

Nr. 31 / 1. Halbjahr 2014

€ 7,--

# IMPULS

DAS MAGAZIN DES ÖSTERREICHISCHEN BERUFSVERBANDES FÜR

**KINESIOLOGIE**



KinesiologInnen  
in Ihrer Nähe

Kinesiologielehrgänge

Kinesiologieübungen

Thema

# MÄNNER

**IHR**  
persönliches  
Exemplar

**ÖBK-Geschäftsstelle:**  
Tel.: 0676 / 409 19 50  
sekretariat@kinesiologie-oebk.at  
www.kinesiologie-oebk.at



Helping Flowers®

BLÜTENESSENZEN



Biologisch zertifizierte Blüten  
aus dem Salzkammergut  
Reinstes Quellwasser  
Gebirgssonne  
Altaussee Sole  
Alkoholfrei

Erhältlich in allen österreichischen Apotheken.

48 Blütenessenzen  
8 Blütenmischungen  
Kartenset und Buch

## Mit der Kraft junger Pflanzentriebe



**GEMMOPLANT® MAZERATE**  
Entgiften - Stärken - Aktivieren  
mit Unterstützung der kraftvollen  
Gemmo-Mazerate und Mischungen

71 Gemmo Plant®-Pflanzenmazerate und  
29 Gemmo Plant®-Fertigmischungen sind in  
allen österreichischen Apotheken erhältlich!  
[www.gemmo plant.at](http://www.gemmo plant.at)



**APOTHEKE ZUR  
KAISERKRONE**

GROSSHANDEL  
[www.kaiserkrone.at](http://www.kaiserkrone.at)

## **Männer braucht das Land!**

In der neuen Ausgabe unserer Zeitschrift haben wir das Mannsbild auf die Bühne ins Scheinwerferlicht mit all den brisanten Themen rund ums Mann-Sein gebeten.

Es gäbe mit diesem Thema viele Seiten zu füllen; zu viele als dass sie in einer einzigen Ausgabe unseres *Impuls Kinesiologie* Platz hätten. So sind wir stolz, wenigstens einen kleinen Ausschnitt über das Bild des Mannes bringen zu können. Das Bild, das er von sich selbst hat und über seinen Platz in der Gesellschaft.

Wir sprechen über seine Kraft und Energien, seine Sexualität und seine Verletzbarkeit, über seine Stärken und Schwächen. Vielleicht entdecken Sie noch unbekannt Seiten an uns Männern, über die wir hier offen reden.

Nicht immer ist der Mann unersättlich, nein, er ist auch unersetzlich (nach Grönemeyer). Ohne ihn geht gar nix! Diesmal dürfen wir den Männern getrost huldigen und an ihre genialen Erfindungen erinnern: den Buchdruck, die Erkenntnisse in der Physik und Chemie, die Reise zum Mond. Die Welt erschiene uns vielleicht weiterhin als Scheibe. Ohne ihn wäre die Welt um ein großes Kapitel ärmer, auch um die Geschichte über die Rippe, aus der ja angeblich sein kongeniales, komplementäres Gegenstück entwickelt wurde (das kommt schon noch dran, in unserer nächsten Ausgabe).

Nicht zuletzt die Chronologie dieses Rippenthemas gibt uns damit auch die natürliche Begründung, das Thema „Mann“ vor dem Thema „Frau“ zu bringen. Endlich einmal dem Mann den Vortritt, oder wieder einmal die Vorreiterrolle zu lassen. Sind wir Männer doch gewohnt, an vorderster Front zu stehen ...

Ich denke wir haben es geschafft, einen recht großen Querschritt zum Thema „Mann“ zu bringen mit neuen Ansätzen und Ideen, gerade richtig für ein erst ziemlich junges Jahr 2014. Unsere Visionen und Pläne wären nicht vorstellbar, wenn sie nicht so viel von männlicher Energie getragen werden würden. Es heißt, Mut kann man nicht kaufen! Nutzen wir die Chance, diesen Mut zu haben und weiter zu entwickeln, zum Wohle der kinesiologischen Idee.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen, werter Leser, wert Leser, und uns, dass wir alle auch weiterhin die Möglichkeit haben, Verantwortung zu übernehmen für die österreichische Kinesiologieszene. „Lonesome Cowboy“ zu sein ist zu wenig. Gemeinsamkeit und Bündelung aller Kräfte sind angesagt!

Ich wünsche Ihnen, dass wir Ihr Interesse geweckt haben und sind dankbar, wenn wir das in diesem Sinne geschafft haben.



Mag. Christian Dillinger  
(Vorstand des ÖBK)

*Viel Spaß bei Lesen!*

### **Impressum**

**Herausgeber und Medieninhaber:** Österreichischer Berufsverband für Kinesiologie (ÖBK) ZVR-Zahl: 986908743. (Der ÖBK ist ein Verein, dessen Tätigkeit nicht auf Gewinn gerichtet ist und bezweckt den Zusammenschluss der Kinesiologen für die Aus-, Weiter- und Fortbildung, die Wahrung und Förderung der Interessen der Mitglieder und deren Vertretung gegenüber der Öffentlichkeit, außerdem die weitere Erforschung des Menschen auf der Basis der Kinesiologie.)

Postanschrift: Kegelgasse 40/1/45, 1030 Wien, E-Mail: sekretariat@kinesiologie-oebk.at, Tel.: 0676/409 19 50

**Redaktion und Grafik:** Ulrike Icha, E-Mail: impuls@kinesiologie-oebk.at, Tel.: 0680 218 52 15 **Lektorat und technische Fragen:** Bernhard Knaus, E-Mail: kinesiologie@bknaus.at **Facebook:** Silvia Konrad, E-Mail: fan@kinesiologie-oebk.at, Tel.: 0664 94 39 068 **Marketing und Anzeigenverkauf:** Ulrike Icha, E-Mail: impuls@kinesiologie-oebk.at, Tel.: 0680 218 52 15 **Druck:** Schmidbauer Druck Ges.m.b.H., Wallstraße 24, 8280 Fürstenfeld **Titelbild:** Fotolia ZL. NR. 308842 1 99 U

**Erscheinungsweise:** halbjährlich **Einzelwert:** € 7,- **Aboanfragen:** ÖBK-Geschäftsstelle: E-Mail: sekretariat@kinesiologie-oebk.at

**Hinweis zum Abo:** Für ÖBK-Mitglieder gilt: Alle Mitglieder erhalten 1 Exemplar der IMPULS gratis zugesandt. Weitere Hefte können in der ÖBK-Geschäftsstelle bestellt werden. Die Versandkosten gehen dann zu lasten des Mitgliedes. Für Nicht-Mitglieder gilt: Nichtmitglieder haben die Möglichkeit, über die Homepage ein Abo zu bestellen. Pro Zeitung werden € 7,- in Rechnung gestellt.

**Die nächste Ausgabe erscheint Anfang September 2014  
Abgabeschluss für Manuskripte ist der 30. Juni 2014**



Foto© Vladimir Poplavskis - Fotolia.com



## **Abgabeschluss für Manuskripte und Schaltungen: 30. Juni 2014**

**Wichtiger Hinweis:** Artikel, die mit dem Namen oder den Initialen des Verfassers / der Verfasserin gekennzeichnet sind, stellen nicht unbedingt die Meinung des ÖBK dar, sondern die des Verfassers / der Verfasserin. Für eingesandte Manuskripte und Fotos übernimmt der ÖBK hinsichtlich der Inhalte und Qualität keine Haftung.

Mit der Annahme des Manuskriptes erwirbt der Österreichische Berufsverband für Kinesiologie das ausschließliche Verwertungsrecht. Eine Verwertung einschließlich des Nachdrucks der in der Zeitschrift IMPULS enthaltenen Beiträge und Abbildungen sowie deren Verwertung und/oder Vervielfältigung - z.B. durch Fotokopie, Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme, Datenbanken, Online-Netzsysteme, Internet, CD-Rom, DVD etc. - ohne schriftliche Einwilligung des ÖBK sind unzulässig. Die Rechte an den Abbildungen liegen, wenn nicht anders gekennzeichnet, bei den genannten Autoren eines Artikels.

Manuskripte müssen in *druckreifer Vorlage* beim Verlag eingehen. Formate: doc, pdf, jpg, psd. Der Zeitpunkt der Übergabe der Beiträge an den ÖBK lässt keinen Rückschluss auf das Erscheinungsdatum des Artikels zu. Die Reihung der Artikel und KursanbieterInnen in der Zeitung erfolgt nach platztechnischen Gesichtspunkten. PR-Texte erscheinen außerhalb der Verantwortung des Herausgebers.

## **6 Wann ist ein Mann ein Mann ...**

Gedanken des Publikumsliebings  
von *Roland Düringer*

## **8 Der Mann**

Ambivalenztoleranz oder  
Auslaufmodell  
Mag. *Christian Dillinger*

## **12 "Männliche Energie"**

Kontrolle + Zeit + Anstrengung +  
Motivation = MANIFESTATION  
von *Ulrike Icha*

## **14 Die sexuelle Energie ist im Wasserelement zu finden**

von *Kim da Silva und  
Do-Ri Amtmann*

## **16 Ejaculatio praecox**

Kinesiologie wirkt auch in der  
Intimzone

## **17 Kinesiologische Übung:**

CROSS CRAWL IM  
RADFAHRER-STIL

von *Do-Ri Amtmann*

## **18 Männer und Kampfsport**

von *Prof. Mag. Michaela Meisl*

## **20 Wie Sie einen guten Liebhaber erkennen!**

Die Geheimnisse der  
Zungenanalyse  
von *Romana Kreppel*

## **22 Ritterlichkeit**

als Menschheitsideal

## **23 Das Schwert Excalibur**

als männliches Symbol, ein  
Symbol der Durchsetzung  
von *Dr. Michael Stelzner*

## **24 Gestresste Männer sind sozialer**

eine Studie aus Deutschland  
von *Uni Freiburg*

## **25 Seiten- und andere Sprünge im Gefäß der Ehe**

"Was verboten ist, das macht  
uns gerade heiß."  
von *Dr. med. Ruediger Dahlke*

## **26 Tattoos und Piercings**

Jugendliche auf Identitätssuche  
von *Prof. Dr. Elisabeth Rohr*



**28** Männer und ihre Haare  
Der Einfluss des Hormons  
Testosteron  
*von Dr. med Georg Pfau*

**31** Erkrankungen der  
Prostata  
Therapieansätze mit Heilpilzen  
*von HP Sabine Springer*

**34** Potenzessen für den  
Mann  
aus der Metabolic-Balance Küche  
*von Romana Kreppel*

**36** Gefahr für die Hormone:  
Phthalate  
*von Greenpeace*

**40** Warum Männer dicke  
Autos lieben ...  
*von Carsten Kreilaus*

**41** Auffahren und  
Kinesiologie  
*von Do-Ri Amtmann*

**42** RECHTSAUSKUNFT  
COACHING  
*von RA Dr. Manfred Schiffner*

**44** EDxTM™ Energy  
Diagnostics & Treatment  
Methods  
*von Dr. Karin Neumann*

**46** HYPERTON-X (HT-X)  
*von Mag. Elisabeth Pawel*

**48** Projekt „Individuelle  
Lernförderung“  
im Lerncafé Lustenau  
*von Christine Grabher*

**50** Gleis 9 <sup>3</sup>/<sub>4</sub>  
Potter, Portale und Pioniere der  
Kinesiologie  
*von Claudia und Andreas Niklas*

**52** Zum Schmunzeln  
für alle Heiler, Therapeuten und  
"Sterbliche"

**54** **KinesiologInnen  
in Ihrer Nähe**  
[L3-Mitglieder Liste](#)

**56** **Neue Mitglieder des ÖBK**

**57** **Abschied von  
Daniel Whiteside**  
*von Johanna Lehner*

**58** **Die Internationale  
Kinesiologie und IKC -  
Konferenz 2013 in Wien**  
*von Prof. Mag. Ortwin F. Niederhuber*

**60** **Der ÖBK jetzt auch auf  
Facebook!**  
*von Silvia Konrad, Bakk.*

**60** **Neu anerkannte  
Kinesiologie-Methode**  
Diplom Kinesiologie Team 13

**61** **ÖBK-Vorstand**

**61** **Neues von Brain Gym®**  
*von Maria Obermair*

**62** **ÖBK-Kursanbieter**  
Kinesiologie-Ausbildungen

**66** **ÖBK-Partner**  
Firmen, die ÖBK-Mitgliedern  
Sonderkonditionen anbieten

**67** **ÖBK-Mitglied werden**  
Infos, Serviceleistungen,  
Leistungsprofil, Anmeldeformular



**Roland Düringer**

*Autor, Kabarettist,  
Schauspieler &  
Publikumsliebbling*

# Wann ist eine Mann ein Mann ...

**... singt Herbert Grönemeyer in seinem Lied „Männer“ und beendet damit die letzte Strophe mit einer Frage. Fragen sind uns nicht genug, was wir wollen, sind Antworten.**

Keine eigenen, selbst erdachten Antworten sondern Fremdanworten auf von uns nie gestellte Fragen. Am liebsten sind uns wohl Regeln, an die wir uns dann halten können, Gebote die für Klarheit sorgen.

Nun gut: Wann genau ist denn nun der Mann ein Mann? Spekulativ beantwortet: Am 3. April 2324. Zeitgleich mit jenem geschichtsträchtigen Tag an dem der Mensch zum Menschen geworden sein wird. Wenn also unsere Evolution vom mehr oder weniger gut gekleideten Raubaffen zum Menschen endlich vollzogen ist. Durchaus möglich, dass wir diesen evolutionären Schritt mit intensiver Bewusstseinsarbeit auch schon 14 Tage früher bewerkstelligen können. Also bereits am 20. März 2324. Das ist aber wie gesagt reine Spekulation, genauso wie die Antwort auf die Frage, wann uns endlich das Öl ausgeht oder die Klimaerwärmung uns zur gleichnamigen Katastrophe wird. Dafür gibt's ja bereits Antworten. Zumindest Meinungen gibt es dazu von Experten. Expertenmeinungen von finanziell abhängigen Experten. Darauf sollten wir auch nicht zu viel geben.

So will ich versuchen, die Frage nach dem „Mannsein“ (was für ein seltsames Wort eigentlich) geschichtsbezogen zu beantworten. Dabei greife ich auf die Zeit zwischen 1963 und 2013 zurück. Eine für mich bedeutende Epoche der Geschichte, weil physisch anwesend.

Als im Jahr 1963 die Eizelle meiner Mutter befruchtet wurde, war der Mann der in ihr reifen sollte noch kein Mann. Lediglich ein unförmiges Schleimpfätzchen, das kurz darauf die Entscheidung traf, oder für welches die Entscheidung getroffen wurde (beides möglich und lediglich Ansichtssache) männlich zu werden und damit etwas minderbemittelter. So erblickte ich am 31. Oktober 1963 das Licht der Welt (auch kein schöner Anblick, es war ein Krankenhaus) allerdings nicht als Mann sondern lediglich als Bub. Dadurch lässt sich aber die Frage: „Wann wird der Mann ein Mann“

etwas vereinfachen. Nämlich: „Wann wird der BUB ein Mann?“ Durch ein Initiationsritual. Früher war das recht aufwendig und mitunter auch gefährlich. Der Bub wurde in die Wüste, oder falls nicht vorhanden in den Wald oder die Prärie, in sehr, sehr seltenen Fällen aufs Eis geschickt, (heute leider eine gängige Praxis) dort musste er in dunkler Einsamkeit, den Mächten der Natur trotzen und einen Löwen mit bloßen Händen erwürgen. Oder einer lebenden Klapperschlange den Kopf abbeißen, ohne dabei selbst gebissen zu werden. Heute reicht es offenbar, eine Bierflasche mit den Zähnen öffnen zu können und schon ist der Junge ein Mann. Kein besonders kluger aber immerhin ein Mann.

Wer klüger sein möchte, lässt sich aufs Eis führen und macht die Matura, denn durch viel Wissen, also Nachplappern und auswendig Lernen, lässt sich ja bekanntlich Intelligenz vortäuschen. Nicht, dass es jetzt besonders intelligent wäre einer züngelnden Klapperschlange den Kopf abzubeißen, aber mutig ist es allemal. Die Matura macht zwar Angst, erfordert aber keinen Mut. Das können heutzutage sogar Mädchen. (Beim Bierflaschenaufbeißen sieht es da schon freilich anders aus.)

Wo kann ein Junge heute noch mutig die Pforte zum „Mannsein“ (schon wieder dieses seltsame Wort) durchschreiten? In einem öffentlich Gebäude zum Beispiel, in einem Amtszimmer des zuständigen Magistrates könnte er vor versammelter Beamtenschaft laut brüllend auf den Schreibtisch urinieren. Damit sollte die Kindheit eigentlich beendet sein und man geht von nun an den Weg des Kriegers. Man ludelt hin wo es einem gerade passt. Mehr Mann geht wohl nicht.

Der Mann in mir (auch wieder so eine komische Phrase) beschritt den Weg des Kriegers schon sehr früh. Meine Mutter brachte mich nach einigen Wochen zur technischen Säuglingsabnahme aufs Magistrat. Dabei sollte neben der Größe auch mein Eigengewicht mittels geeichter

Amtswaage ermittelt werden. Nackt, wie Gott mich schuf, legte sie mich auf die kalte, metallene Waagschale und ich ließ meinem Unmut freien Lauf. Brüllend und nässend, in hohem Bogen. Meiner Mutter war es peinlich, mir wurde von Amtswegen offenbar verziehen und ich wurde nicht zur Verantwortung gezogen. Vielleicht wird der Bub zum Mann, wenn er Verantwortung für sein Handeln übernehmen muss. Das klingt gut, bedeutet aber weitergedacht, dass die Welt von Lausbuben regiert wird, denn welcher Politiker, Manager oder Machthaber jeglicher Art steht heute noch für seine Entscheidungen gerade?

Ich wünsch mir im Gegensatz zu Herrn Grönemeyer keine Kinder an die Macht. Wie wäre es mit Frauen? Ja fein, Frauen an die Macht, aber nur unter der Bedingung, dass sie nicht versuchen, ihren Mann zu stehen. Das hat jetzt offenbar die Frau in mir (das klingt jetzt schon mehr als eigenartig) geschrieben. Und wo genau ist denn die, diese Frau in mir. Trifft sich die gerade mit ihrem Nachbarn, dem Mann in mir um über das „Mannsein“ zu diskutieren? Besteht nicht die Möglichkeit, dass wir uns „den Mann“ und „die Frau“ nur erdenken, unsere kollektiven Bilder dazu im Kopf tragen, die zu Überzeugungen und dadurch verteidigungswert werden?

Die Welt, wie sie ist, schenkt uns lediglich das Weibliche und das Männliche, das sich allerorts trifft, um sich zu mehren und dem Leben zu dienen. Die Natur brunnt und balzt und ich glaube nicht, dass sich der Auerhahn in all seiner Pracht über das „Hahnsein“ Gedanken macht und sich fragt, warum er im Gegensatz zur Auerhenne so furchtbar schön und zugleich so dumm, ist sich bei der Balz zyklisch zum Affen zu machen.

*Wann ist der Mann ein Mann?*

Ich finde, diese Frage sollte mir wohl eine Frau beantworten. Am besten meine von mir geliebte Ehefrau. Ich geh sie jetzt einmal fragen. ...



# Der Mann - Ambivalenztoleranz oder Auslaufmodell

Text: Mag. Christian Dillinger



...

*Männer haben's schwer, nehmen's leicht  
Außen hart und innen ganz weich  
Werden schon als Kind auf Mann geeicht  
Wann ist ein Mann ein Mann*

...

*Männer haben Muskeln  
Männer sind furchtbar stark  
Männer können alles  
Männer kriegen n´ Herzinfarkt*

...

(aus: Herbert Grönemeyer -  
Songtext Männer)

Bild: © oily - Fotolia.com

**Ich ersuche um Augenzwinkern und um das Bewusstsein, dass in jedem Mann und in jeder Frau männliche Anteile stecken!**

**Über die Herausforderung (in der heutigen Zeit), Mann zu sein ...**

Die Evolution meint es scheinbar nicht so gut mit uns im Vergleich zu den weiblichen Geschöpfen: Wir sind als Babys unruhiger, sind später schulreif, versuchen schon in frühen Jahren unsere Probleme mit Gewalt zu lösen und pubertieren aggressiver. Wir starten hoffnungslose Versuche, bei den gleichaltrigen Mädchen Eindruck zu schinden und himmeln sie an, während die sich aber letztendlich nur für ältere Burschen interessieren.

Schauspieler und Popstars zeigen uns, wie man als „ganzer Kerl“ sein muss, damit einem die Frauenherzen zufliegen.

Wir fühlen uns die meiste Zeit vor dem weiblichen Geschlecht auf dem Prüfstand, wir hinken in unserer Entwicklung zum Mann nach, während uns vorkommt, dass die männlichen Kollegen um uns anscheinend weiter entwickelt sind. Auch die gleichaltrigen Mädchen entwickeln sich früher als wir. Und später sollen wir noch ein Haus bauen, einen Baum pflanzen und einen Sohn zeugen ...

## Womanizer oder der Mann fürs Grobe

„... alles was ein Mann schöner ist als ein Affe, ist ein Luxus ...“ schrieb schon Friedrich Torberg. Dennoch: Frauen wollen uns gut aussehend, gepflegt, gestylt, erfolgreich. Ein Bisschen von George Clooney darf in uns stecken. Nur nicht zu viel von all dem, denn wir Männer sollen uns auch als Heimwerker behaupten und bei „groben“ Dingen wissen, wo's lang geht.

Gepflegt, aber nicht Lackaffe, Männlichkeit zeigen und dabei gleichzeitig wegen unserer Feinrippunterhosen belächelt zu werden? Ein Spagat, den wir zu leisten kaum fähig sind: Wir sollen Stärke zeigen, Halt geben und gleichzeitig den Prüfstand aushalten, auf dem wir sind. Die Aussage eines meiner Lehrer vor einiger Zeit: „... die Schwierigkeit begann, als der Mann Verantwortung für Erziehungsarbeit übernahm ...“, trifft diesen Punkt ebenfalls.

Das alles sind Herausforderungen, die eigentlich in einem einzigen Leben nicht zu meistern sind trotz des breiten Spektrums, die wir Männer zu leisten imstande sind.

## Genie und Wahnsinn

Die großen Ideen der Menschheit sind vermehrt von Männern der Geschichte geboren und umgesetzt worden. Erfindungen, für die Menschheit wichtige Entdeckungen und Erkenntnisse sind uns von Männern eher in Erinnerung als von Frauen. Über die Grenzen der momentan gültigen Gesetze der Materie hinauszudenken ist ein Privileg eben dieses unseres Logikhirns, auch wenn das scheinbar dem oben Erwähnten widerspricht.

In unseren Praxen kommen öfter männliche Wesen im Kleinkind- oder Schulalter als Mädchen. Mehr Probleme bei den Buben? Diese Wahrnehmung wird auch von Menschen in anderen beratenden oder therapeutischen Berufen geteilt.

Wenn auch in letzter Zeit immer mehr Mädchen in den verschiedensten Problemen nachziehen, ist die Bandbreite der körperlichen wie emotionalen und sozialen Entwicklung bei den Buben weiter gestreut. Dabei haben es die männlichen Kinder nicht so leicht, sich in das Schulsystem einzugliedern: Die Schulreife tritt später ein und die Entwicklung der Feinmotorik – wichtig für das Schreiben Lernen – ist bei manchen Buben erst im Alter von zehn Jahren, manchmal auch noch später, abgeschlossen.

Aufgrund des stärker angelegten Muskelkorsetts, das gefördert, durchblutet und damit bewegt werden will, ist längeres Sitzen kaum möglich. Bei vielen noch dazu ist der bevorzugte Lernkanal – wie kommt Information am besten bei mir an - in diesem Alter kinästhetisch, d. h., über den Bewegungssinn, über ein tatsächliches „Begreifen“ angelegt. Damit ist die Aufmerksamkeitsdauer für Lernen auf anderen Kanälen – über Sehen und Hören - herabgesetzt. In der Folge entsteht ein Teufelskreis, dass männliche Kinder in Kindergarten und Grundschule als verhaltensauffällig (neuer Begriff „verhaltenskreativ“) gelten und immer wieder zur Ruhe ermahnt werden, was die innere Situation noch mehr verschärft. Wesentlich sind damit bei den männlichen Erdenbürgern die Breite zwischen Genie und Wahnsinn breiter als bei den weiblichen.

Bei allem Verständnis für diese Problematik kann das Schulsystem dem nur bedingt Rechnung tragen und auf diese Verschiedenartigkeit Rücksicht nehmen, da ein allzu bewegter Unterricht für manche Kinder auch sehr störend in ihren Konzentrationsfähigkeiten sein kann.

In späteren schulischen Lebensjahren verschiebt sich der Anteil der Studierenden und vor allem AbsolventInnen der Hochschulen zahlenmäßig immer mehr zugunsten der Mädchen. Es sieht so aus, dass diese leichter akademische Lerninhalte lernen bzw. sich leichter motivieren können, auch bei schwierigen Inhalten Durchhaltevermögen zu zeigen. Sind wir Männer für die Grobmotorik und das Handwerk eher geeignet als für feinmotorische und akademische Aktivitäten?

## Das Verhungern der männlichen Gefühlswelt

Der moderne Haushalt besteht aus einer Frau/Mutter und ihren Kindern. Viele Kinder wachsen ohne ein nahes männliches Vorbild auf. (War das früher anders, wenn Männer den ganzen Tag in der Arbeit waren?) Im Schnitt werden heute ungefähr 50% aller Ehen geschieden, meist gekoppelt mit dem Auszug des Ehemannes/Vaters aus dem gemeinsamen Haushalt. Die Kinder bleiben bei der Mutter.

Bei der Absenz des Vaters sind männliche Vorbilder rar. Im Kindergarten ist die Kindergartenpädagogin die Leitperson. In der Volksschule gibt es mehr Lehrerinnen als Lehrer. Manchmal kommen erst bei Zehnjährigen männliche Vorbilder/Lehrer ins Bild, an dem sich Kinder orientieren

können. Wie sollen sie lernen wie Mann mit anderen Menschen, mit Misserfolgen, Frustration und der eigenen Aggression umgeht. Wie in die Initiation zum Hineinwachsen in die Mannrolle ...

Wie können sie sich dann als Ganzes ausdrücken, ohne auf Ersatzbefriedigungen zurückgreifen zu müssen? Wie können sie zu dem Mann zu werden, den sich die Schöpfung ausgedacht hat? Das ist eine schwierige Übung, an der sich jede Generation aufs Neue versucht.

## Risikofreude

Die Horrornachrichten von schweren Verkehrsunfällen unter Beteiligung von jungen Männern – oft unter Alkoholeinfluss in überhöhter Geschwindigkeit – stehen an der Tagesordnung. Der Preis für unser Hinausgehen in die Welt, um diese zu erobern, ist anscheinend sehr hoch. Doch bleibt Risikobereitschaft eine männliche Eigenschaft, ohne die sich die großen Visionen und Pläne nicht hätten umsetzen lassen: Die Entdeckung Amerikas, die Erde als Kugel zu erklären, die Eroberung der Lüfte, ...

In verschiedenen Gesellschaften unserer Erde gibt es Rituale, die den Menschen von der Kindheit in die Erwachsenenwelt begleiten. Über Initiationsrituale, die teilweise sehr brutal und die wir für antiquiert halten, werden Jugendliche in der Welt der Erwachsenen aufgenommen.

In unseren Breitengraden ist für männliche Jugendliche in dieser Hinsicht nicht mehr viel übrig geblieben: Die Firmung bzw. Konfirmation in der christlichen Gemeinschaft und das Maturazeugnis. Mädchen werden spätestens, wenn sie gebären zur erwachsenen Frau. Bei den Männern gibt's höchstens noch die Jungmänner beim Bundesheer. Eine nicht gerade perfekte Initiation ...

## Der Mann als Vater Bär, der Mann als der Beschützer der Frauen

Als Väter beneiden manche von uns unsere Frauen um das Erlebnis der Schwangerschaft und der Geburt. In verschiedenen Religion, der Mythologie und Literatur steht die Frau als Mutter an oberster Stelle, gleich einer Göttin, der man Ehre und Respekt zollt. Die Väter treten da an die zweite Stelle.

Aber: auch wir Männer haben eine wichtige Rolle als Vater inne! Wir geben unseren Kindern Halt und Unterstützung und

zeigen damit, wie viel Kraft und Sicherheit in uns steckt. So wie ein Bärenvater, der als Muskelberg seine Kinder leitet und beschützt und sie im Spiel gewähren lässt, um nur dann die Augen zu schließen, wenn die Keinen zu ungestüm werden. Großzügigkeit unserer Frau oder unseren Kindern gegenüber lässt uns stark erscheinen.

Diese Kraft, dass wir aus Liebe und Verantwortungsgefühl heraus unsere Familie und unserer Frau beschützen, ist zutiefst in uns Männern verwurzelt. „Frauen und Kinder zuerst!“ Wenn dann noch Platz ist, können auch Männer in die Rettungsboote steigen. Diese uns allen vertraute Aussage wird von dem Gedanken getragen, die menschliche Spezies zu erhalten.

### **Das Hören – der Sieg des Mannes bei Kartenlesen**

Zumindest sind wir in Punkto Fruchtbarkeit mit unserer Zeugungsfähigkeit, die uns bis ins hohe Alter bleibt, den Frauen gegenüber im Vorteil – sofern wir diese nutzen wollen, um im Opa-Alter nochmals Vater zu werden.

Bei den Sinnesorganen hat uns die Natur mit wenigen Fähigkeiten ausgestattet, mit denen wir gegenüber den Frauen punkten können. So ist es wissenschaftlich erwiesen, dass unsere Orientierungsfähigkeit, bei der unsere Ohren und unser Gehör beteiligt sind, besser ist als die von den Frauen. Dies rührt wahrscheinlich aus der Zeit, in der sich Männer oft zur Jagd in der Natur aufgehalten haben, während die Frauen das Feuer hüteten und den „Tratsch“ mit den anderen Frauen des Dorfes pflegten (das soll ein Grund dafür sein, dass Frauen bessere Kommunikationsfähigkeiten haben).

Wir trainierten dieses Sinnesorgan und damit vor allem die Orientierung, da wir wissen mussten, wo sich ein Tier bemerkbar machte.

Das Hören und vor allem das räumliche Hören ist aber auch das einzige Sinnesorgan bzw. die einzige Sinnesorganleistung, wo Männer die Frauen übertreffen.

Sonst sieht's ziemlich düster aus, was die Leistung der Sinnesorgane im Vergleich zu denen der weiblichen menschlichen Wesen betrifft. Gerade in Gesellschaft beispielsweise können wir Männer Situationen bei weitem nicht so schnell wahrnehmen, so gut erfassen und einschätzen.

