

Jörg Dieter Günther
Heilpraktiker



Zwischen westlicher und traditioneller chinesischer Medizin

Mein Weg zur Kunst des Heilens

INHALTSVERZEICHNIS

1. Persönliche Vorstellung des Autors
2. Der Weg durch die Ausbildungen (mit einer Erläuterung ihrer Inhalte)
3. Patrik (7) und seine Nierensteine
4. Die fünf Wandlungsphasen
5. Die Zugehörigkeiten von Muskeln, Meridianen, Wandlungsphasen und Emotionen
6. Zusammenfassung und Erläuterung der Arbeit mit den fünf Wandlungsphasen
7. Die fünf Säulen unserer Ernährung
8. Ausfertigung Ihrer persönlichen Liste für Obst und Gemüsesorten
9. Tabellen der Nahrungsmittel für die unterschiedlichen Blutgruppen
10. Akupunkturpunkte und ihre Wirkung bei der Nadelung
11. Kontrollkreislauf der fünf Wandlungsphasen
12. Wenn die Akupunkturbehandlung keinen Erfolg hat ...
13. Zusätzliche Komponenten
14. Beispiele anderer Möglichkeiten
15. Emotionale Auffälligkeiten und die energetische Weiterleitung
16. Meine Arbeit mit emotionalen Belastungssituationen
17. Kombinationen der fünf Elemente in einer Erkrankung
18. Überblick über die Wandlungsphasen mit ihren organischen Erkrankungsmöglichkeiten
19. Einige Beispiele aus meiner Praxis: Wie die Angaben des Patienten von mir „übersetzt“ werden
Fragenkatalog zur Selbsteinschätzung der Wandlungsphasen
Auswertung
Hinweise für meine Leser und Leserinnen

Zum Geleit

Die führenden Wissenschaftler haben mittlerweile die Theorie von Albert Einstein verifiziert:

„Selbst die Zerlegung eines Atomkernes zeigt keine Materie, sondern nur die Bündelung freier Energie.“

Den Gegensatz zur Materie bildet die Information. Information ist IN FORM gebrachte Energie. Folglich hat die Information einen weitreichenden Einfluss auf die Materie. Selbst Gefühle, so wurde jetzt durch die Quantenphysik bewiesen, sind Energieformen, die sich manifestieren.

Die Chinesen wissen bereits seit mehreren Jahrtausenden, dass Gefühle krank machen können. Im Westen wurde erkannt, dass Emotionen das Immunsystem beeinflussen.

Somit ist die Information wichtiger als die Materie, denn mit jeder neuen Information ändert sich auch die Materie.

„Der Geist wacht über alle Dinge“, heißt es schon in der Bibel. Selbst unsere Gedanken sind IN FORM gebrachte Energien. Halten wir lange genug an einem Gedanken fest, manifestiert er sich auch in Materie.

Bei den guten Informationen ist das sehr zu begrüßen. Doch gibt es auch Informationen, die ungünstige Eigenschaften hervorrufen und - auf unseren Körper und unsere Emotionen übertragen - krank machen können.

Allein durch die Möglichkeit, die Welt anders wahrzunehmen als bisher, ist Ihnen die Möglichkeit gegeben, Ihre alten

Informationen zu verändern oder gar ganz zu verabschieden.

Probieren Sie es vierzehn Tage lang aus - und vergleichen Sie selbst.

1

Persönliche Vorstellung des Autors

Sehr geehrter Leser,
sehr geehrte Leserin,

vielen Dank, dass Sie dieses Buch gekauft haben und somit zu einem Teil meines Lebens geworden sind.

Zunächst möchte ich Ihnen mich und meine Sicht- und Denkweise mit einer Reise durch meine Ausbildungen näher bringen. Dies ist zwar ein Sachbuch, allerdings eines, das auf eine ganz persönliche Art und Weise geschrieben wurde.

Mit diesem Buch stelle ich meine Erfahrungen und Erlebnisse offen dar. Auf keinen Fall ist dieses Buch als Lehrbuch mit erhobenem Zeigefinger zu sehen. Ich möchte Sie mit diesem Buch etwas sensibler machen für die Welt, in der wir alle leben.

