

Handauflegen mit System:
Beim „**Therapeutic Touch**“ entsteht zwischen Patient und Behandler ein wirksamer Energiefluss

Heilsame Berührungen



Die Hand reichen, einander berühren, in den Arm nehmen. Wer krank ist, weiß, dass die Nähe eines anderen hilft. Und wenn es nur darum geht, sich wieder etwas wohler zu fühlen. Meistens sind es Partner, Freunde und Verwandte, die einen umarmen oder drücken. Mit „Therapeutic Touch“ (TT) erobert jetzt eine Behandlungsmethode Europa, bei der Profis Hand anlegen.

TT gehört ebenso wie Reiki zu den „Energiebehandlungen“, verzichtet aber auf das Ritual der Einweihung, bei der im Reiki die Energiekanäle des Behandlers geöffnet werden sollen. Während dort die universelle Lebensenergie durch die Hände des Therapeuten in den Körper des Patienten fließt, nutzt der TT-Therapeut

die eigenen energetischen Kräfte, um den Energiefluss des Patienten zu dirigieren. Der standardisierte Behandlungsablauf besteht aus vier Schritten: 1. Der Therapeut konzentriert sich bewusst auf den Menschen, den er behandelt. 2. Er schätzt dessen Energiefeld ein, indem er die Hände über den Körper führt. 3. Durch gezielte Berührung werden der Energiefluss angeregt und Blockaden ausgeglichen. 4. Der Therapeut tastet das Energiefeld erneut ab und stärkt es gegebenenfalls noch einmal.

Hilfe durch Handauflegen

Berührung als Medizin ist so alt wie die Geschichte der Menschheit. Höhlenmalereien zeigen, dass sie schon

Mit sanftem Druck lässt sich der Energiefluss verbessern

vor 15 000 Jahren zu Heilungszwecken eingesetzt wurde. Handauflegen ist selbst heute eine gängige Praxis, sogar in Deutschland. Allerdings hat diese manuelle Therapie fast immer esoterische Züge.

„Therapeutic Touch“ ist anders. Die Methode wurde vor rund 30 Jahren von der amerikanischen Pflegeprofessorin Dolores Krieger und ihrer Kollegin Dora Kunz für den Einsatz in Krankenhäusern entwickelt. Ziel des Verfahrens ist es, Stress, Schmerzen und Ängste zu reduzieren, die Vitalität und die Selbstheilungskräfte zu stärken – begleitend zu schulmedizinischen Behandlungen und ohne spirituelle Bezüge. Selbst nach Operationen und in der Therapie von Tumorkranken wird TT eingesetzt.

Die Therapeutin und Ausbilderin Anja Homeyer aus Herten-Westerholt sagt: „Allein die Tatsache, dass jemand sich entspannt und geborgen fühlt, hilft schon, die Selbstheilungskräfte anzuregen.“ Diese Wirkung hat sie am eigenen Leib erfahren, als sie mit 34 an Schilddrüsenkrebs erkrankte. Eine OP und eine anstrengende radioaktive Jodtherapie folgten. „Der Krebs und die Behandlung haben mich umgehauen“, erinnert sich Anja Homeyer. „Ich fühlte mich so kraftlos. Deshalb habe ich mich zusätzlich mit bioenergetischen Methoden behandeln lassen.“ Durch sie fühlte sie sich leichter, stärker und wieder gesünder. Das Konzept überzeugte sie so sehr, dass sich die professionelle Sängerin zur TT-Therapeutin ausbilden ließ.

Der Körper reagiert darauf

Da „Therapeutic Touch“ für die Pflege und Anwendung im Krankenhaus entwickelt wurde, gibt es inzwischen mehrere Studien, die den Effekt belegen. Kinder, die mit akuten Stressanzeichen wegen einer Verletzung, einer bevorstehenden Operation oder einer Krankheit in Kliniken eingeliefert wurden, waren nach der Behandlung entspannter. Zudem hatten sie niedrigere Pulswerte, und ihr Hautwiderstand war geringer. Alles Zeichen dafür, dass es den kleinen Patienten mit TT besser ging. Auch Alzheimer-Kranke zeigten nach einer Sitzung weniger der typischen Symptome wie Fluchen und Unruhezustände. Für den Durchbruch der Methode in den USA sorgte eine Studie, in der eine Ver- ▶

Tun Sie Ihrem ganzen Körper etwas Gutes.



