

# *Erhard F. Freitag*

**Er heilt,  
wo alle anderen  
versagen**

## Teil II

**Sein Name ist Erhard F. Freitag. Beruf: Hypnose-therapeut. Er machte Schlagzeilen in der deutschen Presse, als es ihm gelang, einen vor der Verurteilung zu lebenslanger Sicherungsverwahrung in einer Heil- und Pflegeanstalt stehenden "unverbesserlichen Rückfalltäter" von seinem zwanghaften Verhalten zu befreien. Das Gericht setzte den Mann auf freien Fuß. Einer von vielen, denen in scheinbar aussichtsloser Situation durch Hypnose geholfen werden konnte.**

Patienten sagen nach erfolgreicher Behandlung oft zu ihm: "Das konnte ich mir nicht vorstellen, es ist unwahrscheinlich. Meine Umwelt hat mir schon Komplimente gemacht. Die Leute erkennen mich überhaupt nicht wieder."

Ein solcher Fall ist jener der 41-jährigen Hausfrau Hilde N. Die Mutter von drei Kindern war am Ende ihres Lateins. Sie war träge, hatte keinen Unternehmungsgeist mehr, getraute sich kaum noch unter Menschen, weil sie das Gefühl hatte, alle Leute blieben auf der Straße stehen und starrten sie an. Sie wog 112 Kilo, war kugelrund, trug Kleidergröße 50 und steckte voller Minderwertigkeits-

gefühle. Frau N. schämte sich, sie fühlte sich nicht mehr als vollwertiger Mensch.

Sie hatte ihre Pfunde nie als unabänderliches Schicksal hingenommen. Diverse Kuren hatte sie bereits hinter sich gebracht. Doch obwohl sie in der eigenen Gärtnerei schwer schuften mußte, obwohl sie zweimal wöchentlich in ein Fitness-Center fuhr, um dort gegen die eigenen Pfunde anzustrampeln, blieb sie dick.

Erst Erhard F. Freitag befreite sie von dem enormen Übergewicht. In fünf Monaten nahm sie 84 Pfund ab und wurde von ihm "stabilisiert", künftig nur noch wenig zu essen.

Als sie zu ihm kam, reagierte sie zunächst mißtrauisch. "Sie sehen, wie dick ich bin", sagte sie, und setzte voll banger Erwartung hinzu: "Können Sie mir wirklich helfen?"

"Ja, ich kann und ich werde Ihnen helfen", antwortete der Hypnotiseur. Er hielt sein Versprechen. Der Umstand, daß er selber fünfzig Pfund abgehungert hatte, flößte Hilde N. zusätzlich Vertrauen ein.

Inzwischen hat sie sechzig Stunden in Hypnose verbracht. Daß es ein durchschlagender Erfolg war, beweisen ihre Lebensfreude und ihr Optimismus. Sie geht gerne neue Kleider kaufen und genießt die Anproben und die Tatsache, daß ihr Konfektionskleider wieder passen.

Es ist eine "Roßkur". Aufgehört wird erst, wenn das letzte Gramm überflüssigen Fetts geschmolzen ist. Freitag läßt sich da auf keine Kompromisse ein; denn nur bei einem totalen Erfolgserlebnis sind die korpulenten Menschen genügend motiviert und programmiert, um so etwas nicht noch einmal zu erleben.

"Manchmal kann es während einer Abmagerungskur zu seelischen Krisen kommen", erklärt Freitag. "Die müssen abgefangen werden. Die Patienten bekommen plötzlich Depressionen, wenn sie vier bis sechs Wochen wenig essen. Gedanken wie: 'Das ist doch alles Mist, diese ganze Hungerkur, und der Freitag, der taugt sowieso nichts, da gehe ich nie wieder hin, ich mache den Blödsinn nicht länger mit', können ganz plötzlich durch die Köpfe der 'Hungerkünstler' spuken."

Freitag läßt seine Patienten damit nicht allein. Er ruft an, erkundigt sich nach dem Befinden, und wenn sie ihm ihr Leid klagen, dann überzeugt er sie, daß es besser sei, weiterzumachen.

Entscheidend für den Therapieerfolg ist nach Erhard F. Freitags Meinung nicht allein die Suggestion, entscheidend ist die psychotherapeutische Behandlungsdauer.

Bei Hilde N. kam noch etwas anderes während der Hypnosesitzung heraus. Eines Tages, sie war "weit weggesackt", tauchten Bilder aus ihrem Unterbewußtsein auf. Schreckliche Bilder. Als achtjähriges Mädchen war sie vergewaltigt worden. Sie hatte dieses Erlebnis längst "vergessen", in ihr Unterbewußtsein verdrängt. Freitag half ihr, das damals Geschehene richtig zu verarbeiten. All ihre Konflikte und seelische Belastungen lösten sich so in

gleichem Maße auf, wie ihre überflüssigen Pfunde "dahinschmolzen".