Wir haben alle nur diesen einen Körper, in dem unsere Seele lebt und ihre Erfahrung macht. Gerade in der materiellen, kapitalistischen Welt wird sehr oft vergessen, dass unser höchstes, wertvollstes Gut unsere Gesundheit ist. Die Chinesen wissen das schon sehr lange, und dementsprechend verhalten sie sich auch. Im Folgenden möchte ich Ihnen einen Einblick geben, wie einfach und gleichzeitig genial dieses seit 3500 Jahren dokumentierte Erfahrungswissen ist.

Wie alles begann

Wir alle werden geprägt durch unsere Kindheit, durch die Art und Weise, wie wir aufgezogen werden. Wir alle sind in den ersten Lebensjahren auf die Mithilfe der „Großen“ (Erwachsenen) oder sagen wir lieber: der *Erfahrenen* angewiesen. Durch sie lernen wir, was sich gehört und was nicht, wie dies und jenes funktioniert. Wie wir welche Erfahrungen zu deuten haben. Was gut und was schlecht ist. Mein Vater war Fachlehrer für Bürokommunikation, und wenn ich eine Frage stellte, bekam ich die Antwort: „Das muss man doch wissen.“ Damit konnte ich aber nicht viel anfangen, also blieb mir nichts anderes übrig, als die Fachbücher aus dem Schrank zu holen und das, was ich wissen wollte, herauszusuchen. Klar war ich damals wütend auf solch eine Antwort meines Vaters, da ich ja wusste, dass er es wusste.

Später, viel später erkannte ich allerdings den Vorteil dieser Art von Erziehung, der darin bestand, dass ich in meinem Bemühen, an Wissen zu kommen, Bücher und andere wissende Menschen kennenlernte und mit jedem Umweg ungleich mehr über die Welt erfuhr, als wenn ich einfach nur die Antwort meines Vaters bekommen hätte. Ich wäre heute sicherlich nicht der, der ich jetzt bin: neugierig und wissenshungrig auf mehr Informationen.

Auch werden wir alle geprägt durch unsere Umwelt, vor allem in den Kinderjahren. Meine Mutter war medizinisch-technische Assistentin und für die Röntgenabteilung zuständig. Sie nahm mich oft mit zu ihren Tag- und Nachtdiensten, und so machte ich schon früh Erfahrungen, die mich für mein Leben prägten. Ich beobachtete, wie Menschen, die krank geworden waren, durchleuchtet wurden, wie man in sie hineinschaute, um herauszufinden, was sie krank gemacht hatte, wie man die Ursachen erforschte, die zum Teil schon weit in der Vergangenheit lagen. Schon damals war der Grundstein gelegt für meine spätere Berufung, mich um das Durchleuchten von kranken

Menschen zu kümmern - nur auf eine andere Art und Weise als der Röntgenmediziner. Sicherlich hätte auch ich diesen Beruf ergreifen können, doch irgendwie war mir das mit so viel Technik zu unpersönlich.

Der Weg durch die Ausbildungen (mit einer Erläuterung ihrer Inhalte)

1987 Schlüsselzonenmassage nach Dr. Marnitz

Mein eigentlicher Weg begann mit meiner Ausbildung zum Masseur und medizinischen Bademeister. In einem Zusatzkurs erlernte ich 1987 die Schlüsselzonenmassage nach Dr. Marnitz. Dies ist eine sehr schmerzhafteste Behandlungsmethode über bestimmte „Schlüsselpunkte“, die fest gedrückt oder gerieben werden, damit der Körper seine eigenen „Schmerzmittel“ ausschüttet und dadurch in eine tiefe Entspannung fällt. Sicherlich eine harte, sehr intensive Methode aus der Akupressur, nur von einem westlichen Arzt entwickelt. Ich wollte es damals noch nicht glauben, dass es Patienten darauf anlegen, ihre Schmerzen mit Schmerzen behandeln zu lassen. Die Erfahrung zeigt allerdings, dass es sehr gut funktioniert. Sie selbst tun es, wenn Sie sich z. B. das Schienbein an einer Kante anschlagen: Sie erzeugen einen „Gegendruck“, indem Sie sich das Knie festhalten und warten, dass der Schmerz nachlässt.

