

# Therapeutic Touch:

## Heilende Kräfte aufrufen

**Therapeutic Touch und Energietraining sind ganzheitliche Methoden aus dem Bereich der Energiemedizin. In ihrer Praxis bietet Kristina Reutlinger die beiden alternativmedizinischen Therapien an. Ihr ist es ein Anliegen, deutlich zu machen, dass diese Methoden nicht vom Nebel diffusen Geheimwissens umwabert sind. Basis ist die wissenschaftlich erwiesene Tatsache, dass jeder Mensch von einem Energiefeld umgeben ist.**

**I**n Kristina Reutlingers Praxis und im angrenzenden Wohnraum riecht es weder süßlich nach Räucherstäbchen, noch erblickt man Gegenstände, die dem Besucher eine spirituell abgehobene Atmosphäre suggerieren wollen. Die Therapeutin für Therapeutic Touch/TT und Energietraining, deren Erstberufte Primarlehrerin und ausgebildete Heilpädagogin waren, ist erfrischend natürlich, liebenswürdig und eine wohlthuend intensive ZuhörerIn.

Wie würde Kristina Reutlinger einem ganz und gar Ahnungslosen in kurzen Worten erklären, was Therapeutic Touch bedeutet? «TT ist heilendes Berühren, mit dem das Energiefeld eines Menschen harmonisiert wird. Energiemangel soll ausgeglichen und Blockaden sollen aufgelöst werden.» Sie verweist auf den 1938 geborenen Biochemiker, Energietrainer und Publizisten Imre Kerner und sein Standardwerk «Heilen». Kerner hatte TT in den USA kennen gelernt und sich in der Methode ausbilden lassen, um diese nach der Rückkehr nach Europa mit seinem Wissen um die Bioenergie zu erweitern. In seinem Buch schildert Kerner, wie sich der Behandelnde vorerst einstimmt, sammelt, sich «zentriert.» «Der zweite Schritt ist eine Art energetische Diagnose»

schreibt Kerner. Die Hände des Behandelnden fahren nach einem vorgegebenen Muster leicht über den Körper des Patienten. Bei diesem Vorgang kann der Therapeut je nachdem in bestimmten Körperbereichen Kälte, Wärme, ein Druckgefühl erfahren oder er hat den Eindruck, leicht elektrisiert worden zu sein. Im folgenden Verlauf beginnt dann die eigentliche Behandlung: Zunächst wird sowohl Energie zugeführt als auch die Energie des Patienten ausgeglichen. Danach legt der Behandelnde seine eine Hand auf die Stelle, bei der Beschwerden oder Blockaden festgestellt worden sind, die andere Hand wird an der gegenüberliegenden Körperseite aufgelegt und erneut Energie zugeführt.

Wer schon einmal TT erlebt hat, wird bestätigen: Solch eine Behandlung setzt den Respekt des Therapeuten und das Vertrauen des Patienten voraus. Dem Behandlungserfolg zuträglich ist es mit Sicherheit, wenn der Patient weiss, dass Energiebehandlung nichts mit obskuren Prakti-



*Kristina Reutlinger*

ken zu tun hat. Der deutsche Physiker Professor Hans-Peter Dürr gehört zu jenen Wissenschaftlern, die zum Forschungsergebnis gelangt sind, dass jede Materie – selbst leblose Materie – elektromagnetische Wellen ausstrahlt. Bei der lebendigen Materie kommt hinzu, dass die Strahlung einer besonderen Ordnung folgt, die es den Lebewesen ermöglicht, Informationen zu senden und zu empfangen. Dass sogar die Zellen unseres Körpers miteinander kommunizieren, ist ein weiteres Erkenntnissteinchen im riesigen, sicher noch lange

### Informationen

Informationen zu TT, Energietraining, Ausbildung: ISTTE/International School auf Therapeutic Touch and Energy, im Internet unter [www.therapeutictouch.de](http://www.therapeutictouch.de) E-mail: [kristinareutlinger@istte.de](mailto:kristinareutlinger@istte.de)



*Es wird sowohl Energie zugeführt als auch die Energie des Patienten ausgeglichen.*

nicht restlos erforschten Mosaik der energetischen Strahlungen.

