

WIENERIN

Nr. 223, April 2008
Österreich € 3,60 www.wienerin.at

„Diesmal
halt' ich
durch!“

DOSSIER: Dranbleiben
Beziehung, Beruf, Body:
So erreichen Sie Ihre Ziele

DER SCHATTENMANN
Star-Ehen: Wenn sie
erfolgreicher ist als er

KIND + WEB = JOB!
Wie junge Mütter ein
Net-Business starten

LUSTIG FASTEN
Ist Ihr Körper sauer?
Die Diät für gute Laune

Sex
WENN MÄNNER
MIGRÄNE
HABEN ...

**DIANE
LANE**
bleibt flexibel
mit Yoga

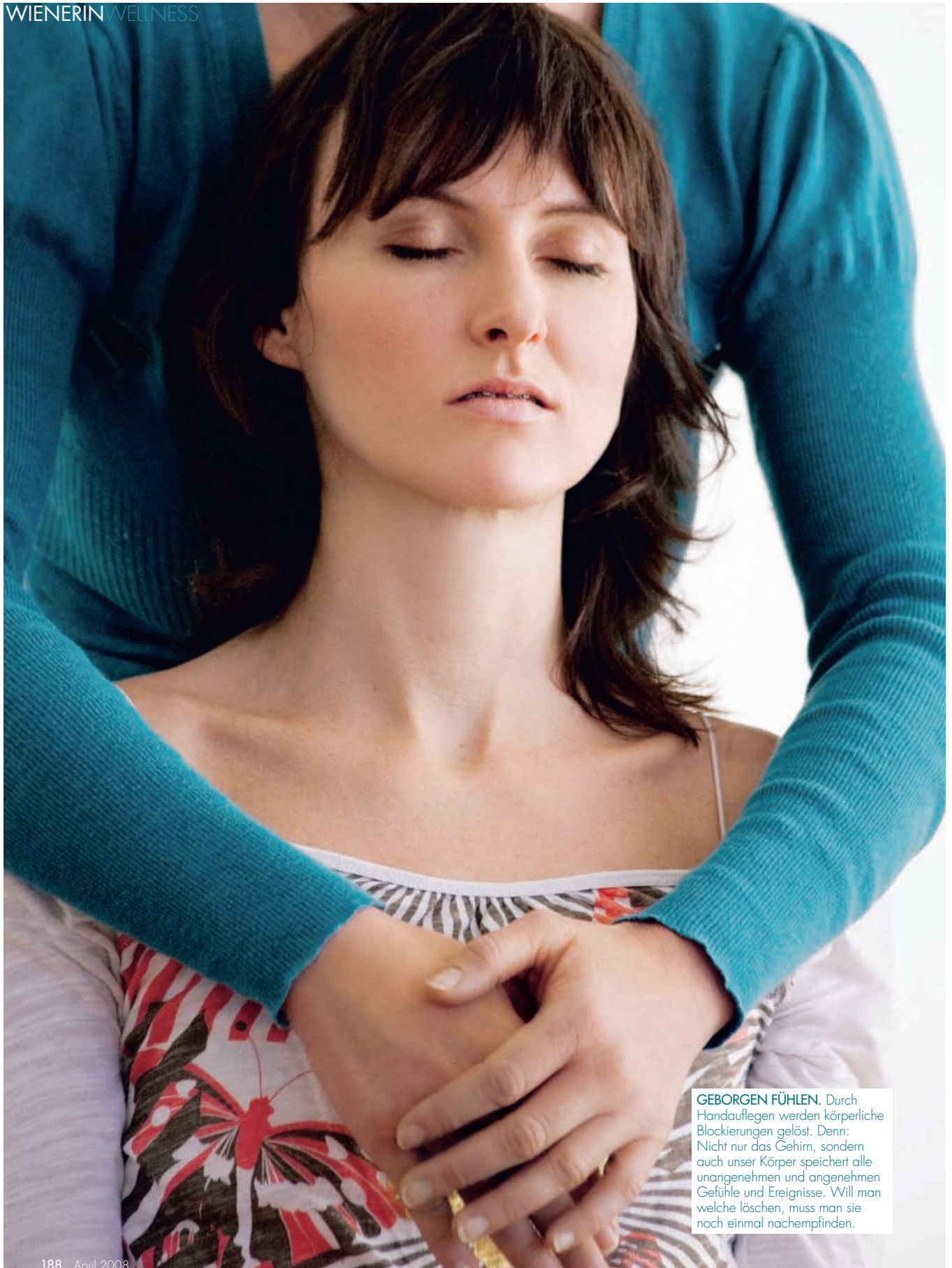
**MATTHEW
MCCONAUGHEY**
wird Vater
und solide