1987 Schlingentisch-Methode

Im selben Jahr belegte ich die Erweiterungskurse der Schlingentisch-Methode. Die Schlingentischtherapietechnik wurde von einem Segler entwickelt. Durch Schlaufen und Seile werden die Gliedmaßen des Patienten „lotgerecht“ aufgehängt. Dadurch, dass das Lot durch die Gelenkmitte fällt, entfällt der Anpressdruck im Gelenk auf die Gelenksknorpel, was zu einer Entlastung der kranken Gelenke führt. Hinzu kommt, dass in dieser Lage der Patient zu Übungen aufgefordert werden kann, bei denen alle Muskeln und Sehnen, welche auf das Gelenk einwirken, bewegt werden können, ohne dass dabei der Gelenksknorpel überbelastet und möglicherweise beschädigt wird. Ich benutze diese Technik gerne bei Bandscheibenvorfällen, mit dem ganz wichtigen Hinweis, dass nur diejenigen Bandscheibenvorfälle im Schlingentisch behandelt werden dürfen, bei denen die Bandscheibe nach vorne in den Bauchraum oder zur Seite auf die Nervenwurzel gefallen ist. Kann sich der Patient nicht nach vorne neigen, ist diese Behandlungstechnik verboten!

Ideal ist die Technik bei allen Nackenproblemen, da der Kopf in einer Schlaufe aus Segeltuch schwebt, der Nacken dadurch frei bleibt und der Therapeut mit beiden Händen behandeln kann. Durch die lotgerechte Aufhängung ist der Patient schmerzfrei, und zusätzlich ist es möglich, eine sogenannte axiale Separation (Zugrichtung im rechten Winkel zur Wirbelkörperdeckplatte) durchzuführen, damit sich die Bandscheiben wieder mit Gelenksflüssigkeit vollsaugen können; dadurch stellt sich die Pufferfunktion wieder her.

Im November 1988 erhielt ich meine staatliche Anerkennung als Masseur und medizinischer Bademeister mit der Abschlussnote „Sehr gut“.

1989 bis 1993 war ich 4 Jahre praktischer Arzthelfer als Stabsunteroffizier der Luftwaffe, bei der Bundeswehr.

Ausbildungsorte waren:

9 Monate Sanitätsakademie in München,

3 Monate Bundeswehrkrankenhaus in Bad Wildbad,

18 Monate praktischer Dienst in der Sanitätsstaffel in Messtetten.

In dieser Zeit lernte ich viel über die ärztliche, schulmedizinische, medikamentöse Sicht und Denkweise. Ich assistierte bei kleineren Operationen und gipste gebrochene Unterschenkel ein, versorgte die Notfälle am Wochenende und finanzierte mir hiermit meine ganzen Zusatzausbildungen für mein Berufsziel Heilpraktiker.

Durch diese frühe Finanzierung meiner Kurse war ich immer der Jüngste auf den Seminaren und hatte und habe dadurch den Vorteil, mehr und schneller praktische Erfahrungen zu sammeln, denn eines war mir schon immer bewusst: „Diese Berufserfahrung kann dir keiner mehr nehmen.“

Ein Teil meiner Ausbildung in der Unteroffizierslaufbahn lehrte mich auch, wie man Unterricht vorbereitet, Overheadfolien erstellt, sich vor der Klasse bewegt. Ich unterrichtete dann die Offiziere und die „Neuen“, die „Füchse“ bei der Bundeswehr, in Erste-Hilfe-Maßnahmen und führte auch Prüfungen durch - eine Tätigkeit, die mir später bei der Ausbildung zum Rückenschullehrer sehr nützlich war.