### **Logik und Ambivalenztoleranz**

*Die ewig Unentwegten und Naiven  
Ertragen freilich unsre Zweifel nicht.  
Flach sei die Welt, erklären sie uns schlicht,  
und Faselei die Sage von den Tiefen.*

*Denn sollt es wirklich andre Dimensionen  
Als die zwei guten, altvertrauten geben,  
Wie könnte da ein Mensch noch sicher wohnen,  
Wie könnte da ein Mensch noch sorglos leben?*

*Um also einen Frieden zu erreichen,  
So lasst uns eine Dimension dann streichen!*

*Denn sind die Unentwegten ehrlich,  
Und ist das Tiefensehen so gefährlich,  
Dann ist die dritte Dimension entbehrlich.*

Hermann Hesse „Entgegenkommen“

Im Kartesianischen Weltbild des 20. Jahrhunderts (nach René Descartes, Fr., 1596 – 1650, der als Begründer unserer modernen Philosophie gilt, mit seinem berühmtesten Satz: „*Cogito ergo sum* – ich denke also bin ich“, hat die Naturwissenschaft ihren Siegeszug angetreten, Alles muss nachvollziehbar gemacht werden. Wenn das nicht möglich ist, wird die Existenz eines Phänomens nicht anerkannt. Keine Toleranz den Wesen bzw. Dingen, die nicht naturwissenschaftlichen Kriterien gerecht werden können. Am einfachsten tut man/Mann sich, sich dem zu verweigern, dass es noch mehr Dinge zwischen Himmel und Erde gäbe, als wir uns vorstellen können. Diese Komplexität als Unfug und Hausfrauendenken zu bezeichnen ist die beste Möglichkeit, die Welt als zweidimensional zu betrachten und damit kontrollieren zu können. Hat die den Männern angelastete Schwierigkeit zum Thema „Multitasking“ dort ihren Anfang?

Es wird sogar teilweise ignoriert, dass im Wechsel zum neuen Jahrtausend der wissenschaftliche lineare Denkmotor immer mehr ins Stottern gekommen ist. Die Physik hat das schon lange erkannt, andere Disziplinen ziehen jetzt nach. Für jede Aussage gleich eine Doppelblindstudie zum Beweis mitliefern zu müssen, um nicht von den wissenschaftlichen, männerdominierten Gremien zerfleischt zu werden, geht am wahren Leben vorbei.

"Ambivalenztoleranz" - wer sonst als männliche Gehirne können solch schöne Begriffe kreieren - ist angesagt. Beim Münzwurf sprichwörtlich nur Ziffer oder Adler zuzulassen ist zu wenig, oder gar nur eine Seite der Medaille zu sehen und die andere zu negieren entspricht nicht dem Stil und Denken des 21. Jahrhunderts. Es erfordert Toleranz und Akzeptanz, dass es andere Sichtweisen, mehr Möglichkeiten als eine oder zwei geben

darf. Um beim Münzwurf zu bleiben: Die Münze könnte sogar nach dem Wurf auf ihrer Schmalseite stehen bleiben. Ein Denken, das unzählig mehr Möglichkeiten zulassen würde. Wir haben einen sehr hohen Anteil an weiblichen KlientInnen und KursteilnehmerInnen. Das beste „Praxisgeschäft“ ist, wenn Frauen ihren Männern was Gutes tun wollen und für „Ihn“ bei uns einen Gutschein für eine oder mehrere kinesiologicalische Sitzung/en kaufen. Die werden bezahlt, aber fast nie eingelöst ... Wenn alles zu „soft“ wird, muss Mann sich zurückziehen und die Probleme auf seine eigene Art lösen. Die Anerkennung von nicht oder noch nicht Bewiesenem ist nicht gerade die Stärke des zweidimensionalen, zugleich logischen, zugleich männlichen, zugleich wissenschaftlichen Denkens.

Es musste ein moderner Begriff eingeführt werden, um diese linearen Gedanken um eine dritte Dimension zu erweitern: „Fuzzy-Logik“ war geboren: Mit dieser Eigenschaft sind beispielsweise Elektrogeräte ausgestattet, die mehr können als aus- oder eingeschaltet zu sein. Das sind Geräte, die „mitdenken“. Waschmaschinen, die Waschmittel nach dem Verschmutzungsgrad begeben, oder Elektrogeräte, die nach einer gewissen Zeit selbstständig in den Stand-by – Modus gehen, um Energie zu sparen – auch Erfindungen von Männern aus der Idee heraus, Energie zu sparen und das Leben lebenswerter zu gestalten. So sind die „männlichen Ideen“ schon komplex geworden und nicht mehr nur zweidimensional, wie ein Computergehirn, Stück für Stück, sondern zumindest ein „Stückerl“ dazu ...

Nicht alle männliche Domänen sind am Aussterben:

### **Die Unterschrift: Ausdruck unseres „Ich“ und unserer Domäne**

Haben Sie schon einmal versucht, Ihrer Unterschrift ein anderes Bild zu geben, anders zu schreiben als gewohnt? Die Größe der Buchstaben zu verändern oder das Schreibtempo? Nach anfänglichem Versuch doch wieder in das alte gewohnte Schriftbild zurück, wie wenn sich das von selbst zurückstellen würde auf das gewohnte Bild. So wie Sie halt immer unterschreiben. Wie ein vorgegebenes Bild, ohne die Möglichkeit zu haben, es groß verändern können. Was steckt da dahinter? Ist das nur die Macht der Gewohnheit?

Die Lösung dieser Frage ist recht einfach: Wenn Sie RechtshänderIn sind, wird Ihre Sprache und das Schreiben aus der linken Hirnhälfte geleitet und fließt, da diese

die rechte Körperseite an/steuert, in Ihre rechte Hand. Damit hängt die Bildung dieser akademischen Fähigkeiten primär mit der linken Hirnhälfte zusammen. Erst sekundär, wenn der Sprache Inhalt und Sinn gegeben wird, in Sprachmelodie, Betonung und Bedeutung, kommt die rechte Hirnhälfte ins Spiel. (Bei LinkshänderInnen sind diese Funktionen zum Teil vertauscht. Diese Thematik wird hier jedoch nicht weiter beschrieben.)

Mit unserer Unterschrift ist es wie mit der Duftmarke eines Rüden: Wir stehen als Ganzes hinter dem, was wir da im Zustand geistiger Zurechnungsfähigkeit unterzeichnen. Wir sind uns unseres Reivers bewusst, erklären unsere Domäne und bestärken unsere Absicht für das, was wir unterschreiben, auch geradestehen. Typisch männliche Eigenschaften, die in dem Zusammenhang sowohl Männern als auch Frauen zugestanden werden.

### Das Zusammenhängen vereinfacht das Lesen und Schreiben

Beim Schreiben werden Buchstaben zu Wörtern oder Wortteilen zusammenhängt, sodass wir in ganzen Silben bzw. Wortteilen lesen und denken können. Das heißt, dass die linke Hirnhälfte nicht nur in einzelnen Buchstaben sondern in Worten denkt bzw. Wortteile zusammenzieht. Sie ist eher für „logische“ Funktionen konzipiert als die rechte und gilt auch als unsere „wissenschaftliche“ Hirnhälfte, die manchmal auch als „männliche“ Hirnhälfte bezeichnet wird. Lineares, analytisches Denken, Faktendenken, kaum Emotionen in Denkprozessen, „Denken mit Abstand“.

In unserer Gesellschaft wird das alles eher als männliche Qualität anerkannt. Daraus wird erkennbar, dass Schrift und Sprache eine stark männliche Komponente haben. Erst durch die Intonation der „männlich“ erdachten Worte erlangt sie den Aspekt des „Bedeutung geben“ über das gesamte Gehirn. Und doch benötigen wir zuerst die Codierung unserer Gedanken in diese Buchstaben, vergleichbar mit einem Computer, der alle Buchstaben in Pixel-Folgen bringt, gleichsam codiert und dem Benutzer wieder in Buchstabenreihen decodiert, um auch eine für den Menschen lesbare Sprache daraus zu machen. So benötigen wir erst die „männliche“, dann auch die „weibliche“ Seite, um uns auszudrücken. Was von dem „männlichen“ Anteil der Sprache jedenfalls bleibt, ist die Gefahr der Reduktion auszudrückender Gefühle, da nicht alles, was aus unserem Innersten ausgedrückt werden will, sich gut in Sprache kleiden lässt. Die linke Hirnhälfte sucht eher nach Un-

terschieden als nach Gemeinsamkeiten, eine Qualität, die wir Menschen beim Lesen Lernen benötigen, da es beispielsweise wichtig ist, genau hinzusehen und zu erkennen, dass die Buchstaben b, d, p und q zwar - wie es die rechte Hirnhälfte erkennen würde - von ihrem Aussehen her aus vier Kreisen und vier Strichen bestehen, diese aber aus der Sicht der linken Hirnhälfte verschieden zusammengesetzt sind bzw. in verschiedene Richtungen schauen und aus diesem Grund unterschiedlich auszusprechen sind und noch dazu verschiedene Bedeutungen haben. Der kritische männliche Blick?

Die linke Hirnhälfte ist mehr als die rechte damit beschäftigt, Regeln aufzustellen und nach diesen zu operieren und formt die Buchstaben zu eben diesen Teilen und Silben. Auch unser Rechtssystem ist demnach aus diesen eher männlichen Qualitäten entstanden: Abstraktion zur Erstellung allgemein gültiger Regeln und „... Recht zu sprechen ohne Ansehen der Person ...“ (das Recht wird auch mit der rechten Hand gesprochen). Lässt sich damit die Behauptung rechtfertigen, dass männliches Denken eher nach Regeln strebt?

### Was dafür spricht ...

Wissenschaftler wollen mit „Hausfrauen-denken“, wie es uns KinesiologInnen oft vorgeworfen wird, nichts zu tun haben. Die Erfahrungen, die wir beispielsweise ins Gesundheitssystem oder in die Wirtschaft einbringen könnten, werden oft negiert. Was zählt, sind Fakten. Den strengen Kriterien naturwissenschaftlicher Untersuchungen, beispielsweise statistische Merkmale, kann Kinesiologie aufgrund der sehr oft komplexen Fragestellung und Interventionen in den seltensten Fällen gerecht werden. Zu viele Störfaktoren behindern die Verarbeitung in Validität, Reliabilität und Irrtumswahrscheinlichkeiten, um allgemeingültige wissenschaftliche Aussagen über Erfolge treffen zu können, die die kinesiologische Arbeit einführt.

Regeln und Skepsis sind wichtig: Nicht jeder Staubsaugervertreter, der vor unserer Haustür steht, macht aufgrund des Skeptikers in unserem linken Gehirn gleich ein Geschäft mit unserer Leichtgläubigkeit: Die wissenschaftliche Hirnhälfte in uns - unsere Logikhirnhälfte - will keinen Vertrauensvorschuss geben. Nach strenger Analyse in uns kommen wir zum Schluss, dass die Fakten einem Kauf widersprechen. Die Vernunft (Ratio) hat gesiegt.

Zum Schluss empfehle ich Ihnen eine Übung, die uns diese Thematik noch einmal richtig verinnerlichen lässt:

### Übung:

Wenn sich für Sie einmal die Chance für Sie als Mann (wenn Sie Frau sind, auch für Sie) die Gelegenheit ergibt zu erfahren, wofür wir geschätzt werden, dann machen Sie in einem Seminar folgenden Vorschlag:

Männer wie Frauen stellen sich gegenüber jeweils in einer eigenen Reihe in einem Abstand auf, sodass jede Person die gesamte gegenüberliegende Gruppe im Blick hat. Die Arme werden nach links bzw. rechts auf die Schultern des nächsten Partners bzw. Partnerin gelegt. Auf der einen Seite die männlichen Teilnehmer, gegenüber die weiblichen Teilnehmerinnen.

Und dann werden (ehrliche und ernsthafte) Komplimente ausgetauscht, abwechselnd von beiden Seiten an die gegenüberliegende gerichtet, immer beginnend mit den Worten: „Wir achten Euch für Eure/n ...!“ Jeder Teilnehmer, jede Teilnehmerin hat die Möglichkeit die Botschaften an die gegenüberliegende Seite auszusprechen. Der Fantasie für diese Achtsamkeitsbemerkungen sind keine Grenzen gesetzt.

Sie werden sehen, wie Sie selbst in diesem Geben und Nehmen aufgeladen werden, wie Sie hören können, wofür Männer von Frauen, Frauen von Männern geachtet und geschätzt werden. Sie können diese Übung über einen Zeitrahmen von mindestens 10 Minuten machen, ohne dass Ihnen langweilig werden wird. Es besteht dadurch die Chance einmal zu hören, wofür wir alle - Männer wie Frauen - vom anderen Geschlecht geschätzt werden, wie viel Respekt Sie wahrnehmen können, wenn eine geballte Ladung positiver weiblicher bzw. männlicher Energie an die gegenüberliegende Seite geschickt wird.

### Ich wünsche Ihnen viel Demut beim Aussenden und viel Berührtwerden beim Empfangen der Botschaften!



**Mag. Christian Dillinger**

Sportwissenschaftler;  
Kinesiologe;  
Instructor für Touch for Health (TfH),  
Brain Gym® & Edu-K,  
Hyperton-X;  
Brain Gym® Faculty,  
Integrierte Wahrnehmungs-Kinesiologie  
Begründer (IKW)

#### Kontakt:

Lagerg. 33, 8020 Graz  
T: 0676 523 72 65 info@movinginstitut.at  
[www.movinginstitut.at](http://www.movinginstitut.at)

# "Männliche Energie"

**Kontrolle**  
**+ Zeit**  
**+ Anstrengung**  
**+ Motivation**

---

**= MANIFESTATION**

---



Wie würden wir ohne der "männlichen Energie" unserer linken Gehirnhälfte unser Leben meistern? - Jede unserer Visionen wäre nicht realisierbar und würden reine Konzepte bleiben. Wir benötigen diese Energie, um unsere Ziele zu erreichen bzw. unsere Projekte zur Vollendung zu bringen, also zu **manifestieren** - wenn notwendig, sogar mit Kampf. Die männliche Energie stimmt im besten Fall mit dem gesunden Menschenverstand überein und hilft uns, den Fokus auf das WIE und WAS zu tun ist, zu lenken.

Das Wort "männlich" scheint eine geschlechtsspezifische Bedeutung zu haben. In Wirklichkeit nutzen jedoch lt. der heutigen wissenschaftlichen Erkenntnisse Frauen und Männer gleichermaßen die Funktion der linken Gehirnhälfte zu ca. 95 % als dominante Seite.

Der Ausdruck "männliche Energie" basiert auf die besonderen Fähigkeiten des linken Gehirns: verbale Sprache, Lesen, Rechnen, Planung und Analyse, Zeitempfinden und Selbstbilder.

Wenn wir als Baby auf die Welt kommen, ist die Funktion beider Gehirnhälften im vollkommenen Gleichgewicht. Es gibt in den ersten Lebenswochen keine Dominanz der Gehirnhälften. Wir nehmen die innere und äußere Welt als real wahr. Alles was wir spüren, hören, beobachten,

träumen, ... erleben wir als GANZHEIT der Erfahrung und als WAHRHEIT.

Ab dem Zeitpunkt des Sprechenlernens geben wir der linken Gehirnhälfte tagtäglich mehr Vorrang gegenüber der rechten Gehirnhälfte. Mit dem Schuleintritt und dem daraus resultierenden Schreibenlernen wird diese Dominanz noch mehr verstärkt.

Die Funktion des linken Gehirns definiert sich selbst in Übereinstimmung mit der Bedeutung der "männlichen Energie":

## **KONTROLLE:**

Wir wünschen uns vollkommene Autorität über die Ereignisse in unserem Leben. Somit versuchen wir, unsere Umgebung zu kontrollieren. - Vor allem alles, was uns Angst macht. Sobald sich ein Konflikt anbahnt, bemühen wir uns, diesen zu

unserem Gunsten zu lösen. - Dazu ist uns jede Strategie, die uns einfällt, willkommen - auch wenn das "Krieg" bedeuten sollte.

Die Übernahme von Kontrolle bedeutet auch gleichzeitig, dass wir in Zukunft viel Energie dafür aufwenden müssen, um die Kontrolle nicht zu verlieren. So wird der Konflikt nie erfolgreich gelöst, sondern fortgesetzt. - Wie "linkshirrig" wie "männlich"!

## **ZEIT:**

Es ist erstaunlich, dass wir uns die Gegenwart nie als Teil der Zeit vorstellen können. Aber die Gegenwart hat keinen Maßstab und IST einfach nur.

Während die Vergangenheit und die Zukunft für uns als Maßstab gilt. Es ist oft für unseren Erfolg bedeutend, was WAR und was wir in der ZUKUNFT erwarten.

Besonders für berufliche Erfolge zählen Verantwortung, Leistung und Vollendung in Zusammenhang mit Zeit eine wichtige Rolle. Wir setzen uns für das Erreichen von Zielen oft eine "Deadline" (= "Tote Linie", fester Termin). Dafür wird in Zeitplänen strukturiert festgehalten, was wir bereits erledigt haben und was wir in den nächsten Tagen bis zur Deadline noch vollbringen können, um schließlich erfolgreich zu sein.

### ANSTRENGUNG:

Nichts ist leichter, zu seiner Anstrengung zu kommen: Sobald uns die Zeit im Nacken sitzt und wir uns bemühen, die Kontrolle nicht zu verlieren, wird es anstrengend. ... Und wenn wir noch dazu an unseren Fähigkeiten zweifeln, die uns gesetzten Ziele mit Leichtigkeit erreichen zu können, wird es noch anstrengender.

In dieser Phase verlangen wir dem Körper viel ab. Wir brauchen mehr Energie, was den Körper dazu bringt, mehr Adrenalin auszustoßen. Das heißt, sobald wir uns "anstrengen", befinden wir uns im Stress.

Stress hat seinen Ursprung in der Angst: die Angst, die Kontrolle zu verlieren; die Angst, nicht rechtzeitig mit einer Aufgabe fertig zu werden; die Angst, in jeder Hinsicht zu versagen. Genau diese Selbstzweifel bringen uns dazu, dass wir uns besonders stark anstrengen. Damit wird uns klar: Das Ausmaß unserer Anstrengung zeigt das Ausmaß unserer Angst. Nichts ist peinlicher, als den Erwartungen anderer nicht zu entsprechen - oder?

Wir dürfen "Anstrengung" nicht mit "Handlung" verwechseln. Handlungen haben ihren Ursprung in positiven Wünschen und nützen die vorhandene Energie, die sich durch körperliche Aktivität ständig und leicht erneuert. Natürlich können auch Handlungen anstrengend sein. Sie bedeuten jedoch für unseren Körper nicht gleich Stress und verlangen nicht, dass wir Überenergie erzeugen müssen.

### MOTIVATION:

"Motivation" ist für uns der Antrieb, um unsere Ziele mit Hilfe von positiven Handlungen zu erreichen. Die Basis für diesen Antrieb muss ein positiver Grund (ein Herzenswunsch, eine Vision, ...) sein, der es Wert ist, sich dafür "in Bewegung zu setzen".

Um dann tatsächlich in Bewegung zu bleiben, ist es notwendig, laufend positive Rückversicherungen zu erleben, die in uns positive Emotionen verursachen. Diese Aufgabe erledigt unser linkes Gehirn für uns.

### MANIFESTATION:

Unser linkes Gehirn hilft uns, den Plan einzuhalten und PRIORITÄTEN zu setzen. Unsere Prioritäten leben von unseren Selbstbildern und unserem Glaubenssystem.

Vielen Dank an unser linkes Gehirn und damit an die "männliche Energie". Denn ohne seinen Beitrag bestehend aus Kontrolle, Zeit, Anstrengung, Motivation und schlussendlich Manifestation, würden wir es nie schaffen, Hindernisse und Blockierungen zu überwinden. Nur so wird es für uns möglich unsere Ziele erfolgreich zu erreichen.

### Zusammenfassung der Qualitäten der "männlichen Energie":

- Überleben
- Verteidigung
- Konzepte erstellen
- Prioritäten erkennen
- Motivation
- Ziele setzen und erreichen
- beständige Leistung
- Ideen in körperliche Manifestation umsetzen
- Abspeichern von Erfahrungen

Wie sieht es nun aus, wenn ZORN der Motivator wird? Es folgt ZERSTÖRUNG!

**Daniel Whiteside**, einer der drei Gründungsmitglieder der Entstress-Methode "Three in One Concepts", erklärt dazu treffend: "Religion und Politik geben Männern die Erlaubnis und Ermutigung, alles zu töten oder zu zerstören, was sich ihnen in den Weg stellt. Mit Tod und Zerstörung als lebenswerte Alternative denken die meisten Männer die meiste Zeit nicht. Stattdessen reagieren sie.

Mit viel Druck haben wir Männer uns selbst dafür konditioniert, uns auf Maßnahmen zur Unterdrückung zu verlassen, was lediglich auf der bewussten Ebene unseren ZORN und unsere ANGST maskiert ...

... Osiris wurde Glied um Glied in Stücke gerissen, Jesus wurde gekreuzigt. Buddha, Lao Tse, Moses und Konfuzius litten unter Verfolgungen. Sokrates, Ahkenaton und Osho Rajneesh wurde Gift gereicht. Die Christen gingen zu den Löwen, Juden in die Gaskammer. Gott allein weiß, wie viele Millionen von Freidenkern (als "Hexen" bezeichnet) durch die Inquisition gefoltert und bei lebendigem Leibe verbrannt wurden. ...

... Der Völkermord nahm nicht mit Hitler seinen Anfang. Stalin schlug ihn darin. Aber ihre "Leistungen" in dieser Methode zur Unterdrückung "Andersgläubiger" sind genaugenommen Kleinigkeiten im Vergleich zu den Leistungen von Tamerlan,

Dschinghis Khan, den Kreuzrittern oder dem moslemischen Völkermord gegen Hindus und Griechen. Und lassen Sie uns auch die Französische Revolution nicht vergessen, noch irgendeinen der völkermordenden Exzesse der christlichen Kirchen. Was geschah mit den Inkas, den Azteken und den Ureinwohnern Nordamerikas? Ja, Völkermord war schon immer populär. Was wäre ein besserer Weg, die Kontrolle zu sichern, als die Opposition vollkommen auszulöschen? ...

... Es scheint so, als ob unsere männlichen Herzen offensichtlich nicht fähig sind, den destruktiven Konsequenzen all dessen ins Angesicht zu schauen, was unser Verstand verursacht hat. Dies zu tun würde bedeuten, dass wir uns produktivere, alternative Verhaltensmuster AUSDENKEN müssen. Wenn wir das täten, müssten wir uns eingestehen, dass all unser ZORN und unsere ANGST vor TRENNUNG eine Lüge war!

Und welchem Mann können Sie sich vorstellen, der so ehrlich wäre (und so anständig), diese Verbrechen einzugestehen oder in solch einem Maße sein "Gesicht zu verlieren"? Ich befürchte, solche Vögel sind wirklich selten. Die meisten von uns Männern haben ja schon genug Schwierigkeiten zu sagen: "Es tut mir leid, ..."

Nicht, dass wir dieses Gewahrsein nicht hätten. Wir wissen sehr genau, was uns herum geschieht und welchen Einfluss dies auf andere Menschen hat. Aber Gefühle zu verbalisieren, könnte uns als eine "Schwäche" ausgelegt werden - und wir werden nicht das Risiko eingehen, in jedem Moment weniger angesehen zu werden, denn als "Meister". Und statt unsere Sensitivität anzuerkennen, maskieren wir unser Einfühlungsvermögen und übergeben diese zärtliche Funktionen dem anderen Geschlecht, mit der Absicht, diese Gefühle in uns selbst zu vermeiden oder zu verleugnen.

Wir erwarten von den Frauen, uns die Gefühle zu spiegeln, die wir in unseren eigenen Herzen verleugnen. Solange Frauen den Job machen, offen, vertrauensvoll und sanft zu sein, müssen wir nicht so ein!"

Quellen: Catching Up; Aculescence Maturity and "Love" - Daniel Whiteside



**Ulrike Icha**  
Kinesiologin:  
Three in One Concepts  
Dunkelfeldmikroskopie  
Flurschützstr. 36/12/46  
1120 Wien  
Tel.: 0680 218 52 15  
ulrike.icha@utanet.at  
[www.easy.or.at](http://www.easy.or.at)

# Die sexuelle Energie ist im Wasserelement zu finden

Text: Kim da Silva und  
Do-Ri Amtmann



Die sexuelle Kraft im Wasser-Element besteht zu 95 % aus heilender Organenergie und zu 5 % aus praktizierter Sexualität. In unserer Gesellschaft haben viele Menschen mit praktizierter Sexualität Probleme. Gehören wir selbst auch dazu, wissen wir ab sofort, dass das nur jene 5 % der gesamten sexuellen Energie sind. Die 95 %, von denen wir meistens nichts wissen, sind immer vorhanden und kommen meistens nicht zum Tragen, weil wir im Normalfall nichts darüber lernen. Die 5% werden überbewertet und wenn's nicht klappt, dramatisiert.

Im Tao heißt es:

***Sanftheit ist die größte Stärke, Gewalt ist die größte Schwäche.***

*Kim da Silva:* "Das Wasserelement gilt daher als das stärkste Element, weil es als Qualität auch die **Sanftheit** hat. Obwohl Wasser das weichste Element ist, bringt es trotzdem Berge zum Einstürzen. Unermüdlich schäumt es gegen Felsen und nach vielen Jahrtausenden stehen diese durch die immerwährende Begegnung mit dem Wasser vor dem Einstürzen.

**Die Tugend der Sanftheit** wird bei uns im Westen leider nicht gepflegt, denn sie hat bei uns den Beigeschmack von Schwäche. Die Sanftheit im Leben ist nicht Trottelhaftigkeit oder von anderen gelebt werden. Wir sind durch gelebte Sanftheit so ruhig, so freundlich, so klar, so natürlich, dass Menschen in unserer Gegenwart Harmonie spüren.

Fühlen sich Menschen durch unsere Sanftheit provoziert, dann ist sie von uns *gemacht*. Wir haben Sanftheit nicht wirklich, sondern wir spielen sie nur vor.

Im Wasserelement befindet sich auch unsere göttliche, sexuelle und kreative Schöpferkraft. Mann und Frau zusammen sind in der Lage, Menschen zu zeugen. Diese Qualität ist göttlich, daher göttliche Schöpferkraft. Hier finden wir auch jene Kreativität, die unsere Gesundheit fördert.

Generell ist das Wasserelement in unserer Gesellschaft ein bisschen schwach. Man erkennt es an den funktionellen Störungen, die mit dem Feuerelement zu tun haben: Kreislauf-, Blutdruckprobleme und die verschiedenen Herzgeschichten. Warum? Das Wasserelement kontrolliert das Feuerelement. Ist nun das Wasser schwach, wird das Feuer zu groß.

Die anfangs erwähnten 95 % unserer sexuellen Energie können wir verfeinern, wenn wir sie durch die verschiedenen Körperzentren nach oben bringen. Die kultivierte sexuelle Energie wird im Kopf zur spirituellen Kraft, mit der wir dann unseren spirituellen Ausdruck leben.

**Merke:** *Durch die Balance der sexuellen Energie im Wasserelement wird gleichzeitig die spirituelle Kraft gefördert.*

**Die Natur des Wassers** - vom Wasser können wir lernen.

Wasser kämpft nicht, fließt immer zusammen und spart nichts aus. Es fließt auch an Orten, wo sonst nichts hinkommt.

Wenn das Wasser den Berghang hinunter saust, ist das immer ein dramatisches Bild. Das Wasser schäumt, gischt, sprüht, es tost. Es wird hin und her geworfen und schwer misshandelt. Einem Metallklumpen oder einem Holzstamm würde man diese Art der Behandlung sofort ansehen.

Beides wäre auf jeden Fall in irgendeiner Form beschädigt, das Wasser nicht. Denn, unten angekommen, fließt es wieder zusammen und setzt sofort seinen Weg ruhig, geklärt und unbeirrt fort. Ein paar Meter nach dem Aufprall ist dem Wasser nichts mehr anzusehen, was es eigentlich gerade hinter sich hat." \*



**Kim da Silva** lebt und arbeitet in Berlin und Bangkok. Er beschäftigt sich seit mehr als 40 Jahre intensiv mit der indischen und chinesischen Philosophie, den Yogawissenschaften und verschiedener östlicher und westlicher Methoden der Energiebalance und der Selbstheilung.

**\*Do-Ri Amtmann:** „Wie ist das bei uns Menschen? Oft liegen Begebenheiten schon jahrelang zurück und wir sind noch immer nicht zur Ruhe gekommen. Das wäre z. B. ein Fall für die Balance des Wasserelements mit Kinesiologie. Um die sexuelle Energie in uns zu balancieren, empfiehlt Kim da Silva, Mudras zu halten.“

### **Betrachtungen zum Mudra Wasserelement**

Wie bereits erwähnt, wird bei uns die Sanftheit oft mit Schwäche verwechselt. Sanftheit ist nicht eine unstrukturierte Energie, sondern hat sehr viel mit Klarheit zu tun. Wenn wir Sanftheit entwickeln heißt das, dass wir auch nicht streiten oder einen Streit schüren.

Wir haben immer so viel Kreativität, dass wir ständig Lösungsmöglichkeiten finden. Wir können zurücktreten und müssen uns nicht profilieren.

Sanftheit hat auf keinen Fall etwas mit einer depressiven Energie zu tun. Im Gegenteil - sie ist die größte Stärke, die wir zur Verfügung haben. Besiegt werden können wir nur durch jemanden, der noch sanfter ist als wir selbst.

Für Fragen zum Thema 'Mudras' können Sie gerne mit mir Kontakt aufnehmen:



**Do-Ri Amtmann**  
Mensch Sein Kinesiologie-Gründerin (MSK, EM-K Eternal Movement Kinesiologie)

Tel: 02252 43 243  
eMail@Do-Ri.com  
www.do-ri.com

## **Mudra: Wasserelement**

### **Hände:**

links oder rechts, beide

### **Beschreibung:**

Mittel- und Ringfinger jeweils links und rechts an das zweite Daumengelenk,  
Zeigefinger über Mittelfingernagel,  
Kleinfinger über Ringfingernagel;

### **Haltezeit:**

5 Minuten, mind. 4x täglich,  
Mindestabstand 8 Minuten

Im akuten Fall:

20 Min., mind. 5x täglich,  
Mindestabstand 4 Minuten



### **Nutzen:**

balanciert das Wasserelement und seine mit ihm verbundenen Symptome,  
nützt der sexuellen Energie,  
unterstützt den weiblichen Körper für eine kurze klare Menses,  
bzw. stärkt die Prostata bei Männern

### **Geistiger Aspekt:**

die Struktur der Sanftheit leben

Aus dem Buch:

Der Körper in seinen Händen, Kim da Silva,  
Knauer Menssana, 978-3-426-87409-7

# Ejaculatio praecox -

## Kinesiologie wirkt auch in der Intimzone

Lang ist's her - Es war zu einer Zeit, wo ich der modernen Prämisse Glauben schenkte, dass Untreue, Ehebruch und unbiblisches Begehren keine Sünde darstellen. Wo ich glaubte, weil's ja alle machen, muss es richtig sein, und weil ich einen Partner hatte, der mir sagte: „Wenn du meinst, mit diesem oder jenem schlafen zu müssen, dann tu es einfach. Verkneif dir's nicht.“ Erstaunt über seine Großzügigkeit fragte ich mich im selben Augenblick: „Wenn er mir das zugesteht, was macht er dann selbst, wenn wir nicht zusammen sind?“ Wie diese Geschichte ausging, ist aber nicht das Thema von heute. Diese Einleitung ist jedoch notwendig, um zu verstehen, wie alles begann.

Irgendwo gilt ja die Regel, dass auch ein Kinesiologe sich nichts mit seinen Schülern oder Klienten anfangen soll. Klare Abgrenzung, irdische ethische Grundsätze, bla bla bla . . .

Aber weil ich diese Grenze selbst einmal nicht eingehalten habe, kann ich diesen Beitrag zu dem scheinbar schwierigen Thema „Männer“ bringen. Eine Sache aus meinem Leben, die ich eigentlich schon vergessen hatte. Aber durch Ulli Icha, der Impuls-Redakteurin, die klagte, dass keine Männer-Beiträge von Kinesiologen in der Redaktion eingelangt sind, stieg mir diese Begebenheit wieder ins Bewusstsein.

