternommen: Spaziergang, Fußball, Zirkusbesuch oder so?«

Guido: »Gar nichts! Zuwendung oder Liebe gab es nicht. Dafür war er viel zu beschäftigt. Spaß oder Anerkennung gab es auch nicht. Was ich auch tat, er konnte es besser. Darum hat er mir alles verboten, weil ich in seinen Augen nie gut genug war.«

Bijan Amini: »Was denn zum Beispiel?«

Guido: »Den Rasen zu mähen, ein Loch in die Wand zu bohren oder etwas zu reparieren. Nichts durfte ich machen. Er sagte immer, er will es lieber selber machen.«

Bijan Amini: »Und? Konnte er denn alles perfekt erledigen?«

Guido: »Nicht wirklich. Ich habe mich einige Jahre später, als ich 17 war, an

seinen Computer geschlichen und habe seine Geschäftskorrespondenz überarbeitet. Ich habe viele Schreib- und Formulierungsfehler gefunden und sie auch korrigiert.«

Bijan Amini: »Was wollten Sie damit erreichen?«

Guido: »Ich wollte ihm beweisen, dass ich was kann, sogar besser als er.«

Bijan Amini: »Hatten Sie Erfolg?«

Guido: »Ich weiß nicht. Er hat sich dazu nie geäußert.«

Bijan Amini: »Hat er gemerkt, dass seine Briefe korrigiert wurden?«

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

Bijan Amini: »Als Sie mit 14 Jahren anfangen, Geld zu verdienen, wollten Sie auch seine Anerkennung? Wollten Sie ihm zeigen, dass Sie besser Geld verdienen können als er?«

Guido: *Nachdenklich...* »Kann sein. Bewusst war mir es aber nicht.«

Bijan Amini: »Oder wollten Sie ihm womöglich nacheifern? Haben Sie ihn vielleicht unbewusst zum Vorbild genommen?«

Guido: »Das eher. Ja, ich wollte ihm nacheifern. Vielleicht wollte ich ihm beweisen, dass ich vieles noch besser kann als er.«

Bijan Amini: »Wollten Sie, dass er Sie beachtet und dadurch mehr achtet und schließlich anerkennt?«

Guido: »Ja. Das ganz bestimmt.«

Bijan Amini: »Und? Haben Sie es geschafft?«

Guido: »Nein. Ich habe dadurch versäumt, das Abitur zu machen und zu studieren oder einen Beruf zu erlernen. Ich habe in der Immobilien- und Versicherungsbranche Fuß zu fassen versucht. Dies ging auch einige Jahre mehr oder weniger gut, allerdings habe ich mit ca. 30 Jahren bemerkt, dass ich das nicht mehr wollte. Dann habe ich eine Umschulung zum Fachinformatiker in der IT-Branche absolviert.«

Bijan Amini: »Und jetzt?«

Guido: »Teil der Ausbildung war ein mehrmonatiges Berufspraktikum. Dieses Praktikum absolvierte ich bei meinem jetzigen Arbeitgeber. Dort habe ich mich in den letzten 12 Jahren vom Praktikanten zum Leiter der IT-Abteilung mit 6 Mitarbeitern hochgearbeitet.«

Bijan Amini: »Das ist großartig, sind Sie zufrieden?«

Guido: »Ja, sehr sogar. Die Arbeit macht Spaß, doch manchmal ist da einfach zu viel zu tun, und das macht meinem Rücken zu schaffen.«

Bijan Amini: »Vielleicht liegt die tiefere Ursache für Ihre Rückenschmerzen nicht im äußeren Stress, sondern im angespannten Verhältnis zu Ihrem Vater. Können Sie etwas mehr über die Vater-Sohn-Beziehung sagen?«

Guido: »Ich wollte ihm bei jeder Arbeit zur Hand gehen und helfen. Aber er ließ es nicht zu, und wenn, dann endete es meistens mit einer vernichtenden Kritik, weil ich es in seinen Augen nicht gut genug gemacht hatte.«

Bijan Amini: »Kann man sagen, Sie bettelten regelrecht um seine Anerkennung und bekamen sie nicht?«

Guido: »Genau! Obwohl ihm aufgefallen sein muss, dass ich manche Dinge wirklich viel besser erledigen konnte als er.«

Bijan Amini: »Ihr Vater war ja nicht sonderlich erfolgreich im Leben. Haben Sie einmal daran gedacht, dass er Ihnen die Anerkennung aus Neid oder Minderwertigkeit verweigerte?«