1990 Manuelle Lymphdrainage nach Prof. Dr. Földi in Freiburg

Die Ausbildung zu einem Therapeuten für manuelle Lymphdrainage erfolgt nach Beendigung der Masseur- oder Physiotherapeutenausbildung in einem vierwöchigen Vollzeitkurs. Ein klinisches Praktikum kann z. B. in der Földi-Klinik bei Freiburg absolviert werden.

Lymphpe ist die Gewebeflüssigkeit, die durch die Lymphbahnen zu der oberen Hohlvene nahe beim Herzen zurück in den Blutkreislauf gebracht wird. Die Arterien verzweigen sich zu den Arteriolen und diese zu den Kapillaren, den kleinsten Blutgefäßen mit frischem Blut. Durch den Druck in den Kapillaren wird der flüssige Anteil des Blutes in das umliegende Gewebe gedrückt, um all die Zellen zu ernähren, die nicht direkt an einem Blutgefäß liegen. Auf der anderen Seite werden 90 % dieser Flüssigkeit von den Venolen, die sich zu den Venen vergrößern, aufgenommen und wieder zum Herzen zurückgeführt. Die verbleibenden 10 % des flüssigen Anteils des Blutes im Gewebe werden von den Lymphbahnen angesaugt und in den Lymphknoten gefiltert. Dieser normale Zustand wird gestört, wenn sich z. B. eine Entzündung im Gewebe ausbreitet. Dadurch kommt es zu einer noch mehr Flüssigkeit ins Gewebe, und es kann zu einem Lymphstau oder einem Ödem kommen, einer Wassereinlagerung, einer Schwellung. Hier hilft die manuelle Lymphdrainage, eine Massagetechnik, die mit sanfter Auflage der Hände (20 Gramm auf einen Quadratzentimeter) die Flüssigkeit im Gewebe und den Lymphbahnen in Richtung der größeren Gelenke und dann in Herzrichtung drainiert. Es darf dabei jedoch keine weitere Reizung entstehen. Es darf auch nicht über die Haut „gerutscht“ werden, wie bei der klassischen Massage mit Öl oder Creme.

Ein Lymphstau kann auch entstehen, wenn die Lymphbahnen in ihrer Funktion beeinträchtigt werden, wie zum Beispiel bei zu enger Kleidung.

Sie kennen die dicken Füße unterhalb des Gummibandes in Ihrer Socke? Oder z. B. nach einer Operation?

Sollte eine Bahn durchtrennt worden sein, wächst sie nicht mehr zusammen, und das Gewebewasser muss sich einen neuen Weg suchen; so lange staut es sich ins Gewebe zurück.

Bei Operationen, bei denen Krebszellen oder Krebsgewebe entfernt werden, werden einzelne Lymphknoten mitentfernt und somit gleich mehrere Lymphbahnen unterbrochen. Das liegt daran, dass auf einen Lymphknoten bis zu acht Lymphbahnen eintreffen und nach der Filterung im Lymphknoten nur eine Bahn zum nächsten Lymphknoten weiterführt. Das

bedeutet, wird ein Lymphknoten entfernt, sind gleich bis zu acht Lymphbahnen unterbrochen.

Die Lymphdrüsenentzündung, wie es gerne im Volksmund heißt, gibt es nicht, da eine Drüse ein Sekret herstellt und in die Umgebung abgibt, wie z. B. Schweißdrüsen. Ein Lymphknoten ist eine Filterstation und ein Zusammenschluss mehrerer Lymphbahnen; in ihm wird kein Sekret hergestellt.

Ein geschwollener Lymphknoten, der nicht weh tut, wenn man darauf drückt, ist ein Zeichen für etwas sehr Ernstes: bitte sofort abklären lassen!

Ein Lymphknoten, der geschwollen ist und beim Berühren oder Daraufdrücken Schmerzen verursacht, ist damit beschäftigt, Bakterien, Viren oder andere körperfremde „Mitbewohner“ abzutöten – und das ist ein gutes Zeichen.

Ein Lymphknoten kann sich bis zu Kirschgröße vergrößern, ohne dass es dabei kritisch für Sie wird. Nochmals: Er muss dabei wehtun, sonst sofort abklären lassen.