Allerdings, eine Hypnosekur ist nicht billig. Dreitausend Mark mußte Hilde N. inzwischen auf den Tisch blättern. In manchen Fällen übernehmen aber auch die Krankenkassen die Kosten.

Die Heilerfolge, die durch Hypnose bereits erzielt werden, sind phantastisch: Ohne chirurgischen Eingriff werden Magengeschwüre zum Verschwinden gebracht. Schwere Herzkrankheiten werden geheilt. Sogar bei Kinderlähmung und Tuberkulose sind mit Hypnose verblüffende Erfolge erzielt worden. Mit anderen Worten: Es gibt kaum eine Erkrankung, bei der Hypnose nicht erfolgversprechend angewandt werden kann. Der Mensch wird in Hypnose seine geistigen Kräfte vervielfachen können. Bei einem hypnotisierten Patienten ist es dem Chirurgen möglich, Amputationen vorzunehmen, ohne daß der Kranke Schmerz empfindet. Frauen gebären in Hypnose schmerzfrei.

Die neuesten Forschungen auf dem Gebiet lassen erwarten, daß die Hypnose schon in allernächster Zeit zur wichtigsten Waffe im Kampf gegen viele psychosomatische Erkrankungen wird. Der Münchner Hypnosetherapeut Erhard F. Freitag macht immer wieder durch außergewöhnliche Erfolge von sich reden. Da war beispielsweise der Schreiner Heinz P. Dieser unglückliche Mann stahl unter Zwang. Auf den Wert der Sachen kam es ihm dabei überhaupt nicht an. Ob Weißwürste oder eine Gans, ob Fahrräder oder eine Hose - was er mitgehen ließ, war ihm egal. Freitag befreite ihn durch Hypnose von diesem unseligen Zwang und bewahrte ihn so vor weiteren fünf Jahren Haft. Freitag verfügt zwar über paranormale Kräfte, aber in der Therapie wendet er sie nicht an. Denn um hypnotisieren zu können, benötigt man lediglich die Kenntnis einer bestimmten Technik, die sich erlernen läßt.

Vor laienhaften Hypnoseübungen muß aber dringend gewarnt werden. Nur der Fachmann, der Hypnotiseur mit großer Erfahrung und großem Verantwortungsbewußtsein, wie Erhard F. Freitag sie besitzt, kann segensreich wirken. Bei von Laien ausgeführten Hypnosen kam es hingegen zu Unfällen, die allein auf Leichtsinn und mangelhafte Fähigkeiten zurückzuführen sind. So passierte es vor einiger Zeit in England, daß der einmal in einem Nachtclub hypnotisierte Jonny S. jedesmal wieder in Trance fiel, wenn jemand in seiner

Umgebung mit dem Finger schnippte. Mit gutem Grund sind deshalb in England - wie in den meisten Ländern der Bundesrepublik - Hypnosevorführungen auf der Bühne verboten.

Besonders wichtig ist die richtige "Auflösung" des Hypnosezustandes. Wenn hier ein Fehler unterläuft, kann es zu Ohnmachtsanfällen und Erinnerungslücken kommen.

Dem französischen Bühnen-Hypnotiseur Dominique Webb passierte die folgende Panne: Bei einer seiner Vorführungen war ihm ein Medium nach der Rückkehr auf seinen Platz wieder eingeschlafen. Webb wurde nicht verständigt. Freunde brachten die schlafende Frau nach Hause. Dort lag sie drei Tage steif und tief schlafend, wie eine Tote. Mehrere Ärzte versuchten vergeblich, die Frau wieder aufzuwecken. Schließlich besann man sich doch noch des Verursachers dieser tiefen Trance. Dominique Webb gelang es, die Frau in wenigen Minuten wieder aus der Hypnose zurückzurufen.

Medium Dieter S., Kandidat der vor einiger Zeit im deutschen Fernsehen gezeigten Hypnoland-Show, hatte nach Aufhebung des Hypnosezustandes starke Kopfschmerzen. In Holland bekam ein Mann nach einer Fernsehhypnose hysterische Dämmerzustände und brauchte langjährige ärztliche Behandlung. In Australien vergiftete sich nach einer Hypnose-Show ein junges Liebespaar im Auto. Auf mysteriöse Weise kam dort auch ein neunzehnjähriges Mädchen ums Leben, das sich im Anschluß an einen Nachtclubbesuch, bei dem es mit hypnotischen Vorführungen konfrontiert wurde, ertränkte.