Also - einmal hat sich für mich so ein Techtelmechtel, das mir emotional recht gut getan hat, ergeben. Er war damals „noch gut“ verheiratet und ich einsam. Denn obwohl ich in einer Partnerschaft war, wusste ich ja nicht, was der andere treibt, wenn er

nicht bei mir ist.

Bekanntlich schläft der Teufel nicht und das Techtelmechtel mit diesem Schüler begann. Wir fanden Gefallen aneinander. Jedoch - die sexuelle Begegnung war für ihn jedes Mal im Vorfeld schon ein stressbesetztes Thema. Der Grund lautet fachlich **Ejaculatio praecox**.

Wikipedia klärt uns auf: „Der vorzeitige Samenerguss ist eine sexuelle Störung des Mannes, bei der dieser nicht in der Lage ist, den Zeitpunkt der Ejakulation selbst zu steuern. Der Mann kommt zu früh zur Ejakulation. Dies kann negative Folgen bei Mann und Frau haben (z. B. verminderte sexuelle Zufriedenheit, Leidensdruck, Partnerschaftskonflikte). Es handelt sich um die häufigste sexuelle Funktionsstörung bei Männern unter 60 Jahren. . . .“

Anmerkung: Wikipedia gab es zu jener Zeit, wo ich damit konfrontiert wurde, noch gar nicht. Auch von Internet war weit und breit noch keine Spur. Da gab es nichts Genaueres darüber zu erfahren.

Wir freuten uns täglich aufeinander und wenn es dann zum geschlechtlichen Liebesakt überging - war's auch schon vorbei, bevor es noch so richtig begonnen hatte. Zuerst dachte ich, dass ich schuld bin - was ich damals *immer* noch oft glaubte. Seine Versicherung, dass es ihm immer so geht und daher auch seine Frau leidet, weckte dann in mir die Retterin. So sagte ich ihm eines Nachmittags: „Ich arbeite mit Kinesiologie, Du bist grade in der Ausbildung - da muss doch was damit zu machen sein.“ Er war einverstanden, dass ich ihn auf dieses Thema balanciere.

Ich wählte Energiesysteme aus, die für mich logischerweise für eine erfüllte praktizierte Sexualität verantwortlich waren wie z. B. Samenpalast und C7. Von den Meridianen waren Lunge, Niere, Herz und Kreislauf / Sexus dabei. Weiters die Gehirnintegration - und das alles in einem Satz verpackt.

Alles wurde getestet - danach per Handcomputer balanciert - und relativ schnell waren wir mit der Balance fertig. Und dann?

Wir sahen einander an, . . . und erlebten beide einen Liebesakt in einer Freiheit und Lockerheit, der einfach kein Ende fand. Nach circa eineinhalb Stunden, in denen wir uns einander erfreuten, musste *ich* zu einem Ende drängen, weil ich mich für einen Vortrag herrichten musste.

Wieder einmal durfte ich erleben, was mit Kinesiologie alles in kurzer Zeit möglich ist. Sogar das, dass ein langjähriger Ejaculatio praecox innerhalb einer Balance sich in eine zufriedenstellende Begegnung wandelt. Diese Art der Balance hat mir niemand beigebracht. Ich wandte einfach an, was mir in den Sinn kam. Was er davon brauchte, hat mir sowieso der Muskeltest verraten. Frag einfach und folg dem Weg. So begann für unser Techtelmechtel auch auf sexuellem Gebiet noch eine schöne Zeit. Das Techtelmechtel fand ein Ende, als mein heutiger Mann in mein Leben trat. Ja wirklich, lang ist's her!

Der Name der Schreiberin ist der Redaktion bekannt. Anfragen bitte an die Redaktion richten.

# KINESIOLOGIEÜBUNG

ERLEBE DIE SCHÖNHEIT  
DER TÄGLICHEN DISZIPLIN

## CROSS CRAWL IM RADFAHRER-STIL

Wenn wir uns müde und schlapp fühlen, wenn wir zu nichts mehr Lust haben, dann ist "Sich überkreuz aufrichten im Radfahrer-Stil" die Übung, die jetzt dran ist.

### Wirkung:

Diese Bewegung stimuliert die Rückenmarksflüssigkeit, sie stärkt die Bauchmuskulatur und vertieft die Atmung. Die Ohrenenergie wird balanciert, Wahrnehmung und Konzentration erhöhen sich.

### Dauer:

Cross Crawl im Radfahrer-Stil sollten wir sachte auf je 50 x steigern - 2 x täglich.

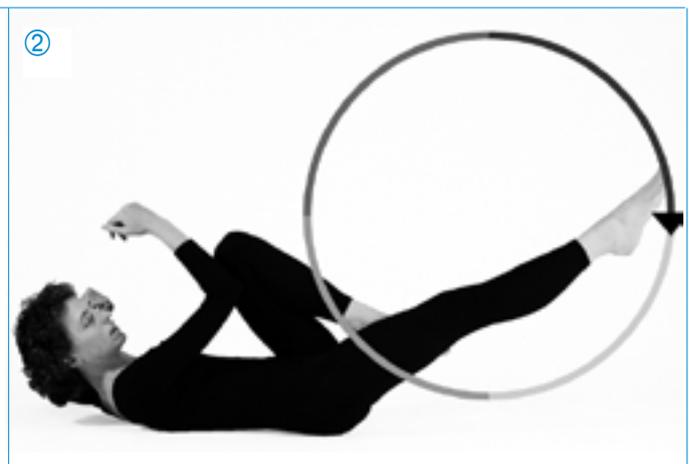
Um uns für diese besonders anspruchsvolle Übung einzuschalten, empfehle ich, vorher die Gehirnknochen (Nabel und Niere 27 links & rechts) jeweils 1 Minute zu massieren.

### Anleitung:

Du liegst auf dem Boden und winkelst Arme und Beine an. Dabei sollten die Ellbogen neben dem Kopf liegen. Nun hebst Du den Kopf möglichst hoch und spannst dabei die Bauchmuskeln an.

In dieser Position beginnst du nun mit der Bewegung: Bring den linken Ellbogen zum rechten Knie ① und dann den rechten Ellbogen zum linken Knie ② (Cross Crawl - Bewegung). Die Beine beschreiben dabei einen schönen, großen Kreis, als würdest du Rad fahren.

Achte darauf, dass du das ausgestreckte Bein möglichst weit zum Boden bringst und dass du den Ellbogen immer wieder in die Ausgangsposition (nach oben neben den Kopf) zurück bringst.



### Hinweis:

Diese Übung findest Du unter folgendem Link von Do-Ri ausgeführt: [http://www.youtube.com/watch?v=tQg\\_labgWxM](http://www.youtube.com/watch?v=tQg_labgWxM)

*Fröhliches Üben wünscht Euch*

*Do-Ri*



### Do-Ri Amtmann

Kinesiologin  
Instructor für Touch for Health, Mensch-Sein  
Kinesiologie und Zellular-Medizin

### Kontakt:

A -2511 Pfaffstätten, Feldgasse 8  
Tel./Fax: 02252 / 43 243  
E-Mail: [eMail@Do-Ri.com](mailto:eMail@Do-Ri.com)  
Home: [www.Do-Ri.com](http://www.Do-Ri.com)



Einladung zum Workshop

## Die Wirkung von kinesiologischen Übungen

*Übungen und ihren Sinn kennen lernen und erleben*

Termin:

**Samstag, 5. April 2014 von 9 bis 18 Uhr**

Ort:

bei **Do-Ri** in 2511 Pfaffstätten, Feldgasse 8

Kosten:

€ 130,- pro Person inkl. Unterlagen und MwSt

Anmeldung:

unter 02252 43243 oder [eMail@Do-Ri.com](mailto:eMail@Do-Ri.com)

Wir bewegen uns, um auch andere zum Bewegen zu bewegen!

# Männer und Kampfsport

Text: Prof. Mag. Michaela Meisl



Junge Burschen üben Karate, Männer der Altersgruppe 50 + ebenfalls. Sie kommen aus unterschiedlichen sozialen Umfeldern. Und doch haben sie vieles gemeinsam.

Bild: © konradbak - Fotolia.com

Karate und Kinesiologie kommen aus unterschiedlichen Regionen der Welt, entwickelten sich aus verschiedenen Bedürfnissen heraus. Und doch ist auch ihnen vieles gemeinsam.

30 Jahren lang betreibe ich schon Karate, seit mehr als 20 Jahren unterrichte ich Männer und Frauen in dieser faszinierenden Kampfkunst. Dabei durfte ich ganz besondere Freundschaften schließen, Menschen und Länder auf der ganzen Welt kennen lernen und dabei beobachten, wie Männer und Frauen in unterschiedlichen kampfsportspezifischen Situationen reagieren. Diese Beobachtungen veranlassen mich dazu, kinesiologische Übungen gezielt im Training einzusetzen, um den jeweils besten Trainingseffekt für Damen und Herren gleichermaßen zu erzielen.

## **Karate und Kinesiologie**

Meine ersten Erfahrungen im Brain-Gym®-Kurs ließen mich staunen: All die Prinzipien, die dort angewendet werden, kannte ich schon aus meiner Karate-Praxis. Ob es um Überkreuzbewegungen ging oder um die Dehnung (Längung) spezieller Muskelgruppen, es war mir aus dem täglichen Training bekannt. Ging es im Karate-Training um die Entwicklung von Kraft und Schnelligkeit, so kamen mit dem Brain-Gym®-Wissen noch weitere Aspekte und Nuancen dazu, die ich nicht mehr missen möchte. Karate, so wie ich es

kennen gelernt hatte, war eine spannende Variation von Brain-Gym®-Übungen. Jetzt musste ich nur noch die Erkenntnisse aus beiden Bereichen miteinander verbinden und sehen, wie ich Karate mit kinesiologischen Übungen verbessern und bereichern konnte.

## **Männer: Jung, alt, stark, reich?**

Der Duden gibt Wörter an, die am meisten im Zusammenhang mit dem Wort „Mann“ verbunden werden. Diese Wörter in Bezug zu Männern im Karatesport möchte ich

aus meinen Erfahrungen als Karateka und Trainerin im Kampfsport beleuchten.

**„Jung“:** Die meisten Männer beginnen mit dem Training des Karate in jungen Jahren. Als Teenager sind sie motiviert, Techniken zu lernen, mit denen sie sich verteidigen und ihre Kollegen beeindrucken können. Oftmals sind es auch besorgte Eltern, die ihre Kinder zum Training schicken, damit sie nicht hilflos den Launen ihrer Schulkollegen ausgeliefert sind.

Beim Karate-Training lernen sie in einer geschützten Umgebung, respektvoll mit anderen umzugehen, ihre eigene Aggressivität zu kontrollieren und zu dosieren und sich in einer bestehenden Gruppe einzufügen. Häufig berichten die Jugendlichen oder ihre Eltern, dass der schulische Erfolg sich durch das Karate-Training verbessert. Viele dieser jungen Burschen brechen das Training leider ab, sobald sie in eine höhere Schule wechseln oder die Berufsausbildung beginnen, da sich ihre Interessen verlagern.

**„Alt“:** In Europa gibt es erst seit wenigen Jahren Menschen, die auch im Alter 50+ noch regelmäßig Kampfsporttraining absolvieren. In Japan dagegen trainieren die Meister einer Kampfkunst auch in hohem Alter und geben ihren Schülern Unterricht. Ich habe das Glück, einige solcher Meister kennen zu dürfen und bin immer wieder erstaunt über die körperliche Kraft und Geschmeidigkeit sowie geistige Frische meiner Lehrer. Jeder dieser „alten Männer“ hat seine ganz persönliche Art, sich zu bewegen und zu unterrichten – mit Witz und Charme und sehr viel Verständnis. Sie beweisen, dass ein aktives Training die körperliche und geistige Beweglichkeit erhält. Dies ist für mich der Beweis dafür, dass Alter nicht bei jedem mit Gebrechlichkeit und Unbeweglichkeit einher gehen muss. Das motiviert mich dazu, Menschen nicht nur mit sportlichen Übungen, sondern auch mit kinesiologischen Bewegungsformen bis ins hohe Alter zu betreuen und so die körperliche und geistige Entwicklung auch in späteren Lebensphasen zu unterstützen. Ich bin dankbar dafür, dass ich so viel von diesen „alten Männern“ lernen darf.

**„Stark“:** Oh ja, die meisten Männer üben Karate, damit sie körperlich stark bleiben oder werden und um sich mit dieser Stärke im Leben zu beweisen. Muskelaufbau und Schnelligkeit sowie allgemeine Fitness sind in vielen Fällen in den ersten Jahren des Trainings die Hauptgründe für die Beschäftigung mit einer Kampfkunst. Nach einigen Jahren harten Trainings ändert sich dies jedoch vielfach. Viele meiner männlichen „Karate-Freunde“ werden sich

durch die Übung der Kampfkunst ihrer Schwächen und Stärken bewusst, gehen sehr respektvoll mit sich und ihrer Umgebung um und finden zu wahrer innerer Stärke.

**„Reich“:** Ein jahrelanges Karate-Training macht das Leben in vielerlei Hinsicht reicher. Ob es sich um Gesundheit, körperliches Wohlbefinden, Beweglichkeit, oder um Erfahrung im Umgang mit anderen, den Kontakt zu Gleichgesinnten, Freundschaften über die Grenzen des Heimatlandes hinaus handelt, mit der Übung nimmt die Lebensqualität zu. Der geschützte Umgang mit der eigenen Aggressivität führt dazu, dass Karateka sich selbst besser kennen und einschätzen können. So gesehen ist ein Mann, der Karate übt, ein „reicher“ Mann.

**„Bewaffnet“:** Kara bedeutet „leer“, Te ist „die Hand“ – Karate stellt also die Kunst der „leeren Hand“ dar. Ein Mann, der Karate übt, ist nicht bewaffnet, kann sich jedoch verteidigen, wenn es sein muss. Er hält sich an ein bewährtes Karate-Prinzip: „Karate ni sente nashi“ – Karate kennt keinen ersten Angriff. Das bedeutet: ein Karateka wird nie von sich aus einen Angriff ausführen, sondern sich immer nur verteidigen.

### **Was Frauen im Kampfsport von Männern lernen können:**

Männer gehen meiner Erfahrung nach rascher bei der Umsetzung von neu Erlerntem vor. Dabei ist es nicht so wichtig, ob alle Details schon beherrscht werden. Sie probieren sofort. Frauen dagegen sind sich oft nicht sicher, ob sie alles richtig machen und trauen sich nicht so nahe an den Partner heran. Vielleicht hilft es den Damen, sich einmal nicht so sehr um die Details zu kümmern und einfach „drauf los“ zu üben. Männern fällt es leichter, Kraft in der Technik umzusetzen. Was ihnen an Beweglichkeit fehlt, machen sie durch Kraft wieder wett. Das kann im Training schmerzhaft werden. Aber auch mit Schmerz können Männer offensichtlich beim Training besser umgehen als Frauen.

Wir Damen können von den Männern lernen, wie wir Kraft einsetzen. Wie die Männer das mit dem Schmerz hinkriegen, weiß ich auch nach 30 Jahren noch nicht ;)

### **Was Männer von Frauen im Kampfsport lernen können:**

Frauen sind vorsichtiger, wenn es um einen direkten Angriff geht und probieren zuerst lieber etwas zaghaft. Dafür können

sie auch mehr Details umsetzen. Männer können von ihnen lernen, etwas langsamer an die Sache ran zu gehen, auch die Details im Blick zu behalten und sanfter mit sich selber umzugehen.

Frauen sind meist beweglicher als Männer, ihre Bewegungen daher oft geschmeidiger und weicher. Auch wenn es für Männer schwieriger ist, eine gute Dehnung aufzubauen, können sie von den Damen lernen, dass Beweglichkeit für die Ausführung einer Kata (Form) oder den Freikampf genau so wichtig ist wie Kraft und Schnelligkeit. Vielleicht motiviert sie das dazu, konsequent die Dehnübungen auszuführen, bis sich der Erfolg einstellt.

Meiner Erfahrung nach können kinesiologische Übungen aus Brain-Gym®, Movement-Dynamics oder Touch for Health bei Damen und Herren dazu führen, die eigenen Stärken zu nutzen und die Schwächen zum Positiven zu verändern. Gerade Männer reagieren auf diese Art von Training zu Beginn manchmal befremdet. Für viele Männer bedeutet eine hohe Wiederholungszahl in den Übungen und ein großer Krafteinsatz die Garantie für den Trainingserfolg.

Bei den kinesiologischen Übungen muss jedoch weder viel Kraft eingesetzt noch sehr oft wiederholt werden. Dennoch stellt sich der Erfolg recht rasch ein. Sobald die die Fortschritte erkennen, sind die meisten Männer auch für diese alternative Trainingsform offen.

Meine Lehrer zeigen mir, wie positiv sich gezielte körperliche Aktivität – ob als Karate-Praxis oder als kinesiologische Übungsform – in jedem Lebensalter auswirkt. Ich danke all den Männern, bei denen ich Karate lernen und mit denen ich diese faszinierende Kampfkunst üben darf.



**Prof. Mag. Michaela Meisl**  
Kinesiologin;  
Instructor für Touch for Health,  
R.E.S.E.T. und Brain Gym®

Maria-Theresien-Straße 4 , 6020 Innsbruck  
Tel.: 00650 32 42 536  
Mail: info@meislcoaching.com  
**www.meislcoaching.com**



Im alten China galt es als geheimes Wissen. Heute ist es schon fast vergessen. Der Zusammenhang der Zungenform gibt Aufschluss darüber, mit welchem Typ Mann, Frau es zu tun hat. Welche Art Liebhaber er ist.

Foto: © Franck Boston - Fotolia.com

# Wie Sie einen guten Liebhaber erkennen!

Die Beschaffenheit der Zunge wird in der chinesischen Medizin auch in unserer Zeit als Diagnosehilfe herangezogen: um zu sehen, wie das „Chi“ fließt, welche Organe Hilfe brauchen oder wo ein Hitzestau oder ein Energiemangel droht. Vielleicht wollen Sie einige der Geheimnisse der Zungenanalyse selber erforschen?

Text: Romana Kreppel

Was macht denn nun für Sie einen guten Liebhaber aus?  
Wie wollen Sie denn geliebt werden?  
Was ist Ihnen denn wichtig?

Die hohe Kunst der Liebe wird in den alten Traditionen von Tantra, Tao-Yoga oder Qoudouschka ausführlich beschrieben. In all diesen Philosophien geht es darum, im Liebesakt zu einer Verschmelzung der Prinzipien von weiblich und männlich, von Yin und Yang zu kommen. Das kosmische Sein, die Schöpfungskraft, die ja die sexuelle Energie darstellt, zu erleben. Eins zu sein. So erfahren wir Einheit in der Polarität. Das Spiel des Yin und Yang ist gerade in der Sexualität besonders gut zu erleben. Aber mit welchem Partner? Mit wem lasse ich mich auf dieses Spiel ein?

Exkurs: Die Fünf-Elemente-Lehre dient auch hier, wie schon so oft in unserer Impulszeitung beschrieben, als Grundlage für die Typologie der Männer.

## Der Feuer-Mann

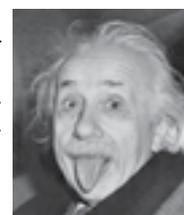
Zungenform: lang, spitz, kräftiges rot, geradlinig, ragt beim Herausstrecken kraftvoll aus dem Mund.

Eigenschaften: meist starke Persönlichkeit, geistreich, humorvoll, hohe Potenz.

Als Liebhaber steht er meist hoch im Kurs, als der feurige Casanova

Vorsicht: eine knallrote Zunge könnte darauf hinweisen, dass er sich in der Sexualität zu sehr verausgabt.

Berühmtestes "Zungenbild" (Einstein):



## Der Erde-Mann

Zungenform: breit, oft etwas gedunsen, weich, rosa, manchmal auch eher klein

Eigenschaften: Der sanfte, gemütliche Typ, etwas träge, sehr genussvoll, liebt Wein, Weib, Essen und Gesang. Liebt genussvolle Liebespraktiken.

Zieht rundliche, üppige Frauen den Schlanken vor

Vorsicht: wenn die Zunge sehr blass und sehr aufgequollen ist, hat die innere Feuchtigkeit bereits überhand genommen, dann ist er im Bett eher auch träge.

## Der Metall-Mann

**Zungenform:** eher viereckig wie ein „Paket“, hell, glatt,  
**Eigenschaften:** vernünftig, logisch, treu, zuverlässig, dominant.  
Als Liebhaber wird er vielleicht nicht so gerne genommen, eher als treuer Freund, der sehr praktisch und tüchtig alle nur möglichen Reparaturen bewerkstelligt.

## Der Wasser-Mann

**Zungenform:** sehr, dünn, hell, Spitze eher rot, beim Herausstrecken biegt sich die Zungen-Spitze gerne nach oben.  
**Eigenschaften:** eher schüchtern, liebesbedürftig, ichbezogen, jammert gerne, kann amüsant sein, liebt raffinierte Liebespraktiken. Bevorzugt vielleicht sogar mächtige Frauen.

## Der Holz-Mann

**Zungenform:** breite Zunge, dicke Seitenränder, rot  
**Eigenschaften:** choleric, aggressiv, sportlich, potent aber nicht gefühlvoll, machthungrig, reagiert stark auf optische Reize. Für ihn ist Erotik weniger wichtig als ausgiebige Potenz, mit der er sich auch brüsten kann. Leider hält er oft nicht, was er verspricht, überschätzt sich selber.

Nun liebe Frau, welchen Typ Mann würdest du gerne wählen? Und welcher Typ-Frau meinst du, zu sein? Denn nach dem Yin-Yang Prinzip müsste ja jedem männlichen Wesen ein weibliches entsprechen. Hier könnten wir die Lehren aus der alten chinesischen Tradition anwenden und nach dem Fünf-Elemente-Rad den passenden Typus finden. Wer unterstützt Dich in Deinem Sein am Besten? Mehr dazu in der nächsten Ausgabe!

## Was macht den Mann zum Mann? ... und die Frau zur Frau?

Sexualhormone und die Bedeutung für unser Wohlbefinden. Östrogen macht die Frau zur Frau, Testosteron macht den Mann zum Mann. Doch beide Geschlechter haben beide Hormone im Körper zu Verfügung, nur die Menge macht den Unterschied, dass sich die weiblichen bzw. männlichen Keimdrüsen entwickeln. Ein Zuviel an männlichem Testosteron im weiblichen Körper kann zu Bartwuchs und Vermännlichung führen, ein Zuwenig allerdings macht eine Frau lustlos und antriebschwach. Es ist bedeutend für die Muskelkraft, die Leistungsfähigkeit und die Libido sowie für die Herzleistung.

Ein Zuviel vom weiblichen Östrogen im Mann führt zu Brustentwicklung und Verweiblichung, ein Zuwenig verhindert, dass die Gefäße elastisch bleiben und gefährdet die Fruchtbarkeit und Potenz sowie das Austrocknen der Schleimhäute.

Auf das richtige Maß und die richtige Balance kommt es an!

Sexualhormone werden aus dem Cholesterin gebildet, das aus der Leber zur Verfügung steht. Meistens wird nicht hinterfragt, warum die Cholesterinwerte tatsächlich hoch sind. Es könnte eine Unterfunktion der Schilddrüse dahinter stehen, die zu wenig an Progesteron und zu viel an Östrogen zu bearbeiten hat und damit überfordert ist. So ein Blödsinn sagen Sie?

Nein, Tatsache! Vergessen Sie den Mythos vom „bösen“ Cholesterin und den angeblichen Ursachen von Ernährungsfehlern.

**Dr. John R. Lee**, Allgemeinmediziner in Kalifornien, hat bereits 1996 in seinen Veröffentlichungen bestätigt, dass die Ursache für erhöhte Cholesterinwerte in einer Fehlproduktion der Sexualhormone liegen kann. („Wie Männer stark bleiben“ Dr. J. Lee / Elisabeth Buchner Familienverlag 2005; „What your Doctor may not tell you about Menopause“ Warner Books, New York)  
Davon sind nicht nur Frauen betroffen, denn Tatsache ist, dass eines der wichtigsten Sexualhormone, das Progesteron in beiden Geschlechtern eine äußerst bedeutende Rolle für Wohlfühlen und Gesundheit darstellt.

## Progesteron ist ein Schlüsselhormon

Die häufigsten Symptome, die bei Männern auf ein Hormonungleichgewicht hinweisen können: Schlafstörungen, Depressionen, nachlassende Merkfähigkeit, Blutdruckschwankungen, Herzbeschwerden, Herzrhythmusstörungen, Libidoverlust, Erektionsstörungen und Gewichtszunahme, Prostatabeschwerden.

Um die Hormonbalance bestimmen zu können, ist es ratsam einen Speichel-Hormontest zu machen. Der Speicheltest hat eine höhere Aussagekraft als ein Hormon-Bluttest, da für die Hormonstatusbestimmung die „freien“ Hormone aussagekräftig sind. Steroidhormone werden aus dem Fettmolekül Cholesterin gebildet und ist somit im Blut an ein Eiweißmolekül gebunden vor. Das macht eine Hormonbestimmung über einen Bluttest ungenau. Progesteron und Östrogen sollten in Balance sein!  
Das vorherrschende Problem bildet die „Östrogendominanz“

## Östrogendominanz

Kunststoffe, Weichmacher, Kosmetikprodukte, Holzschutzmittel, Plastikgeschirr und viele aus Erdöl hergestellte Produkte enthalten **Xenöstrogene**. Griechisch= xenos = der Fremde, also fremde Östrogene, die im menschlichen Organismus als Östrogene wirken und zu der so genannten Östrogendominanz führen.

Bei Frauen wirken künstlichen Östrogene (Antibabypille, Hormonspirale und ähnliches) zusätzlich verstärkend für östrogendominierende Symptome. Östrogendominanz führt bei beiden Geschlechtern zu: Allergien, Asthma, Ekzemen, Autoimmunstörungen, z. B. Morbus Hashimoto, Ödemen, Gefühl von „Aufgeblasensein“, Fettgewebe an Bauch, Hüften, Oberschenkeln, Schilddrüsenfehlfunktionen, kalten Händen und Füßen, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Haarausfall, Konzentrationsstörungen, Leistungsschwäche, nachlassende Knochendichte bis hin zu Osteoporose, Blasenfunktionsstörungen.

Speziell bei Männern:  
Schlechte Spermienqualität, Zeugungsunfähigkeit, Impotenz, Fetteinlagerungen, Libidoverlust, Depressionen.

## Was ist zu tun?

- Hormonstatusbestimmung über Speicheltest (gerne geben wir dazu Auskunft)
- Substitution mit natürlichen Hormonen (Pflanzenstoffe)
- Ernährungsänderung
- Geeignete Reinigungsanwendungen für Leber/Niere
- Substitution mit Mineralien
- Meiden von Kosmetika, Putzmittel, Waschmittel, die Xenöstrogene enthalten (Liste der Stoffe, die nicht enthalten sein sollten, senden wir gerne zu)

Sie sind auch gerne zu den kostenfreien monatlichen HORMONY-Selbsthilfetreffen willkommen! Bei Anfragen sende ich gerne die Informationen zu.

Nun wünsche ich allen Frauen und Männern, dass Sie die optimale Hormon-Balance haben und den "richtigen" Partner/Partnerin wählen.

Leben Sie ihr Yin-Yang – Spiel weise. Wählen Sie Liebhaber/Innen mit guter Energie und achten Sie auf Ihre Essenz. Füllen sie ihr Leben mit Liebe, Lust und Lebendigkeit, denn was nützt ein an Jahren langes Dasein, wenn sie dieses nicht voll und ganz gekostet haben?



**Romana Kreppel**  
Kinesiologin  
Mentaltraining  
Ernährungscoaching  
In der Praxis von  
Dr. Christa Mader  
Helenenstraße 40  
2500 Baden

Mobil: 0699 15 123 208  
Mail: office@romanakreppel.at  
[www.metabolicbalance-romana.at](http://www.metabolicbalance-romana.at)



# Ritterlichkeit als Menschheitsideal

Es ist der Geist, der seine Welt sich baut und formt, es sind die Ideen, die Geschichte machen und in die Zukunft wirken, und es sind die Menschen, die sie verfechten und für sie zu sterben bereit sind, weil sie fühlen und verstanden haben, was der erfolgreiche österreichische Heerführer und Feldherr Prinz Eugen von Savoyen-Carignan (18.10.1663-21.4.1736) der Nachwelt als Rat hinterlassen hat: **„Du darfst nicht für dich, sondern musst für eine große Idee leben!“**

Diese große Idee – als solche wird hier die „Ritterlichkeit“ vorgestellt – fand im Mittelalter zu Beginn der Kreuzzugsepoche in den geistlichen Ritterorden, die aus einer Verbindung von Mönchtum und Rittertum entstanden sind, eine wirkungsvolle Verkörperung. Mit der im Menschen angelegten und daher immer wieder von Geschlecht zu Geschlecht zu erweckenden Idee und dem vorzulebendem Ideal der **Ritterlichkeit** konnte diese wegen ihrer inhaltlich hohen ethischen Werte in den Ritterorden die Jahrhunderte überdauern und ihre Aktualität auch gerade in unserer verwirrten Zeit und Welt wahren. Schon der Meister und Vorsteher der Bruderschaft der Hospitaliter und Gründer des Johanniterordens, Fra' Gerard (Bruder Gerhard), gest. 3.9.1120, wusste, warum die Ideale und Aufgaben eines Ritterordens unvergänglich sind: *„Unsere Bruderschaft wird unvergänglich sein, weil der Boden, in dem die Pflanze wurzelt, das Elend dieser Welt ist und weil, so Gott will, es immer Menschen geben wird, die daran arbeiten wollen, dieses Leid geringer, dieses Elend erträglicher zu machen!“* Heute sind die traditionellen großen Ritterorden weltweit, zum Teil in eigenen Krankenhäusern, und vermittelt zahlreicher Spenden noch immer karitativ tätig und haben alle Hände voll zu tun!

Das Rittertum hat geistig, ideell und zudem praktisch und hilfreich gewirkt. Es hat auf die Entwicklung und Gestaltung der Menschenrechte, des Völkerrechts, des Kriegsrechts und der Entwicklung militärischer Verhaltensformen, kultivierend und zivilisierend konstruktiven Einfluss genommen. Es ist sinnvoll, daran wieder erinnert zu werden.

Das Bemühen, für die Ritterlichkeit auch im 21. Jahrhundert „eine Lanze zu brechen“, wird auch dadurch gefördert, dass der Begriff „Ritterlichkeit“ im Bewusstsein der Menschen unserer Zeit durchaus gegenwärtig ist.

Bewusst ist allerdings ebenfalls, dass die „Kreuzzüge“, sowohl die im Mittelalter als auch diejenigen im 20. Jahrhundert, kaum als Zeugnisse der Ritterlichkeit gelten können. Unabhängig davon verbinden viele Menschen unserer Zeit mit dem Begriff des Ritters noch etwas Besonderes, Hervorragendes und Beispielhaftes, etwas, das es so heute nicht mehr gibt, das man gar vermisst, dessen Neubelebung in zeitgemäßer Form uns gut tun würde.