Um nach einer Lymphdrainage das Wiedereinfließen von neuem Gewebewasser zu verhindern, gibt es eine spezielle Bandagierung der Arme und Beine.

In der Lymphe sind Eiweißstrukturen gebunden. Wird dem Körper durch Entwässerungstabletten das Wasser aus dem Körper gezogen, bleiben diese Eiweißstrukturen im Gewebe zurück und verkleben es.

Haben Sie schon mal ein Hühnerei aufgeschalgen und das Eiweiß ist Ihnen über die Hände gelaufen? Genauso verklebt das Gewebewasser im Gewebe, wenn das Wasser durch Wassertabletten entzogen wird.

Für einen Menschen, der sich wenig bewegen kann, ist es sicherlich unangenehm, seine zwei bis drei Liter Flüssigkeit täglich zu sich zu nehmen, doch je dickflüssiger das Blut und die Lymphe werden, da Wasser fehlt, desto größer wird die Gefahr einer Gewebeverschlackung, einer Thrombose oder einer Embolie.

Thrombosen verursachende Blutgerinnsel bilden sich meist in Venen, in den Blutgefäßen, die zum Herzen führen, vergrößern sich vor Ort, entweder bis das Blutgefäß verschlossen ist oder bis es als Blutspfropfen abreißt und dünnere Blutgefäße verstopft.

Eine Embolie entsteht, wenn so ein Blutgerinnsel abreißt, mit dem Blutstrom weitertransportiert wird und ein Blutgefäß verschließt. Die Dramatik entsteht in dem Moment des Verschlusses, da das dahinter liegende Gewebe nicht mehr mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt wird und dadurch abstirbt.

Trinken Sie zwei bis drei Liter Wasser täglich, egal wie schlecht es Ihnen geht. Sie bestehen aus mindestens 70 % Wasser, und das ist das erste „Heilmittel“, das Ihr Körper braucht, um gesund zu werden, um gesund zu bleiben.

1991 Fußreflexzonenmassage nach Hanne Marquart

Es gibt mehrere Reflexzonen am Menschen, einige davon befinden sich an den Füßen.

Eine Reflexzone hat folgende Funktion: Durch die Reizung einer Reflexzone wird im Gehirn das Areal aktiviert, das für das Organ in der Bezugszone zuständig ist.

Beispiel

Die Reflexzone für die Leber wird gereizt. Im Gehirn wird dieser Reiz mit Hormonausschüttung beantwortet, damit die Reflexzone keine Schmerzen mehr verursacht. Diese „Entspannungsinformation“ gelangt auch zur Leber, daraufhin löst sich die Spannung in den dortigen Blutgefäßen, Lymphbahnen und Muskeln, was eine bessere Durchblutung mit sich bringt, das Organ mit frischen Nährstoffen versorgt und von den Rückständen befreit.

Wie ich später noch zeigen werde, sehen die Chinesen den Schmerz entweder als Blut- oder Energiestau. Durch die Entspannungsmaßnahmen wird das Organ besser durchblutet und der Stau löst sich auf, der Schmerz verschwindet.

Bei der Fußreflexzonenmassage werden die Zonen auf beide Füße verteilt, im Gesamtbild bilden beide Füße den kompletten Menschen. Somit „steht“ der linke Fuß auch für die Organe, die es an der linken Körperseite gibt, und der rechte Fuß für die Organe der rechten Körperhälfte.

Hanne Marquart hat den „Sitzenden Menschen“ ins Leben gerufen. Wenn Sie sich einen Patienten auf dem Rücken liegend vorstellen und Sie von der Seite auf den Patienten blicken, dann schaut der Patient auf seine Füße und sich dabei ins „Reflektorische Gesicht“, das quasi durch seine Zehnnägel abgebildet wird.

Kennen Sie die Geschichte des Indianers, der täglich seine Füße einölt und massiert?