Guido: *Erstaunt...* »So hatte ich das noch nie gesehen. Da könnte was dran sein.«

Bijan Amini: »Über ihn weiß ich nichts. Aber ich habe das Gefühl, dass Sie alles getan haben, um seine Wertschätzung und Anerkennung zu bekommen. Ihr Bestreben, mit 14 Jahren Geld zu verdienen, lässt die Vermutung aufkommen, dass Sie ihm in jeder Hinsicht nacheifern wollten. Denn Sie wollten ihm beweisen, dass Sie ihn zum Vorbild nehmen und schon deshalb liebenswert und anerkennenswert seien. Mehr noch: Ich könnte mir vorstellen, dass Sie ihm die Last der Verantwortung für die Familie abnehmen wollten, die er allein nicht gut genug tragen konnte. Was sagen Sie zu dieser Vermutung?«

Guido: *Sehr nachdenklich...* »So habe ich das noch nie gesehen.« *Schweigt...* »Ja, das kann gut sein. Eigentlich war ich immer darauf bedacht, etwas zu tun, was *ihm* gefällt.«

Bijan Amini: »Sie waren auf ihn fixiert. Dabei muss doch jeder seine Last selber tragen, jeder muss seine Aufgaben selber erledigen und seiner Verantwortung selber gerecht werden. Dass Sie unbewusst Ihrem Vater die finanzielle Last abnehmen und auf die eigenen Schultern legen wollten, war sicher fein und lieb gedacht, aber Ihre Seele litt darunter täglich. Da ist ihr der Körper zur Hilfe gekommen. Seit 30 Jahren gibt der Rücken Ihnen zu verstehen, dass diese Last zu schwer ist. Ich vermute, hier liegt die Quelle Ihrer Rückenschmerzen.«

Guido: *Überrascht...* »Das kann gut sein.« *Pause...* »Das klingt logisch.«

Bijan Amini: »Ich will Ihnen drei Hinweise geben:

Erstens: Sie tragen keinerlei Schuld daran, dass Ihr Vater Tag und Nacht gearbeitet hat und die Familie doch nicht hinreichend ernähren konnte.

Zweitens: Sie sollten aufhören, Ihre Leistungen noch immer vom Papa absegnen zu lassen. Das haben Sie in Ihrem Alter und in Ihrer beruflichen Position wirklich nicht nötig. Sie haben es trotz schlechter Voraussetzungen beruflich viel weiter gebracht als Ihr Vater. Sie sind Abteilungsleiter geworden, obwohl Sie sehr spät mit der Ausbildung angefangen haben. Das ist eine Leistung, die objektiv hohe Anerkennung verdient.

Drittens: Wenn Ihr Vater nun weder diese Leistungen würdigen noch Ihre Persönlichkeit wertschätzen kann oder will, ist das *sein* Problem. Wer sich selbst für das Zentrum des Universums hält, ist gegen jede Logik resistent. Also verschwenden Sie ab sofort keine Energie mehr darauf, um Ihrem Vater irgendetwas zu beweisen. Lassen Sie ihn *seinen* Weg gehen und gehen Sie unbeirrt Ihren eigenen Weg!«

Guido: *Spontan...* »Das ist es! Sie haben recht. Ich muss ihn loslassen und mich befreien.«

Bijan Amini: »Wir haben also eine Vermutung, vielleicht sogar eine Erkenntnis. Aber wir sollten sehen, was Ihre innere Weisheit dazu sagt. Bitten Sie heute Nacht um einen Traum, der kommt und Ihnen hilft, das zu tun, was notwendig ist, um Ihre Rückenschmerzen loszuwerden.«

Guido: *Lacht...* »Das wäre ja traumhaft, aber das wird bei mir nicht funktionieren. Ich träume nie.«

Bijan Amini: »Versuchen Sie es trotzdem. Schaden kann es nicht.«

Damit war die Bewusstseinsarbeit zu Ende. Am nächsten Tag (den 30. April 2017) sagte Guido gleich zu Beginn des Workshops, dass er einen kurzen Traum gehabt habe. Die Traumdeutung fand vor derselben Gruppe statt und dauerte 26 Minuten. Hier das Wesentliche aus der Video-Aufzeichnung:

Guido: »Ich habe gestern Nacht sehr schlecht geschlafen, bin mehrmals aufgestanden, habe mich auch mal auf das Sofa gelegt. Und was ich geträumt habe, sind nur Fetzen und wirre Bilder, die mit meinem Thema überhaupt nichts zu tun haben.«

Bijan Amini: »Wollen wir diese Fetzen näher anschauen?«

Guido: »Ich habe geträumt, ich bin auf dem Weg zu einem Haus, von dem ich wusste, dass meine Eltern darin wohnen. Aber es war nicht das Eltern-

haus, in dem ich aufgewachsen bin, sondern ein mir unbekanntes Haus an einem mir fremden Ort.«

Bijan Amini: »Wissen Sie, warum Sie Ihre Eltern besuchen wollten?«

Guido: »Ja, ich wollte mit ihnen sprechen, weiß aber nicht, worüber. Und das Vehikel, mit dem ich mich dorthin bewegte, war eine Luftmatratze. Total wirr! Ich lag mit dem Bauch auf einer Luftmatratze. Und jetzt kamen drei wirre Szenen bzw. Bilder.

Im ersten Bild war es so, als wäre die Luftmatratze auf dem Wasser. Jedenfalls machte ich Paddelbewegungen, um voranzukommen.

Im zweiten Bild befand sich die Luftmatratze plötzlich auf der Straße. Ich musste mich mit meinen Ellenbogen abstoßen, um vorwärts zu kommen.

Im dritten Bild schließlich flog ich mit der Luftmatratze über einen Zaun und landete im Garten eines Hauses. Da hörte ich einen Pfeifton, der von der Luftmatratze kam. Sie hatte ein Loch bekommen und verlor Luft.

Jetzt stand ich auf und machte einige Schritte in Richtung Hauseingang. In diesem Moment sah ich meine Eltern um die Ecke kommen. Sie verschwanden gleich im Haus. Ich ging ihnen nach. Der Abstand zwischen dem Boden und der Eingangstür war ungewöhnlich hoch, die Stufen fehlten. Ich musste regelrecht klettern bzw. hochkrabbeln, schaffte es aber schließlich, öffnete die Tür und betrat das Haus. Da wachte ich auf. Das war's, ziemlich wirr alles.«

Bijan Amini: »Finden Sie?«

Guido: »Ja, total wirres Zeug. Was hat das mit meinen Rückenschmerzen zu tun?«

Bijan Amini: »Das wird sich zeigen. Gehen wir die Bilder zunächst einzeln durch und prüfen dann jeweils Ihr Gefühl. Sie sind also auf dem Weg zu Ihrem Elternhaus, wollen mit ihnen sprechen, wissen aber nicht, worüber. Was hatten Sie da für ein Gefühl?«

Guido: »Ein unangenehmes, ein angestregtes Gefühl...«

Bijan Amini: »Stress?«

Guido: »Ja, Stress. Ich tat es widerwillig.«

Bijan Amini: »So, als wär's ein Zwang? Oder wie würden Sie das ausdrücken?«

Guido: »Das Wort Zwang passt recht gut auf die Situation: Ich will nicht,

aber muss und quäle mich dahin.«

Bijan Amini: »Nachdem Sie auf der Luftmatratze zu Wasser, zu Boden und in der Luft endlich das Ziel erreicht hatten, hörten Sie einen Pfeifton. Welches Gefühl hatten Sie in diesem Moment?«

Guido: *Spontan...* »Verflixt! Dachte ich. Jetzt geht auch die Luft aus.«

Bijan Amini: »Dann sahen Sie Ihre Eltern, die um die Ecke kamen und ins Haus gingen. Welches Gefühl hatten Sie jetzt?«

Guido: »Ich war aufgeregt, hatte Herzklopfen, erhöhten Blutdruck.«

Bijan Amini: »Die Eltern sprachen nicht mit Ihnen, sondern verschwanden im Haus. Was war das für ein Gefühl?«

Guido: »Allein gelassen sein, unbeachtet sein.«

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

Guido: »Anstrengend, als würde mir jemand Steine in den Weg legen, ich musste regelrecht hochkrabbeln.«

Bijan Amini: »Ich denke, wir haben jetzt alle Traumbilder mit Ihren Gefühlen verknüpft. Können Sie jetzt mit Ihrem Traum etwas anfangen?«