Nährstoffe für Energie und Vitalität



Vitamin A für Ihre Sehkraft



Kalium für Ihre Muskeln

Kraftquellen ordnen die Zellen

Mal scheinen die Hände über dem Körper zu schweben, dann berühren sie ihn wieder. So lassen sich Energieblockaden aufspüren und beseitigen



besserung der Wundheilung nachgewiesen wurde. Heute wird TT an zahlreichen Colleges und Kliniken des Landes unterrichtet und angewendet. In Österreich und den Niederlanden ist „Therapeutic Touch“ bereits Bestandteil der Pflegeausbildung und wird zum Teil auch von Ärzten eingesetzt.

„Im Krankenhaus hat man oft nur wenige Minuten Zeit, aber selbst die kann man etwa beim Verbandswechsel für TT nutzen“, sagt Anja Homeyer. Denn für den Therapieerfolg ist es egal, wie lange der Patient behandelt wird. Ein weiteres Plus: Weil sich die Therapeuten zu Beginn der Sitzung selbst „zentrieren“, um sich optimal auf den Patienten einzustellen, werden auch sie ruhiger und entspannter. Und was Anja Homeyer ebenfalls wichtig ist: TT ist eine handfeste Angelegenheit. „Es ist nichts Heiliges dabei. Deshalb lache ich auch oft mit meinen Patienten während der Behandlungen.“

VITAL-Autorin Esther Langmaack hat den Praxistest gemacht, um die Heilwirkung des „Therapeutic Touch“ hautnah zu spüren. ■

Der Selbstversuch

Lassen sich Veränderungen im Energiefluss wirklich spüren?



VITAL-Autorin Esther Langmaack ließ sich mit „Therapeutic Touch“ behandeln

Vier Wochen lang harte Arbeit, dazwischen einige Nachtschichten, eine fiese Erkältung und ein Tennisellenbogen vom Schreiben – wirklich fit fühle ich mich im Moment nicht. Da kommt das Angebot von Anja Homeyer gerade recht: Also lege ich mich auf die Liege und warte auf das, was kommt. Die Therapeutin steht ruhig neben mir und ich fühle mich wohl in ihrer Nähe. Die ersten Minuten der Behandlung

halte ich die Augen geöffnet, weil ich sehen und genau beobachten möchte, was passiert. Anja Homeyer streicht mit ihren Händen in etwa 5 Zentimeter Abstand über meinen ganzen Körper. Die Hände bewegen sich ein bisschen – als würden sie die Luft über mir aufwirbeln. Dann klappen mir

Energiefluss aus den Händen

Die junge Wissenschaft der Energiemedizin hat bewiesen, dass „Therapeutic Touch“ tatsächlich heilen kann

Die wissenschaftliche Basis des „Therapeutic Touch“ sind die Forschungen der Energiemedizin. In zahlreichen Studien weist sie nach, dass jede Körperfunktion (z. B. Herzschlag, Atmung, Stoffwechsel) durch den Energietransfer von Zelle zu Zelle gesteuert wird.

Seinen täglichen Energiebedarf deckt unser Organismus durch Wellen, Felder und Strahlen von elektrischem Strom, Magnetismus und Licht. Sie kommen aus der Erde, von der Sonne und aus dem gesamten Kosmos.