Lange Zeit war umstritten, ob mit Hilfe von Hypnose ein Verbrechen ausgeführt werden kann. Dazu Erhard F. Freitag: "Mit der Hypnose kann man nicht alles erreichen. Ich kann beispielsweise nicht suggerieren: Bringen Sie diesen oder jenen Menschen um. Höchstens, wenn ich einen potentiellen Mörder vor mir hätte, der die Anlage, einen anderen Menschen umzubringen, bereits in sich trägt. Also einen Menschen, der aller Wahrscheinlichkeit nach sowieso irgendwann zum Mörder geworden wäre. Dann ist es aber nicht die Hypnose, die so eine Tatermöglichkei, sondern die in diesem Menschen tief verwurzelte Anlage. Ich kann keinem Menschen suggerieren: 'Klauen Sie ein Auto', wenn er nicht selbst den Wunsch in sich hat, irgendwann ein Auto zu klauen. Allerdings, wenn ich so einen

Menschen vor mir hätte, er würde besser als sonst Autos stehlen. - Jeder Mensch besitzt einen gewissen Selbstschutzmechanismus, der dafür sorgt, daß alles, was der eigenen Ethik widerspricht, auch nicht suggeriert werden kann. Man kann keine Programmierung in die Seele eines Menschen setzen, die sich gegen ihn selbst richtet."

Ein sensationeller Fall dieser Art trug sich vor einigen Jahren in Dänemark zu. Ein Doppelraubmörder wurde freigesprochen, weil nach Meinung des Gerichts als erwiesen anzusehen war, daß er im Zustand der Hypnose von seinem Hypnotiseur beauftragt worden war, die Tat zu begehen; als Täter wurde der Hypnotiseur verurteilt. Erst Jahre später gestand der eigentliche Täter, daß er die Tat doch aus eigenen Motiven verübt und die Hypnose nur vorgetäuscht hatte.

Höchst zweifelhaft sind auch Berichte, nach denen Versuchspersonen mit allen anerzogenen Tabus manchmal auch die äußeren Hüllen fallen ließen. So soll sich beispielsweise ein sonst schüchternes siebzehnjähriges Mädchen während der Hypnose in Anwesenheit völlig fremder Leute entkleidet haben. Heute steht allerdings fest, daß kein Mensch mit Hilfe von Hypnose gegen seinen ureigenen Willen zu Handlungen gezwungen werden kann. Oft spielt bei Entkleidungsszenen des Mediums auf offener Bühne nicht so sehr Hypnose eine Rolle als vielmehr Geltungssucht und exhibitionistische Neigungen, die sonst tief im Unterbewußtsein verborgen sind, aber durch Hypnose an die Bewußtseinsoberfläche befördert werden. Somit ist die Angst vieler Frauen vor der Couch des Hypnotiseurs ebenso ungerechtfertigt wie die Angst vor dem Untersuchungsstuhl des Gynäkologen. Denn ein ernsthafter Hypnotiseur wird nichts unternehmen, was seinem Patienten schaden kann.

Deshalb distanziert sich Erhard F. Freitag auch energisch von allen Showeffekten. Er stellt seine Fähigkeiten und Kenntnisse ausschließlich in den Dienst der Patienten.

## Gefährliches Mitleid

Daß selbst Schulmediziner ihm vertrauen, beweist der folgende Fall:

Doktor S. ist Chefarzt einer deutschen Klinik. Im ständigen Bemühen, ein guter Arzt zu sein, versuchte er sich mit

großer Einfühlungskraft in die Problematik seiner Patienten hineinzuversetzen. Mit den Jahren übersteigerte sich dieses Einfühlungsvermögen derart, daß er sogar die Schmerzen seiner Patienten nachempfand. Hatte er ein Krankenzimmer verlassen, spürte er die Schmerzen und Beschwerden des untersuchten Patienten weiterhin in sich. Wenn er schwierige Fälle mit Todesfolge zu betreuen hatte, war es ihm schließlich kaum mehr möglich zu unterscheiden, ob der Patient gestorben war oder er selbst. Er konnte seine eigenen Gefühle nicht mehr von denen der ihm anvertrauten Kranken trennen.

## Kraft aus regelmäßiger Meditation

Mit der Zeit entwickelte Dr. S. ungeheure Lebensängste, die sich bis zu Selbstmordgedanken steigerten. In langen Hypnosesitzungen gelang es Freitag, ihn zu de-sensibilisieren, so daß er seine Tätigkeit weiter ausüben konnte, ohne sich innerlich zu sehr zu engagieren. Seither überweist Dr. S. regelmäßig Patienten an Freitag.