Die umfangliche, vielfältige und oft gut illustrierte Literatur über das Rittertum zeigt: Man besinnt sich, dass das Rittertum Ausdruck der Kultur und Lebensform im hohen und späten Mittelalter war, eine bedeutungsvolle abendländische Erscheinung, deren Vertreter sich am Leitbild des der Ehre verpflichteten, tüchtigen und wohlzuzogenen Menschen orientierten, in ihrer ritterlichen Tugendlehre antike und christliche Ethik sowie germanisch-rechtliche Auffassungen vereinigten und als Ordensritter besitzlos dem Dienste an den Armen und Kranken und der Ausbreitung des Reiches Gottes in der Welt lebten. Als Deutsche wissen wir, dass die Ausstrahlung dieser Ordensethik in der Gemeinschaft des Deutschen Ritterordens als tragende Kraft über Brandenburg-Preußen zur Wiedererrichtung des Deutschen Reiches 1871 geführt hat. Das Ethos des Dienens, die Idee des Rechtsstaates, die Toleranz gegenüber Andersdenkenden und die Suche nach Wahrheit und deren Durchsetzung sind Werte und Aufgaben, die zeitlos gültig und gerade heute des Einsatzes aller guten Kräfte wert sind!

Gerade Geschichte als Vergegenwärtigung des Gewesenen lässt uns auch erkennen, dass alle Formen der Höflichkeit, der Achtung und des Respekts, der Toleranz, der Hilfsbereitschaft, der Anständigkeit, z. B. gegenüber Frauen, aber auch gegenüber der Umwelt, jede Form der Fairness bei Spiel,

Sport und Wettkampf, aber auch im Bereich der sogenannten „politischen Kultur“, im heutigen Alltagsleben der Menschen ( viel zu häufig aber auch leider nur als Wunschvorstellung ) weiterhin einen hohen Stellenwert haben, weil sie letztlich insgesamt Facetten der Ritterlichkeit und Spiegelungen ritterlicher Tugenden sind. Den Menschen wird bewusst, dass Ritterlichkeit als Begriff und Forderung durchaus zeitgemäß sein kann und auch ist. Ritterlichkeit ist wahrhaftig kein nur akademisches Thema, sondern berührt den Menschen „von der Wiege bis zur Bahre“: Abgesehen davon, dass Kinder gern mit Ritterfiguren und Burgen spielen, Ritter ihre Helden in Sagen, Abenteuerbüchern, Comic-Serien und Filmen sind, sie als Schüler einiges über das Rittertum erfahren und Burgen besuchen – im Ergebnis ist für den Erwachsenen unserer Tage „ritterliches Benehmen“ weder fremd noch antiquiert. Es muss nur wieder bewusst gemacht werden. Dabei gehört es zu unseren Aufgaben in der Gegenwart, an Ideale zu erinnern und Traditionen zu pflegen und zu wecken, denn Geschichte ist die geistige Form, in der sich Menschen und Völker über ihre Vergangenheit Rechenschaft geben, um ihre Zukunft gewinnen zu können (A. J. Toynbee), sie ist das Gedächtnis der Menschen und Völker und ermöglicht durch die Vergegenwärtigung des Gewesenen (G. v. Rauch) ausgewogenere Entscheidungen für die Zukunft. Man muss sich einfühlsam und verständnisvoll in die vergangenen Zeiten hineinversetzen können, um zu ihnen überhaupt einen angemessenen Zugang zu finden, denn das Amt des Historikers ist nicht das des Richters!

Als die letzten Tage Friedrich Schillers gekommen waren, bat er seine besorgten Freunde: **„Gebt mir Märchen und Rittergeschichten, da liegt der Stoff zu allem Schönen und Großen!“**

Quelle: Souveränen Internationalen Templer-Orden

# Das Schwert Excalibur

Text: Dr. Michael Stelzner

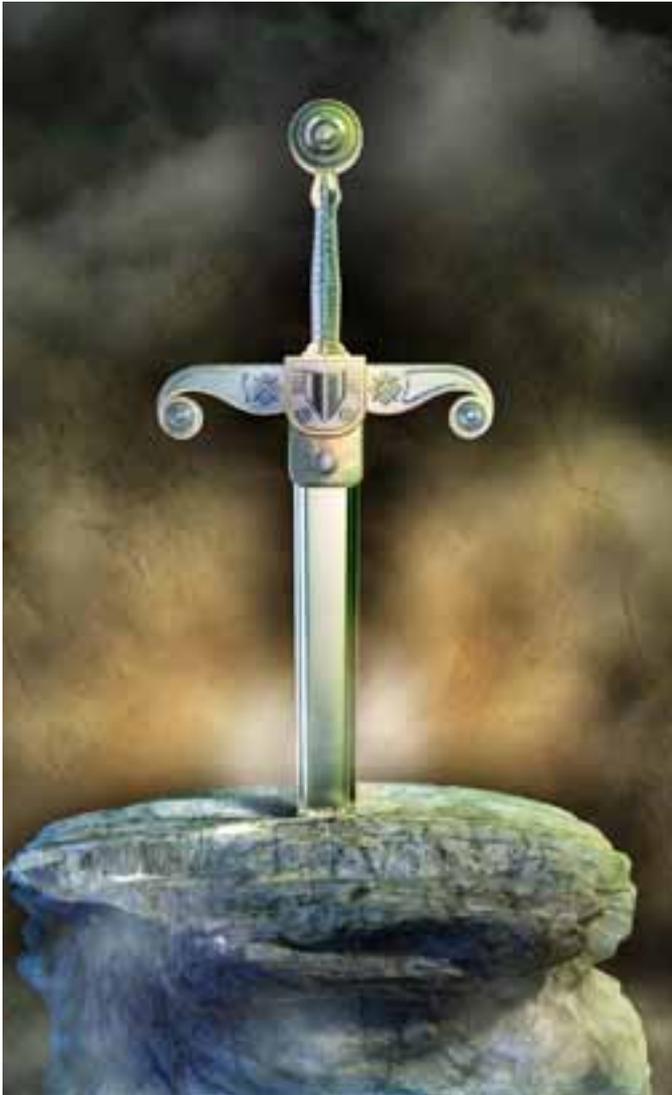


Foto: © Andrea Danti - Fotolia.com

Wenn wir heute das Schwert nur als sogenanntes **»Männbarkeitssymbol«** betrachten, entgeht uns diese ganz entscheidende Bedeutung, die hinter den alten Schwert-Ritualen steht.

Jungen die im Mittelalter bei der Zeremonie der »Schwertleite« ein Schwert überreicht bekamen, schworen der Willkür ab und wurden zum Mann, indem sie sich der Tradition verpflichteten. Die bindenden Eide wurden auf das Schwert abgelegt. Die Weihe war ihrem Prinzip nach eine Einweihung, d. h. eine »Weihe der Einheit gegenüber«. Auf höherer Ebene wiederholt sich das im Ritual des Ritterschlags. Der immer gleiche Inhalt machte das Schwert zum Symbol für die Gerichtsbarkeit und der Obergewalt des Herrschers. Deshalb enthält der Kronschatz jeder Monarchie ein Zeremonienswert.

Worin im einzelnen die Reife und Würde eines Schwertführers besteht, verraten die Symbole, welche in den Legenden tradiert wurden. Das männliche Symbol des Schwertes korreliert eins zu eins mit dem weiblichen Symbol des Grals. Deshalb sind die Legenden um das heilige Schwert mit den Legenden um den heiligen Gral eng miteinander verwoben.

Jeder kennt die Geschichten um König Artus, sein Schwert Excalibur und die Suche nach dem heiligen Gral. Nur dem Würdigen gelingt es, das heilige Schwert an sich zu nehmen. Der junge und unter der Führung des Weisen Merlin stehende König Artus zieht zur Überraschung aller mühelos das Schwert aus dem Stein, während das keinem anderen gelingt.

Das Schwert ist ein männliches Symbol, ein Symbol der Durchsetzung. Mit ihm kann man Spalten. Da Spalten, Zwei machen aber der Zweiheit zugeordnet ist und leicht dem Diabolischen dienen kann, ist es von größter Wichtigkeit, den Schwertträger vorher in den Gesetzmäßigkeiten der Welt zu unterrichten. Ihnen zufolge untersteht jedes Prinzip der Zweiheit der vorangehenden und alles beherrschenden Einheit. Niemand darf das Prinzip des Spaltens zur Anwendung bringen ohne sich vorher über dessen der Einheit dienenden Zweck Klarheit verschafft zu haben.

Eine andere, noch frühere Überlieferung besagt, dass es eine Göttin ist, die »Dame vom See«, die ihm Excalibur überreicht. Der »Stein« oder die »Seegöttin« symbolisieren ein und dasselbe - das unauflösliche Gesetz der Erde (Stein). In noch grundsätzlicherer, archetypischer Weise ist es das Gesetz des Wassers, aus dem alles Leben, einschließlich der Erde hervorgegangen ist. Zahlensymbolisch ist es die Einheit, welche über das Wasser (hebr. Tür = 4, bzw. Wasser = 40) die Welt betritt. Die spätere astrologische Symbolik ordnet dem Stein sowie das Gesetz dem 10. Tierkreiszeichen, dem Steinbock zu. Die astrologische Verbindung der 4 mit der 10 ist nicht zufällig sondern archetypisch. Dabei denke man beispielsweise an das Tetraktys, in dem beide Zahlen ihre inhaltliche Verknüpfung offenbaren ( $1+2+3+4=10$ ).

Zusammenfassend macht die Würde eines wahren Königs das Erkennen der göttlichen Natur (4) aller Dinge aus. Von diesem Gesetz, dem er sich zu unterstellen bereit ist und das er mit all seinem Tun erfüllt, wird der "königliche Mensch" autorisiert und bekommt das heilige Schwert überreicht.

Quelle: <http://www.gralswissen.de/excalibur/excalibur.htm>

## Dr. Michael Stelzner

Autor der Bücher "Die Symbolik der Zahlen" und "Die Weltformel der Unsterblichkeit"

Mail: [michael@stelzner.org](mailto:michael@stelzner.org) Home: [www.zahlensymbolik.de](http://www.zahlensymbolik.de)



# Gestresste Männer sind sozialer

**Freiburger Wissenschaftler haben die gängige Lehrmeinung widerlegt, dass Stress stets aggressives Verhalten hervorruft.**

Freiburg, 21.5.2012 - Ein Forschungsteam unter der Leitung der Freiburger Psychologen und Neurowissenschaftler *Prof. Dr. Markus Heinrichs* und *Dr. Bernadette von Dawans* hat in einer Studie untersucht, wie Männer in Stresssituationen reagieren – und mit den Ergebnissen eine fast 100 Jahre alte Lehrmeinung widerlegt. Dieser zufolge sollen Menschen und die meisten Tierarten bei Stress die „Kampf-oder-Flucht-Reaktion“ („fight-or-flight“) zeigen.

Erst seit den späten 1990er Jahren vertreten einige Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler die These, dass Frauen unter Stress alternativ nach dem „**Tendand-befriend-Konzept**“ handeln, also mit einem beschützenden („tend“) und Freundschaft anbietenden („befriend“) Verhalten reagieren.

Männern hingegen wird nach wie vor unterstellt, bei Stress aggressiv zu werden. Zu Unrecht, sagt von Dawans: „**Offenbar zeigen auch Männer soziales Annäherungsverhalten als unmittelbare Konsequenz von Stress.**“

Mit dieser Studie hat das Forschungsteam erstmals das Sozialverhalten bei Männern

unter Stress experimentell untersucht. Die Ergebnisse stellen die Wissenschaftler in der aktuellen Ausgabe des renommierten internationalen Fachjournals *Psychological Science* vor. An der Studie waren die Ökonomen *Prof. Dr. Ernst Fehr* von der Universität Zürich/Schweiz und *Prof. Dr. Urs Fischbacher* von der Universität Konstanz sowie der Psychologe *Prof. Dr. Clemens Kirschbaum* von der Technischen Universität Dresden beteiligt. Schon im vergangenen Jahr hatten *Heinrichs* und von *Dawans* ein standardisiertes Verfahren entwickelt, um in Vortragssituationen Stress in Gruppen zu erzeugen.

Die Folgen für das Sozialverhalten untersuchten die Forscherinnen und Forscher nun in ihrer Studie mit eigens konzipierten sozialen Interaktionsspielen. Diese ermöglichen es, positives Sozialverhalten, zum Beispiel Vertrauen oder Teilen, und sozial negatives Verhalten, etwa Bestrafen, zu messen.

Im Ergebnis zeigten Probanden, die unter Stressstanden, deutlich mehr positives Sozialverhalten als Probanden der Kontrollgruppe, die sich nicht in einer Stresssituation befanden. Negatives Sozialver-

halten jedoch wurde durch Stress nicht beeinflusst. Für *Markus Heinrichs* hat dies weit reichende Konsequenzen für ein besseres Verständnis der sozialen Bedeutung von Stress: „**Aus vorherigen Studien unseres Labors wussten wir bereits, dass positiver sozialer Kontakt mit einem vertrauten Menschen vor einer Stresssituation die Stressreaktion reduziert. Offenbar ist diese Bewältigungsstrategie so stabil verankert, dass Menschen auch unmittelbar im oder nach dem Stress durch positives soziales Verhalten Stressreaktionen verändern können.**“

Originalveröffentlichung:  
von Dawans, B., Fischbacher, U., Kirschbaum, C., Fehr, E. & Heinrichs, M. (2012). The social dimension of stress reactivity: acute stress increases prosocial behavior in humans. *Psychological Science*, in press.

Weitere Informationen:  
[www.psychologie.unifreiburg.de/abteilungen/psychobio](http://www.psychologie.unifreiburg.de/abteilungen/psychobio)

Kontakt:  
Prof. Dr. Markus Heinrichs  
Institut für Psychologie  
Albert-Ludwigs-Universität Freiburg  
Tel.: 0761/203-3029 Fax: 0761/203-3023  
E-Mail: [heinrichs@psychologie.uni-freiburg.de](mailto:heinrichs@psychologie.uni-freiburg.de)

# Seiten- und andere Sprünge im Gefäß der Ehe

Text: Dr. med. Ruediger Dahlke

*Wolf Biermann sang es schon vor Jahrzehnten: "Was verboten ist, das macht uns gerade heiß." Daraus ergeben sich erotische Standardthemen: Verbotenes bekommt offenbar ganz besonderen Reiz.*

Foto: © jeff-master - Fotolia.com

Der Seitensprung ist hier wohl an erster Stelle zu nennen als kurzfristige Gelegenheit, aus Gewohnheit und Routine auszubrechen, die einziehen, sobald wir uns dieser Gefahr nicht bewusst sind und ihr nicht offensiv begegnen. Sexuelle Eroberungen sind schon allein durch den Reiz des Neuen spannend. Außerdem entsprechen sie einem alten Evolutionsmuster, bei dem Männer - auf den animalischen Spuren von Hirsch und Löwe - versuchen, Nummer eins in ihrer Gruppe zu werden und alle Weibchen zu befruchten. In diesem alten Muster, in das auch (arche-)typische Konkurrenzempfindungen hinein spielen, dürfte auch der Grund liegen, warum Verhütung trotz idealer Voraussetzungen heutzutage weiterhin vergleichsweise schlecht klappt. Immerhin kehrt der Seitenspringende moderne Mann in eine (arche-)typische Position der Männlichkeit zurück: er erobert eine neue Frau hinzu.

Aus Seitensprüngen folgten - jedenfalls bevor sich das One-Night-Stand Muster durchsetzte - oft Verhältnisse. Diese aber boten langfristig keine Lösung, da die gleichen Mechanismen wie in regulären Beziehungen drohten: Gewöhnung und Routine.

Einen mit den Nerven und Finanzen fertigen Patienten in dieser Situation, der zwischen Ehefrau in München und Freundin in Frankfurt pendelte, fragte ich zur Entscheidungsfindung, wo er sich denn am wohlsten fühlte. Seine Antwort war entlarvend und fast witzig: "Auf der Autobahn dazwischen." Auch die Figurmuster, die bei ihm eine Rolle spielten, waren (arche-)typisch: Seine Ehefrau entsprach dem Bild der schlanken Ranken, mit der er sich gut und gerne zeigen konnte. Die Freundin war pummelig und entsprach in ihrer rundlich weichen Weiblichkeit seiner erotischen Vorliebe.

Alle drei waren unglücklich mit der Situation, die ihnen außer Verdross und Unzufriedenheit wenig brachte. Nach der Rückkehr zur schlanken Routine blieb die Sehnsucht nach runder Lust. Als Argument für seine Entscheidung musste wie so oft das Wohl der Kinder herhalten, die aber in ihren grundsätzlich unglücklichen Eltern wohl weder Freude noch gute Vorbilder hatten.

Der Seitensprung offenbart oft ein weiteres interessantes Muster von Paaren, die schon lange zusammen sind. Obwohl sie meist schon länger keine Erotik mehr praktizieren und oft nicht einmal Sex, flammt mit dem Auffliegen des Seitensprungs doch plötzlich eine - auf den ersten Blick - unerklärliche Eifersucht auf. Wieso macht die Kenntnis davon ihn oder sie so verrückt, obwohl offensichtlich gar kein einschlägiges Bedürfnis bei ihm oder ihr vorhanden war?

Vielleicht ist es Neid auf das Besondere, das der Partner erlebt, oder einfach Besitzanspruch an ihn. Es offenbart sich eine Tendenz, auch dem Partner zu verbieten, was man selbst nicht lebt oder leben kann. Wenn Angst um eine Ehe oder Beziehung herrscht, obwohl sie nur noch auf dem Papier existiert, stehen oft auch Versorgungsansprüche einerseits und Existenzängste andererseits im Vordergrund. Mit Philia oder gar Agape hat dies nichts mehr zu tun, eher mit Missgunst und Ängsten. All das sind jedoch klassische Erotikiller, wobei die Eifersucht weit im Vordergrund steht. Das lieb gemeinte Bekenntnis, "Ich kann ohne dich nicht mehr leben", ist deshalb mit Vorsicht zu genießen. Es könnte in Erpressungsversuche umschlagen, die bis zu Selbstmorddrohungen entarten: "Wenn du gehst, bringe ich mich um!" Was soll ein Mensch machen, der dies gesagt bekommt? Soll er sich erpressen lassen und (s)ein Le-

ben neben dem Erpresser weiterfristen? Es wird dann aber nicht mehr sein Leben sein. Soll er gehen und den Erpresser seinem Schicksal überlassen?

Es handelt sich um eine Doppelbindung, die kaum lösbar erscheint. Aus meiner Sicht kann vor solchen Situationen einzig eine Lebensphilosophie wie die hermetische bewahren. Ideal ist natürlich die Offenheit, Eros bewusst in die eigene Beziehung einzuladen, wenn er sich anfangs zeigt, und sich mit ihm zusammensetzen, sodass er gern bleibt.



**Dr. med. Ruediger DAHLKE**

Arzt für Naturheilkunde und Homöopathie, Psychotherapeut, Autor, Seminarleiter

Oberberg 92, 8151 Hitzendorf  
Tel.: 0316/719888, E-Mail: info@dahlke.at  
[www.dahlke.at](http://www.dahlke.at) [www.taman-ga.at](http://www.taman-ga.at)



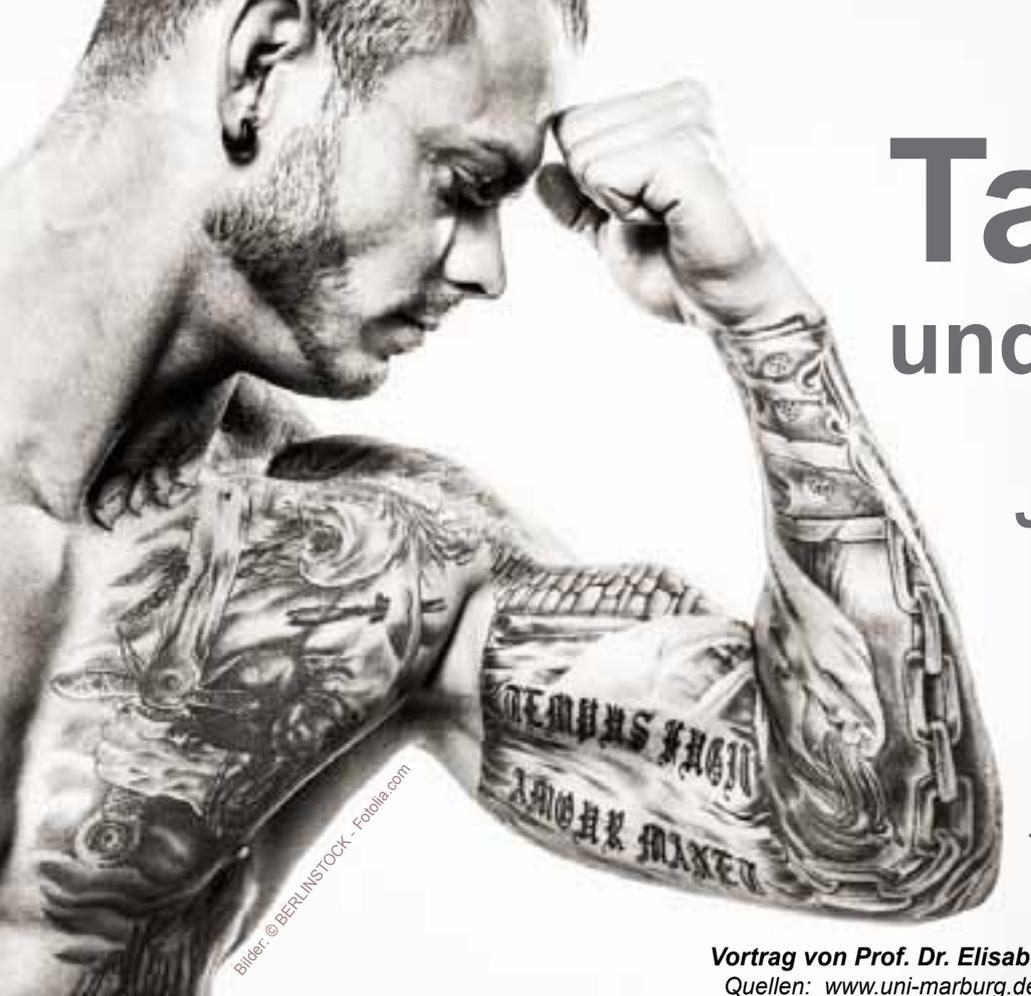
Der o.a. Text stammt es dem Buch:

**MYTHOS EROTIK**

Autor:  
Dr. Ruediger Dahlke

ISBN:  
978-3-943416-01-5

Verlag: Scorpio



# Tattoos und Piercings

## Jugendliche auf Identitätssuche

*Vom sakralen Ritual zum  
jugendkulturellen Design*

**Vortrag von Prof. Dr. Elisabeth Rohr / Philipps-Universität Marburg**

Quellen: [www.uni-marburg.de](http://www.uni-marburg.de), Publikationen von Prof. Dr. Elisabeth Rohr

### Piercings und Tattoos in der Ge- schichte der Menschheit

Zunächst lässt sich feststellen, dass Piercings und Tattoos keine Modeerscheinung des 20. oder 21. Jahrhunderts sind. Menschen waren immer schon, zu allen Zeiten und in allen Kulturen, darum bemüht, ihren Körper zu schmücken und ihn entsprechend der jeweils vorherrschenden und kulturbedingten Schönheitsvorstellungen zu gestalten und durch mechanisches Einwirken zu formen (vgl. Adatto 1993; Stirn 2003). Erkennt sei hier an die Schädelverformungen im alten Ägypten, an die Ohrfläppchen-, Nasen- und Lippendurchbohrungen bei vielen indianischen Völkern Lateinamerikas, Papua-Neuguineas und Afrikas, an die eingeschnürten Taillen des 18. und 19. Jahrhunderts in Westeuropa, an die Ganzkörpertätowierungen in Japan und in Polynesien und an die Lotusfüße der Chinesinnen (vgl. Museum der Weltkulturen 2006).

Frühe Zeugnisse dieser Körperkünste, hier vor allem der Tattoos, fanden sich übrigens in der südfranzösischen Grotte von Arcy-sur-Cure. Die Funde sind schätzungsweise 35.000 Jahre alt (Adatto 1993, 19). Weitere Belege sind Höhlenmalereien in der Sahara aus dem fünften Jahrtausend vor Christus. Auch die Tätowierungen von Ötzi und der Mumie von Hauslabjoch bezeugen eine Körperkunst, die schon in der Bronzezeit, d. h. vor 5000 Jahren in diesen Regionen der Welt existierte (Cavelius/Wuillemet 1999, 13). Und im archäologischen Museum von Kairo, lassen sich Tätowiernadeln bewundern, mit denen die alten Ägypter ihre

Haut verschönerten und die den heute verwandten Tätowierinstrumenten verblüffend ähnlich sind.

Das Wort Tätowieren kommt übrigens von dem tahitianischen Wort "tattau" (oder tata-tau) und meint "schlagen", bzw. "eine Zeichnung in der Haut". Der Begriff wurde erstmals von Captain James Cook, dem britischen Eroberer und Weltumsegler, 1769 erwähnt und in die englische Sprache als "tattoo" eingeführt (Adatto, 1993,15).

In den frühen Zeiten der Menschheitsgeschichte waren diese Körperkünste immer eingebettet in einen sakralen, rituellen und sozialen Kontext und dienten dabei unter anderem der Markierung zentraler Lebensphasen, der Initiation, d. h. dem Abschied von der Kindheit und der Integration in die Erwachsenenwelt, der Geburt des ersten Kindes, der Tötung des ersten Tieres während der Jagd, aber auch dem siegreichen Kampf in der kriegerischen Auseinandersetzung. Hierzu schreibt Reichel-Dolmatoff:

"Die Botschaften der geschmückten Haut kennzeichnen Phasen des persönlichen Lebenszyklus eines Menschen, seine soziale und politische Stellung und seinen beruflichen oder wirtschaftlichen Erfolg [...]" (1997, 12). Als wichtiger Bestandteil eines Rituals halfen körperinvasive Praktiken nicht nur Umbruchsituationen, insbesondere lebenszyklische Veränderungen und damit verbundene Krisen in der Erinnerung festzuhalten und für alle Zukunft auf der Haut zu bewahren, sondern sie halfen auch diese Statuspassagen psychisch zu bewältigen. Denn dem Schmücken der Haut kam eine

besondere und nicht nur rein ästhetische Bedeutung zu, schließlich ist die Haut "die letzte, dünne Schicht zwischen dem Ich und der Welt" (Benthien 1999, 7). Sie ist damit in einem Grenze und Kontaktfläche, Ort von Identitätsbildung und Identitätszuschreibung. Deshalb ist die Tätowierung ebenso wie das Piercing eine Form der nichtsprachlichen Kommunikation. Diese Körperzeichen weisen demonstrativ darauf hin, dass sie als ein unverbrüchliches Zeichen der Zugehörigkeit und der Solidarität zu einer Gruppe zu deuten sind.

### Zur psychischen Relevanz des Körpers in der Adoleszenz

In allen modernisierungstheoretischen Abhandlungen wird seit Beck (1986), Giddens (1993), Baumann (1997) und Hall (2000) darauf hingewiesen, dass im Zuge einer fortschreitenden gesellschaftlichen Transformation der Körper immer mehr an Bedeutung verliert. Die Entzauberung der Welt, Rationalisierung und Säkularisierung schreiten voran, körperliche Kraft und Geschicklichkeit sind in der ökonomischen Produktion durch Maschinen ersetzt worden, moderne Medien schaffen virtuelle Welten, in denen Raum, Zeit und körperliche Präsenz bedeutungslos werden, die moderne Reproduktionsmedizin macht selbst den Zeugungsakt überflüssig, allseits verfügbare pharmakologische Substanzen verändern, beeinflussen und manipulieren körperliche und mentale Wahrnehmungsweisen und die Medizin ermöglicht es, dass der körperliche Schmerz mehr und mehr aus dem Leben der Menschen schwindet (Brähler 1995, 4).

Angesichts dieser Entwicklungen scheint es plausibel, wenn in einer modernen Gesellschaft zunehmend Handlungen auf die Symbolebene verlagert werden und der Körper scheinbar immer überflüssiger wird (Hein 2003, 66). Dieser gesellschaftliche Bedeutungsverfall des Körpers erzeugt jedoch auch Gegenbewegungen und regt Individuen dazu an ein neues Verhältnis zu ihrem Körper zu entwickeln, diesen deutlicher als bisher wahrzunehmen, ihn durch ausgewogene Ernährung, Sport, Training, Diäten und Wellness gesund und fit zu halten und ihn insgesamt als ein besonders kostbares Gut zu betrachten, das beständiger Pflege und Fürsorge bedarf. Das neu erwachte Interesse am Körper, das natürlich auch von einer boomenden Lifestyle, Diät- und Schönheitsindustrie entsprechend bedient wird, geht einher mit der Phantasie, deVorm Individuum verbliebe in einer globalisierten Welt nur noch der eigene Körper als Objekt der Kontrolle, der Selbstvergewisserung und der performativen Ausgestaltung der eigenen Identität (Hein 2003, 71). Hein bringt diese schon fast zur Manie ausgeartete Haltung treffend auf den Punkt, wenn er schreibt: "Als Sünder gilt bezeichnenderweise, wer die Cholesterin-Margen nicht einhält" (ebd.).

In der Adoleszenz werden diese Körpererfahrungen nun besonders evident, denn hier rückt und drängt der Körper auf eine besonders irritierende Art und Weise in den Vordergrund des Erlebens. Dieser allseits sprießende adoleszente Körper setzt sich damit in einen eklatanten Widerspruch zu dem allgemein erlebbaren, gesellschaftlichen Bedeutungsverfall des Körpers wie auch zum modernen Körperkult, denn weder Wellness, Fitness, Trainings noch Extremsportarten vermögen regulierend und kontrollierend auf die sich ausweitenden Körpergrenzen und die noch unbekannteren sexuellen Erregungszustände der Jugendlichen einzuwirken. Diese befinden sich dadurch nicht nur in einem adoleszenzbedingten, innerpsychischen, sondern auch in einem besonderen und gesellschaftlich verursachten Spannungszustand, der unauflöslich ist und mit dessen Bewältigung sie heute teilweise alleine gelassen und häufig genug auch überfordert sind.

Das Koma-Saufen und das hoch riskante sowie lebensgefährliche U-Bahn-Surfen vieler männlicher Jugendliche sind unter anderem auch als ein autoaggressiv gewendeter Ausdruck dieser Überforderung und ihres Bewältigungsversuchs zu verstehen.

Die Adoleszenz zwingt also Jugendliche unablässig zu einer Auseinandersetzung mit dem Körper und seinen dem eigenen Willen entzogenen körperlichen Veränderungsprozessen. Dabei konfrontieren die weitreichenden psychischen und physischen Veränderungen des Körpers die Adoleszenten mit einem neu entstehenden Körperbild und neuen Körpergrenzen, wie auch mit neuen und erregenden Empfindungen, die sowohl Gefühle diffuser Angst vor Kontrollverlust und Dissoziation, wie auch einen gesteigerten Wunsch nach Selbstvergewisserung,

Selbstermächtigung, Kohärenz und Kontingenz erzeugen (vgl. Luafer und Laufer 1989, King 2004).

Piercings und Tattoos scheinen diesem Wunsch nach Selbstvergewisserung, Selbstermächtigung, Kohärenz und Kontingenz durch eine kultartig, rituell zelebrierte, symbolträchtige Ausgestaltung des Körpers Ausdruck zu verleihen, wobei es unbewusst darum geht, das Gefühl von Kontrollverlust und Dekompensation durch die freiwillige und bewusst herbeigeführte Verletzung von Körpergrenzen und Körperhülle zu relativieren und damit die Integration neuer Körpergrenzen und Körpererfahrungen zu erleichtern und zu ermöglichen (vgl. Rohr 2008). Piercings und Tattoos bieten damit eine Möglichkeit unerträgliche körperliche Spannungszustände und damit verbundene Dissoziationserfahrungen, die aufgrund von physischen und psychischen Veränderungsprozessen während der Adoleszenz auftreten, zu reduzieren.