**MATTHIAS
SCHWEIGHÖFER**
hebt ab als
Roter Baron

BUSINESS-MODE

SAFARI
ADVENTURE-STYLE IM OFFICE





GEBORGEN FÜHLEN. Durch Handauflegen werden körperliche Blockierungen gelöst. Denn: Nicht nur das Gehirn, sondern auch unser Körper speichert alle unangenehmen und angenehmen Gefühle und Ereignisse. Will man welche löschen, muss man sie noch einmal nachempfinden.

HEILENDE HÄNDE

„Aktivieren Sie Ihre Selbstheilungskräfte und lernen Sie neue Wege zu mehr Genuss kennen.“ Die Einladung für das Seminar war vielversprechend. WIENERIN-Redakteurin Marion Genetti hat sie ohne zu zögern angenommen – *und es keine Sekunde lang bereut.*

REDAKTION Marion Genetti FOTOS Elisabeth Handl/fotosoesin.com

Zugegeben, ich bin schon etwas angespannt, als ich so daliege und auf meine „Behandlung“ warte. Gleich werde ich den Händen von Imre Kerner komplett und schutzlos ausgeliefert sein. Es ist Samstagvormittag und ich stelle mich mit 13 anderen Teilnehmern dem so genannten *Therapeutic Touch*-Seminar.

Therapeutic Touch, was ist das denn bitte, habe ich den Kursleiter gleich bei unserem ersten Aufeinandertreffen gefragt. „Ich mag den Begriff eigentlich gar nicht“, sagt er nur. Er spricht lieber von Energiearbeit. „Das ist das bewusste Lenken der Energie, die durch unseren Körper fließt. Durch alle Bahnen.“ Am meisten Energie fließe in unseren Muskeln, weil diese leitfähiger sind als etwa unsere Knochen. Wissenschaftlich nachgewiesen wurde dieser Fluss schon mehrfach. Nur messen kann man ihn noch immer nicht. Aber der studierte Chemiker ist zuversichtlich: „Es ist nur mehr eine Frage der Zeit, bis ein Messgerät dafür entwickelt wird.“

VON DEN TIEREN LERNEN. Mit der Energie kann man auch ohne Skalierung arbeiten. Und zwar mit unserer eigenen und der einer anderen Person. Und Energien bewusst lenken. „Bei einem selbst funktioniert das durch reine Vorstellungskraft, bei anderen durch Berührungen“, erklärt der 70-Jährige. „Kann das jeder?“, frage ich. Prinzipiell ja, aber es brauche eine gewisse Zeit, um es zu lernen. Und dabei ist



LERNEN VOM MEISTER.

Der studierte Chemiker Imre Kerner hilft seit über 25 Jahren anderen Menschen mit Energiearbeit. WIENERIN-Redakteurin Marion Genetti war bei einem seiner *Therapeutic Touch*-Seminare und hat gelernt, wie sie ihre und die Selbstheilungskräfte anderer bewusst aktivieren kann.

turvölkern angewandt. Auch bei uns gibt es in ländlichen Gegenden Heiler, die die Energiearbeit praktizieren.