Aber auch andere Ärzte schicken ständig Problempatienten. Neben "Normalbürgern" geben sich heute viele Prominente, bekannte Manager und Akteure aus dem Showgeschäft bei Freitag die Türklinke in die Hand. So etwa die bekannte Volksschauspielerin und Sängerin Lisa Fitz. Die sehr ehrgeizige junge Künstlerin kam zu ihm, weil sie aus eigener Kraft nicht weiterkam. Sie hatte in der Vergangenheit sehr hart an sich gearbeitet. Immer war sie bemüht, der Selbstverwirklichung einen Schritt näher zu kommen, doch eine bestimmte Grenze konnte sie allein nicht überschreiten. Das war auch in ihren schauspielerischen Leistungen bemerkbar. Freitag suggerierte der Schauspielerin, sich dem Publikum noch mehr zu öffnen, noch mehr von ihrem starken Selbst zu geben. Wenn man dieser Lisa Fitz heute gegenüber sitzt, dann spürt man den Erfolg. Sie strahlt Kraft und Ruhe aus und ist voller Zuversicht.

Freitag zieht die Kräfte, die er für seine Patienten braucht, aus regelmäßigen Meditationen. "Ich möchte bald einmal wieder in ein indisches oder tibetisches

Kloster verschwinden", sagt er, "um dort einige Monate lang noch tiefer in die Technik der Meditation eingeführt zu werden. Ich habe durch die Meditationstechniken, die ich beherrsche, sehr intensive Erlebnisse gehabt. Ich habe geistige Reisen gemacht, indem ich meinen Körper verließ. Ich versetze mich selbst in einen hypnotisch induzierten Zustand, verlasse den eigenen Körper und verreise in andere Räume. Geistig reise ich in die unendlichen Universen.

Ich habe etwa fünfzehntausend Hypnosen gemacht, und ich glaube, ich habe sie gut gemacht, vor allem habe ich sie gerne gemacht und damit habe ich auch schon eine gewisse Autorität in der Hierarchie des Geistes. Ich bin in der Lage, mit Mitteln zu arbeiten, die in den Bereich der Mystik hineingehen. Nehmen wir beispielsweise Hilde N., eine Frau, die durch Hypnose bei mir 84 Pfund abgenommen hat. Durch die vielen Hypnosen haben wir einen sehr starken telepathischen Kontakt. Ich kann sie jederzeit geistig rufen und sie bewegen, bei mir anzurufen. Wir haben das schon ausprobiert. Frau N. hat sich zu einem sensiblen und guten Medium entwickelt. Ich stelle mich gedanklich stark auf sie ein, entspanne mich, konzentriere mich auf sie, und wenige Minuten später ruft sie an und fragt, was los sei. Manchmal kann es auch passieren, daß sie erst am anderen Morgen anruft und sagt: 'Was war gestern los? Ich habe um diese oder jene Zeit etwas gefühlt.'

Diese Fernbeeinflussung durch Hypnose ist durchaus möglich. Allein schon durch ihre eigene Autorität und Intensität, die sie sich als Medium erarbeitet hat. Bei fremden Menschen gelingt mir das nicht so gut. Es muß zunächst erst ein Prozeß der gleichzeitigen Anpassung, der 'Gleichschaltung', erfolgen. Je länger ein Patient von mir behandelt wurde, um so schneller kommt er in den Zustand der Hypnose, und um so leichter kann ich ihn irgendwo erreichen."

Skandinavische Wissenschaftler haben versucht zu ergründen, wieso selbst lautlos gesprochene Worte eine Suggestion auslösen können. Da die Schulmedizin nicht an Telepathie glaubt, nimmt man an, daß eine Nervenummantelung des Hauptnervenstranges im Rückenmark für die Weiterleitung von Informationen, die nur den Körper erreichen, zuständig ist. Es ist nicht notwendig, daß diese Suggestivsätze und -worte das Trommelfell erreichen. Die Worte können so leise gesprochen

werden, daß sie vom Gehörsinn nicht erfaßt werden. Der Körper wird aber trotzdem erreicht, und die Information wird dorthin weitergeleitet, wohin sie gerichtet ist.