Es sind vor allem diese faszinierenden Zusammenhänge, die Kristina Reutlinger zum Arbeitsfeld Therapeutic Touch geführt haben. Diese Frau, die mit beiden Beinen auf der Erde steht, arbeitet nicht auf Grund vager Vermutungen, sondern kann auf fundierte wissenschaftliche Erkenntnisse hinweisen. Zu Recht macht sie auch darauf aufmerksam, dass in verschiedenen Spitälern und Kliniken in England und in den USA ganz offiziell «Healer»/Heiler mit den Ärzten und den Pflegefachleuten zusammen arbeiten. Von solch einer Zusammenarbeit sind wir hierzulande noch weit entfernt, auf jeden Fall ist sie noch längst kei-

ne Selbstverständlichkeit, sondern kommt allenfalls in aller Diskretion zur Anwendung.

### **Und was ist Energietraining?**

Gleich zu Beginn des Gesprächs im Reutlinger-Wohnzimmer wies die Therapeutin darauf hin, dass TT und Energiearbeit eng miteinander verschwistert seien und bei einer Behandlung gemeinsam zur Geltung kämen. Was erwartet den Klienten bei einem Energietraining?

«Zu Beginn frage ich den Klienten, was ihm Beschwerden macht – nehmen wir an, er berichte mir von Müdigkeit, Schlappeheit und mangelnder körperlicher und geistiger Fitness», erklärt Kristina Reutlin-

## **Kompakt**

- Therapeutic Touch (TT) = Therapeutisches Berühren wird als standardisierte Energiebehandlung weltweit in Kliniken und Praxen angewendet.
- Energietraining beinhaltet Energie- und Körperübungen in Verbindung mit Meditation und Atmung und hat eine dauerhafte Erhöhung des eigenen Energieniveaus zum Ziel.
- Erlernte Energieübungen können für die eigene Gesundheit im privaten Bereich trainiert oder nach einer Fort- und Weiterbildung zum TT Practitioner weitervermittelt werden.

ger. Kurz werden auch noch das Lebensumfeld und die Gewohnheiten des Klienten abgecheckt. «Häufig stelle ich sehr bald fest, dass der Mensch, der über rasche Ermüdung klagt, zu wenig intensiv atmet.» Neben effizienter Atmung ist auch ausreichende Flüssigkeitszufuhr ein Thema. Je nach Situation werden spezielle Übungen trainiert, die das Energieniveau erhöhen. Lächelnd erzählt die Therapeutin, dass ihr nicht selten entgegengehalten wird: «Dass mein Energieniveau niedrig sein soll, das glaub ich jetzt aber nicht – wo ich doch eisern jede Woche dreimal zum Joggen gehe!» Solche Leute horchen dann erstaunt auf, wenn Reutlinger ihnen sagt, dass sich ihr Körper eben an diese regelmäßige Aktivität gewöhnt habe und jetzt nach neuen Impulsen verlange.

Interessant: Jeder Sportmediziner sagt uns doch, dass Regelmässigkeit zum Erfolg und zu gesteigerter und anhaltender Fitness führe? «Lassen Sie uns zum Vergleich doch die Ernährung beiziehen», sagt Reutlinger. «Hat sich ein Körper während langer Zeit auf eine bestimmte Kalorienzufuhr eingestellt, werden wir nur dann entweder ab- oder zunehmen, wenn wir die Kalo-

rienzzahl entsprechend verändern. Das Schlüsselwort ist somit Veränderung. Wir alle nehmen zu wenig wahr, wie oft wir uns in unserem Leben und Denken auf eine Einbahnstrasse fixieren und dem notwendigen Wandel und der Veränderung ausweichen.»

Ohne Zweifel geben viele Gewohnheiten dem Alltagsleben Halt und Verlässlichkeit. Dennoch wird der Mensch, der tatsächlich als «Gewohnheitstier» lebt, vieler Lebensmöglichkeiten verlustig gehen und unter Umständen den Fluss seiner Energie blockieren. «Therapeutic Touch in Verbindung mit Energiearbeit bezeichne ich als Möglichkeit, den eigenen Weg zu finden, um die persönliche Entwicklung zu fördern und so mehr Gesundheit und Lebensfreude zu erlangen», fasst Reutlinger zusammen. Die ungewohnten Übungen und das ebenso ungewohnte Erlebnis Therapeutic Touch, verbunden mit einem Gefühl des entspannten Wohlbehagens, sind an sich schon geeignet, auf sinnvolle Veränderungen in Lebensabläufen hinzuarbeiten und einen neuen Zugang zu den Energieresourcen zu schaffen.