Ihre Energie trifft auf eine innere Matrix unseres Körpers. Dieses Hochgeschwindigkeits-Kommunikationsnetzwerk sitzt im Bindegewebe. Es ist ein komplexes Leitungssystem, das Energie-Infos aus der Umgebung aufnimmt, speichert und je nach Bedarf wieder freisetzt. Verschiebt sich das Energiefeld im Bindegewebe,

gerät der energetische Fluss ins Stocken. Der Mensch wird krank. Erst dann kommt es zu biochemischen Entgleisungen und Krankheitsreaktionen wie einem zu hohen Cholesterin- oder Blutzuckerspiegel. Im Umkehrschluss bedeutet das, dass Krankheitsprozesse gestoppt werden können, sobald die energetische Dysbalance behoben ist.

Dafür sorgt der „Therapeutic Touch“. Messbare Energieströme mit großem Frequenzspektrum werden von der Handfläche des Therapeuten abgestrahlt. Diese Energieströme kommen aus seinem Bindegewebe und werden durch die sanften Berührungen direkt in das des Patienten übertragen. Dort normalisieren sie biophysikalische Prozesse und regeln den gestörten Informationsfluss der Körperenergie. Die Folge: Die Beschwerden des Patienten lassen nach.

TEXT: Esther Langmaack; FOTOS: Reynaud/Mondadori/Picture Press, Gettyimages

auch schon die Augen zu. Ab und zu linse ich, was sie tut. Aber die Entspannung erwischt mich so sehr, dass mein Wunsch, alles kritisch zu hinterfragen, verschwindet. Später erklärt sie mir: „So nehme ich das elektromagnetische Feld des Patienten wahr. Es sollte sich leicht und weich anfühlen. Wenn die Hände quasi ‚reinrutschen‘, erkenne ich daran eine Energieblockade.“ Ich lasse alles auf mich wirken. Nachdem sie meinen „Luftraum“ erkundet hat, legt sie beide Hände mit ganz leichtem Druck auf meinen Körper und fährt ihn systematisch ab wie eine Landkarte.

Ich spüre ganz feine Vibrationen und im Bauchraum längere Strömungen – als würde sie weiche, warme Wellen durch meinen Körper senden. Mein Atem geht so regelmäßig und tief wie sonst nur im Schlaf. Ich fühle mich wohl, warm und aufgehoben. Nach der Behandlung legt Anja Homeyer kuschelige Decken auf meinen Körper. Tatsächlich friere ich sehr. Die Kälte kommt aus dem Inneren. Aber zehn Minuten später bin ich wieder warm. Klar, meine heftigen Ellenbogenschmerzen sind noch da – die Illusion, dass sie schon nach einer Sitzung verschwinden könnten, hatte mir Anja Homeyer von vornherein genommen. Aber mein Körper fühlt sich herrlich entspannt an wie lange nicht mehr. ■

Info

- Eine Behandlung dauert etwa 20 Minuten plus Nachruhezeit. Kosten: ca. 20 Euro. Keine Kassenleistung.
- In Deutschland und Österreich gibt es rund 600 Therapeuten, in den USA 100 000, davon 50 000 Krankenschwestern.
- Therapeuten finden Sie im Internet unter www.therapeutic-touch-netwerk.de. Fragen beantwortet Anja Homeyer auch gern direkt. Adresse: Am Bungert 19, 45701 Herten, Tel. 02 09/8 50 67 77.
- Deutsche Gesellschaft für Energetische und Informationsmedizin e. V., Ludwig-Hofer-Str. 12, 70192 Stuttgart.

Dolores E-Mail: h.treugut@t-online.de
Internet: www.dgeim.de
Therapeutic Touch Die Heilung unserer
■ **BUCH-TIPP** Dolores Krieger: „Therapeutic Touch – Die Heilkraft unserer Hände“, Lüchow Verlag, 260 Seiten, 16,90 Euro.

Mit jeder einzelnen Flasche!



Apfel
Karotte
Erdbeere



Orange
Banane
Karotte



Bilbe
Karotte
Holunder



Nährt Ihren ganzen Körper.

Jede Flasche Knorr Vie enthält 50% der empfohlenen Tagesmenge Vitamin C sowie je nach Sorte 12–64% Vitamin A und 17–19% Kalium.