## Rückkehr in die embryonale Phase

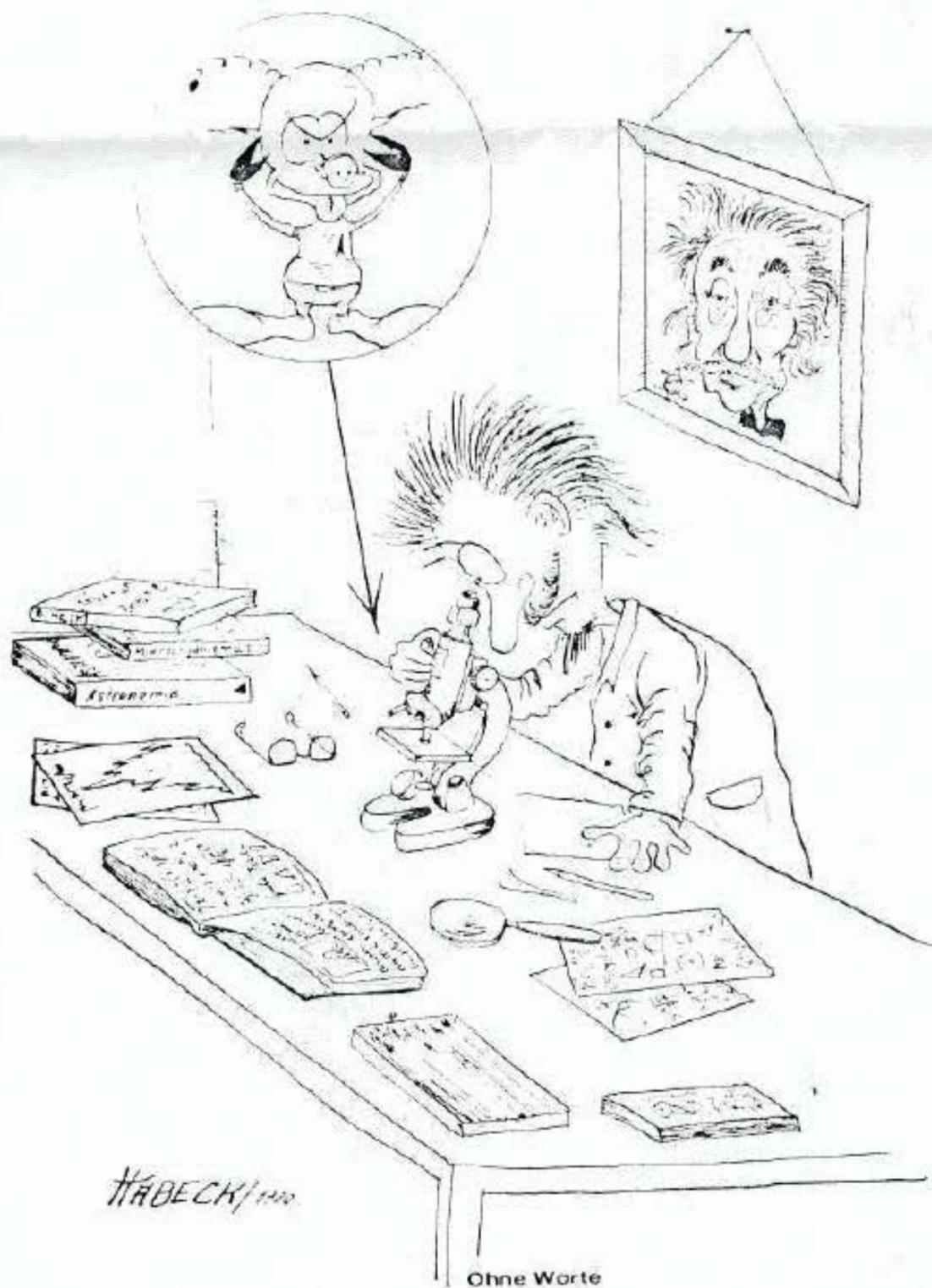
Eine andere Definition für den Hypnosezustand liefert die Theorie, alle Menschen befänden sich, bevor sie auf die Welt kamen, in der sogenannten pränativen Zeit also, im Mutterleib in einem hypnotischen Zustand.

Jeder Embryo befindet sich, bevor er auf die Welt kommt, in einem Zustand der sogenannten *flexibilitas cerea*, einer

wächsernen Biegsamkeit der Glieder. Diese bedingte Steifheit haben die ungeborenen Säuglinge etwa vom sechsten Monat der Schwangerschaft an. Für die werdende Mutter drückt sich das darin aus, daß sie plötzlich Beine, Arme und Ellenbogen des Kindes fühlt, wenn diese Gliedmaßen gegen die Bauchdecke drücken.

Die Mutter ist dann nicht in der Lage, die Gliedmaßen zurückzudrücken; es scheint, als habe das Kind die größere Kraft. Mit dieser bedingten Steifheit verschafft sich das Embryo Raum im Mutterleib.

Das Kind befindet sich in dieser Phase in einem Zustand, der einer Hypnose sehr ähnelt. Es ist ein "Wassertier" und muß beim Geburtsvorgang auf "Landgang" umschalten. Der Geburtsvorgang bedeutet einen enormen Streß für das Kind, und nur ein hypnotischer Zustand kann darüber hinweghelfen. Einen Erwachsenen führt man also bei der Hypnose lediglich in den unbewußt bekannten Vorgeburts-Zustand zurück.



→ "In meiner Ausbildungszeit wurde immer wieder bei den hypnotisierten Personen dieser sogenannte *flexibilitas cerea* geprüft, indem man bei ihnen mit einem Stab unter das Handgelenk faßte, um den Arm hochzuheben. Wir haben ihn dann aus etwa zehn Zentimeter Höhe wieder fallen gelassen, und der Arm ist dann nicht, wie man annehmen müßte, schlapp heruntergefallen, sondern er kam steif, wie bei einem Menschen in Totenstarre, herunter."

