



Dorothea Thomaßen  
Chefredakteurin

thomassen@dgzh.de

## Liebe Leserinnen und Leser!

»Die Hauptsache beim *Verhältnis von Leib und Seele* besteht nicht darin, daß sie zwei Dinge sind, die nebeneinander da sind und aufeinander wirken, sondern daß sie einander wechselseitig erläutern«, schrieb Viktor von Weizsäcker schon 1946. »Durch die Seele wurden wir hellsehtig für die unbewußte Vernunft und Leidenschaft des Leibes, durch den Leib werden wir über die natürlichen Notwendigkeiten der Seele belehrt. Diese wechselseitige Erläuterung kann natürlich auf die verschiedensten Arten erfolgen: Erklärung, Phantasie, Ahnung, Schau.«\* Dieses Verhältnis möchten wir mit unserem Schwerpunkt *Leib und Seele – ein Dialog* beleuchten.

Gisela Perren-Klingler stellt anhand der Polyvagalthese dar, wie das autonome Nervensystem Gefühlszustände modelliert und verortet dabei *die Seele im Körper*. Sie rät Zahnärzten, körperliche Phänomene wie die Atmung stärker einzubeziehen, wenn sie ihre Patienten seelisch begleiten. Björn Husmann untersucht das *psychosomatische Wechselspiel beim autogenen Training*, wenn sich Praktizierende aufmerksam dem eigenen Körper zuwenden. Als achtsamkeitsbasiertes Verfahren ist AT säkularisiert, doch hat es viel mit spirituellen Versenkungsmethoden gemeinsam. Olivier Ryhiner erkundet *Trance, Meditation und Kontemplation* und wie sie Menschen helfen, sich ihrer selbst heilsam bewusst zu werden.

»Du musst einfach nur die Zähne zusammenbeißen, dann wird es schon gehen!«, glaubte eine junge Frau mit Bruxismus und Kopfschmerzen. Sabine Fruth erzählt, wie *imaginäre Körperreisen* das Verhalten und Denken dieser Frau wohltuend verändern konnten. Mein eigener Trancetext *Der König und sein Reich* würdigt

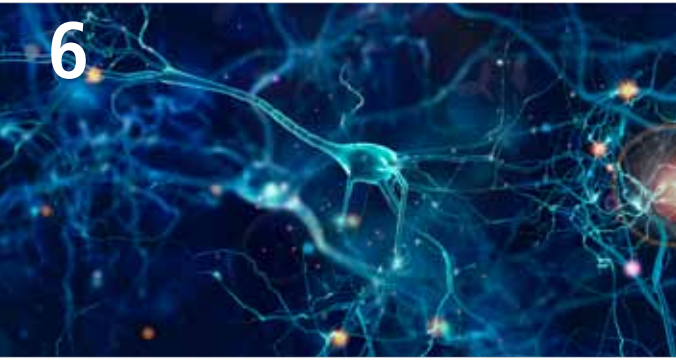
den Körper als Inspirationsquelle für den Geist, denn wir erreichen unsere Ziele leichter, wenn wir *nicht gegen unseren Körper arbeiten, sondern mit ihm*.

Vieles, was im Leib unwillkürlich geschieht, sendet nicht nur für uns selbst, sondern auch für andere Botschaften aus. In ihrem Beitrag *Nonverbale Trance* zeigen Gudrun und Albrecht Schmierer, dass eine nonverbale Kommunikation fließend in einen natürlichen Trancezustand überleiten kann, der Loslassen und Hingabe fördert. Auch im Schlaf lassen wir los und verlieren größtenteils unser Wachbewusstsein, weshalb uns dieser Zustand oft unkontrollierbar erscheint. Doch Björn Rasch beschreibt, wie *Hypnose Schlaf vertiefen* kann. Und schlafend erholen sich Leib und Seele.

Zum Verständnis der Wechselwirkung von Leib und Seele schreibt Viktor von Weizsäcker an der oben zitierten Stelle weiter: »Die erklärenden Wissenschaften stehen dabei am einen, die Poesie am anderen Ende einer Reihe, die man nicht absichtlich zu zerreißen braucht.«

Lassen Sie sich durch unsere Beiträge über Wissenschaft, Meditation und Trance leibhaftig beseelen.

\* Viktor von Weizsäcker: Anonyma. Bern: Francke, 1946, S. 23 f. (Hervorhebungen im Original).