Imre Kerner selbst kam, wie vermutlich die meisten anderen auch, aus einer Not heraus dazu. Er war 21, als er an *Morbus Bechterew*, einer Wirbelsäulenverknöcherung, erkrankte. Schmerzen haben ihm am Gehen gehindert. Die Schulmedizin konnte ihm nur bedingt helfen, so kam er

Energiearbeit so alt wie die Menschheit oder, um genau zu sein, noch viel älter. „Die Ersten, die das praktiziert haben, waren Tiere. Sie heilen sich seit jeher durch Berührung, durch Lecken und durch Kratzen.“ Bis heute wird sie auch bei allen Na-

zum Handauflegen, wie die Energiearbeit im Volksmund auch genannt wird. Ihm wurde geholfen, und seit mehr als 25 Jahren hilft er nun anderen damit.

Mich hingegen hat der Untertitel des Seminars in die Praxis im 6. Wiener Ge- >

HANDAUFLEGEN. Energiearbeit ist älter als die Menschheit. Tiere heilen sich seit jeher damit. Und auch bei Naturvölkern ist sie weit verbreitet.



meindebezirk gelockt. „Aktivieren Sie Ihre Selbstheilungskräfte. Energetische Wege und Methoden zu Gesundheit, Wohlbefinden, Entspannung und Genuss“, hieß es da. Halleluja! Selbstheilung? Wunderbar. Zwei Antibiotika-Kuren habe ich heuer schon hinter mir, dabei soll es bleiben. Ja, und wann hatte ich zum letzten Mal bedingungslos genossen? Eben.

Aber wie bitteschön funktioniert denn Selbstheilung, bohre ich im Gespräch mit Imre Kerner weiter. „Indem wir Energien an die kranken Stellen schicken. So findet dort eine zusätzliche Versorgung statt, die die Heilung unterstützt.“

DER GEIST AUS DER FLASCHE. Blöd nur, dass unsere Energien nicht richtig fließen, weil die Bahnen verstopft sind. Blockiert durch körperliche und seelische Verletzungen, die wir seit unserer Geburt erlitten haben und bis heute mit uns herum-schleppen. „Erlebnisse werden nicht nur im Gehirn gespeichert, sondern im gesamten Körper. Jede Berührung, die neu oder besonders ist, egal ob unangenehm oder angenehm, hat sich in uns einge-brannt.“ Wie aber kann man diese Verletzungen loswerden? „Indem die Berührung oder die Situation möglichst genau wiederholt und nachempfunden wird. Danach verschwindet das Gefühl wie der böse Geist, der aus der Flasche befreit wird. Der Rucksack mit Steinen, den man



WIE NEUGEBOREN. Nach der Behandlung fühlt sich Marion Genetti, als hätte sie einen Sack Steine abgeladen. Am liebsten würde sie die ganze Welt umarmen. Stattdessen umarmt sie Imre Kerner, der sie auf die Reise ins Unbewusste geführt hat.

„Es ist nur *mehr eine Frage der Zeit*, bis ein Messgerät für die Energieströme entwickelt wird.“

die ganze Zeit mit sich getragen hat, wird endlich abgeworfen.“

WILLENLOS UDN BENEBELT. So ein paar Felsbrocken würde ich auch gerne loswerden, denke ich, als Imre Kerner damit beginnt, meine Füße zu massieren. Die anfängliche Skepsis ist verflogen. Ich fühle mich so entspannt wie bei meinem letzten Strandurlaub vor drei Jahren. Ich nehme auch die anderen um mich herum nur mehr schemenhaft wahr, so als ob sie hinter einer Glaswand verschwunden wären, von der nur hie und da Wortfetzen zu mir dringen. Ich fühle mich angenehm bene-

belt und willenlos, genau so, wie ich es vorab befürchtet hatte. Ich und die Kontrolle aufgeben? Ob das wohl gut geht? Als ich die Behandlung bei einer anderen Seminarteilnehmerin verfolgt und gesehen hatte, wie ihr Unterkiefer zu zittern anfing, ihr Körper wie durch eine unsichtbare Hand durchgeschüttelt wurde, und das, obwohl Imre Kerner sie in diesem Moment gar nicht einmal berührt hat, musste ich erst mal schlucken. Will ich mich dieser Blöfe hingeben? Die Kontrolle abgeben, nicht wissend, wie mein Körper reagieren wird? Werde ich zittern, schreien, um mich schlagen?