### **Vom Wesen der Berührung**

Wie reagieren Sie, wenn Sie im Gedränge unbeabsichtigt jemanden angestossen haben? Vermutlich mit einem hastigen «Entschuldigung!» – denn in vielen



*Nacktenbehandlung*

Kristina Reutlinger fest. Für den Klienten, der Therapeutic Touch erlebt, sind diese neuen «Berührungsqualitäten» eine Überraschung. «Die Berührung kann ganz sanft ausgeführt werden, manchmal sind härtere Massagen angezeigt – aber immer richtet sich die Intensität der Berührung nach dem Individuum.» Berührungen im Sinne von Therapeutic Touch haben jedoch nichts mit Geheimwissen zu tun. Kristina Reutlinger versichert, dass wirklich jeder Mensch die Möglichkeit habe, das Energiefeld zu spüren: «Voraussetzung ist, dass wir dies genauso lernen wie wir als Kind gelernt haben, zu buchstabieren und die Motorik unserer Hand beim Schreiben einzusetzen.» Im Übrigen darf man als Beispiel auch die Hand einer Mutter beiziehen, die sich beruhigend auf das schmerzende Bäuchlein ihres Kindes legt. Die Mutter verfügt über ein grösseres Energiefeld als das Kind. Legt sie also ihre Hand auf, erhöht sie im Bauchbereich die Energie, der

men von Erwachsenenbildungskursen vermittelt hat. Ein anderer entschliesst sich zu einem Kurs, weil er oder sie bestimmte Beschwerden hat. «Ich selbst habe früher oft und heftig unter Kopf- und Rückenschmerzen gelitten», erzählt die Therapeutin. «In der Rückschau muss ich sagen, dass ich wegen dieser Schmerzen beinahe tablettensüchtig geworden bin, ohne jedoch wirklich schmerzfrei geworden zu sein.» Eines Tages – es ist nun bald zwei Jahrzehnte her – kam die Erkenntnis, dass eine Umkehr aus dieser Sackgasse des Schmerzes unerlässlich sei, sollte noch grösserer Schaden vermieden werden. Reutlinger setzte sich zunächst mit Literatur zum Thema Energiesystem im Sinne von Akupressur auseinander. Das Wissen wuchs zwar, aber noch fühlte sich Kristina Reutlinger nicht auf dem richtigen Weg, vor allem hatte sie Bedenken, auf einen Esoterik-Trip zu geraten, der ihrem Wesen nicht entsprach.

Ein Seminar bei Imre Kerner, für das Reutlinger sogar nach Heidelberg reiste, bahnte die Wende an. Der Kursleiter hatte offenbar die Fähigkeiten der Kursteilnehmerin Reutlinger sofort erfasst und sie bei einer Partnerübung angewiesen, noch mehr Energie zu geben. «Nur schon Imre Kerners Versicherung, ich könne mir mehr zutrauen, hat in mir etwas verändert», erinnert sich Kristina Reutlinger.

Mit der Energie verhalte es sich so wie mit Wasser, das immer von der höheren zur niedrigeren Stelle fliesst, schreibt Imre Kerner in seinem leider vergriffenen Buch «Heilen». «Wer mehr Energie hat, gibt dem anderen Energie, auch ohne es zu wissen oder zu wollen....Seien Sie sicher, dass Sie mit Ihrer Energie, in Liebe gegeben, nichts falsch machen können und nichts Negatives bewirken.»

*Meta Zweifel*

---

## **Warme, liebevolle Umarmungen fehlen häufig**

---

Fällen sind Berührungen fast suspekt. Zwar leben wir in einer Küsschen-Küsschen-Küschchen-Gesellschaft. Meist aber gestaltet sich die Umarmung beiläufig und der Kuss wird gleichsam in die Luft gepustet. «Warme, liebevolle Umarmungen fehlen häufig sogar bei Menschen, die einander vertraut sind oder gar nahe beieinander leben», stellt

Blutfluss wird aktiviert, es wird mehr Sauerstoff zugeleitet, der Bauch entspannt sich.

Wer bei Kristina Reutlinger einen Kurs in Therapeutic Touch und Energiearbeit besucht, kann so oder anders motiviert sein. Dem einen geht es um das, was Reutlinger «Die energetische Hausapotheke» nennt und unter diesem Titel auch schon im Rah-