Ein Indianer war auf der Flucht und rannte um sein Leben, bis er stolperte und hinfiel. Als er aufstand und weiterrennen wollte, streikten seine Füße. Er geriet in Panik und schrie seine Füße an, dass sie wieder laufen sollten, es gehe hier um Leben und Tod. Seine Füße verlangten, wenn sie ihn nun wieder weitertrügen, dann müsse er sie in Zukunft täglich einreiben und massieren.

Als er nach dem Grund fragte, erklärten ihm die Füße, dass er nach dem Essen seine öligen, fettigen Finger immer in seine Haare schmiere und diese dadurch glänzten und geschmeidig blieben. „Und wir, wir tragen dich durch den Tag über Stock und Stein, springen auf und ab und wir bekommen nie einen Ausgleich.“

Da versprach ihnen der Indianer, dass er sie nach dem Essen ebenfalls einreiben werde. Und so geschah es.

Wie oft haben Sie schon Ihre Füße verwöhnt? Belohnt für die acht Stunden Stehen im Berufsleben? Für die Qualen in den Schuhen, abgeschnitten von der Durchblutung und vor allem von Licht, Sonne und Luft?

Meine Füße hatten nach meinem Marathon weder eine Blase noch hatte ich Schmerzen in den Füßen, und zwei Tage nach dem Lauf konnte ich schon wieder weiterjoggen.

Pflegen Sie Ihre Füße, und denken Sie daran: Dadurch, dass dort Ihr ganzer Körper reflektiert wird, massieren Sie sich komplett selbst, den ganzen Körper.

Belohnt werden Sie mit einem angenehmen, entspannten Gefühl, das Ihren ganzen Körper durchfließt. Massieren Sie am besten vor dem Schlafengehen, damit die Entspannung über die ganze Nacht für einen wohligen Tiefschlaf sorgt.

Noch besser ist es natürlich, wenn Sie von Ihrem Partner massiert werden, nachdem Sie seine Füße massiert haben.

„Ein Baum altert zuerst an seinen Wurzeln, der Mensch an seinen Füßen“, lautet ein altes chinesisches Sprichwort.

1993 Medizinisches Aufbautraining

Ich durchlief diese Kursserie in der Sportklinik in Bad Cannstatt bei Stuttgart leitender Arzt war Dr. Habermeier ein Spezialist für Schulteroperationen. Diese besondere Form der Krankengymnastik wird speziell direkt nach Operationen oder Unfallverletzungen angewandt, unter Zuhilfenahme von Trainingsgeräten wie Gewichtszugapparaten, Trampolin, Weichbodenmatte, Wasserbecken, Granulatkisten, Gummibändern und vielem mehr.

1993 Orthopädischer Rückenschullehrer des Verbandes für Physiotherapeuten

1993 war dies mein Durchbruch für meine nebenberufliche Selbständigkeit. Ist Ihnen schon aufgefallen, dass wir in den zehn Jahren Schulpflicht nichts darüber lernen, wie wir uns zu bewegen haben, ohne uns dabei zu schädigen? Wir lernen, wie man über Turngeräte springt, Ballspiele, Liegestütze und solche Sachen macht, doch wie Sie Ihren Körper einzusetzen haben, wenn Sie sich die Schuhe binden, Getränkekästen tragen oder ins Bett gehen, darüber haben wir in der Schule nichts gelernt.

Erst in der orthopädischen Rückenschule erlangt man das Wissen, wie man sich rückengerecht verhält und so die vierzig Berufsjahre gesund übersteht. Nicht einmal in den Berufsschulen wird so etwas Grundlegendes unterrichtet.

In China wächst jeder mit seinem Qi Gong oder Thai Qi auf und führt es bis zu seinem Tod durch, einfach, um im Fluss zu bleiben, die Gelenke, Muskeln und Sehnen zu schmieren und geschmeidig zu halten, um sich und seinen Körper zu spüren, zu genießen und um in Dankbarkeit den Tag zu begrüßen und ihn zu verabschieden.

Wir Europäer machen den Rückenschulkurs erst, wenn der Rücken kaputt ist, denn dann bezahlt ja die Krankenkasse, damit wir wieder in unserem Alltag funktionieren.