Durch diesen autoaggressiv anmutenden Akt der eigenmächtig vorgenommenen Verwundung der Körperhülle wird diesen Gefühlen eine andere, kontrollierte Erfahrung entgegengesetzt und damit die Angst vor der Dissoziation begrenzt.

Piercings und Tattoos wären dann eine Rettungsstrategie, das aus den Fugen geratene adoleszente Körperbild und Körper selbst mitsamt seiner beängstigenden Triebhaftigkeit und Ausdehnung erneut zu fokussieren und ein diffus gewordenes Körpererleben zu konsolidieren (Rohr 2008).

Diese Fokussierungs- und Konsolidierungsfunktion ist auch dann hilfreich, wenn es um die psychische Bewältigung adoleszenter Krisen- und Konflikterfahrungen geht, die sich aus der Modifikation des Eltern-Kind-Verhältnisses, aus den ersten hetero- oder homosexuellen Erfahrungen und aus den Entscheidungszwängen schulischer und beruflicher Übergangssituationen ergeben. In diesen Fällen werden Piercings und Tattoos wie in Urzeiten genutzt als eine Art mnemotechnisches Hilfsmittel, das die Erinnerung an das oft genug schmerzhaft und überaus konfliktreiche Ereignis wach hält und gleichzeitig die Überwindung dieses Ereignisses symbolisiert. Jugendliche rekurrieren nämlich auffallend häufig dann zum ersten Tattoo oder zum ersten Piercing, wenn der erste Liebeskummer oder ein besonders heftiger Konflikt mit den Eltern die eigene Zuversicht zu erschüttern droht oder die bislang positive schulische Leistungsbilanz einen dramatischen Einbruch erfährt (Rohr 2006). In diesem Fall hilft es offensichtlich dem Körper bewusst Schmerzen zuzufügen und ihn gleichzeitig mit kreativen Mustern zu gestalten und mit glitzernden Ringen und Ketten zu verschönern und somit den Schmerz zu transformieren und gleichzeitig zu fokussieren.

So verwandelt sich der gepiercte oder tätowierte Körper in ein stummes Gedächtnis seelischer Wunden, wobei diese seelischen Wunden nicht mehr einer weiteren psychischen Verarbeitung und Reflexion zugäng-

lich sind, sondern durch das Piercing und Tattoo transformiert und als körperliche Symbole auf die Haut gebannt werden und sich damit einer diskursiven Auseinandersetzung widersetzen. Auf diese Weise werden sie scheinbar zum Verschwinden gebracht, d. h. konkret ins Unbewusste verbannt. Eine der jungen Frauen brachte dies treffend auf den Punkt als sie sagte: "Es ist leichter körperlichen Schmerz, statt seelischen Schmerz zu ertragen" (Rohr 2006).

Piercings und Tattoos sind damit eine durchaus marktgängige und zweifelsohne kreative und vom Anspruch her auch protektive Form psychosozialer Kompromissbildung in der Adoleszenz. Denn seelisch unerträgliche Schmerzen werden im Akt des Piercings and Tattoos auf die Haut und das heißt nach Außen gelenkt und fokussiert in einer körperlichen Wunde, die aufgrund der Selbstheilungskräfte des Körpers alleine und ohne Zutun heilt und als bunte Zeichnung auf der Haut oder als Narbe zwar die Erinnerung an den Schmerz wie die Erinnerung an die aktiv gestaltete Überwindung des Schmerzes bewahrt, aber quasi in ihrer abgewehrten Form. Diese Praktiken schließen deshalb sowohl ein autoaggressives wie auch ein regressives Verhalten ein, die dann in der Folge andere Formen einer subjektiv adäquaten Krisen- und Konfliktbewältigung ausschließen und die Erprobung alternativer Formen der Konfliktverarbeitung, zunächst und eventuell sogar auf Dauer, verhindern.

Auch wenn Piercings und Tattoos sich somit als Versuch klassifizieren lassen, körperliche Entgrenzungs- und Kohärenzerfahrungen neu zu justieren, um vorherrschende Dekompensationsängste zu minimieren und dies insgesamt darauf zielt, adoleszenztypische Krisen- und Konflikterfahrungen nicht nur passiv zu erleiden, so ist doch dieser Versuch einer aktiveren Bewältigung kritisch zu betrachten. Denn Jugendliche rekurrieren dabei auf eine Mischung aus autoaggressiven wie zugleich regressiven und protektiven Bewältigungsmustern, die sich eventuell auch einem Mangel an gesellschaftlich angebotenen Alternativen und Orientierungen verdanken und von daher auf eine problematische gesellschaftliche Situation verweisen, die hier symptomatisch zum Ausdruck kommt.



**Prof. Dr.  
Elisabeth Rohr**

Erziehungswissenschaftlerin

Professorin für  
Interkulturelle  
Erziehung

Philipps-Universität Marburg  
Institut für Schulpädagogik  
Wilhelm-Röpke-Straße 6B, 35032 Marburg  
Tel.: 06421-28-24736  
Fax: 06421-28-28946  
E-Mail: erohr@staff.uni-marburg.de  
www.uni-marburg.de

# Männer und ihre Haare



Grundsätzlich unterscheiden sich Männer und Frauen in vielen Details, ein sehr wichtiges Detail ist das Behaarungsmuster. Während Frauen damit rechnen können, ein ganzes Leben lang volles Kopfhaar zu haben, verändert sich bei Männern die Verteilung der Haare mit zunehmendem Alter unter dem Einfluss "unseres" Hormons Testosteron, eigentlich unter dem Einfluss des Testosteronmetaboliten Dihydrotestosteron (DHT). **"Je länger ein Männerkörper unter dem Einfluss von Testosteron gestanden hat, desto deutlicher ausgeprägt ist das typisch männliche Haarverteilungsmuster".** Praktisch heißt das, "je älter ein Mann ist, desto weniger Haare hat er auf dem Kopf und desto mehr Haare hat er am Körper!" Das ist ein dynamischer, nicht umkehrbarer Prozess!

## Auch Männerbehaarung unterliegt der Mode

Das war schon immer so: Was man leicht haben kann, ist nichts wert!

Deshalb wollen wir Männer mehr Haare am Kopf und weniger Haarwuchs am Körper... eben das Gegenteil dessen, was Mutter Natur uns gegeben hat. Und: wir lassen uns das was kosten! Eine ganze Branche verdient sich krumm und dämlich an den Versuchen der Männer, ihre Körperbehaarung entgegen den Intentionen der Natur zu gestalten. Laserenthaarung, Haarimplantation, Enthaarungsmittel, Trimmer, Kosmetikstudios... versuchen die Wünsche der Männer zu erfüllen, aber leider nur um viel Geld!

Die in Richtung Feminisierung gehende künstliche Veränderung des männlichen Haar"kleides" ist ein Teil des von der Industrie geschaffenen metrosexuellen Mannes. Ein reines Kunstprodukt, der Geschäfte wegen. In der Sexualmedizin gibt es keine Metrosexualität, da bedurfte es eines David Beckham und ein paar findiger Marketingstrategen - selbstverständlich im Auftrag der Kosmetikindustrie.

Zur Ehre der Männer von heute möchte ich erwähnen, dass das schon immer so war. Gajus Julius Caesar hatte eine Vollglatze und ließ sich nur mit vollem Haar in Stein meißeln, ebenso trugen Könige und Kaiser allesamt monströse Perücken während das einfache Volk Glatze hatte, weil es sich eine Perücke nicht leisten konnte...!

Noch ein Beispiel: in Hungerszeiten war Fettleibigkeit ein Schönheitsideal, in Zeiten des Nahrungsüberflusses, also heute, ist Schlankheit DAS erklärte Ziel von Männern und Frauen. Es ist eben so: **Was man leicht haben kann, ist nicht gewünscht!** Daher bleibt uns Männern nichts anderes übrig, als mit viel Geld und Zeit an unserem Schönheitsideal zu arbeiten! Viel Vergnügen!

## Das richtige Augenmaß entscheidet

Wenn der Eindruck entstanden sein könnte, ich propagiere "wildes Männerhaar", ist dem keinesfalls so! Ich bin kein Freund von Wildwuchs! Genauso wie es üblich ist, das Haupthaar zu schneiden oder sich täglich zu rasieren, sollte man sich auch um die Körperbehaarung kümmern, dabei ist das richtige Maß und Ziel gefragt.

Männerkörper dürfen behaart sein, das ist ja eben männlich. Glatt rasierte Männerbeine halte ich für weibisch, auch wenn sie angeblich durch den Radsport motiviert sind. Das ist nämlich die beliebteste Rechtfertigung für das Rasieren von Männerbeinen ohne dass mir auch nur ein einziger Radfahrer die Zusammenhänge hätte erklären können. Daher meine Bitte an alle Radfahrer: kann mir jemand von euch erklären, warum Radfahrer kahl rasierte Beine haben müssen. Um die bessere Aerodynamik - das habe ich auch schon gehört! - kann's ja nicht wirklich gehen...???!! Zu einem Mann gehört Körperbehaarung, das gestatte ich mir zu behaupten, das geeignete Gerät zur Flurbereinigung heißt Trimmer. Mit einem solchen wohlfeilen Wunderding aus dem Elektrohandel lässt sich

jeder Wildwuchs bereinigen, in eine ordentliche Façon bringen. Dabei verwendet der geübte Mann an verschiedenen Stellen unterschiedliche Längen, je nach Geschmack, die Details seien jedem Mann selbst überlassen.

Die Gesichtsraser ist besonders heikel, der 3-Tage-Bart ist manchmal sexy, aber nicht immer businessstauglich. Nur eine Körperregion - neben dem Gesicht - gehört noch kahlrasiert, das ist der unmittelbare Genitalbereich. Denn erstens ist es peinlich, wenn das beste Stück mit Mühe und Not aus einem Urwald von Haaren hervorsticht und dabei ganz schön winzig aussieht und zweitens ist es noch viel peinlicher, wenn "sie" beim Blowjob den Mund voller Haare hat. Mahlzeit!

Zusammenfassend halte ich folgende Haartracht für empfehlenswert:

- **Gesicht:** kahl rasiert bis 3-Tage-Bart, nicht unbedingt businessstauglich.
- **Brustkorb:** geht nur MIT Haaren, sauber getrimmt auf 3 - 5 mm Länge.
- **Beine, Arme:** vorsichtig getrimmt, aber NIEMALS rasiert. Kahl rasierte Männerbeine sind unsexy!
- **Genitale:** Hodensack und Penis bis zur Wurzel rasieren, der Partnerin zuliebe, Schamhaare nur trimmen. Sie betonen den Genitalbereich.

## Problem 1: zu GERINGE Körperbehaarung

Gerade an den Wünschen rund um die Haarpracht sieht man die Mannigfaltigkeit der unterschiedlichen Schönheitsideale von Männern an sich selbst. Wie man sich selbst gefällt, seine Wirkung auf das bevorzugte Geschlecht beurteilt, nennt man die **Sexuelle Identität**. Und die Haare sind für die sexuelle Identität von Männern von eminenter Bedeutung, - sie sind narzistisch besetzt! Die Körperbehaarung unterliegt einer sehr divergierenden Beurteilung. Die meisten Männer, vor allem die, die genug davon haben, scheuen keine Mühen, sie zu vermindern... doch nicht alle Männer folgen diesem Trend. Männer, die nichts zu trimmen haben, wollen gerne mehr Haare haben, wahrscheinlich, um sie zu trimmen....

Tatsächlich sind Männer mit dem Wunsch nach mehr Körperbehaarung nicht so selten in meiner Praxis. Sie fühlen sich meistens nicht "männlich" genug, glauben auch, zu jung auszusehen. Wie immer geht es auch hier um die subjektive Beurteilung der eigenen Chancen beim bevorzugten Geschlecht, es geht um die Aquirierung von Sexualpartnerinnen. In der Tat ist ein unbehaarter Männerkörper jungenhafter, wahrscheinlich ist das einer der Hauptgründe, warum ältere Männer ihr Körperhaar vermindern, eben um jünger auszusehen...

Die Frage ist nun, kann man die Körperbehaarung fördern und - wenn schon - wie? In der seriösen Medizin gibt es wenige Ansätze für eine geeignete Therapie. Weil es sich hier um eine Störung der sexuellen Identität handelt, neigt man dazu, eher eine Psychotherapie zu empfehlen. Das Ziel ist eine bessere Akzeptanz des eigenen Körpers, eben

eine gefestigte sexuelle Identität.

Als Endokrinologe ist mir bekannt, dass Hormonbehandlungen als Nebenwirkungen häufig - nicht immer! - eine Vermehrung des Körperhaars bewirken. Das wäre ein Therapieansatz, der aber in jedem einzelnen Fall auf seine medizinische Indikation geprüft werden muss. Versprechen kann man jedenfalls nichts, man kann sich nur überraschen lassen!

## Problem 2: zu STARKE Körperbehaarung

Eine zu **starke Körperbehaarung** führt kaum zu Arztkonsultationen, weil die Männer wissen, was sie hier tun können. Das ist ein kosmetisches Problem, außer es gibt Nebeneffekte wie zum Beispiel Entzündungen.

Die meisten Männer begnügen sich, in regelmäßigen Abständen ihr Körperhaar zu kürzen oder zu rasieren. Das ist natürlich keine dauerhafte Lösung, weswegen es schon Anfragen zu diesem Thema gibt. Die einzige Methode für eine dauerhafte Enthaarung ist die Laserbehandlung oder die Behandlung mittels Elektrokauter, wobei auch hier Nachbehandlungen erforderlich sein können. Nachteil: die Endgültigkeit der Lösung lässt keinen Spielraum für einen Sinneswandel, und billig ist das auch nicht...! Alle anderen Männer begnügen sich, die Haare auf andere Art in den Griff zu bekommen, mit Trimmen, Rasieren oder Wachsen.

**Rasiert** wird im Gesicht und am Genitale. Vorteil: eine sanfte, glatte Haut wie ein "Babypopo". Nachteil: häufig Entzündungen an den Haarfollikeln (Folliculitis). Meine Empfehlung: den Schamhaarbereich würde ich trimmen, sieht auch besser aus, am Hodensack und an der Peniswurzel ist Rasieren meistens ohne Probleme möglich. Falls sich dennoch ein Ausschlag entwickeln sollte gibt es geeignete Salben, die Infektionen vorbeugen wenn man sie unmittelbar nach der Rasur aufträgt. Eventuell eignet sich auch der Bauch für die Rasur, um einem schön geformten Bauch die notwendige Aufmerksamkeit zuteil werden zu lassen. Dabei ist darauf zu achten, dass ein für Männer typische Haaransatz zwischen Nabel und Schamhaar bestehen bleibt, sonst sieht das allzu feminin aus. Und das wollen wir Männer meistens doch nicht! **Trimmen** ist für alle anderen Körperpartien: wenn gewünscht für Beine, Arme, und Brust... die Haarlänge lässt sich individuell nach eigenem Geschmack einstellen...Nebenwirkungen gibt es nicht...

**Wachsen** ist die geeignete Enthaarung für den Rücken: der Rücken eines Mannes inklusive der Schultern ist und bleibt völlig unbehaart, falls Mutter Natur hier andere Ideen entwickelt haben sollte - was von Mann zu Mann verschieden ist - muss man eben nachhelfen. Hier ist Trimmen nicht sinnvoll, Rasieren zu aufwändig, muss man ja alle paar Tage machen, hier hilft Wachsen, denn das mittels Wachsen entfernte Haar wächst langsamer nach. Nachteil: kann man am Rücken nicht selber machen, entweder man bittet die Partnerin, oder man sucht ein Kosmetikstudio auf....allemaal besser als das Wirtshaus!

### Problem 3: drohende Glatzenbildung

Endlich! kommen wir zum eigentlichen Thema rund um "Männerhaar", der **Haarausfall am Kopf, die drohende Glatzenbildung!**

Es ist die wohl größte Angst vieler Männer, eine Glatze zu bekommen und in einer Epoche des Jugendwahns gleich mal 20 Jahre älter auszusehen. Für viele Männer scheint dies eine persönliche Katastrophe zu sein. Das sieht man an den Riesensummen, die für Haarwuchsmittel ausgegeben werden, oder für noch wesentlich aufwändigere Methoden, zum Beispiel für Haartransplantation. Dabei können Glatzen sehr sexy sein und mancher Mann mit vollem Haarwuchs rasiert sich eine Glatze... es ist eben auch hier eine Frage der "Sexuellen Identität", des eigenen Selbstverständnisses.

Die Angst vor der Glatze ist aber keine Erfindung unserer Epoche. Große Männer, die eigentlich kein Problem mit dem Selbstwert hätten haben müssen, haben Haare vorgetäuscht obwohl sie keine mehr hatten. Das Tragen von Perücken war in Adelskreisen Usus und selbst Caesar, der Weltbeherrscher, ließ seine Büsten mit Haaren ausstatten, obwohl er mit 23 schon kahl war. Dennoch war Kleopatra seine Liebhaberin!

**Grundsätzlich gilt für alle Männer, dass von der Pubertät an das Kopfhaar weniger wird und die Körperbehaarung zunimmt.** Um das zu verhindern, müsste man einen Mann kastrieren und das ist wohl ein wenig zu radikal! Verantwortlich dafür ist unser Männerhormon Testosteron und dessen Metabolit DHT. Bei 85% aller Männer führen diese Hormone zwar zu einer Ausdünnung des Haupthaars, aber nicht zur Glatzenbildung. Die restlichen 15% haben einen genetisch bedingten Überschuss an DHT, was der Grund für die Glatzenbildung ist, darüber aber später.

### Nicht selten: fehlerhafte Selbsteinschätzung

Kurz und gut: manche jungen Männer glauben an einem Haarausfall zu leiden, obwohl das nicht der Realität entspricht. Auch diese Fälle sind nicht so selten und sie sind nicht die einfachsten Fälle.

Hier geht es darum, den betroffenen, meist jungen Mann, zu überzeugen, dass "alles in Ordnung" ist. So etwas ist in der Medizin generell sehr häufig. Viele Patienten kommen wegen irgend welcher Symptome, die sich dann als harmlos herausstellen. Es ist auch die Aufgabe des Mediziners, subjektiven Symptomen nach zu gehen und zu gewichten. Erst nach einer Untersuchung kann man eine Diagnose stellen. Grundsätzlich ist schon der vermutete, subjektiv wahrgenommene Haarausfall Grund genug, einen Fachmann aufzusuchen. Denn versäumte Zeit ist kaum aufzuholen.

### Genetik als Ursache für Haarausfall

Sind Sie einer derjenigen, blutjungen Männer, die schon seit der Pubertät, also ab dem

16., 17. Lebensjahr festgestellt haben, dass die Kopfbehaarung rapide weniger wird? Ja?... dann leiden Sie mit größter Wahrscheinlichkeit am **androgenetischen Haarausfall**. Kaum haben Ihre Hoden die Testosteronproduktion aufgenommen, beginnt die Zerstörung der Haarfollikel am Kopf. Und das geht mit rasender Geschwindigkeit, meistens ist mit 22 oder 23 Jahren schon ein deutlicher Ansatz zur Glatzenbildung sichtbar. Wenn Sie dann erst zum Arzt gehen, ist es eigentlich schon zu spät, denn für die Behandlung des androgenetischen Haarausfalls gilt: je früher behandelt wird, desto besser.

Verlorenes Haar kann man nicht wieder zu Leben erwecken, man kann nur retten, was noch da ist, - daher ist Geduld hier fehl am Platz. Der beste Patient zur Behandlung eines androgenetischen Haarausfalls ist gerade erst 17 Jahre jung und hat die Neigung zur Glatzenbildung in seiner Familie festgestellt. Wenn der Vater, Großvater oder der ältere Bruder an außergewöhnlichem Haarausfall leiden und Sie Ihre Haarpracht retten wollen, sollten Sie nicht länger warten.

Unter dem **androgenetischen Haarausfall** versteht man die typisch männliche Verminderung des Kopfhaares bei meistens gleichzeitiger Zunahme der Körperbehaarung. Dieser Vorgang beginnt unmittelbar nach dem Einsetzen der Pubertät, also mit ca. 17 Jahren und zeigt seine unerwünschten Auswirkungen daher schon in der 3. Lebensdekade.

Obwohl die Eitelkeit des Mannes und somit sein Wunsch, möglichst viel von der Haarpracht zu retten, das eigentliche Motiv ist, den Arzt um Rat zu fragen, sind mit dem Symptom des Haarausfalles noch andere Risiken verbunden, nämlich ein höheres Risiko

- an Prostatakrebs zu erkranken oder
- einen Herzinfarkt zu erleiden

Somit ist der Haarausfall Leitsymptom einer durchaus abklärungsbedürftigen Besonderheit vieler Männer.

Worin besteht nun diese Besonderheit?

Jeder Mann besitzt in mehr oder weniger großer Menge das männliche Hormon Testosteron. Es wird im Hoden gebildet und gelangt über das Kreislaufsystem an seine Einsatzgebiete, wo es zu all den Veränderungen im Körper führt, die den Jungen zum Mann machen. Es ist aber nicht verantwortlich für das Phänomen des „androgenetischen“ Haarausfalls.

Aus heutiger Sicht besitzt das Testosteron selbst kein krankmachendes Potential! Allerdings wird das Testosteron mit Hilfe eines Enzyms namens „5-alpha-Reduktase“ in verschiedenen Geweben des Körpers in das „Dihydrotestosteron“ umgewandelt und diese metabolisierte „verstoffwechselte“ Form des Testosterons hat durchaus mehrere krankmachende Effekte, wenn es in zu großen Konzentrationen auftritt:

- es führt in der Prostata zu häufigerem Auftreten von Carcinomen (es wirkt cancerogen)
- es führt in den Gefäßwänden zu vermehrtem Auftreten von Arteriosklerose (und über Gefäßveränderungen zu Herzinfarkt und Schlaganfall)

- es führt zu vermehrtem Auftreten von „unreiner“ Haut und Akne und verursacht schließlich den typischen männlichen Haarausfall bei gleichzeitiger Vermehrung der Körperbehaarung

Und warum nun diese genauen Ausführungen? - Jeder Mann sollte wissen, dass sich hinter dem harmlosen Symptom des Haarausfalls noch weitere, nicht so harmlose Gefahren verbergen können. Die drohende Glatzenbildung ist daher nur ein Grund, einen mit der Thematik befassten Arzt aufzusuchen.

### Andere Gründe für Haarausfall

Es gibt nicht viele Gründe, warum ein Mann zur Glatze neigt, einer der möglichen, theoretischen Gründe ist Mangelernährung. Der Verdacht auf Mangelernährung führt meistens zur Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln, die aber allesamt nichts nützen. Selbst der Placeboeffekt wirkt ja nur 6 Wochen....

Die Wahrheit auf den Punkt gebracht: Es gibt in Mitteleuropa selbst bei Fast-Food-Junkies keine Mangelernährung, die zu Haarausfall führen könnte. Die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln ist daher sinnlos und hinausgeschmissenes Geld.

Nur bei schwangeren oder stillenden Frauen machen gezielt eingesetzte Nahrungsergänzungen Sinn. Auch bei Leistungssportlern oder bei Personen mit konsumierenden Erkrankungen wie AIDS oder Krebs. Sonst aber bei niemandem!

Ein zweiter möglicher, aber seltener Grund für übermäßigen Haarausfall ist eine **Hauterkrankung an der Kopfhaut**. Neurodermitis oder Schuppenflechte kommen hier in Betracht. Es ist selbstredend, dass nur die Behandlung der Grunderkrankung der Ausweg aus der Misere sein kann. Der Arzt hilft....! Selbstmedikation hilft nicht!



Buchtip:

**Männer und die ganze Wahrheit**

Autoren:  
Dr. Georg Pfau  
Thomas Hartl

ISBN:  
978-3902729309

Verlag:  
Goldegg Verlag

# Erkrankungen der Prostata

## Therapieansätze mit Heilpilzen

Text: HP Sabine Springer

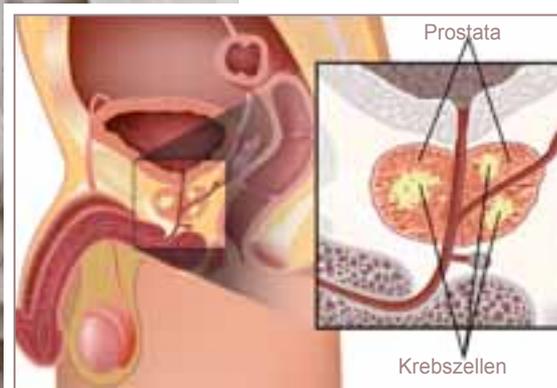
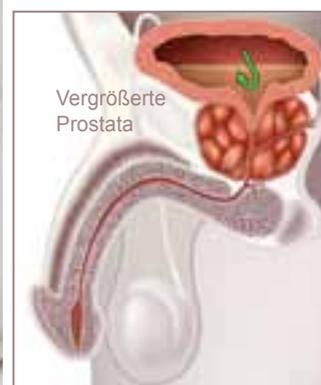
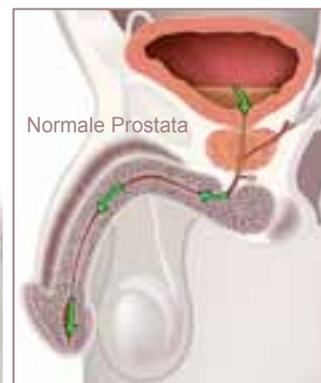
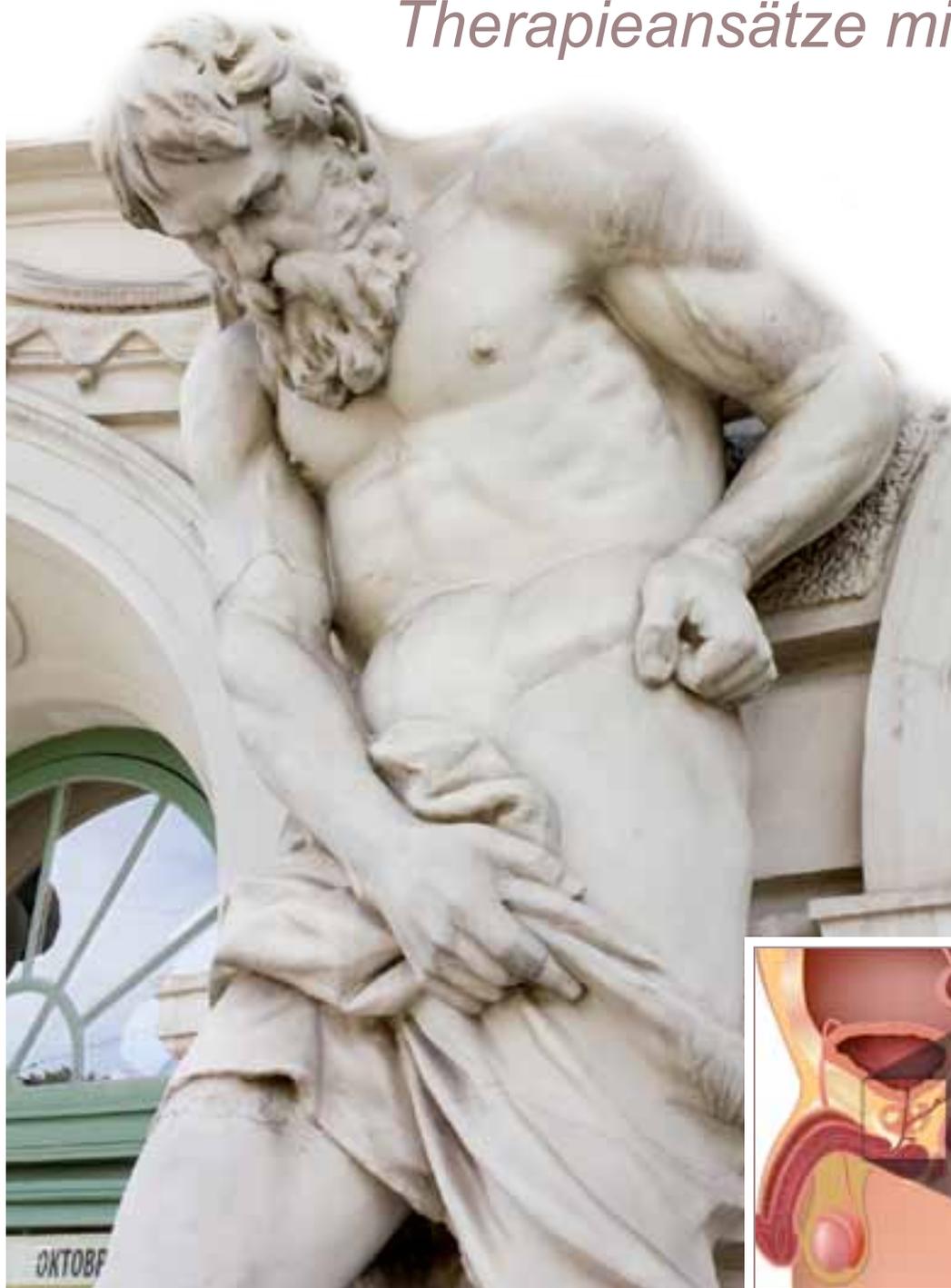


Foto: © emmeci74 - Fotolia.com

Bilder: © peterjunady - Fotolia.com

Auch der Körper des Mannes unterliegt im Laufe der Zeit verschiedenen hormonell bedingten Veränderungen. Etwa ab dem vierten Lebensjahrzehnt treten dann öfters Symptome auf, die zu steigendem Leidensdruck führen. Analog zum Klimakterium der Frau bezeichnet man die Abnahme der männlichen Geschlechtshormone als Andropause. Zu den Krankheiten des Mannes, die durch die nachlassende Funktionsfähigkeit der biologischen Regulationssysteme begünstigt werden, gehören die Prostatitis (Prostataentzündung), die benigne Prostatahyperplasie (BPH), also die gutartige Prostatavergrößerung, und der Prostatakrebs, die häufigste Tumorart des Mannes.

### Zur Rolle der männlichen Hormone

Im Wesentlichen wird die Funktion der männlichen Geschlechtsorgane über die Hypothalamus-Hypophysen-Gonaden-Achse gesteuert. Das Androgen Testosteron ist beim männlichen Erwachsenen zusammen mit FSH verantwortlich für die Spermatogenese sowie für die Ausbildung der männlichen sekundären Geschlechtsmerkmale, die Libido, die Proteinbiosynthese und die Erythropoese.

Testosteron ist ein Prohormon für die Hormone Östradiol und Dihydrotestosteron (DHT). Letzteres wird mit Hilfe des Enzyms 5 $\alpha$ -Reduktase in den Epithelzellen der Prostata aus dem Vorläufer Testosteron gebildet. DHT besitzt eine größere Affinität zu den Androgen-Rezeptoren als Testosteron und gilt als sein aktiver Metabolit. Es steuert die Entwicklung und Funktion der Prostata. Nach Bindung des DHT an den Androgenrezeptor erhält der Zellkern einen Impuls zur Proteinsynthese und auch zum Wachstum von Prostatazellen. Gerät dieser Mechanismus aus dem Gleichgewicht, werden in der klinischen Therapie Medikamente eingesetzt, die das Enzym 5 $\alpha$ -Reduktase blockieren und dadurch die Entstehung von DHT unterdrücken. Dies kann allerdings zu relativ erhöhten Testosteron- und Östradiolspiegeln führen.