Wenden wir uns wieder den Kranken zu, den Hilflosen, die von Erhard F. Freitag erfolgreich behandelt werden, und untersuchen einmal, warum Menschen so krank werden; versuchen wir zu analysieren, auf welche Weise das Unterbewußtsein uns mit Krankheiten "strafft".

Bekannt ist, daß wir Menschen mit mehr oder weniger innerer Stabilität ausgestattet sind. Ist das angeboren oder "anerzogen"? Angeboren ist es keinesfalls, meistens sind Umwelteinflüsse - die kleinen Ärgernisse ebenso wie größere Schicksalsschläge - dafür verantwortlich. Wenn auf einen jungen Menschen von der Gesellschaft, im Normalfall zunächst von der Familie, über Jahre hinweg stetig Druck ausgeübt wird, dann wird die innere Spannung bei ihm mit der Zeit bis zur Unerträglichkeit wachsen; er kann den Ursachen nicht ausweichen, weil es für ihn kein Entrinnen aus der Familie gibt. In dieser Situation beginnt er Abwehrreaktionen zu zeigen. Im psychischen Bereich kommt es zu Fehlreaktionen; der junge Mensch versucht Ventile zu finden, um den ständigen Druck abzureagieren. Man spricht dann von einer "Flucht in die Krankheit". Das Unterbewußtsein produziert Krankheiten in der Hoffnung, den Überdruck an seelischen Belastungen dadurch ableiten zu können. Gelingt es auch so nicht, den Druck auszugleichen, kann es passieren, daß der Betroffene sich der Situation, in der dieser Druck ausgeübt wird, dadurch zu entheben sucht, daß er auf eine Ebene ausweicht, auf der dieser Druck nicht existent ist: Er produziert eine Zweitpersönlichkeit. Von der Umwelt wird ein derart "entrückter" Mensch als "verrückt" bezeichnet. Er befindet sich in dem Zustand, den die Psychiater als schizophren bezeichnen.

"Es ist das Geheimnis meines Erfolges", sagt Erhard F. Freitag, "daß ich einmal oder zweimal mehr als die Schulmediziner frage, warum ein Mensch krank ist. Die Ärzte fragen beispielsweise: Warum haben Sie Magen-

schmerzen oder Herzbeschwerden. Der Patient wird aller Wahrscheinlichkeit nach antworten, daß er eben ein Magengeschwür oder ein krankes Herz habe. Der Arzt wird Laboruntersuchungen durchführen, Röntgenbilder anfertigen lassen und ein gängiges Medikament verschreiben. Magen oder Herz werden stabilisiert, und das Unterbewußtsein wird auf eine andere Krankheit ausgewichen (Symptomverschiebung)."

## Gescheitert aus Mangel an Liebe

Ein sehr extremer Fall in der Praxis Erhard F. Freitags war Michael M., Sohn eines Industriellen. Michael wächst seit frühester Kindheit bei seinem verwitweten Vater auf, einem "Erfolgsmenschen", der wenig Zeit für den heranwachsenden Sohn hat. Jedes Jahr ist ein anderes Kinderfräulein da, jedes Jahr ein anderes Gesicht. Michael hat alles, was ein Kind, was ein Heranwachsender sich wünschen kann: Ein Chauffeur fährt ihn zur Schule, sein Kinderzimmer sieht aus wie ein Spielzeugladen, und er hat als Sohn eines reichen Vaters viele "Freunde". Nur eines kann ihm niemand geben: Liebe! Liebe und Geborgenheit, die jeder Mensch so dringend braucht, bleiben ihm versagt.

So ist der Junge auch später nicht in der Lage, echte Bindungen einzugehen. Es bleibt nicht aus, daß Michael in der Schule ein "Versager" wird: Die Leistungen reichen nicht aus, um ein Gymnasium zu besuchen. So läßt ihn der Vater nach Beendigung der Schule "von der Pike auf" etwas lernen - das Schlosserhandwerk, um dann später über den zweiten Bildungsweg Ingenieur zu werden. Doch so weit kommt es nicht. Der junge Mann ist kontaktarm, hat Schwierigkeiten mit den Kollegen und lehnt jede Autorität seiner Vorgesetzten ab. Als Folge seines Verhaltens wird ihm gekündigt. Auch die zweite und die dritte Ausbildungsstelle muß er verlassen.

Nur abends, wenn er in seiner Clique ist, wenn sie mit ihren Motorrädern durch die Straßen brausen, fühlt Michael sich wohl, da ist er der "große Boß". Irgendwann kommt er mit Rauschgift in Berührung, nimmt im Verlauf der Zeit immer stärkere Drogen, beginnt, die

ganze Palette der Rauschgifte auszuprobieren. Mit wachsender Sorge beobachtet der Vater die Entwicklung. Er hält ihn mit dem Taschengeld kurz, um Rauschgiftkäufe zu unterbinden. Doch es ist zu spät. Michael beginnt mit kleinen Autoeinbrüchen, um sich Geld für die "süßen Träume" zu beschaffen. Es werden größere Einbrüche, und irgendwann wird er erwischt. Die erste Jugendstrafe ist fällig.