Kleine Übung

Sie sitzen, mit aufrechtem Rücken, die Beine fest auf dem Boden, die Knie schulterbreit auseinander.

Dann können Sie sich vorstellen, Sie sitzen am spitzen Ende eines Kuchenstückes, und alles, was sich in diesem „Kuchenviertel“ vor Ihnen befindet, können Sie mit geradem Rücken rückenschonend auf- oder anheben, ablegen oder verschieben.

Um sich in verschiedenen Höhen bewegen zu können, benutzen Sie Ihre Knie, gehen Sie in die Hocke, machen Sie einen Ausfallschritt oder stehen auf und bewegen sich zu der Sache hin, die Sie verändern wollen.

Noch ein ganz einfacher Tipp

Machen Sie in Ihrer Freizeit genau die entgegengesetzten Bewegungen wie in Ihrem Berufsalltag.

Sie sind zum Beispiel als Fliesenleger tätig und somit den ganzen Arbeitstag auf den Knien unterwegs, dann sollten Sie Bewegungen durchführen, die Sie strecken und lang machen.

Z. B.: Volleyball, Basketball, Klettern usw.

Sie haben eine sitzende Tätigkeit? Dann wird es Zeit, einen dynamischen Ausgleich zu finden: Laufen, Schwimmen, Radfahren.

Noch ein Tipp

Ihr Bett sollte so hoch sein wie die Sitzfläche eines Stuhles.

Denn nur dann können Sie rückengerecht aufstehen bzw. sich ins Bett legen, und das Aufstehen „mit dem falschen Fuß“ ist dann auch vorbei.

1994 Nicht operative orthopädische Medizin nach Dr. Cyriax

Auf der Insel Bonaire in der Karibik lebt Dos Winkel, der Beste dieses Faches, ein genialer Referent und Fachautor. Im Februar 1996 besuchte ich ihn für ein Zweiwöchenseminar, wiederum als Abschluss für das vorangegangene Jahresseminar in Stuttgart.

Gewusst wo, könnte man zu dieser Ausbildung auch sagen. Aus meiner Sicht ein Muss für alle, die am Körper des Menschen arbeiten wollen.

Für uns war es damals die interne Meisterprüfung für den Beruf des Masseurs und Physiotherapeuten.

Anwendungsbeispiel

Sie kennen einen Tennisarm? Das ist die Bezeichnung für Beschwerden, wenn der Muskelansatz des Fingerstreckers am Unterarm, auf der Höhe des Ellenbogens, überlastet wurde, sich entzündet hat und die Schmerzen außen am Ellenbogen verhindern, dass Sie bestimmte Bewegungen ausführen können wie eine „Rückhand“ beim Tennis (daher der Name) oder das Hantieren mit einem Schraubendreher.

Hier wird folgende Methode genutzt: Mit speziellen Querfriktionen wird die verklebte, verspannte Muskel-Ansatz-Stelle wieder entspannt.

Ein weiteres Beispiel

Ihr Meniskus im Knie ist eingeklemmt. Bevor operiert wird, können wir mit dieser Methode den Meniskus wieder in seine Ursprungslage zurückbringen. Für diese Art Therapie müssen wir Therapeuten über sehr genaue Anatomie und Körperfunktionskenntnisse verfügen.

1994 Sportphysiotherapeut

Im Rahmen dieser speziellen Ausbildung zur Begleitung von Sportlern vor, während und nach dem Wettkampf wurden mir grundlegende Trainingsideen vermittelt, es wurden Ernährungspläne geschrieben, Aufbau-Trainingspläne erstellt und prophylaktische Maßnahmen vermittelt wie das Anlegen von Tape-Verbänden um die Gelenke, mit denen der Bandapparat unterstützt und Verletzungen vermieden werden, hauptsächlich jedoch zu dem Zweck, während der Trainingszeiten Bandverletzungen auszukurieren.

1995 Reiki I und II des Usui-Systems, durch Hans Reichersdörfer

Kaum war ich auf der Schule für Massage und Krankengymnastik, da wurde das erste Mal von Reiki gesprochen. Ich hatte keine Ahnung, was das war, und rief eine Schule in meiner Nähe an, um Informationen einzuholen. Der Schulleiter und Reikilehrer erklärte mir, dass es drei bzw. vier Seminare gebe – von Reiki I und II über Lehrer und Reikimeister –, in denen man dies lernen könne.