OHNE ZENSUR. Imre Kerner kann Energieblockaden lösen, aber nur, wenn der Behandelte es auch zulässt. Die Voraussetzung dafür: Vertrauen und Geborgenheit. Und ein Fallenlassen des schönen Scheins.



LIEBEVOLL BERÜHREN. Die Seminarteilnehmer werden nicht nur selbst „energetisch“ behandelt, sie behandeln auch. Die einzige Regel dabei lautet: den anderen liebevoll berühren. Genau so, wie man auch selbst berührt werden möchte.



Die Neugierde überwiegt und ich stelle mich der neuen Situation. Während der Behandlung fühle ich mich wie ein Baby. Ein wohlbehütetes. Und es ist auch so etwas wie ein Freibrief, meinen Körper machen zu lassen, was er will – und den Verstand auf Stand-by zu schalten. Plötzlich fange ich an zu reden. Wirres Zeug. Von einem Kloß im Hals, einer starken Sehnsucht im Unterbauch. Es ist, als wäre ein Ventil geöffnet worden, und es sprudelt nur so aus mir heraus.

Ich will berührt werden, sage ich. So leicht geht ein so einfacher Wunsch plötzlich über die Lippen. Ein Wunsch, den man einem Fremden gegenüber sonst wohl nie äußern würde. Imre Kerner hält seine Hand auf meinen Bauch. Jetzt fühle ich mich noch geborgener. Nach der 20-minütigen Behandlung öffne ich die Augen. Ich fühle mich wie neugeboren und würde am liebsten die ganze Welt umarmen. Ich umarme stattdessen Imre und >



ZWISCHEN GENIEßEN UND ERLEBEN ...

In luxuriösen Hotels und wunderschönen Resorts den Traumurlaub am Mittelmeer wahr machen. Ihr Urlaubsparadies liegt nur 2 Stunden entfernt.

Jetzt das kostenlose Magazin anfordern unter:

Fremdenverkehrsamt Tunesien
Tel. 01/58 53 480 · Fax 01/58 53 480-18
office@tunesieninfo.at · www.tunesien-info.at

TUNESIEN

ERLEBE DEINE TRÄUME



BESTVERBAGNDUR



ROLLENTAUSCH. Nachdem WIENERIN-Redakteurin Marion Genetti von Imre Kerner bereits behandelt wurde, bemüht sie sich redlich, die Blockierungen einer anderen Seminarteilnehmerin zu lösen.



KOPFARBEIT ist die Energiearbeit nur zu einem kleinen Teil. Worauf es dabei viel mehr ankommt, ist Intuition. Zu spüren, welche Berührungen dem anderen guttun.



ENERGIE-ARBEIT

IMRE KERNER ÜBER DAS WESEN VON ENERGIEARBEIT.

— Was ist Therapeutic Touch?

Das ist der offizielle Begriff für Energiearbeit als energetische Komplementärmethode, die für die Gesundheitsvorsorge, zur betrieblichen Gesundheitsförderung und in der Kranken- und Altenpflege eingesetzt wird.

— Warum kommen dann auch „gesunde“ Menschen zu den Seminaren?

Weil Therapeutic Touch, oder die Energiearbeit, wie ich es lieber nenne, auch ein Weg zu mehr Energie ist. Und wer mehr Energie hat, hat mehr vom Leben. Mehr Kraft und Vitalität, mehr Gesundheit und Lebensqualität.