Mehrmals wandert er in der Folgezeit ins Gefängnis. Bis Erhard F. Freitag eines Tages vor Gericht als Sachverständiger hinzugezogen wird. Freitag übernimmt die Behandlung. Er hypnotisiert Michael jeden Tag, lehrt ihn autogenes Training als Äquivalent für die Rauschgiftzustände. Er lehrt den jungen Mann, sich in Selbsthypnose zu versetzen, einen Zustand, der Ersatz für die "süßen Träume" bringt.

Tatsächlich hat die Behandlung Freitags Erfolg. Seither ist Michael straffrei, rührt er kein Rauschgift mehr an. Das Selbstbewußtsein wurde in der Hypnose gestärkt. Michael hat nochmals eine Ausbildung begonnen, und jetzt gibt es plötzlich keine Schwierigkeiten mehr.

## Wo Hypnose sicher helfen kann

Derart schwere Fälle kosten Erhard F. Freitag viel Kraft. Er gibt sein Letztes. Hinterher widmet er sich seinen Meditationsübungen, um neue Kraft zu schöpfen. In der Meditation bemüht er sich immer wieder, sich Gott zu nähern.

"Ein Hilfsmittel, sich Gott zu nähern", sagt Erhard F. Freitag, "ist es, in der Unendlichkeit des Raumes zu versuchen, das weiße Licht der Göttlichen Liebe zu sehen. So auf Anhieb gelingt mir das natürlich nicht. Manchmal sehe ich überhaupt nichts, ein anderes Mal ganz schwach und manchmal etwas stärker. Ich möchte erleben, daß es einmal den ganzen Raum ausfüllen wird. Es läßt mich ahnen, was es bedeutet, kosmisches Bewußtsein zu haben. Ich wünsche mir - und hoffe, es wird mir in diesem oder einem späteren Leben gelingen -, voll in dieses Licht einzutauchen, zu kosmischem Bewußtsein aufzusteigen. Darin sehe ich den Sinn meines jetzigen Lebens, den Sinn des Lebens überhaupt."

→ Kehren wir zur Hypnose zurück und untersuchen wir, welche Leiden es sind, die sich besonders gut durch Hypnose beeinflussen lassen.

Da Hypnosebehandlung zugleich auch immer Psychotherapie ist, versucht Erhard F. Freitag, sie bei allen Krankheiten, organischen oder funktionellen Störungen anzuwenden, bei denen ein seelischer Faktor mitwirkt.

Nicht jede Behandlung endet mit einem endgültigen, umfassenden Erfolg. Ich behaupte auch nicht, daß in vielen Fällen eine andere psychotherapeutische Behandlung nicht auch Erfolg gebracht hätte. Der durchschlagende Erfolg Freitags liegt vor allem in der Kürze der Therapie. Während beispielsweise eine Psychoanalyse sich über Jahre erstrecken kann, erfolgt bei den von Freitag behandelten Patienten in der Regel innerhalb kürzester Zeit eine Genesung oder zumindest eine Besserung der Leiden. Sehen wir uns einmal näher an, wo die Hypnose-therapie helfen kann:

Herzneurosen mit Rhythmusstörungen, Angina pectoris, können in der Hypnose geheilt werden. Sogar bei Herzinfarkt wird die Hypnose zur Ruhigstellung und Verminderung der Angst angewandt. Asthma und Erkrankungen an den Verdauungsorganen können geheilt werden. In allen Fällen von Fettleibigkeit versucht Freitag, durch direkte Suggestion den Appetit zu zügeln und nach der Therapie eine Diät zu erreichen. Dabei vergißt der Hypnotiseur nie, daß gerade die Fettleibigkeit fast immer seelische Ursachen hat, die einer psychotherapeutischen Behandlung bedürfen.

Vor allem die Angstneurose - charakterisiert durch chronische Angstzustände - ist prädestiniert für Hypnoseerfolge. Die Hypnose-therapie bewirkt eine Beruhigung der akuten Angst und erlaubt anschließend die Untersuchung einer Konfliktsituation des kranken Menschen.

Die Wirkung der Hypnose auf Schmerzzustände, wie beispielsweise Zahnschmerzen, ist bekannt. Es gibt bereits vereinzelte Zahnärzte, die anstatt einer lokalen Betäubung ihren Patienten mit der Hypnose den Schmerz nehmen.