### Das Verhältnis von Testosteron und Östrogenen muss stimmen

Interessanterweise treten Prostatavergrößerung und Prostatakrebs am häufigsten in der Lebensphase des Mannes auf, in der die Testosteron- und Progesteronspiegel schon stark abgenommen haben. Durch die niedrigen Testosteron- und Progesteronspiegel entsteht wiederum eine relative Östrogendominanz. Es gibt Hinweise, dass diese Dominanz für eine Hyperplasie der Prostata verantwortlich ist, bzw. einen bedeutenden Faktor bei der Entstehung des Prostatakarzinoms darstellen kann, da Östrogene das Zellwachstum fördern und die Apoptose hemmen können. Dies wird durch die zunehmende Anzahl östrogenartig wirkender Fremdstoffe aus unserer Umwelt - so genannter Xenoöstrogene - und leider auch durch zu viel Bauchfett stark gefördert.

### Naturheilkundliche Verfahren wie die Pilzheilkunde können eine natürliche Regulierung bewirken

Zur Hemmung der 5 $\alpha$ -Reduktase hat sich besonders der **Reishi** – ein Heilpilz, der schon seit circa 4.000 Jahren in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) bekannt ist – auch in aktuellen wissenschaftlichen Studien als wirkungsvoll erwiesen. Durch seine adaptogenen, das heißt regulierenden Eigenschaften auf den Hormonhaushalt wirkt er sich ausgleichend auf eine vorhandene Östrogendominanz aus, wobei aber keine unerwünschten Hormonverschiebungen entstehen.

Ebenso wirkt der **Reishi** entzündungshemmend, entfaltet eine antibakterielle Wirkung und lindert Schmerzen, wodurch er auch ein sehr wertvoller Heilpilz bei der Prostatitis ist. Auch gleicht er die Psyche aus, entfaltet eine stimmungsaufhellende Wirkung und kann Depressionen bei einer Leber Qi-Stagnation lindern. Das ist ebenfalls sehr nützlich, da ja oft auch die Psyche der Erkrankten in Mitleidenschaft gezogen ist.

Für einen allgemeinen Ausgleich der männlichen Hormonbalance steht in der Mykotherapie der Pilz **Cordyceps sinensis** – in China übrigens schon seit etwa 1.000 Jahren nicht nur als Tonikum für die Lebensenergie, sondern auch als natürliches Aphrodisiakum geschätzt – zur Verfügung. Er unterstützt das endokrine System und reguliert den hormonellen Haushalt - insbesondere der Geschlechtsorgane und der Nebennieren - und wirkt sich daher ebenso wie der **Reishi** ausgleichend auf eine vorhandene Östrogendominanz aus.

### Die Bedeutung des prostataspezifischen Antigens (PSA)

Das Glykoprotein PSA ist ein Enzym, das in den Epithelzellen der Prostata gebildet und mit dem Sperma vermischt wird. Zu seinen Aufgaben gehört es, für die Dünnsflüssigkeit der Samenflüssigkeit zu sorgen, damit sich die Spermien leichter darin fortbewegen können, sowie den pH-Wert zu erhöhen, um das Überleben der Spermien im sauren Milieu der Vagina zu sichern.

Normalerweise ist das PSA nur in den Epithelzellen des Prostatagewebes nachweisbar. Bei Vorliegen eines Krankheitsgeschehens in der Prostata, aber auch zum Beispiel durch Reizung nach sportlichen Aktivitäten, kommt es zur Ausdehnung der Basalmembran, so dass PSA in den Blutkreislauf übertreten kann. Sowohl im Blutserum als auch im Tumorgewebe lässt es sich dann verstärkt nachweisen. Trotz seiner Bedeutung in der Karzinomdiagnostik stellt sich daher provokativ die Frage, ob ein erhöhter PSA-Wert tatsächlich immer aussagekräftig als Tumormarker gewertet werden kann.

Das Wachstum des Prostata-Tumors ist in hohem Maße von Sauerstoff und Nährstoffe zuführenden Blutgefäßen abhängig. Deshalb bauen Krebszellen ihr eigenes Gefäßnetz auf. Möglicherweise hat aber das PSA eine Bedeutung bei der Regulation und der Hemmung der Angiogenese (Gefäßneubildung) und wirkt damit – sozusagen als körpereigener Selbstschutz gegen Krebs – der Tumorbildung und -ausbreitung entgegen (Fortier et al, 1999).

Bestimmte Heilpilze können sich hemmend auf die für das Tumorgeschehen so wichtige Angiogenese auswirkend. Die antitumorale Aktionsweise des **Agaricus blazei murrill (ABM)**, unter anderem bedingt durch seinen hohen Gehalt an Ergosterol, hat hauptsächlich die Anti-Angiogenese gegen maligne

Zellen zum Ziel und bietet den gesunden Zellen eine wirksame Unterstützung in ihrem Verteidigungsprogramm gegen die Tumore.

Ein erhöhter PSA-Spiegel könnte auch auf eine Aktivierung körpereigener Abwehrreaktionen hindeuten und ein Zeichen dafür sein, dass der Organismus versucht, gegen die Krebszellen zu kämpfen. Auch hier kann der **ABM** gezielt eingesetzt werden, da er durch seine besonders langkettigen Betaglukane als starker Immunmodulator wirkt.

### Entzündungsprozesse – ein wichtiges Thema bei allen Prostataerkrankungen

Normalerweise sind Entzündungen Reaktionen auf eine Verletzung und damit ein lebensnotwendiger Mechanismus. Chronische Entzündungen sind jedoch schädlich und können zu Gewebeschäden führen.

Das Protein NF-kB ist zuständig für die Ausschüttung und Steuerung verschiedener proentzündlicher Botenstoffe, die die Immunantwort regeln. Dieser Transkriptionsfaktor beeinflusst das Zellwachstum, die Zellentwicklung sowie die Apoptose. NF-kB wird unter anderem durch Entzündungen sowie psychischen und oxidativen Stress aktiviert. Eine Überexpression der NF-kB-Aktivität ist charakteristisch bei Krebszellen und hält somit den entzündlichen Prozess aufrecht.

Zur Regulation des entzündlichen Geschehens hat sich bei allen Prostataerkrankungen besonders der **Reishi** – in der TCM auch „**Pilz des ewigen Lebens**“ genannt – sehr gut bewährt. In einer Studie wurde gezeigt, dass dieser Heilpilz aufgrund seiner Polysaccharide eine Herabregulation der NF-kB vermittelten proentzündlichen Interleukine bewirken kann. Durch seinen hohen Sporenanteil ist der **Reishi** auch sehr reich an Triterpenen, die hier ebenfalls eine starke antientzündliche Wirkung haben. Sporen sind aber nur im ausgereiften Fruchtkörper enthalten und nicht im Myzel!

Neben seiner antitumoralen Wirkung über die 5 $\alpha$ -Reduktase-Hemmung bewies der **Reishi** Studien zufolge auch, dass er in der Lage ist, die Zelladhäsion und die Zellmigration bei Brust- und Prostatakrebs zu unterdrücken und somit seine Fähigkeit, die Tumorausbreitung zu reduzieren. Dies kann in Verbindung mit dem Pilz **Auricularia** noch zusätzlich unterstützt werden. Weiterhin wurde unter den Inhaltsstoffen des **Reishi** ein Protein, das Ling Zhi 8 genannt wird, festgestellt, welches immunmodulierende Eigenschaften bewies.

### Weitere Heilpilze in der begleitenden Prostatakrebstherapie

Auch dem Pleurotus kommt eine große Bedeutung zu. Neben dem Reishi bewies auch er Studien zufolge die Fähigkeit, die 5 $\alpha$ -Reduktase zu hemmen. Zudem besitzt er durch die in ihm enthaltenen Enzyme eine

hohe antioxidative Wirksamkeit. Das gleiche gilt auch für den **Polyporus**, der darüber hinaus das Lymphsystem stärkt und den Abtransport von Zellgiften und Zellfragmenten verbessert. Das ist besonders wichtig bei einer Chemotherapie. Bei einer Strahlentherapie hat sich in der Erfahrungsheilkunde der **Coriolus** als am hilfreichsten erwiesen. Verlassen Krebszellen ihren Entstehungsort, siedeln sie an anderen Stellen und die Heilungschancen verringern sich. Bei Prostatakrebs sind dies typischerweise die Knochen. Zudem setzen die Tumorzellen Botenstoffe frei, die die knochenauf- und abbauenden Zellen oft zugunsten der Osteoklasten beeinflussen. Um diesen Prozess wieder auszugleichen und ebenso um Metastasen vorzubeugen, hat sich der Heilpilz **Maitake** als hilfreich erwiesen. Der **Maitake** unterstützt auch den Abbau von Bauchfett und trägt somit zusätzlich zur Prophylaxe einer Östrogendominanz bei.

Ist das Knochenmark befallen, kann neben der Stabilität des Knochens auch die Blutbildung im Knochenmark beeinträchtigt sein. In diesem Falle ist neben dem **Maitake** dann der **ABM** zu empfehlen.

**Hinweis:**

Die beschriebenen Wirkungen beruhen auf der Einnahme von Heilpilzpulver, das aus dem ganzen Pilz hergestellt wurde. Bitte lassen Sie sich vor der Anwendung von Ihrem Therapeuten beraten.

**Fazit**

Der Körper versucht ständig, seine Funktionen zu ordnen, zu regulieren und aufrecht zu erhalten. Heilpilze unterstützen mit ihren Wirkmechanismen den männlichen Organismus, die prostatistischen Krankheiten einzudämmen. Sie regulieren das Immun- und das Hormonsystem, wirken antiinflammatorisch, reduzieren Begleiterscheinungen konventioneller Therapien und erhöhen die Lebensqualität des Patienten.

**HP Sabine Springer**

**Kontakt:**  
MykoTroph  
Institut für Ernährungs- und Pilzheilkunde

Am Försterahl 3 A  
63694 Limeshain / Deutschland

Tel.: 0049 / (0)6047 - 988530  
Fax: 0049 / (0)6047 - 988533  
Mail: info@MykoTroph.de

[www.HeilenmitPilzen.de](http://www.HeilenmitPilzen.de)

**Bildquellen:**

Auricularia polytricha,  
Coriolus versicolor,  
Pleurotus ostreatus,  
Reishi, Maitake, Agaricus blazei murill:  
© Myko Troph Institut für Ernährungs- und Pilzheilkunde, Limeshain  
Cordyceps sinensis:  
© Daniel Winkler



Pleurotus



Maitake



Agaricus blazei murrill (ABM)



Reishi



Coriolus



**Heilen mit Pilzen**

Diabetes, Bluthochdruck, Rheuma, Migräne, Cholesterin, Allergien, Autoimmunerkrankungen, Fibromyalgie, Krebs ...

**Einladung zur Aus- und Weiterbildung zum Mykotherapeuten**

In der Mykotherapie (Pilzheilkunde) werden Pilze gemäß der Traditionellen Chinesischen Medizin zur Behandlung vieler Leiden und schwerer Krankheiten seit Jahrtausenden erfolgreich eingesetzt. Der Mensch wird ganzheitlich geheilt, die Ursachen der Krankheiten werden beseitigt.

Erlernen Sie diese faszinierende Wissenschaft und Gesundheitslehre aus erster Hand. Wir laden Sie als Therapeut zu einer eintägigen (10-17 Uhr) Aus- und Weiterbildung zum Mykotherapeuten ein.

**Ausbildungstermine 2014**

Wien: 14. Juni

Rufen Sie uns bitte an unter:

**0049-6047-988530**

Gerne nehmen wir Ihre Anmeldung entgegen und senden Ihnen kostenlos unsere Informations-Broschüren sowie die aktuellen DVDs zu.



Am Försterahl 3 A  
DE-63694 Limeshain | Rommelh.  
Telefon 0049-6047-988530  
Fax 0049-6047-988533  
E-Mail info@MykoTroph.de  
[www.HeilenmitPilzen.de](http://www.HeilenmitPilzen.de)



Auricularia



Cordyceps



zusammengestellt von Romana Kreppel nach **metabolic-balance Regeln** aus dem Kochworkshop „Vegetarisches Culinarium von Romana“

## Potenzessen für den Mann (und die Frau)

### KÜRBISKERNE:

**Inhaltsstoffe:** Spurenelemente: Kalium, Magnesium, Kalzium, Zink, Selen, 17 lebensnotwendige Mineralien.  
Vitamine A, B, C, E und Linolsäure, so wie Carotinoide und Porphoryne.  
Das Kürbiskernfett zählt zu den hochwertigsten Pflanzenfetten: Es enthält ca. 80 % ungesättigte Fettsäuren und einen hohen Gehalt an pflanzlichen Phytosterolen, bioaktive, pflanzliche Hormonstoffe (Pflanzensteroid, welche auch Lignane genannt werden.)  
10 Gramm Kürbiskerne enthalten etwa 55 Kalorien und sind gute Eiweißlieferanten.



**Wirkung:** positive Wirkung auf die Prostata. Durch Kürbiskerne lässt sich oft die Entstehung einer gutartigen Prostata Vergrößerung eindämmen. Bei regelmäßiger Einnahme können Kürbiskerne eine Harninkontinenz bremsen und Beschwerden beim Wasserlassen beheben, indem sie die Blasenmuskulatur und den Schließmuskel positiv beeinflussen und stärken. Zusätzlich wirken die Kerne entzündungshemmend.  
Auch Frauen profitieren von den Inhaltsstoffen der Kürbiskerne! Bei Reizblase, Blasenentzündungen oder Blasenkatarrh tun Sie gute Dienste.

In Studien wurde oft gezeigt, dass die wichtigsten Substanzen in den Kürbiskernen vermutlich die Phytohormone, also pflanzliche Hormonstoffe sind: die sogenannten Lignane. Kürbiskerne regelmäßig verzehrt - helfen also beim Hormonausgleich Männern und Frauen. Grüne Kürbiskerne können Sie einfach zwischendurch knabbern, sie schmecken aber auch ausgezeichnet auf Salaten oder in den folgenden veganen Kreationen.

### SONNENBLUMENKERNE:

**Inhaltsstoffe:** Vitamin A, Vitamin B, Vitamin D, Vitamin E, Vitamin F, Vitamin K, Folsäure, Karotin, Kalzium, Jod, Magnesium, Selen, ungesättigte Fettsäuren

**Wirkung:** Stärkung von Herz, Kreislauf, Knochen, Prävention vor Parodontose, Zahnfleischbluten  
Verhilft zu: Schönheit, glatter Haut, glänzendem Haar



### YAMSWURZEL - Radix Dioscorea deltoidea:

**Inhaltsstoffe:** Diosgenin = Vorstufe des Progesterons (Gelbkörperhormon), Mineralstoffe (Eisen, Kupfer, Mangan, Schwefel, Zink), Oxalat, Proteine, Saponine, Vitamine

**Wirkung:** Der **Yams** wirkt entzündungshemmend, schmerzstillend und wird bei Rheuma, Gicht oder Muskelkrämpfen genutzt.

• **Anwendung in der Frauenheilkunde:** Der Yamswurzel wird je nach Zeitpunkt und Art der Anwendung, sowohl eine verhütende, als auch eine fruchtbarkeitssteigernde Wirkung nachgesagt. Libidostärkend. Hilfreich bei Menstruationsbeschwerden, Muskelschmerzen, Nervosität, Osteoporose, Reizmagen, Rheuma, Spannungen in den Brüsten, Übergewicht durch Hormonstörungen, Verstopfung, Wechseljahrsbeschwerden, Harnwegserkrankungen, Hitzeschüben, hormonellen Störungen

• **Anwendungen für den Mann:** aphrodisierendes Mittel, Potenz steigernd, wirksam bei Gallenkoliken, Gicht, Depressionen, Reizblase



**Wichtiger Hinweis:** Allfällige in diesem Artikel angeführte mögliche Heilwirkungen von Pflanzen und Zubereitungen sind nicht als ärztliche Handlungsempfehlungen zu verstehen und ersetzen keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker.

**Avocado-Kürbischaumsuppe mit Yamsnockerln**



Kürbiskerne gehackt  
 ½ Avocado  
 Salz, Pfeffer, etwas Zitronensaft, frische Petersilie  
 Heißes Wasser  
 Alles im Mixer zu einem feinen Püree mixen  
 Yamswurzel schälen, in Stücke schneiden und dünsten  
 Salz, Muskat, Chili  
 Mit Olivenöl pürieren, Nockerln ausstechen und in die Suppe legen

**Kürbis-Chinoa & Yams**



Butternuss-Kürbis ( mit Schale) in Stücke schneiden  
 Champignon putzen und vierteln  
 Jungzwiebel schneiden  
 Alles in Olivenöl anrösten  
 1 Tasse gekeimten Chino dazugeben  
 Mit 2 Tassen Wasser aufgießen  
 Würzen mit Curcuma, Chili, Salz, Ras-el-nahut  
 20 Minuten dünsten lassen  
 Yamswurzel schälen, in Stücke schneiden und dünsten  
 Mit Salz und Pfeffer und Kümmel würzen

**Aufstriche:**



**Kürbiskernaufstrich:**

Fein gemahlene Kürbisse, geröstete Sonnenblumenkerne (1:1) im Mixer mit Wasser zu einer cremigen Masse pürieren. Salzen, Pfeffern, klein geschnittene Schalotten untermengen

**Sonnenblumenaufstrich Nr. 1:**

Sonnenblumenkerne mit Wasser im Mixer pürieren  
 Unter die Masse werden klein geschnittene Oliven und getrocknete Tomaten gerührt  
 Würzen mit Oregano, Pfeffer und Basilikum

**Sonnenblumenaufstrich Nr. 2:**

Sonnenblumenkerne mit Wasser im Mixer pürieren  
 Würzen mit Gelbwurz, Garammasala, Salz, Pfeffer, Chili, gerissene Karotten unterrühren

**Sonnenblumenaufstrich Nr. 3:**

Sonnenblumenkerne mit Wasser im Mixer pürieren  
 Gedünstete, pürierte Yamswurzel vermischen  
 Würzen mit Petersilie, Knoblauch, Chili, Kümmel

**Nachtisch mit Kürbiskernen:**

Fein gemahlene Kürbisse, geröstete Sonnenblumenkerne (1:1) im Mixer mit Wasser zu einer cremigen Masse mixen.  
 Etwas salzen, ganze Sonnenblumenkerne und grob gehackte Kürbiskerne untermischen.  
 Würzen mit Mandelmus, Cranberrys, Bourbon-Vanille, geriebener Zitronenschale  
 Mit Mangostücken anrichten



# Gefahr für die Hormone: Phthalate



Bild: z.V.g.v. Mag. Christian Dillinger

**Phthalate** sind eine Gruppe von Chemikalien, die in sehr großen Mengen hergestellt werden und in zahlreichen Produkten des täglichen Gebrauchs enthalten sind. In der EU beträgt das Marktvolumen ca. eine Million Tonnen. Das für die Industrie wichtigste Phthalat ist DEHP. Dieser Stoff allein stellte 1990 noch 50% des Marktvolumens dar. Nachdem DEHP in Verruf geraten ist, nimmt der Anteil anderer Verbindungen zu.

Wegen ihrer weit verbreiteten Anwendung und ihrer Eigenschaft aus Produkten zu entweichen, sind Böden, Flüsse, Meere, Niederschläge und Luft weltweit mit Phthalaten belastet <sup>1,2</sup>.

Phthalate werden regelmäßig bei Untersuchungen von Hausstaub gefunden. Eine Untersuchung des Deutschen Umweltbundesamtes ergab 1998 sieben verschiedene Phthalate, teilweise in extremen Mengen von Gramm (Phthalat) pro Kilogramm (Hausstaub)<sup>3</sup>. Einige Phthalate wie DOP und DINP sind keine einheitlichen Substanzen, sondern Mischungen aus mehreren Verbindungen. Bei Untersuchungen von Menschen auf Belastungen mit Phthalaten können diese direkt im Blut gemessen werden, oder es werden die Abbauprodukte dieser Schadstoffe im Urin analysiert.

### Wofür werden Phthalate verwendet?

Die Hauptmenge der Phthalate wird als Weichmacher in PVC eingesetzt, das ohne diesen Zusatz hart und spröde ist. Früher wurde hauptsächlich DEHP verwendet, das heute meist durch DIHP und andere Weichmacher ersetzt wird. Aus Weich-PVC bestehen unzählige Gebrauchsgegenstände und Materialien in der Wohnung, zum Beispiel Bodenbeläge, Teppichrücken, Tapeten, Kabel, Duschvorhänge, Tischtücher, Schuhsohlen, Schutzhandschuhe und Spielsachen (Puppen!) und beschichtete Textilien, wie die beliebten gelben Regenjacken, Gartenschläuche, etc.

Viele medizinische Produkte wie Blutbeutel, Infusionsbeutel, Dialysebeutel, Urinbeutel, Katheder, Handschuhe und Kontaktlinsen sind aus Weich-PVC.

Der Gehalt an Phthalat-Weichmachern in Weich-PVC beträgt durchschnittlich 30% und kann bis zu 60% betragen.

### Einige Anwendungsgebiete für bestimmte Phthalate

**DEP** (Diethylphthalat): Druckfarben, Pestizide, Kosmetika (Filmbildner)<sup>4</sup>, Parfums, Deodorants, Lösungsmittel, Vergällungsmittel für Alkohol, pharmazeutische Produkte  
**DBP** (Dibutylphthalat): Zellulose-Kunststoffe, Druckertinten, Dispersionsfarben, Lacke, auch Nagellacke, Klebstoffe, Klebebänder, Schaumverhüter, Parfums, Deodorants, Benetzungsmittel in der Textilindustrie, pharmazeutische Produkte, Verpackungen

**BBP** (Butylbenzylphthalat): geschäumtes PVC, Transformatorflüssigkeit, Dichtmassen, Verpackungen, Kunstleder

**DCHP** (Dicyclohexylphthalat): PVC

**DIHP** (Diisobutylphthalat): PVC

**DEHP** (Diethylhexylphthalat): PVC, Gummi, andere Kunststoffe

**DOP** (Di-n-octylphthalat): PVC, Kondensatorflüssigkeit, Benetzungsmittel in Pestiziden, Kosmetika

**DINP** (Diisononylphthalat): PVC, Gummi, Tinten, Dispersionsfarben, Versiegelungen, Lacke, (Lebensmittel-)Verpackungen, Kfz-Bauteile

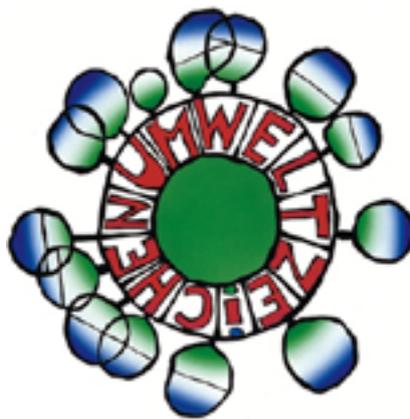
**DIDP** (Diisodecylphthalat): PVC, Dispersionsfarben, Lacke, Emulgatoren, Verpackungen

**DMP** (Dimethylphthalat): Kosmetika, Parfums, Deodorants, pharmazeutische Produkte

In Kosmetika wurden DEHP und DBP wegen ihrer gefährlichen Eigenschaften in der EU verboten<sup>5</sup>.

Ab Dezember 2004 ist die Verwendung dieser Schadstoffe in allen Konsumentenprodukten in der EU eingeschränkt<sup>6</sup>.

Lacke und Wandfarben, die das Österreichische Umweltzeichen („Hundertwasserzeichen“) tragen, dürfen keine Phthalate enthalten<sup>7</sup>.



### Wie nehmen wir Phthalate in den Körper auf?

Phthalate sind in vielen Kunststoffprodukten unserer Umgebung enthalten. Da sie im PVC nicht fest gebunden sind, können sie aus dem Kunststoff verdampfen oder ausgewaschen werden. Dementsprechend sind wir diesen Schadstoffen dauernd und überall ausgesetzt.

Bei den Untersuchungen eines deutschen Instituts für Umweltmedizin lag die tägliche DEHP-Aufnahme eines Drittels der untersuchten Personen zum Teil deutlich über den von Gesundheitsbehörden als sicher angesehenen Mengen<sup>8</sup>.

Phthalate können durch die Atmung, die Nahrung und durch die Haut aufgenommen werden.

Die Aufnahme durch die Atmung erfolgt durch die Raumluft und den Hausstaub. Besonders im Sommer, wenn Kunststoffe

stark aufgeheizt werden, können aus den Kunststoffteilen größere Mengen an Phthalaten entweichen.

Phthalate in Sprays und Parfums können zu einer kurzfristig hohen Belastung führen, ebenso Farben und Lacke während der Anwendung. Nagellack enthält bis zu 5 % DBP, das leicht durch die Haut aufgenommen werden kann.

Die Aufnahme durch die Nahrung spielt eine wesentliche Rolle. Milch und Milchprodukte wie Käse und Butter können Phthalate enthalten, ebenso Fische, Fleisch und Wurstwaren. Diese Verunreinigungen können auch aus Verpackungsmaterialien oder dem Kontakt mit PVC-Oberflächen während der Verarbeitung des Lebensmittels kommen<sup>9</sup>. In Österreich sind Phthalate - mit Ausnahmen<sup>10</sup> - in Lebensmittelverpackungen nicht zugelassen<sup>11</sup>.

Wurzelgemüse wie Karotten, u.a. nehmen Phthalate aus dem Boden auf.

Auch in Medikamenten können Phthalate enthalten sein, vor allem in der Beschichtung von solchen, die sich nicht im Magen auflösen sollen.

Babys und Kleinkinder können relativ große Mengen an Phthalaten durch die Nahrung aufnehmen. In Großbritannien und Dänemark fand man in Pulvern für Fertignahrung und Fertiggessen mit Gemüse und Fleisch für Babys und Kleinkinder mehrere Phthalate, vor allem DEHP. Die tägliche Aufnahme allein durch diese Nahrungsmittel wird für ein Kind von über sechs Monaten auf 23 µg DEHP pro Kilo Körpergewicht und Tag geschätzt<sup>12</sup>. Dazu kommen Belastungen aus anderen Quellen. Der von der EPA (US Umweltbundesamt) für DEHP festgelegte Grenzwert für die tägliche Aufnahme beträgt 37 µg pro Kilogramm<sup>13</sup>. Auch in Muttermilch wurden Phthalate gefunden.

Eine Untersuchung in Deutschland ergab, dass Kleinkinder viel stärker mit Phthalaten belastet sind als Erwachsene<sup>14</sup>.

Die mögliche Belastung von Babys durch Phthalate, die aus Beißringen oder anderem Babyspielzeug herausgelutscht werden können<sup>15</sup>, wurde in der EU durch ein Verbot von DEHP, DINP, DOP, DIDP, BBP und DBP in Spielzeug für Kinder unter 3 Jahren verringert<sup>16</sup>.

Eine Aufnahme durch die Haut kann unmittelbar durch Kosmetika erfolgen, oder durch beschichtete Kleidung, Kunstleder-Innenschuhe oder Schutzhandschuhe. Beim Waschen von PVC-Böden werden Weichmacher herausgewaschen, der Kontakt

mit dem Spülwasser kann zur Aufnahme durch die Haut führen.

Kinder können durch Kontakt mit PVC-Spielzeug aus früheren Produktionen Phthalate aufnehmen. Heute sind Weichmacher in Spielsachen verboten.

Dialysepatienten und Menschen, die Bluttransfusionen oder Infusionen benötigen, können aus den PVC-Materialien der Geräte Phthalate ins Blut aufnehmen. Dies stellt besonders für Kinder und Säuglinge ein großes Risiko dar. Es gibt in der letzten Zeit einige PVC-freie Alternativen<sup>18</sup>.

### Auswirkungen von Phthalaten auf die Gesundheit

Phthalate sind für den Menschen akut nicht sehr giftig. Bei Dialysepatienten, die durch Blutwäsche (Hämolyse) starken Belastungen mit DEHP ausgesetzt sind, zeigen sich Magenbeschwerden, Durchfall und Gelbsucht. Leber und Nieren reagieren auf alle Phthalate empfindlich.

Einige Phthalate sind leicht reizend für die Augen, die Haut und die Atmungsorgane. Es gibt Hinweise darauf, dass DEHP-haltiger Staub aus PVC-Bodenbelägen die Bronchien von Kindern schädigen kann<sup>19</sup>. Wiederholter Hautkontakt kann Dermatitis hervorrufen<sup>20</sup>.

### Alle Phthalate stehen im Verdacht, hormonelle Wirkungen zu haben!

DEHP ist fortpflanzungsgefährdend (EU Stufe 2). Chemikalien, die mehr als 0,1% dieser Stoffe enthalten, müssen daher wie folgt gekennzeichnet sein:

#### T giftig, Totenkopf

**R 60** kann die Fortpflanzungsfähigkeit beeinträchtigen.



men.

Auch **DBP** und **BBP** sind fortpflanzungsgefährdend.

**R 61** kann das Kind im Mutterleib schädigen.

**R 62** kann möglicherweise die Fortpflanzung beeinträchtigen.

Für die Risikoabschätzung in der EU ist dieselbe Einstufung wie für DBP vorgesehen<sup>21</sup>.

All diese fortpflanzungsschädigenden Chemikalien beeinträchtigen im Tierversuch die männlichen Sexualorgane, führen zu Hodenschwund und verschlechterter Samenqualität. Die Nachkommen zeigen ebenfalls Beeinträchtigungen: von niedrigerem Geburtsgewicht bis zu Missbildungen.

Auch für **DMP** wurden negative Einflüsse auf die Samenqualität nachgewiesen<sup>22</sup>.

**DOP** ist im Tierversuch leberschädigend, beeinträchtigt das Immunsystem und verursacht Entwicklungsstörungen beim Nachwuchs<sup>23</sup>.

**DINP** ist weniger gefährlich als DEHP. Ob es hormonelle Eigenschaften hat, ist noch nicht restlos geklärt<sup>24</sup>.

**DCHP** kann das Nervensystem negativ beeinflussen. Zu diesem Phthalat gibt es kaum Daten.

**DEP** galt bis jetzt als „Harmloseste“ der Phthalate. Nach neuen Studien steht es im Verdacht, die DNA (Träger der Erbanlagen) zu schädigen.<sup>25</sup>

### Auswirkungen von Phthalaten auf die Umwelt

Obwohl Phthalate überall in der Umwelt zu finden sind, fehlen teilweise noch Untersuchungen über die Umweltauswirkungen von Phthalaten.

Die meisten von ihnen sind schädlich für wichtige Wasserorganismen wie Kleinkrebse. **DEHP** ist in Deutschland in Wassergefährdungsklasse 1 „schwach wassergefährdend“ eingestuft.