— Was lernen die Teilnehmer in den Seminaren?

Sie lernen ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren, besser mit Schmerzen umzugehen, Ängste abzubauen, aber auch ihre Leistung und Konzentration zu stärken.

— Wie funktioniert das genau?

Die Teilnehmer üben, mit dem Energiefeld zu arbeiten, um es zu optimieren. Sie lernen, wie sie Stress abbauen, Energien tanken, energetische Blockaden lösen, das Energiesystem auffüllen und neu ausrichten können. Oder wie man es auch ausdrücken könnte: Die Teilnehmer lernen, Chi – definiert als körpereigene Energie – zu dirigieren und zu modulieren. Dirigieren heißt, die Verteilung der Energie neu zu gestalten. Modulieren bedeutet, die Frequenzen zu verändern.

— Was müssen die Teilnehmer dafür tun?

Grundvoraussetzung ist, das eigene Energieniveau mit gezielten Übungen und Techniken zu erhöhen. Dazu gehören gezielte energetische Übungen, Energiebehandlungen, Körper- und Bewegungsübungen und Atemtechnik.

— Wer profitiert von den Fertigkeiten?

Die Teilnehmer erfahren neue Ebenen der Wahrnehmung und lernen bei Energiebehandlungen die besonderen Wirkungen der gezielten therapeutischen Berührung kennen. Für sich selbst, oder um sie bei der Betreuung anderer einzusetzen. In der Familie oder am Arbeitsplatz im Gesundheitswesen.

— Wo kann man sich zum Energietrainer ausbilden lassen?

Bei der International School of Therapeutic Touch and Energy Imre Kerner, der ISTTE. Nähere Informationen dazu erhalten Sie unter www.istte.de oder telefonisch unter 0049 2364 508885.

— Wann findet das nächste Therapeutic Touch-Seminar in Wien statt?

Vom 9. bis 11. Mai. Der Titel der Veranstaltung wird lauten: Der Weg des Medizinrades – Balance zwischen Intellekt, Körper, Gefühlen und Spiritualität. Details erhalten Sie unter www.istte.de oder auf telefonische Nachfrage bei Gerda Karafiat (Mobil: 0699 16239293).

„Energiearbeit ist nicht so wie Akupressur, wo jede Körperstelle eine Nummer hat.“

danke ihm wortlos für die Reise, die er mir ermöglicht hat.

Dann darf auch ich – gemeinsam mit der 25-jährigen Maria – eine Behandlung durchführen. Unser „Opfer“: Hannes. Regeln gibt es keine. Das macht die Sache ja so kompliziert. „Es ist nicht wie bei der Akupressur, wo jede Körperstelle eine Nummer hat und man sich wie beim Malen nach Zahlen vorarbeitet. Hier geht es um Intuition“, erklärt Imre Kerner.

Obwohl ich keinen Plan habe, gebe ich mir Mühe. „Du musst ihn einfach berühren. Liebevoll. So wie du gerne berührt werden würdest“, flüstert mir die erfahrenere Maria zu, die wohl meine Gedanken gelesen hat. Wir beginnen an den Fußsoh-

len. Kneten seine Zehen, streicheln seine Fußsohlen und wandern immer weiter hinauf. Ich lege meine Hand auf seinen Bauch, weil ich das angenehme Gefühl auf meinem noch spüren kann. Am Ende streicheln wir noch zärtlich über seine Haare. Hannes' Bewertung unserer „Arbeit“ ist nicht die allerbeste. Wir seien etwas unkoordiniert gewesen und er habe sich nicht immer gut aufgehoben gefühlt. Aber es sind schließlich noch keine Meister, auch keine Energiemeister, vom Himmel gefallen.

Was ich von diesem Wochenende mit nach Hause nehme? Eine ungewohnte Leichtigkeit. Ich fühle mich befreit. Das werden wohl die Felsbrocken sein, derer ich mich entledigt habe.