Ich fragte nochmals, was denn nun Reiki sei.

„Das erfahren Sie auf dem ersten Seminar“, sagte er.

„Ich soll also ein Seminar buchen, ohne zu wissen, was auf mich zukommt?“

„Ja“, sagte er.

„Und was soll das kosten?“

„Das erste Seminar kostet 450 DM“, war die Antwort.

„Bitte? Ich soll ein Seminar buchen, ohne zu wissen, was es ist, und dafür 450 DM bezahlen?“ (Ich war noch in der Ausbildung und hatte kein Geld bzw. nur das, was ich mit meinen ersten Massagen neben der Schulzeit verdiente.) „Und Sie verraten mir nicht einmal, was Reiki ist?“

„Nein, das erfahren Sie auf dem ersten Seminar“, wiederholte er.

Ich ließ dann die Idee fallen und konzentrierte mich auf meine Ausbildung in der „Hardware“, in der Anatomie und den unterschiedlichen Massagetechniken, und besuchte die ersten Zusatzkurse, die von den Krankenkassen bezahlt werden, wenn man den Abschluss vorweisen kann.

Von Reiki hörte ich immer wieder, und doch erfuhr ich nur, dass es sich um Energie handelte.

Es kam der Tag, da sendete ich den Wunsch in den Kosmos, einen Meister der Weisen Magie kennen zu lernen.

Eine Woche später stand Hans Reichensdörfer bei mir in der Praxis, um etwas abzuholen, was er über eine Kollegin von mir bestellt hatte. Ich schaute den Mann an und hatte irgendwie das Gefühl, dass wir uns schon ewig kannten und uns viel zu erzählen hatten. Er nahm ziemlich wortlos die Bestellung mit und verschwand. Ich war noch ganz verdutzt, als das Telefon fünf Minuten später klingelte und meine Kollegin dran war, die mir mitteilte, dass Hans ganz begeistert von mir sei und er mich unbedingt näher kennenlernen wolle.

„Okay“, sagte ich, „mir geht es genauso.“

Wir trafen uns am Wochenende zu seinem Pendel-Seminar.

Pendeln ist so der Einstieg in das, was es da noch mehr gibt zwischen Himmel und Erde, als was in der Schule gelehrt wird.

Es stellte sich zudem heraus, dass Hans des Öfteren bei Sai Baba in Indien und dass er Reikimeister und -Lehrer war.

Oha, jetzt hatte ich einen Menschen kennengelernt, den ich eine Woche zuvor bestellt hatte: einen Meister der Weisen Magie. Es kam zur Ausbildung oder sogenannten Einweihung.

Was dabei passiert, beschreibe ich im Folgenden:

In Verlängerung unserer Wirbelsäule, durch den Scheitel des Kopfes, verläuft ein „Rohr“, ein Kanal, durch den die göttliche Energie (universelle Lebensenergie) fließt. Mit dem Verschluss unserer Fontanelle, das ist das weiche Loch am Babykopf, bevor sich die Kopfknochenplatten zusammenfügen, verringert sich auch der Durch- und Einfluss dieser Energie. Zudem werden dann in der Schule das Gehirn und das logische Denken geschult, und alles andere wird ins Lächerliche gezogen, für unsinnig erklärt, verboten oder in eine kirchliche „Glaubenskiste“ gesteckt. Der Verstand steht nun über den Dingen, nicht mehr die göttliche Energie, das weiße Licht Gottes.

In der ersten Reiki-Einweihung wird nun dieser Kanal wieder geöffnet.

Mit der zweiten Weihe wird er gereinigt, gesäubert, quasi blitzblank saubergeputzt.

In der dritten Weihe wird das „Kanalrohr“ mit einer Art „Sieb“ oder „Gitternetz“ gesichert, das nur für die gute Energie durchlässig ist.