**DEP**, **DBP** und **BBP** sind sehr giftig für Wasserorganismen und können Gewässer längerfristig schädigen. Sie sind in der EU als umweltgefährdend eingestuft.

in Zentral- und Osteuropa  
Siebenbrunnengasse 44, A-1050 Wien  
Tel 0043 (0)1 54.54.580,  
Fax 0043 (0)1 54.54.580-98  
service@greenpeace.at  
**www.greenpeace.at**

- 1 Chemie außer Kontrolle, Das systematische Versagen der EU Chemikalienpolitik in den letzten 20 Jahren, Greenpeace Hamburg 2002
- 2 Sattelberger R., HORMONELL WIRKSAME SUBSTANZEN IN DER AQUATISCHEN UMWELT – ANALYTISCHE ERGEBNISSE UND ÜBERBLICK, Umweltbundesamt, MONOGRAPHIEN, Band 161 M-161, Wien, 2002, <http://www.umweltbundesamt.at/fileadmin/site/publikationen/M161.pdf>
- 3 <http://www.umweltbundesamt.de/survey/us98/biozide.htm>
- 4 <http://www.beauty-ratgeber.de/kosmetik/inci/inci-b.htm>
- 5 Richtlinie 2003/15/EG, Kosmetikrichtlinie
- 6 Directives 76/769, Anhang I, 67/548, Anhang I, 88/379 . Österreichisch Chemikalienverbotsverordnung 2003/477 Teil II
- 7 <http://www.umweltzeichen.at/filemanager/list/156/>
- 8 Koch H., Angerer J., Phthalate (Phthalsäurediester) [http://www.arbeitsmedizin.uni-erlangen.de/Koch\\_Phthalate.htm](http://www.arbeitsmedizin.uni-erlangen.de/Koch_Phthalate.htm)
- 9 Müller A. K., Nielsen E., Ladefoged O., Institute of Food Safety and Nutrition, Human exposure to certain phthalates in Denmark, FødevareRapport 2003: The Danish Veterinary and Food Administration, 1st Edition, 1st Circulation., October 2003, ISBN: 87-91399-20-3 <http://www.foedevaredirektoratet.dk/FDir/Publications/2003015/Rapport.pdf>
- 10 Zugelassen sind: Das als gesundheitsschädlich beim Verschlucken eingestufte Diallylphthalat und Dimethyl-5-sodiosulphosphthalate.
- 11 Kunststoffverordnung BGBl. 2003/476, Teil A, Anlage 1
- 12 1 µg = 0,000001 g, ein Millionstel Gramm
- 13 [http://www.arbeitsmedizin.uni-erlangen.de/Koch\\_Phthalate.htm](http://www.arbeitsmedizin.uni-erlangen.de/Koch_Phthalate.htm)
- 14 <http://www.nzz.ch/2003/10/22/ft/page-article959B2.html>
- 15 EU Scientific Committee on Toxicity, Ecotoxicity and the Environment. Opinion on phthalate migration from soft PVC toys and child-care articles – data made available since the 16th June, 1998, Opinion expressed at the 6th CSTE plenary meeting Brussels, 26/27 November 1998.
- 16 2004/178/EC, COMMISSION DECISION of 20 February 2004, amending Decision 1999/815/EC concerning measures prohibiting the placing on the market of toys and childcare
- 18 Lischka, Prof. Dr. A., Erfolgreiche PVC-Vermeidung im Krankenhaus. Die Kinderklinik Glanzing, Präsentation anlässlich des Symposiums „Gesundheitsvorsorge heißt PVC-Vermeidung“, Wien, 2.6.2003
- 19 Risikobewertung DEHP [http://europa.eu.int/comm/health/ph\\_risk/committees/sct/documents/out141\\_en.pdf](http://europa.eu.int/comm/health/ph_risk/committees/sct/documents/out141_en.pdf)
- 20 International Chemical Safety Card : WHO, IPCS, ILO, EU, <http://www.cdc.gov/niosh/ipcsnrgm/ngrm0271.html>
- 21 Risikobewertung BBP [http://ecb.jrc.it/DOCUMENTS/Existing-chemicals/RISK\\_ASSESSMENT/DRAFT/R318\\_0403\\_hh.pdf](http://ecb.jrc.it/DOCUMENTS/Existing-chemicals/RISK_ASSESSMENT/DRAFT/R318_0403_hh.pdf)
- 22 Samenqualität (Beweglichkeit) und Konzentration bei jungen Männern BBP, DBP und DMP Hormon, starke antiandrogene Wirkung März 2004 [http://ecb.jrc.it/DOCUMENTS/Existing-Chemicals/RISK\\_ASSESSMENT/DRAFT/R318\\_0403\\_hh.pdf](http://ecb.jrc.it/DOCUMENTS/Existing-Chemicals/RISK_ASSESSMENT/DRAFT/R318_0403_hh.pdf)
- 23 <http://www.atsdr.cdc.gov/toxprofiles/tp95-c2.pdf>
- 24 Risikobewertung DINP [http://ecb.jrc.it/DOCUMENTS/Existing-Chemicals/RISK\\_ASSESSMENT/DRAFT/R046\\_0105\\_env\\_hh.pdf](http://ecb.jrc.it/DOCUMENTS/Existing-Chemicals/RISK_ASSESSMENT/DRAFT/R046_0105_env_hh.pdf)
- 25 Duty, SM, NP Singh, MJ Silva, DB Barr, JW Brock, L Ryan, RF Herrick, DC Christiani and R Hauser 2003. The relationship between environmental exposures to phthalates and DNA damage in human sperm using the neutral comet assay. Environmental Health Perspectives: doi:10.1289/ehp.5756 - <http://www.ourstolenfuture.org/NewScience/reproduction/sperm/2003/2003-0201dutyetal.htm>

*„Unsere jahrelange Erfahrung hat zu dem Ergebnis geführt, dass das Vorhandensein von Giften und Infektionen im menschlichen Körper die wirkliche fassbare Ursache aller Erkrankungen ist.“*

Dr. med. Josef Jonáš



**K.I.R. - kontrollierte  
INNERE REINIGUNG**  
nach Dr. med. Josef Jonáš



*„Einfache Anwendung, keine Wechselwirkung mit Medikamenten sowie unglaubliche Verbesserung im Gesamtwohlbefinden sprechen für das Joalis Entgiftungssystem.“*

Hubert Hodeček



Ausbildungen zum -Entgiftungsberater

Hubert Hodeček

**Kinesiologiezentrum TEAM 13**

1130 Wien, Hietzinger Hauptstraße 67 / Tür 1

Tel./Fax: 01 - 803 56 86

office@kinesiologiezentrum-team13.at

[www.kinesiologiezentrum-team13.at](http://www.kinesiologiezentrum-team13.at)

[www.joalis.at](http://www.joalis.at)

# Warum Männer dicke Autos lieben

... und Frauen lieber shoppen gehen

Text: Carsten Kreilaus

Hochmotorisierte Autos sind derzeit nicht gerade zeitgemäß. Dem geweckten Öko-Bewusstsein in uns allen sei Dank. Trotzdem liefern sich die Automobilhersteller noch die PS-Schlacht. Jeder Anbieter hat Autos im Programm, die Männerherzen höher schlagen lassen. Ich selber bin hin und her gerissen. Auf der einen Seite wünsche ich mir ein Auto das keine Emissionen verursacht, mit wenig Verbrauch, von was auch immer, dazu noch schick aussieht und schon ein wenig schneller ist.

Auf der anderen Seite bekomme ich Gänsehaut bei den Sportboliden und dem Sound beim Gas geben eines satt motorisierten Autos. Da wären wir wieder bei dem schneller, lauter, mehr PS bitte. Warum nur, haben Männer kein ökologisches Gewissen? Ich denke die Erklärung geht in eine andere Richtung.

In uns Kerlen muss es so etwas wie ein Auto-Gen geben, respektive ein Technik-Gen zu früheren Zeiten, antrainiert über die Jahrtausende. In der Steinzeit sind die

Männer auf Jagd gegangen. Dabei haben sie ihre Technik und die technischen Hilfsmittel im Laufe der Zeit verfeinert. Denn wer ein guter Jäger war, wer eine Familie ernähren kann, der hat die Frauen abbekommen. Die Evolution hat daraus das Auto-Gen geformt. Das Auto ist heute das technische Hilfsmittel für die Jagd auf Frauen. Schlussendlich geht es wieder um die Familienplanung. Es zählt die Größe, die Pferdestärken. Ein dicker Schlitten bedeutet Geld und Geld heißt Familie ernähren können. Ein guter erster Schritt um auffällig zu sein und die Aufmerksamkeit einer Frau auf sich zu ziehen. Ok, das gerade entworfene Frauenbild ist etwas platt, dient hier aber nur der einfachen Erklärung warum Männer auf Autos mit viel PS abfahren, soll keineswegs heißen, dass Frau darauf reinfällt, zumindest nicht alle.

Frauen gehen lieber shoppen, um sich zu schmücken, für die Eroberung durch die PS-gesteuerter Männerwelt. Das Ziel: sie möchten gefallen. Ganz nebenbei bemerkt: darum gehen die meisten Männer

auch nicht gerne shoppen, schließlich haben wir doch das Auto. Warum es auch Frauen gibt, die Autos lieben ist ganz einfach, dies ist der Gleichberechtigung zuzuschreiben.

Der Volksmund sagt uns Männern nach, dass das Auto eine "Penisverlängerung" sei, na bitte, quod erat demonstrandum. Nur bitte nicht so salopp formulieren, die Evolution über viele Generationen hat uns Männer dahin gehend degeneriert, wir können nichts dazu. Uns lediglich aufbauen und versuchen den nächsten Generationen Besserung beizubringen.

## Carsten Kreilaus

Autor und Gründer von »[www.act-with-respect.org](http://www.act-with-respect.org)« einer Non-Profit-Organisation, die sich für mehr Respekt von Unternehmen gegenüber Gesellschaft und Umwelt engagiert.

Giechstr. 39, 81249 München - DEUTSCHLAND  
[carsten@kreilaus.de](mailto:carsten@kreilaus.de) [www.kreilaus.de](http://www.kreilaus.de)

# Auffahren und Kinesiologie

Text: Do-Ri Amtmann

Wenn wir mit dem Auto fahren und die Ölkontrolllampe leuchtet, überprüfen wir den Ölstand oder suchen unverzüglich eine Servicestelle auf. Jeder von uns weiß, welche motorschädigende Konsequenz die Nichtbeachtung dieser Warnlampe haben kann. Stellen Sie sich vor, Sie kommen mit Ihrem Wagen wegen dieses Problems zu einer Tankstelle. Der Tankwart behebt den Schaden, indem er das rotleuchtende Lämpchen herausdreht, und erlaubt Ihnen, weiterzufahren. Werden Sie das tun? Wir wissen, dass diese „Symptomreparatur“ sehr teuer werden kann, da die Ursache damit ja nicht behoben wurde.

Wenn wir dieses Beispiel nun auf unseren Körper übertragen, dann sollte uns spätestens jetzt „ein Licht aufgehen“. Der Körper hat zum Schutz seiner Energiesysteme viele „Kontrolllämpchen“ eingebaut. Wenn eines leuchtet, handeln wir aber meist wie jener Tankwart, der das Lämpchen herausdreht. In der Praxis sieht das so aus, dass wir auftretende Schmerzen ignorieren oder durch Schlucken eines „harmlosen“ Medikaments betäuben. Die Ursache wurde damit aber noch lange nicht behoben!

Durch Schmerz will unser Körper ja nur zeigen: „He, du! Schau einmal, da stimmt etwas nicht!“ Erinnern Sie sich einmal, ob Sie selbst schon in dieser Form gegen Ihren eigenen Körper und sein Kontrollsystem gehandelt haben.

Die Folgen der Symptombehandlung bleiben aber, auf lange Sicht gesehen, nicht aus. Unser Energiepegel sinkt tief und tiefer und kann sich durch pausenlose Überlastung von allein nicht mehr regenerieren. Wie wir uns fühlen, wenn Energie fehlt, kennen wir alle. Ohne Energie sind wir müde und ausgelaugt, den geringsten Anforderungen können wir nur mit Mühe und aller Kraft standhalten. Zurückkom-

mend auf unser Beispiel: Das Auto rührt sich ohne Benzin nicht von der Stelle. Wir können uns schon bewegen – aber wie?! In uns ist kein Leben mehr, wir hängen am „Notstromaggregat“, und auch das ist bald zu Ende. Was dann? Die Lebensqualität beschränkt sich im unteren Energiebereich auf das „nackte Überleben“.

Wenn wir in diesem Zustand Auto fahren, äußert sich das folgendermaßen: Meistens haben wir es eilig. Alles muss schnell gehen, und durch unsere Ungeduld erscheint alles noch viel langsamer. Die Ampeln stehen viel zu lange auf Rot, die Fußgänger schleichen über die Straße. Wir müssen alles, was vor uns ist, durch Überholen hinter uns bringen. (Gleichzeitig wissen wir, dass dies auf kurzen Strecken gar nichts bringt.)

Durch diese Aktionen versetzen wir unseren Körper in höchste Anspannung – die er nicht aushält, weil die Energie dazu fehlt. Was kommt? Wir lassen Dampf ab, indem wir die anderen Verkehrsteilnehmer beschimpfen, anhupen, der „Autofahrergruß“ (Vogel zeigen) ist noch die harmloseste Geste. Die friedlichsten Leute zeigen hinter dem Steuer ihr zweites Gesicht! Warum passiert das? Trotz Überlastung schalten wir unsere Aktivitäten nicht zurück. Solange es irgendwie geht, machen wir weiter. So schalten wir wichtige Energiesysteme (Augen, Ohren und Gehirnhälften) in unserem Körper ab.

Wenn wir nur ein Auto lenken, passieren folgende Dinge:

1. Die Wahrnehmung ist reduziert.
2. Uns fehlt das „Vorausschauen können“.
3. Oftmals erinnern wir uns nicht, wie wir an den Zielort gelangt sind. Wir waren mit unserer Aufmerksamkeit ganz woanders.

3. Oftmals erinnern wir uns nicht, wie wir an den Zielort gelangt sind. Wir waren mit unserer Aufmerksamkeit ganz woanders.
4. Wir fahren über eine Kreuzung und fragen uns nachher: „War da überhaupt Grün?“
5. Uns fehlt die Nachsichtigkeit Anderen gegenüber. Statt dessen kommen Zorn und Wut an die Oberfläche, wenn unser Energiepotenzial überschritten wird. Wir kennen uns dann selbst nicht mehr.

Bei längeren Strecken, wie sie z. B. Berufsfahrer zurücklegen müssen, kommt hinzu, dass durch langes Sitzen und durch ständiges Sehen der parallelen Linien (z. B. auf der Autobahn) eine Gehirnhälfte abschaltet.

Die folgenden zwei Tipps zeigen Ihnen, wie Sie auch bei längeren Fahrten fit bleiben können:

1. Anstatt Kaffee zu trinken, reiben wir vor der Fahrt zirka eine Minute lang mit zwei Fingern der einen Hand den Nabel und gleichzeitig die Punkte unterhalb der Schlüsselbeinhöcker mit der anderen Hand. (Das Reiben wirkt auch durch die Kleidung, „sich frei machen“ ist nicht nötig!)
2. Wir zeichnen mit den Fingern ein X auf die Innenseite der Windschutzscheibe. Das X verhindert, dass sich eine Gehirnhälfte energetisch abschaltet. Es aktiviert beide Gehirnhälften, wir sehen viel besser, und die Aufmerksamkeit kehrt zurück. Es genügt hierbei der schwache Abdruck, das Auge ist sehr sensibel und nimmt das gezeichnete X wahr, obwohl es für uns nicht immer sichtbar ist.

Aus dem Buch: Kinesiologie, Das Wissen um die Bewegungsabläufe in unserem Körper, ISBN 3-426-87072-X.

## Do-Ri Amtmann

Kinesiologin, Mensch Sein Kinesiologie-Gründerin (MSK, EM-K Eternal Movement Kinesiologie)

Tel: 02252 43 243

eMail@Do-Ri.com

[www.do-ri.com](http://www.do-ri.com)





## COACHING

**Dr. Schiffner:**

Mit dem vorliegenden Beitrag beschäftige ich mich mit der gewerberechtlichen Einordnung der Tätigkeit „**Coaching**“. Gerade in diesem Bereich sind die unterschiedlichsten Meinungen anzutreffen.

Die Bezeichnung „**Coaching**“ oder auch „**Coach**“ ist vom Gesetzgeber nicht geregelt, die Bezeichnung ist daher auch nicht einem bestimmten Vorbehaltsbereich zuzuordnen. Unter „**Coaching**“ versteht man Tätigkeiten eines Lehrers oder Trainers oder sonstigen Hilfestellers. So kann sich jeder, der Unterricht erteilt, auch „**Coach**“ nennen, er ist auch berechtigt, erworbenes Wissen selbst in Kursen und Seminaren oder auch in Einzelunterrichtsstunden weiterzugeben (§ 2 Abs. 1 Zif 12). Tätigkeiten im Bereich der Erwachsenenbildung sind also keine gewerblichen Tätigkeiten. Im allgemeinen Sprachgebrauch besteht die Tendenz, mit „**Coach**“ nicht nur einen Lehrer, sondern auch einen Betreuer zu bezeichnen, wie eben z. B. das Sportcoaching. Wenn die Tätigkeit des Sportcoachings in die sportwissenschaftliche Beratung übergeht, würde dies in den Vorbehaltsbereich der Lebens- und Sozialberater eingreifen. Es kommt also nicht auf die Bezeichnung, sondern auf die tatsächlich ausgeübte Tätigkeit an.

Im Folgenden soll nun der Unterschied zwischen **Unterricht** und **Beratung** herausgearbeitet werden:

- **Unterricht:** Im Bereich des Unterrichtes steht primär im Vordergrund die Vermittlung von Wissen, also auch im Bereich des Einzelunterrichtes, auch die Beantwortung individueller Fragen, Berichte über Veröffentlichungen aller Art, die Darlegung und Interpretation von Beispielen fällt unter diesen Bereich.
- **Beratung:** Im Bereich der Beratung steht primär im Vordergrund die Lösung und Hilfestellung individueller Probleme. Es geht also hier immer um eine personenbezogene Tätigkeit, um das Erarbeiten von ganz persönlichen Lösungskonzepten. Ein Beispiel hierfür sind die Lebens- und Sozialberater, wenn von diesen z. B. ein individuelles Ernährungsproblem bearbeitet und darauf aufbauend ein Ernährungskonzept erstellt wird.

Das „**Coaching**“ im Bereich der individuellen Problemlösung ist im Bereich der Gewerbeordnung den Lebens- und Sozialberatern vorbehalten, außerhalb der Gewerbeordnung den sonstigen etablierten Gesundheitsberufen, wie eben Ärzten, Diätassistenten, Hebammen etc.

Um nun zum Thema „**Coaching**“ eine klare Trennlinie ziehen zu können, ist es weiters notwendig, den Bereich der sogenannten freien Gewerbe näher zu untersuchen. Die Gewerbeordnung regelt hierzu (§ 31 Abs. 1), dass auch sogenannte **einfache Tätigkeiten**, die grundsätzlich dem reglementierten Gewerbe vorbehalten sind, als freies Gewerbe ausgeübt werden dürfen, sofern deren Ausübung den sonst vorgeschriebenen Befähigungsnachweis nicht erfordert. Es gilt also weiter zu untersuchen, was unter dem Begriff „**einfache Tätigkeiten**“ zu verstehen ist:

### **Einfache Tätigkeiten:**

Der Gesetzgeber selbst liefert hierzu eine negative Definition. Darunter fallen jedenfalls nicht Tätigkeiten, die dem typischen Kernbereich eines reglementierten Gewerbes zuzuordnen sind und deren fachgemäße Ausübung den Befähigungsnachweis nicht erfordert. Für die Einstufung einer einfachen Tätigkeit ist es kein Hindernis, wenn hierfür ein gewisses Fachwissen erforderlich ist, da ja der Gesetzgeber selbst eine „fachgemäße Ausübung“ wünscht.

Unter „einfache Tätigkeit“, also unter den Bereich des freien Gewerbes fallen Tätigkeiten, wie z. B.:

- Erteilung von Informationen über die Zusammensetzung von Nahrungsmitteln
- Vermittlung von Wissen über Vitamingehalt und Spurenelemente von Nahrungsmitteln
- Wissensvermittlung über chemische Zusatzstoffe in Nahrungsmitteln
- Abhalten von Kochkursen
- die Führung von Kalorientabellen
- die Schulung bei der Zubereitung von Speisen, die auf der Basis eines von einem LSB
- individuell erstellten Ernährungsplanes erfolgt

### **Zusammenfassung:**

Der Begriff „**Coaching**“ oder „**Coach**“ ist keiner bestimmten Berufsgruppe vorbehalten, auch Energetiker können unter Beachtung der Vorbehaltsbereiche der LSB und anderer Berufsgruppen coachen. Entscheidend ist also nicht die Verwendung dieses Begriffes, sondern die tatsächlich ausgeübte Tätigkeit.



**Dr. Manfred Schiffner**

office@meinrecht.or.at  
www.meinrecht.or.at

Tel.: 03144 21 69  
Fax: 03144 25 18

#### **Kanzleisitz:**

8580 Köflach  
Rathausplatz 1-4

#### **Besprechungsbüro WIEN:**

1070 Wien  
Neubaugasse 3

#### **Besprechungsbüro GRAZ:**

8010 Graz  
Glacisstr. 57/II



Für ein besseres Leben

## Die Kraft der Natur: MycoVital Pilzpulverkapseln

Pilzpulver vom ganzen Pilz aus zertifiziertem BIO-Anbau in Deutschland. Schonend getrocknet, pulverisiert und in Zellulosekapseln abgefüllt.



MycoVital  
Gesundheits GmbH  
Talweg 4  
D-63694 Limeshain  
Tel. 0049/6047/9876 - 0  
Fax 0049/6047/9876 - 29

info@MycoVital.de  
www.MycoVital.de



ABM	Hericium	Shiitake
Auricularia	Maitake	Mischungen
Coprinus	Pleurotus	OPC
Cordyceps	Polyporus	Nopal-Saft
Coriolus	Reishi	u. v. m.

## MEDITATIONSKISSEN UND MATTEN



Unsere **MEDITATIONSKISSEN ZAFU** sind mit Dinkelspelzen gefüllt und passen sich dem Körper optimal an. Alle Überzüge sind aus 100% Baumwolle und bei 40° C waschbar, während die Dinkelspelzen im Innenpolster gut aufgehoben bleiben. In acht Farben erhältlich.

**MASSAGE- UND FELDENKRAISMATTEN** sind mit Wollfilz oder Baumwolle gefüllt, abgesteppt zum falten oder im Ganzen rollbar. Farbige Überzüge erhältlich.



**Wollwerkstatt**  
www.wollwerkstatt.at

**VEGA  
NOVA**  
LEBEN IN BEWEGUNG

www.veganova.at 2x in Wien. Graz. Linz. Steyr. Salzburg. Klagenfurt. Innsbruck.

# STUDIIEREN



## HERBST 2014!

Kinesiologie.braucht.Studien.brauchen.Wissenschaftler



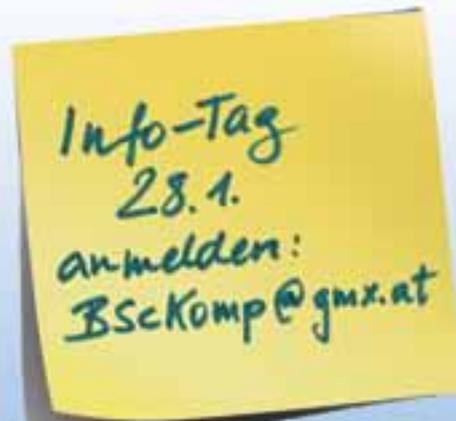
**Mag. Stefan Ribitsch**  
Akademischer Kinesiologe der ÖAKG  
TfH-Instructor

Wir wissen, dass Kinesiologie wirkt; aber wie erkläre ich meinen KlientInnen, was da mit ihnen geschieht? Ich studiere Kinesiologie, um zu wissen, was passiert. Ich studiere Kinesiologie, um den Status zu stärken. Ich studiere Kinesiologie, um mit KlientInnen zu arbeiten. Mit Begeisterung!

Wir wissen, dass Kinesiologie wirkt; aber wo bleiben die Nachweise, die die Wirksamkeit bestätigen? Ich studiere Kinesiologie, um Beweise zu liefern. Ich studiere Kinesiologie, um den Status zu stärken. Ich studiere Kinesiologie, um mit ÄrztInnen zusammenzuarbeiten. Mit Erfolg!



**Irmgard Luftensteiner**  
Akademische Kinesiologin der ÖAKG  
TfH-Instructor Trainer des IKC



Mehr Information:



www.ribitsch.eu/  
BScKomp.html

Im Herbst 2014 beginnt der nächste Studiengang zum **BSc Komplementärtherapie** der Steinbeis Hochschule Berlin. Abgehalten wird das Studium größtenteils in **Wien**. Es dauert **3 Jahre, berufsbegleitend**. Neben Kinesiologie (Vorkenntnisse anrechenbar) erlernst Du Psychologie, Physiologie, Anatomie, Differentialdiagnostik etc.; und selbstverständlich wissenschaftliches Arbeiten und Statistik. Wir stellen Dir gemeinsam mit dem Leiter des Instituts für Körperbezogene Therapien an einem Informationstag das Studium vor.

**Anmeldung & Information: BScKomp@gmx.at**

Der Info-Tag findet in der Sigmund Freud PrivatUniversität, 1030 Wien, Schnirchgasse 9a, statt. Beginn ist um 10 Uhr. Selbstverständlich stehen wir auch nach diesem Info-Tag für Deine Fragen zur Verfügung. Anruf oder Mail genügen!

Irmgard Luftensteiner: 0650.480 14 11  
Stefan Ribitsch: 0676.310 81 13



Fotos: z.V.g.v. Dr. Karin Neumann

## EDxTM™ Energy Diagnostics & Treatment Methods nach Dr. F. Gallo/USA

Anerkannte Kinesiologiemethode  
seit 2011 in Österreich

Text: Dr. Karin Neumann

EDxTM ist eine bioenergetische, ganzheitlich ausgerichtete Methode zur Auflösung von Stressoren aller Art. Ausgegangen wird davon, dass die Ursache aller negativen Emotionen eine Störung innerhalb des körpereigenen Meridiansystems darstellt, somit eine Blockade in den Energiebahnen unseres Körpers ist. Ein Gedanke oder eine Erinnerung ist demnach Auslöser für eine Unterbrechung dieses Energieflusses.

Der amerikanische Psychologe und Psychotherapeut, Dr. Fred Gallo, fand heraus, dass das Stimulieren bestimmter Akupunkturpunkte, ebenso wie bei körperlichen Schmerzen, auch auf Gedanken und Emotionen wirkt. Während sich der Klient auf die belastenden Auslöser mental einstimmt, werden 14 Akupunkturpunkte „beklopft“, bestimmte Augenrollbewegungen durchgeführt sowie zur neuronalen Stressauflösung der linke und rechte Frontallappen mittels Summen, Zählen und Summen aktiviert. Das Aussprechen positiver Glaubenssätze unterstützt diese Behandlung noch.

Ein zentraler Aspekt ist das Erkennen und „Umprogrammieren“ sogenannter psychischer Umkehrungen. Darunter versteht man ein „Selbstsabotagemuster“, das eine vollständige Zielerreichung oft verhindern kann. Denn wenn wir etwas bewusst wollen, unser „unbewusstes Programm“ jedoch in eine andere Richtung geht ist es so, als ob zwei Ruderer in einem Boot sitzen – und das Boot dreht sich im Kreis. Erst nach der Behandlung dieser psychischen Umkehrungen, indem das bewusste Wollen mit dem unbewussten Muster in Einklang gebracht wird, kann es meist schnell zu einer vollständigen Auflösung aller Stressoren und belastenden Befindlichkeiten kommen, was zu neuen, befreienden Denk- und Verhaltensmustern führt!

EDxTM wirkt unterstützend und integrierend bei jeglichen energetischen Blockaden. Da Gefühle maßgeblich mit Körperwahrnehmungen in Verbindung stehen ist es wichtig, auch den Körper beim Loslassen emotionaler Belastungen mit einzubeziehen. Nach einer solchen Behandlung fühlen sich Menschen erleichtert, befreit und

unbeschwert. Das Ziel ist, einen inneren Seelenfrieden zu erreichen, der es ermöglicht, neue Sichtweisen zu erlangen und diese auch mit Leichtigkeit umzusetzen.

EDxTM ist seit 2011 in Österreich als anerkannte Kinesiologiemethode vom ÖBK zertifiziert und für alle Menschen geeignet, die bereits in beratenden Berufen tätig sind sowie solchen, die sich beruflich neu orientieren wollen und mit dieser effizienten Methode rechtlich anerkannt arbeiten wollen. Darüber hinaus ist EDxTM auch eine wunderbare Selbstbehandlungsmethode, um Stressoren aller Art aufzulösen, denn das Ziel im Leben sollte sein, dass uns nichts mehr „stresst“, also kein Gedanke an unsere Partner, Kinder, sonstigen Familienmitglieder, beruflichen Situationen u.v.m.! Und das ist mit EDxTM möglich.

Im letzten Seminarblock, der sog. Meisterklasse, stellt die Psychotherapeutin Dr. Karin Neumann ihren PSI-SCAN sowie die von ihr selbst entwickelte Software für Therapie und Beratung vor, mit der die gesamte „unbewusste Seelenlandschaft“ von Menschen aufgefunden und positiv verändert werden kann. Dies funktioniert mittels Armlängenreflextest und parallel dazu mittels Biofeedbackmessungen (Hautleitwert, Temperatur, Puls). Mit dem PSI-SCAN ist auch der gesamte Behandlungsverlauf gut nachvollziehbar und die Behandlungsverläufe nachhaltig dokumentierbar.



**Dr. Karin Neumann**

Psychotherapeutin, Kinesiologin,  
Lehrtrainerin für ED x TM

Kontakt:

Mahlerstraße 7/19, 1010 Wien

Elisabethstr. 109, 2380 Perchtoldsdorf

Tel.: 0676-7613898

neumann@e-psy.at

[www.e-psy.at](http://www.e-psy.at)



# WIENER ZENTRUM FÜR ENERGETISCHE PSYCHOTHERAPIE

Dr. Karin Neumann & Dr. Astrid Zips  
(Psychotherapeutinnen)

[www.e-psy.at](http://www.e-psy.at)

## Ausbildung zum EDxTM™ Practitioner 2014

Energy Diagnostic & Treatment Methods (nach Dr. Fred Gallo/USA)

- Stress ohne Ende?
- Probleme in Beziehung und Job?
- Übergewicht bzw. Suchtproblematik?
- Belastende Gefühle wie Schuld, Scham, Wut?
- Selbstwertprobleme?

Lernen Sie mit dieser effizienten Behandlungstechnik, wie Sie Ihr Leben schnell, leicht und nachhaltig positiv verändern können. Mit EDxTM schaffen Sie es, negative Glaubenssätze in positive zu verändern, Ihre Lebenskraft und Lebensfreude zu aktivieren und Ihren Selbstwert zu stärken. EDxTM ist sowohl als Selbstbehandlung als auch Arbeit mit Klienten anwendbar!

**Einführung:** Fr. 11.4.2014 (14-18.30) + Sa. 12.4.2014 (10-19), € 290 + USt

**Level 1:** Fr. 9.5.2014 (14-18.30 Uhr) + Sa. 10.5.2014 (10-19 Uhr), € 290 + USt

**Supervisions- und Praxistag:** Fr. 23.5.2014 (14-19) € 170 + USt

**Level 2:** Fr. 27.6.2014 (14-18.30) + Sa. 28.6.2014 (10-19), € 290 + USt

**Level 3:** Fr. 12.9.2014 (14-18.30) + Sa. 13.9.2014 (10-19), € 370 + USt

**Level 4** (inkl. Prüfung): Fr. 17.10.2014 (14-18.30) + Sa. 18.10.2014 (10-19), € 370 + USt

**Meisterklasse:** Fr. 28.11.2014 (14-18.30) + Sa. 29.11.2014 (10-19) € 310 + USt

Bei Bezahlung des gesamten Curriculums: Ermäßigter Gesamtpreis € 1.990,- + 20 % USt (Seminarwiederholer bezahlen die Hälfte!).