Guido: »Nein, überhaupt nicht.«

Bijan Amini: »Möchten Sie, dass ich eine Deutung versuche?«

Guido: »Sehr gerne. Ich bin gespannt.«

Bijan Amini: »Sie haben sich seit Ihrer Jugend darum bemüht, Ihrem Vater zu gefallen und ihm vor allem die finanzielle Last abzunehmen. Nun setzen Sie dieses Streben im Erwachsenenalter unbewusst weiter fort. Der Traum inszeniert dieses Bestreben auf eine drastische Weise. Er führt Ihnen vor Augen, wie Sie den ganzen Weg zu Ihren Eltern durch Paddel- und Kriechbewegungen mühsam und widerwillig zurücklegen. Als Sie endlich im Garten Ihres Elternhauses ankommen, sind Sie so gestresst, dass Ihnen buchstäblich die Puste ausgeht. Dann werden Sie Zeuge, wie die Eltern um die Ecke kommen, Sie nicht einmal eines Blickes würdigen und ins Haus gehen. Sie fühlen sich wie ein Kind allein gelassen und laufen ihnen nach, nehmen die letzte anstrengende Hürde, indem Sie zur Eingangstür hochkrabbeln. Endlich betreten Sie das Haus, vermutlich erwarten Sie einen Willkommensgruß. Und was geschieht? Nichts! Niemand ist da, um Sie zu begrüßen oder willkommen zu heißen. Soweit die Deutung. Sagen Sie mal: Wie viel Selbstachtung haben Sie noch bei diesem Verhalten?«

Guido: *Schweigt und bekommt feuchte Augen...*

Bijan Amini: »Sie gehen nicht aufrechten Ganges zu Ihren Eltern, Sie kriechen widerwillig dahin. Dabei erniedrigen Sie sich und spüren unerträglichen Stress. Und wann kommen Ihre Rückenschmerzen? Immer, wenn Sie hohen Stress haben. Ist das nicht deutlich genug?«

Guido: *Weint... Lange Pause...*

Bijan Amini: »Ich möchte die Botschaft Ihres Traumes in Du-Form so formulieren:

Guido, du tust etwas, das dir zuwider ist und dir Herzklopfen, Bluthochdruck und Stress bereitet. Tief gesunken kriechst du auf dem Bauch zu deinen Eltern. Das ist erniedrigend, aber du tust es trotzdem. Am Ziel angekommen geht dir die Puste aus, aber dennoch machst du weiter. Deine Eltern nehmen dich nicht einmal flüchtig wahr, und doch läufst du ihnen hinterher. Schließlich und endlich schaffst du es, ins Haus hineinzugelangen, aber niemand kommt dir entgegen, niemand ist da, um dich willkommen zu heißen. Meinst du nicht, dass die Zeit gekommen ist, um zu erkennen, dass du vom Elternhaus weder Wertschätzung noch Anerkennung bekommen wirst?

Soweit die Botschaft, die ich aus Ihrem Traum herauslese. Wie wirkt das auf Sie?«

Guido: *Weinend...* »Sie trifft den Nagel auf den Kopf! Ich muss loslassen. Ich muss meinen eigenen Weg gehen.«

Bijan Amini: »Gestern haben Sie von einer *traumhaften Lösung* gesprochen. Heute haben Sie die reale Lösung Ihres Problems im Traum gefunden.«

Guido: *Nickt mit dem Kopf...* »Das stimmt.«

Bijan Amini: »Dann will ich Ihnen noch zwei Hinweise mit auf den Weg geben.«

Erstens: Wer unentwegt gefallen muss, riskiert tief zu fallen. Ihr Motto sollte ab sofort lauten: Dieses Zu-Kreuze-kriechen lasse ich mir *von mir selbst* nicht mehr gefallen.

Zweitens: Ihr Vater lebt sein Leben, und Sie leben Ihres. Jeder trägt seine Last. Sie dürfen Ihren Vater lieben, aber nicht mehr als sich selbst.