Überhaupt können alle Krankheiten, die einen seelischen Ursprung haben, durch Hypnose geheilt werden. Daß auch einfache Überforderung, normale

Streßsituationen durch die Hypnose ausgeglichen werden können, soll der folgende Fall zeigen:

Es handelt sich um einen Firmenchef, der ein riesiges Unternehmen leitet und "Herr über 50.000 Mitarbeiter" ist. Das heißt für Walter G., große Verantwortung tragen zu müssen. Und er versucht, dieser Verantwortung gerecht zu werden, seinen Mitarbeitern ein gutes Vorbild zu sein - immer bemüht, das Beste zu geben ohne Rücksicht auf die eigene Person. Walter G. arbeitet bis zu achtzehn Stunden am Tag und kommt dadurch in starke Streßsituationen, die dazu führen, daß er zunächst unter Schlafstörungen leidet, die mit den Jahren chronisch werden. Es kommen Verdauungsstörungen dazu. Dieses neue Fehlverhalten des eigenen Körpers führt zu einer Trigeminus-Neuralgie, sogenannten Selbstmordschmerzen, die sich sehr bösartig auswirken.

In ausnahmsweise nur 10 Hypnose-sitzungen gelang es Freitag, diesem Mann zu helfen; in so kurzer Zeit wohl deshalb, weil es sich nicht um einen seelisch Kranken handelte, sondern um einen Mann, der sich einfach übernommen hatte. Durch die Hypnosebehandlung gewann Walter G. eine völlig neue Einstellung zu sich selbst und seiner Arbeit. Er begriff, daß man mit weniger Zeitaufwand auch große Leistungen vollbringen kann; daß er bei Streßsituationen innerlich Abstand wahren mußte, um gesund zu bleiben.

## Der Patient behält die Kontrolle

Nach den einzelnen Hypnosesitzungen, wenn der Patient erwacht, führt Freitag mit ihm Gespräche über die Art, wie der Patient die Hypnose erlebt hat. Es gibt ihm Aufschluß über die Tiefe der Trance. Manche Patienten sagen dann: "Ich habe überhaupt nicht geschlafen." Der Therapeut erklärt solchen Patienten, daß die Hypnose nicht mit Schlaf identisch ist, nicht vergleichbar mit dem nächtlichen Schlaf, und daß man in Hypnose alles höre, was der Hypnotiseur sagt. "Im Zustand der Hypnose kann der Patient total vergessen", so Freitag, "was er selbst

während der Hypnose erzählt hat. Der Erfolg der Behandlung hat mit der Tiefe der Trance nichts zu tun."

Manche Patienten äußern sich verwundert, daß sie während der Hypnose überhaupt nicht die Kontrolle über sich selbst verloren hätten. Ihnen wird nochmals klargemacht: Freitag und auch die anderen Hypnose-therapeuten haben nicht die Absicht, dem Patienten in Hypnose die Kontrolle zu nehmen. Im Gegenteil, Freitag versucht, die Selbstbeherrschung des Patienten zu steigern, und die Behandelten werden ihre Selbstkontrolle gerade dadurch unter Beweis stellen, daß sie freiwillig mit dem Hypnotiseur zusammenarbeiten.

Lassen wir abschließend Erhard F. Freitag nochmals zu Wort kommen. Hören wir aus seinem Munde, was er über die Hypnose zu sagen hat:

"Der Patient, der heute zu mir kommt und sich hypnotisieren läßt, dieser Patient wird lediglich zurückgeführt in seinen fötalen, in seinen vorgeburtlichen Zustand. Ich helfe ihm nur mit den entsprechenden Suggestionen, diesen Zustand möglichst rasch zu erreichen. Bereits vom Moment seines Eintretens an ist der hypnotisierte Zustand als Basis für heilende Suggestionen zu verwenden. Was die Narkose für den Chirurgen ist, in der er ungestört operieren kann, ist für den Hypnose-therapeuten der hypnotische Zustand. Nur 'operieren' wir ohne Messer - Hypnose ist jedoch nicht nur zum Heilen da. Ebensogut kann man mit Hilfe der Hypnose sein Gedächtnis stärken, Fremdsprachen erlernen, Lampenfieber vor schweren Prüfungen überwinden...

Es gibt heute keinen Zweifel mehr darüber, daß die Hypnose sowohl eine psychische als auch eine organische Wirkung hat. Aus dem Organischen erneuert sich das psychische Geschehen. Und aus dem beruhigenden Psychischen erneuert sich das organische Geschehen. Das ist der Grundgedanke der modernen Hypnose-therapie.

Ich gebe der Hypnosebehandlung große Chancen für die Zukunft. Leider sind ihre Möglichkeiten bei uns in Deutschland noch zu wenig bekannt. Ich hoffe, daß diese Veröffentlichung dazu beiträgt, die Vorurteile, mit denen man der Hypnose-therapie hier bei uns oft noch begegnet, zu überwinden." ■