## WISSENSCHAFT & PRAXIS

- ▶ **06 Die Seele im Körper verorten**  
Die Polyvagaltheorie und ihre praktische Bedeutung für Zahnärzte  
*Gisela Perren-Klingler*
  
- 10 Das psychosomatische Wechselspiel beim Autogenen Training**  
*Björn Husmann*
  
- 18 Hypnotische Trance, Meditation und Kontemplation**  
*Olivier Ryhiner*
  
- ▶ **22 Du musst einfach nur die Zähne zusammenbeißen**  
Eine imaginäre Körperreise bei Kopfschmerzen und Bruxismus  
*Sabine Fruth*
  
- 26 Der König und sein Reich**  
Mit unserem Körper arbeiten, nicht gegen ihn  
*Dorothea Thomaßen*
  
- 32 Nonverbale Trance**  
*Gudrun und Albrecht Schmierer*

## 36 Schlafvertiefung durch Hypnose

*Björn Rasch*

## PRISMA

- ▶ **44 Wie eine große Familie**  
Impressionen vom 40. Jahreskongress der SMSH in Balsthal  
*Gisela Zehner*
  
- 46 Rückblick nach vorn**  
Berichte vom Hypnose-Kongress Berlin 2021

## FORUM

- 29 SEHEN**  
HYPNOTISCHER STEIFZUG – Kolumne von Steffi Könnecke
  
- 35 Was wir von klugen Sprüchen lernen**  
TREIBGUT – Kolumne von Wolfgang Kuwatsch
  
- 42 Anuk Arudpragasam: »Die Geschichte einer kurzen Ehe«**  
FUNDGRUBE – Hypnose in der Literatur



32



46



62

## REZENSIONEN

### 54 M. Doucleff: Kindern mehr zutrauen

*Susann Fiedler*

### ► 54 M. E. Harrer, H.-J. Ebell: Hypnose und Achtsamkeit in der Psychoonkologie

*Kathrin Kühnel*

### 55 I. Capua: Die geheimnisvolle Reise der Viren

*Dirk Reißmann*

### 56 C. Benz: TigerGulasch

*Sharon Riewe*

### 56 T. Liu, B. Trenkle: Die Chinesische Truhe

*Dorothea Thomaßen*

## DGZH INTERN

### 60 Bericht des Vorstands

*Ute Stein*

### 61 DGZH-Nachrichten kompakt

## WEITERE INHALTE

### 3 Editorial

### 52 Vorschau: Hypnose-Kongress 2022

DGZH-Spezial, Studierendentag,  
Wissenschaftssymposium

### 58 Fortbildungstermine

## MITARBEIT

Wir möchten alle DGZH-Mitglieder und Leser:innen der DZzH anregen, sich inhaltlich an der Zeitschrift zu beteiligen. Wenn Sie eine Idee zu einem Beitrag haben, wenden Sie sich bitte an die Redaktion unter [dzzh-redaktion@dgzh.de](mailto:dzzh-redaktion@dgzh.de). Wir freuen uns auf Ihre E-Mail!

## VORSCHAU HEFT 2/2022

### Schwerpunkt: »Wandel und Beständigkeit«

Erscheinungstermin: 26. August 2022

## IMPRESSUM

### Deutsche Zeitschrift für zahnärztliche Hypnose

Ausgabe: 1/2022, 28. Jahrgang

Herausgeberin: Deutsche Gesellschaft für Zahnärztliche Hypnose e. V.

Kontakt: Königstr. 80, 70173 Stuttgart

Fon: 0711 2360618, Fax: 0711 99783630

E-Mail: [dzzh-redaktion@dgzh.de](mailto:dzzh-redaktion@dgzh.de)

ISSN: 1866-3362

Copyright: DGZH e. V. Alle Rechte vorbehalten.

Auflage: 2.400 Exemplare (zweimal jährlich)

Chefredaktion: Dr. Dorothea Thomaßen

Redaktion: Dr. Dorothea Thomaßen, Jörg Exner

Satz, Layout: Jörg Exner

Anzeigen: Eva Tiedke-Trimborn, [trimborn@dgzh.de](mailto:trimborn@dgzh.de)

Druck: Scheufele Druck & Medien, Stuttgart

Versand: Staufen Direktwerbung GmbH, Wangen

Titelbild: Yakobchuk Olena / [stock.adobe.com](https://www.stock.adobe.com)