Guido: *Glücklich lächelnd...* »Danke!«

Nachtrag 1

Drei Wochen später (am 21. Mai 2017) besuchte mich Guido zusammen mit seiner Frau. Ich hatte ihn um eine Rückmeldung vor der Kamera gebeten. Die

Aufzeichnung dauerte 14 Minuten. Hier das Wesentliche:

Guido: »Der Workshop am 29./30. April war für mich ein sehr intensives Erlebnis, insbesondere die Traumdeutung. Ich war am Abend so erschöpft, dass ich die Einladung der Freunde absagen musste. Am nächsten Morgen kamen sehr viele Erinnerungen aus der Kindheit hoch. Alles, was ich an verbaler Erniedrigung erlebt hatte, ergoß sich über mich. Mir ist klar geworden, dass ich von meinem Vater niemals Lob oder Anerkennung bekommen werde.«

Bijan Amini: »Wie hat sich diese neue Erkenntnis sonst in Ihrem Alltag ausgewirkt?«

Guido: »Erstaunlich kraftvoll! Vor einigen Tagen hatte ich ein Problem mit einem meiner Mitarbeiter. Früher hätte ich einfach geschwiegen und den Ärger im Stillen verarbeitet. Jetzt aber habe ich die Sache sofort und direkt angesprochen. Und siehe da: Er war einsichtig. Danach war ich sehr erleichtert.«

Bijan Amini: »Und wie geht es Ihrem Rücken?«

Guido: »Sehr gut! Ich fühle, dass mein Rücken einfach leichter geworden ist. Ich fühle mich deutlich aufgerichteter. Ich spüre eine ganz neue Leichtigkeit. Ich kann jetzt auch eine oder sogar zwei Stunden Spazieren gehen und habe keine Beschwerden.«

Bijan Amini: »Und wie ist es mit dem Sitzen? Sie hatten ja am Samstag erhebliche Probleme damit.«

Guido: »Ich kann drei Stunden sitzen, bin dabei völlig entspannt und schmerzfrei, weil sich alles im Rückenbereich leichter anfühlt.«

Bijan Amini: »Sind die Schmerzen ganz und gar weg?«

Guido: »Das nicht, aber es ist eher ein Zwicken und ein Zwacken - kein Vergleich mit den erdrückenden Schmerzen, die die Wirbelsäule 30 Jahre zusammengestaucht hatten. Das ist eine ganz andere Lebensqualität. Darüber bin ich froh und dafür bin ich dankbar.«

Nachtrag 2

Fünfeinhalb Monate später (am 9. Oktober 2017) veranstaltete das Gesundheitsforum Schleswig-Holstein einen Doppelvortrag von der Dermatologin Regina *Fölster-Holst* und mir (näheres dazu im nächsten Kapitel). In den Vorträgen haben wir über unsere Kooperation berichtet. Guido war anwesend und

meldete sich am Ende der Diskussion zu Wort. Ich protokolliere hier, was er vor dem Publikum sagte (vgl. den Link zum Video im nächsten Kapitel).

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 Traumdeutung. Und jetzt ist noch etwas Neues eingetreten: Ich bin nämlich seit der Beratung mit Herrn Amini insgesamt deutlich entspannter und ruhiger. Letztes Jahr hatte ich einen Blutdruck von 140 zu 100 und vor einigen Tagen war ich zu einer Routineuntersuchung. Dabei wurde ein Blutdruck von 100 zu 60 gemessen. Mir geht es insgesamt sehr gut.«

Ich fasse zusammen

Die Last des Vaters lag Guido psychisch auf der Seele und körperlich auf den Schultern. Das verursachte die chronischen Rückenschmerzen. Diese wurden immer dann unerträglich, wenn Guido Stress hatte. Guido tat unbewusst alles, um dem Vater zu beweisen, wie sehr er ihn liebt und wie gern er ihm die Last abnehmen würde. Das tat er in der Hoffnung, von seinem Vater Lob und Anerkennung zu bekommen. Aber er bekam sie nicht.

Die Bewusstseinsarbeit führte zur Erkenntnis dieser Fixierung, und der Traum zeigte in drastischen Bildern, wie sehr Guido noch mit 44 Jahren bereit ist, sich für die Anerkennung durch seinen Vater erniedrigen zu lassen. In dem Augenblick, als Guido die Traumbotschaft hörte und seine unbewusste Logik, *Papas Last tragen und dafür Anerkennung bekommen*, erkannte, brach er in Tränen aus. Für einen Mann in leitender Position ist dieser spontane Gefühlsausbruch auffällig und bemerkenswert. Das zeugt von geistiger Neugeburt. Von diesem Augenblick an konnte Guido entspannt auf seinem Stuhl sitzen - den ganzen Sonntag! Nicht ein einziges Mal stand er auf. Und wie sich herausstellte, war diese Heilung nachhaltig.