Zusätzlich sind 5 Stunden Einzelselbsterfahrung (nicht im Gesamtpreis enthalten), 10 Stunden Peer-Group-Arbeit sowie 10 Stunden Literaturstudium verpflichtend! Der Abschluss berechtigt Sie, sich EDxTM Practitioner zu nennen und auf der internationalen Web-Site von Dr. Gallo als solche/r eingetragen zu werden sowie als rechtlich anerkannte/r Kinesiolog/in mit 100 Ausbildungsstunden vom ÖBK (Österreichischer Bundesverband für Kinesiologie) in Österreich mit Gewerbeschein zu arbeiten.

**Seminarleitung:** Dr. Karin Neumann & Dr. Astrid Zips (Psychotherapeutinnen)

**Seminarort:** VÖPP, 1090 Wien, Lustkandlg. 3-5 (Eingang Ecke Achamergasse)

**Alle Anmeldungen schriftlich bei Dr. Astrid Zips:** [zips@e-psy.at](mailto:zips@e-psy.at)

**Alle weiteren Infos bei Dr. Karin Neumann:** Tel.: 0676-7613898

Weitere Infos und Seminarinhalte finden Sie auf [www.e-psy.at](http://www.e-psy.at)

### Dr. Karin Neumann

Psychotherapeutin, Supervisorin, Coach

Telefon: 0676-7613898

Mail: [neumann@e-psy.at](mailto:neumann@e-psy.at)

Homepage: [www.e-psy.at](http://www.e-psy.at)

### Dr. Astrid Zips

Klin. Psychologin, Psychotherapeutin, Coach

Homepage: [www.astrid-zips.at](http://www.astrid-zips.at)

Mail: [zips@e-psy.at](mailto:zips@e-psy.at)

Homepage: [www.e-psy.at](http://www.e-psy.at)



# HYPERTON-X (HT-X)

Eine der ersten anerkannten kinesiologischen Methoden stellt sich vor

Text: Mag. Elisabeth Pawel

## Was bedeutet die Bezeichnung Hyperton-X?

Das griechische Adjektiv „hypertonus“ bedeutet soviel wie „zu stark angespannt, überspannt“, das X wird im Englischen als ex ausgesprochen und leitet sich in diesem Fall von der lateinischen Präposition „ex“ ab, welche dem deutschen „aus, heraus“ entspricht. Hyperton-X heißt also „**Verspannung aus**“.



**Frank Mahony** (geb. 1932, gest. 1995), der zu den weltweit angesehensten Kinesiologen seiner Zeit zählte, entwickelte diese Methode in der Absicht, eine Therapieform ins Leben zu rufen, mit welcher auch medizinische Laien gefahrlos **Schmerzen im Bewegungsapparat, Muskelschwächen und Bewegungseinschränkungen** behandeln konnten.

Auf Grund eines schweren Bobunfalles litt Mahony lange Zeit trotz vielfacher Therapien unter starken Schmerzen. Letztendlich erzielte er mit Touch for Health eine wesentliche Verbesserung seiner Beschwerden, wurde

selbst TfH Instruktor und entwickelte dann HT-X, welches ihn beschwerdefrei machte.

Mahony, der zu Beginn seiner kinesiologischen Karriere als Direktor des *Valley Remedial Group Institutes mit Paul Dennison* in der Betreuung lernschwacher Kinder zusammenarbeitete und forschte, richtete seine Aufmerksamkeit sehr bald auf die Untersuchung der **Auswirkung hypertoner Muskeln auf die Körper-Geist-Integration**. Mit der Unterstützung namhafter Chiropraktiker wie DeJarnette, Duarte, Simmons und Buddingh, die ihn mit der **Sakro-Okzipital-Technik (SOT)** vertraut machten, wurde ihm klar, wie wichtig der unblockierte Fluss der Zerebrospinalflüssigkeit für die physische, psychische und endokrine Gesundheit des Menschen ist. Konsequenterweise entwickelte er daraufhin eine geniale Methode zur Identifikation und Korrektur jener hypertoner Muskeln, die mit dem Kreuzbein (Sacrum) und dem Hinterhauptsbein (Occiput) in Verbindung stehen: HT-X war geboren!

## Was passiert, wenn ein Muskel hyperton wird?

**Frank Mahony** definiert einen hypertonen Muskel als Muskel, der sich in einem „überbeschützten“ („overprotective“) Zustand befindet. Die Spindelzellen eines Muskels leiten Informationen über Veränderungen im Muskel ans Kleinhirn weiter. Kommen diese nicht in einem bestimmten Zeitraum dort an, schaltet das Kleinhirn auf Schutzmechanismus um. Um den hypertonen Muskel im Falle einer Abweichung von dieser Schonposition (Dehnung) schützen zu können, hemmen die propriozeptiven Systeme den Bewegungsradius des Muskels, lösen Muskelschmerzen aus und/oder bewirken reflektorisch eine Muskelschwäche. Andere, nicht zuständige Muskeln übernehmen die Aufgabe des verspannten Muskels. Eine HT-X Korrektur synchronisiert die Propriozeptoren wieder. Das ist auch der Grund, warum HT-X in der Rehabilitation nach Verletzungen und im Spitzensporttraining so wirkungsvolle Ergebnisse zeigt.

Die Gründe, warum ein Muskel hyperton wird, sind vielfältig und reichen von einseitiger Arbeitshaltung über Dauerbelastung bis zu traumatischen Erfahrungen sowohl physischer als auch psychischer Natur.

Wenn nun ein Muskel hyperton ist, hat dies auch Auswirkungen auf die elektrischen Abläufe im Körper. Bei der Informationsübertragung entsteht ein Hintergrundrauschen (von Mahony als Neurostatik bezeichnet), welches die Signale, die in der AIZ (Allgemeine

Integrationszone = zentrale Schaltstelle für Sinnesreize) eintreffen, verzerrt. Das Gehirn kann dann die sensorischen Informationen (hören, schauen, riechen, schmecken, tasten, ...) nicht mehr simultan verarbeiten.

Dazu ein einfaches Beispiel:

Diktat: Kind kann sich nicht konzentrieren, macht Fehler oder ist zu langsam, kommt nicht mit oder versteht schlecht.

Warum? AIZ ist durch einen oder mehrere hypertone Muskel gestört, Hören, Schauen und Schreiben sind dadurch nur hintereinander, aber nicht mehr gleichzeitig möglich. Die Aufgabe wird nur unter maximalem Stress bewältigt oder gelingt nicht.

Lösung des Problems: HT-X Korrektur. Manchmal ist nur eine einzige Korrektur nötig, um eine anhaltende Leistungsverbesserung zu erzielen.

## Wie geht eine HT-X Korrektur vor sich?

Mit Hilfe eines Indikatormuskels werden unter Benutzung der Akupressur-Alarmpunkte ein oder mehrere hypertone „Störmuskeln“ aufgefunden und nach Prioritäten korrigiert.

Dabei wird der Testmuskel (TM) vom Tester in die maximale Dehnstellung gebracht und gleichzeitig der Indikatormuskel (IM) auf stark oder schwach getestet. Wenn der TM schwach =hyperton ist, wird er in der Dehnstellung fixiert und 5-8 Sekunden isometrisch kontrahiert (Druck gegen Widerstand). Dabei ausatmen. Nach der Entspannung dehnt der Tester den Muskel sanft weiter. Dreimal wiederholen. Der IM sollte jetzt stark testen. Wenn nicht, muss die Ursache erforscht werden. Vielleicht muss ein zugrundeliegendes Lebensereignis aufgespürt werden. Zur Stressablösung dienen weitere HT-X Techniken.

Hyperton-X wirkt sich eigentlich auf alle Lebensbereiche positiv aus, Frank Mahony selbst hat es ja als **TOTAL BODY- MIND -INTEGRATION** bezeichnet.

## Als wichtigste Korrekturgebiete seien genannt:

Schmerzen und Verletzungen, motorische Koordinationsstörungen, audiovisuelle Wahrnehmung, Konzentration, schwache Lese- und Schreibleistung, unterdurchschnittliche Rechenleistung, verminderte Merkfähigkeit, erhöhte Labilität und Reizbarkeit, rasche Ermüdbarkeit beim Lesen/Gehen/Laufen, akustische Differenzierungsschwäche, geringes Selbstwertgefühl, Farb- und Nahrungsmittlempfindlichkeit, Funktionsstörungen des Kiefergelenks, endokrine Funktionsstörungen, u.v.a.m.

## Was der Popo mit Schulerfolg zu tun hat

Frank Mahony hat eine direkte Verbindung zwischen Körper-Geist-Integration und Gleichgewichtssensoren in Gesäß und Oberschenkeln festgestellt. Gleichzeitig ist auch ein offensichtlicher Zusammenhang zwischen diesen Sensoren und der Schulterblattmuskulatur gegeben. Wir alle kennen Kinder, die nicht still sitzen können, vom Sessel fallen, immer wieder den Bleistift hinunterfallen lassen, sich nicht konzentrieren können, ihre Aufgaben nicht fertig stellen oder gedanklich abschweifen. Es ist das Sitzen auf unzureichend funktionierenden Gesäßdrucksensoren, das die Verarbeitung der sensorischen Informationen, die beim Lernen notwendig ist, stark beeinträchtigt. Das Kind wetzt auf seinem Sessel herum, weil der Körper eine Defizitvermeidungsposition anstrebt, um im optimalen harmonischen Zustand gehalten zu werden.

Wenn man die Gesäßdrucksensoren nach dem HT-X Alarmpunktprioritätssystem korrigiert, findet man regelmäßig Prioritätsmuskeln im Scapularbereich, hauptsächlich den Teres major.

Und hier einige praktischen Übungen für gestresste Eltern und ihre geplagten Kinder:

### Die Korrektur der sogenannten „Legastheniemuskeln“

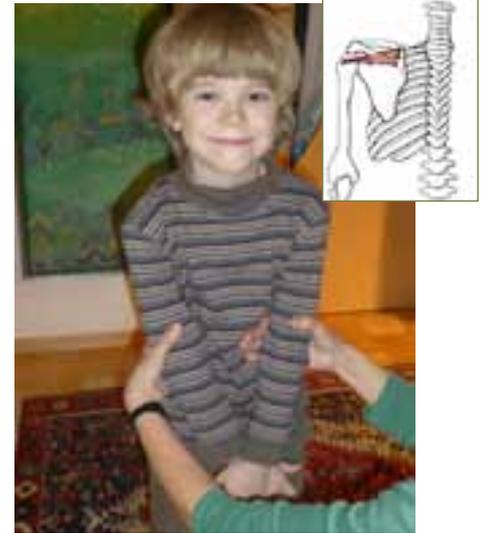
Das Kind drückt gegen den Widerstand der Hände des Erwachsenen ca. 5 Sekunden lang. Dann entspannen lassen und ganz sanft nachdehnen. Im Ganzen dreimal hintereinander.



**Kind drückt nach außen**  
musculus teres major



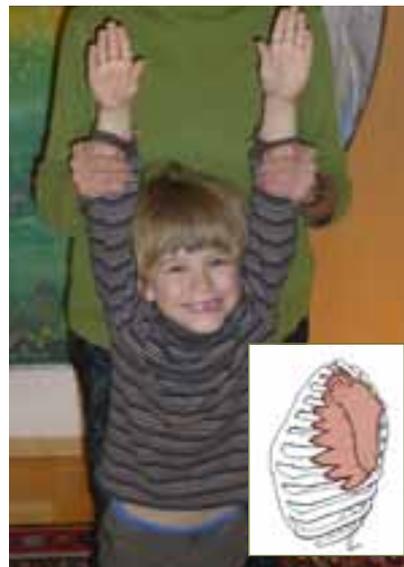
**Kind drückt nach unten**  
musculus teres minor



**Kind zieht nach oben**  
musculus supraspinatus



**Kind drückt nach vorne**  
musculus subscapularis



**Kind zieht nach unten**  
musculus serratus anterior



**Kind drückt nach außen**  
musculus rhomboideus



Nachdem die Schulterblattmuskulatur der Priorität nach korrigiert ist, führt man die „HT-X tiefe Hocke“-Korrektur durch zur Verstärkung:

**Kind drückt nach oben**

Bildquellen:  
Fotos: zur Verfügung gestellt von Mag. Elisabeth Pawel  
Grafiken: <http://quizlet.com/13807455/upper-limb-muscles-flash-cards/>

Voraussetzung für die Teilnahme an der Hyperton-X-Ausbildung: Beherrschen des Muskeltests; günstig aber nicht unbedingt notwendig: Touch for Health

Genauerer finden Sie auf der Homepage des Österreichischen Berufsverbandes für Kinesiologie: <http://www.kinesiologie-oebk.at/>

Nähere Auskünfte erhalten Sie bei HYPERTON-X Österreich: Mag. Christian Dillinger, Ferdinand Gstrain, Mag. Elisabeth Pawel



**Mag. Elisabeth Pawel**  
Kinesiologin  
Lehrtrainerin für Hyperton-X

Kontakt:  
Gießhüblerstraße 68a,  
2344 Maria Enzersdorf  
Tel.: 02236 / 22044  
[sissypawel@hotmail.com](mailto:sissypawel@hotmail.com)

# Projekt „Individuelle Lernförderung“ im Lerncafé Lustenau

Text: Christine Grabher



Links: [www.rettet-das-kind-vbg.at](http://www.rettet-das-kind-vbg.at)  
[www.caritas-vorarlberg.at/lerncafé](http://www.caritas-vorarlberg.at/lerncafé)

Foto: z.V.g.v. Christine Grabher

Das Projekt „individuelles Lerncoaching“ wird durch den Verein „Rettet das Kind - Vorarlberg“ gesponsert. Der Verein ist eine unabhängige Hilfsorganisation und ist da, wenn Kinder in Not uns brauchen. ([www.rettet-das-kind-vbg.at](http://www.rettet-das-kind-vbg.at))

Seit 2 Jahren biete ich im Lerncafé individuelles Lerncoaching für die Kinder an. Ich verwende kinesiologische Techniken unter Einbeziehung der frühkindlichen Reflexe und erarbeite mit den Kindern individuelle Lösungen für Ihre Lernprobleme.

Wir alle wissen, dass wir für das Lernen unser Gehirn benötigen und dass Bewegung unser Gehirn aktiviert. Lernen mit dem Gehirn ist aber noch lange nicht alles. Je mehr die Informationen mit Emotionen, Farben, Gerüchen, positiven Bildern etc. gekoppelt sind, je besser ist die Vernetzung in unserem Gehirn.

Für schulisches Lernen sind deshalb **komplexe Vorgänge im Gehirn nötig, um Information aufzunehmen, zu verarbeiten**

**und in eigenen Worten wieder zu geben. Richtig gelernt sind nur die Informationen, die gut vernetzt sind.**

Die Lernbereitschaft und die grundlegenden mentalen Prozesse bilden die Grundlage für Lernerfolg. Sind diese Basisverknüpfungen in unserem Gehirn schlecht oder gar nicht angelegt, fällt

Lernen schwer, entsteht Frust, das Kind versteht nicht, warum es den Stoff einfach nicht versteht – obwohl es ja lernt. Aus Lernlust entsteht Lernfrust, oft über viele Pflichtschuljahre andauernd. Dieser Stress auf's Lernen besteht auch während der Berufsausbildung, sofern nicht rechtzeitig optimale Bedingungen und Voraussetzungen im Umfeld und im Gehirn geschaffen werden.

„In dem Moment, wo die Hirnfunktionen vollständig und ausgewogen ablaufen, erreichen die Körperbewegungen ihr höchstes Maß an Anpassung, ist Lernen eine relativ einfache Aufgabe und richtiges Verhalten ein ganz natürlicher Zustand.“

(A. Jean Ayres)

Augenmerk lege ich im Lerncoaching auf die Dimensionen der Lateralität (Kommunikation), Zentrierung (Organisation) und des Fokus (Verständnis). Ein weiterer Schwerpunkt sind die frühkindlichen Reflexe. Zu den einzelnen Bereichen:

### 1. Lateralität (Kommunikation)

Unter Lateralität versteht man die Geteiltheit des menschlichen Körpers, in eine rechte und linke Körperseite. Diese Eigenschaft beinhaltet die Möglichkeit der Dominanz einer Körperseite. (z. B. Rechts- oder Linkshändigkeit), aber auch die Möglichkeit zum Kreuzen der Mittellinie des Körpers, zum Arbeiten im „Mittelfeld“. Diese Kreuzung der Mittellinie ist für den Informationsaustausch der beiden Hirnhälften notwendig damit die linke Seite weiß, was die rechte Seite sieht, hört, speichert, greift usw. Wichtig ist, dass beide Gehirnhälften welche über das Corpus callosum verbunden sind, in allen Tätigkeiten Informationen austauschen und koordiniert arbeiten können.

### 2. Zentrierung (Organisation)

Zentrieren meint die Fähigkeit, die Trennungslinie zwischen der unteren und oberen Körperhälfte zu kreuzen, entsprechend auch jene zwischen den unteren und den oberen Gehirnfunktionen. Nichts kann wirklich gelernt werden, wenn es nicht mit Gefühlen, Sinnhaftigkeit und Bedeutung verbunden werden kann.

Der menschliche Körper ist unter allen elektrischen Systemen eines der komplexesten. Alles was aus Informationen aufgenommen wird, wird in elektrische Signale umgewandelt und läuft entlang der Nervenfasern zu unserem Gehirn. (Nachrichten über Aussehen, Geräusche, Berührung, Geschmack, Geruch, Hitze, Kälte ...) Das Gehirn sendet dann elektrische Signale entlang der Nervenfasern, um unserem System zu sagen, wie es reagieren soll. Organisation der Information ist Voraussetzung für Verständnis.

### 3. Fokus (Verständnis)

Fokussieren meint die Fähigkeit, die „Beteiligungsmittellinie“ zu kreuzen, die Hinter- und Vorderhirn trennt. Der Reflex des Verkürzens oder des Zusammenziehens der Muskulatur (Sehnenkontrollreflex) ist die automatische Reaktion auf Gefahr oder Stress. Diese Unbeweglichkeit der Wirbelsäule wiederum schränkt das natürliche Fließen der Cerebrospinalflüssigkeit im Gehirn ein. Es fällt schwer, Neues zu lernen oder schon Gelerntes auszudrücken.

### 4. Frühkindliche Reflexe

Jeder Mensch kommt mit frühkindlichen Reflexen auf die Welt. In den ersten Wochen und Monaten sind diese automatischen Reflexe gut beobachtbar und entscheidend für unsere Entwicklung und das Überleben. Die Reflexe werden durch den Hirnstamm gelenkt und sind automatisch. Erst durch die Entwicklung des Großhirns werden diese frühkindlichen Reflexe durch höhere Gehirnfunktionen gehemmt. Bei manchen Kindern sind jedoch ihre frühkindlichen Reflexe noch bis ins Jugend- und Erwachsenenalter aktiv und beeinträchtigen altersgemäßes Verhalten. Diese neurologische Entwicklungsverzögerung ist verantwortlich für Lern- und Verhaltensstörungen.

Durch gezielte Bewegungen werden bestimmte Areale im Gehirn aktiviert und über das Verbinden von Bewegung und anderen

Aktivitäten (z. B. zählen, singen, Augenbewegungen) komplexe Vernetzungen angelegt. Diese Basisvernetzungen sind Grundvoraussetzung für erfolgreiches Lernen. Oft fehlt es aber an ganz einfachen Basisbewegungen. Kinder können keine Überkreuzbewegungen, es gibt keine Hand-Augenkoordination und das Hören ist blockiert. Hier gilt es, das Kind nicht zu überfordern, sondern dort anzusetzen wo es in der Bewegungs-/Lernentwicklung stehen geblieben ist. Frühkindliche Reflexe können über individuelle Bewegungsübungen integriert werden und veränderte Reaktionen erzielt werden.

Das Lerncafé Lustenau ist ein gemeinsames Angebot von der Caritas, der Marktgemeinde Lustenau, der Pfarre und den Schulen in Lustenau.

An drei Nachmittagen der Woche wird den Kindern durch fachlich geschulte Personen, Freiwilligen und PraktikantInnen Hilfe bei den Hausaufgaben angeboten. Ehrenamtliche Mitarbeiter lernen mit den Kindern gezielt auf Tests und Schularbeiten. Sie wiederholen und üben mit den Kindern den Lernstoff. Spiel und Spaß finden genauso Raum, wie eine gesunde Jause und eine gemeinsame Freizeitgestaltung. Die Kinder lesen gemeinsam, fragen sich gegenseitig ab und die Älteren unterstützen die Jüngeren. Die Schüler lernen verschiedene Lernmethoden und -techniken kennen und anzuwenden – denn **LERNEN kann man lernen!**

Ziel des Lerncafés ist der Aufstieg in die nächste Klasse und ein positiver Schulabschluss. Die Talente des Kindes werden gefördert und das Selbstbewusstsein und der Gemeinschaftssinn werden gestärkt. Das Kind entwickelt gegenseitiges Verständnis und die Kommunikation zwischen Schüler-Eltern-Lehrer wird positiv beeinflusst.

Kinder sind neugierig und wollen etwas lernen. Wir müssen Ihnen aber Raum und die Möglichkeit geben, sich Wissen und Information in Ihrem eigenen Tempo aneignen zu dürfen. Vertrauen und Interesse am Kind und seinen Ressourcen soll Noten- und Leistungsdruck ersetzen. Lehrer werden zu Lerncoaches und Unterstützern auf der Entdeckungs- und Entwicklungsreise des Kindes.

Unser Schulsystem und unsere Lernkultur bedürfen einer raschen Neuorientierung. Investition in Bildung ist Investition in unsere Zukunft. Investition in unsere Kinder ist Investition in eine florierende zukünftige Wirtschaft und einen Wirtschaftsstandort der Zukunft hat!

Übernehmen wir Verantwortung und packen wir`s gemeinsam an!

***Ich freue mich über Anregungen, Erfahrungen, Ihre Meinung!***



**Christine Grabher**  
Kinesiologin,  
Coaching & Training

Kontakt:  
Staldenweg 2b, 6890 Lustenau  
Tel.: 0660/4500789  
info@system-loesungen.at  
[www.system-loesungen.at](http://www.system-loesungen.at)

# Gleis 9 <sup>3</sup>/<sub>4</sub>

## Potter, Portale und Pioniere der Kinesiologie

Text: Claudia und Andreas Niklas

Sie hängen aneinander, aber zusammen kommen sie nie. Die eine sieht aus wie die andere, sie kann nicht sein ohne die andere, und wäre sie es, wäre sie nicht mehr sie selbst. So ist das mit den Parallelen. Immer ein Paar

auf Abstand. Das gilt für Parallel-Welten genauso. Scharf voneinander getrennt, bestehen sie gleichzeitig und nebeneinander. Von den mathematischen Parallelen unterscheiden sie sich aber gewaltig, wie das Wunderland der kleinen Alice, das parallel zu ihrer normalen Mädchenwelt existiert, eine absurde Welt, die mit den Dimensionen spielt, dass es kracht.

Fragt sich nur, wo es denn kracht? Doch offensichtlich im Gebälk unsere Bewusstseins, das plötzlich eine Dimensionserweiterung erfährt, die unsere normale Sicht auf eine normale Welt mit ihren normalen Dimensionen so aus den Angeln hebt, dass uns nichts übrigbleibt als die Frage aller Fragen zu stellen: Was ist normal, was ist real und für wen?

Bei Alice war der Kaninchenbau das Tor zur anderen Welt, bei Harry Potter war es Gleis 9 <sup>3</sup>/<sub>4</sub> im Londoner Bahnhof Kings Cross. Der Abenteuerkitzel ist garantiert, die Fiction- und Fantasy-Fans sind begeistert. Wenn Joanne K. Rowling heute den 8. Potter-Band herausgäbe, wäre er morgen ausverkauft.

Ja, soweit ist das prima! Alles ungefährlich, alles nur Phantasie. Was aber wäre, wenn wir plötzlich selbst auf Parallelwelten stießen und zu Abenteuern herausgefordert würden? Ach was, sagen die einen, das gibt's ja nicht. Ach doch, sagen die anderen, das gibt's durchaus. Die einen, das sind immer die vielen, die bleiben wollen, wo sie sind. Die anderen, das sind immer die wenigen, die unbekannte Wege gehen und dabei neue Welten entdecken.

### Ich war stinksauer

Kinesiologie ist fünf Jahrzehnte, nachdem **Dr. George Goodheart** die Analogien von Organen, Muskeln und Meridianen entdeckt und systematisiert hat, noch immer eine Parallelwelt zur Welt unserer Naturwissenschaften. Sie existiert genauso beharrlich wie Amerika existierte, als das Abendland noch überzeugt war, dass die bewohnbare Erde nur aus Europa, Asien und Afrika bestünde.

Das Portal zur Welt der Kinesiologie hat sich vor fünfzig Jahren geöffnet, ein Gleis 9 <sup>3</sup>/<sub>4</sub>, das viele schon sehen und begehen, während andere immer noch an den Gleisen 9 und 10 stehen und denken, es gebe nichts dazwischen.

Wie viel wirklich dazwischen ist, hat einer erfahren, der zu den bedeutendsten Grenzgängern zwischen den akademischen Naturwissenschaften und der kinesiologischen Parallelwelt wurde:

**Dr. Charles Krebs**, Begründer von LEAP, der als Meeresbiologe jahrelang an der Boston University lehrte, 1982 im Rahmen eines Forschungsprogramms nach Australien ging und dort einen tragischen Tauchunfall erlitt.

„Ich war stinksauer“, erzählt **Charles Krebs**. „Als ich erfahren habe, dass ich niemals wieder laufen würde, war das wie ein Stachel im Fleisch.“

Aber Krebs nahm sein Schicksal in die Hand. „Ich hatte davon gehört, dass man das Chi mit dem Geist bewegen kann, und das macht man energetisch. Mit einem einzigen Muskel habe ich manchmal wochenlang gearbeitet, und irgendwann konnte ich ihn auf einmal anspannen. Zweieinhalb Jahre ging das so. Irgendwann brauchte ich nur noch eine Krücke, und dann gar keine mehr und kam die Treppe rauf. Die Ärzte hatten zwar behauptet, dass ich darauf nicht hoffen dürfte, aber das war falsch.“



Dr. Charles Krebs

Foto: © Andreas Niklas

Bild: Zwei Welten © Claudia Niklas

Die Schulmediziner betrachten nur die physische Ebene eines solchen Falls. Die Erkenntnis, dass der Geist den Körper bewegt, ist erst im Laufe der letzten Jahrzehnte akzeptiert worden und auch nur von einer kleinen Gruppe. Vorher hat man geglaubt, dass das eine mit dem anderen nichts zu tun hätte, aber das ist Unsinn. Es gibt genug Menschen, die andere Erfahrungen gemacht haben.

Foto: © Andreas Niklas



Dr. John F. Thie

## Wir sind Energie, sonst nichts

Ich habe einem Gesundheitssystem getrotzt, das nur Arzneien und OPs anerkannte. Doch geheilt wurde ich von Menschen, die mit diesen angeblich wertlosen Methoden gearbeitet haben. Der Chirurg, der mir gesagt hat, ich würde nicht wieder laufen können, hat einfach behauptet, meine Heilung wäre ein Wunder! Es war aber kein Wunder. Ich habe Himmel und Hölle in Bewegung gesetzt, um wieder gehen zu können.

Eines Tages rief mich ein Freund an und erzählte mir von einem Arzt, der Kinesiologie macht. Dass dieser Jemand Arzt war, war damals für mich noch wichtig. Dieser Kinesiologe war **Dr. Bruce Dewe**, der seinen beiden Studenten, **Kerryn Franks Sedgman** und **Philipp Rafferty**, erklärte, was sie mit mir machen sollten.

Wenn man von Kinesiologie keine Ahnung hat, kommt sie einem ja seltsam vor. Dein Arm geht rauf und runter, und du hast keinen Schimmer, warum eigentlich. Anderthalb Stunden haben sie so komische Sachen mit mir gemacht, und dann sagten sie, ich sollte jetzt mal vom Tisch runter und herumgehen. Zuerst habe ich meine Füße noch hinter mir hergeschleppt, aber innerhalb einer Viertelstunde konnte ich tatsächlich wieder gehen, meine Nervenbahnen waren vollkommen neu organisiert.

Was **Dr. Dewe** und seine beiden Studenten damals, zweieinhalb Jahre nach meinem Unfall, mit mir gemacht haben, war eine tiefgreifende Neuordnung meines Nervensystems. Aber nach dem Standardmodell der Neurologie wäre das überhaupt nicht mehr möglich gewesen. Ich musste mich also fragen, was **Dr. Dewe** denn da für ein Modell benutzt hatte, in dem das angeblich Unmögliche doch möglich war. Und was ich dabei entdeckt habe, war, dass das westliche Heilmodell zwar nicht falsch ist, aber unvollständig. Es missachtet die Energie, während für das kinesiologische Modell gerade die Energie das Wesentliche ist. Energie aber wirkt auf den Körper.<sup>1</sup>

Touch-for-Health-Begründer **Dr. John F. Thie** kommt zum selben Ergebnis:

„Der Geist arbeitet immer, entweder für dich oder gegen dich.“<sup>2</sup> Und **Dr. Bruce Dewe**, Begründer der Professionellen Kinesiologie Praxis, bringt die Aussage auf den Punkt: „Wir sind Energie, sonst nichts.“<sup>3</sup> Klassische Physiker haben damit ihre Probleme. Energie bestreiten sie ja nicht, aber „sonst nichts“? Schwerkraft ohne Masse? Zentrifugalkraft, Magnetismus ohne Masse? Schau dich doch um, Masse ist überall!

Quantenphysiker sind da gelassener, denn sie arbeiten in einer Parallelwelt, wo normale physikalische Gesetze aus den Angeln gehoben sind. Im Mikrokosmos, der Basis unserer Welt, einem Wunderland ohne Masse, aber mit einem Herrscher: Energie. Blanke Information.

Das klingt wie science fiction, ist aber science ohne fiction, reine Wissenschaft. Der Wiener Quantenphysiker Anton Zeilinger machte eine abenteuerliche Reise in die Tiefen eines Hamburgers und kam zu dem Ergebnis, dass ein Hamburger aus nur drei Arten von Teilchen besteht, aus Up-Quarks, Down-Quarks und Elektronen.

„Man muss sich jetzt klar machen, dass alle Elektronen einander gleichen. (...) Ebenso gleichen sich alle Up-Quarks und alle Down-Quarks. Daraus folgt, dass man alle Quarks, aus denen ein Objekt besteht, gegen Quarks von anderswoher austauschen kann – oder alle Elektronen gegen irgendwelche anderen Elektronen. Das würde sich nicht im Geringsten auswirken. Aus dem Hamburger würde keine Tasse Kaffee. (...)“

Offensichtlich ist die Information darüber, wie die Quarks und Elektronen angeordnet sein müssen, um die Atome zu bilden, und wie die Atome angeordnet sein müssen, um den Hamburger zu bilden, wichtiger als die Materie, aus der sich unser Objekt zusammensetzt. Die Materie ist immer dieselbe. Es hängt daher nur von der Information ab, was wir vor uns haben. Die Information sagt uns, wie all die einzelnen Bausteine relativ zueinander organisiert sind. Daher kommen wir zu einer wichtigen Schlussfolgerung: Information ist der fundamentale Baustein des Universums.“

Im normalen Leben lässt sich dies nicht wiederfinden und auch nicht beweisen. Denn alles, was Quantenphysik beweisen kann, liegt im Inneren geschlossener Systeme, wo nichts hinein kann und nichts hinaus. Wir aber sind offene Systeme, die Welt, in der wir leben, ist eine Unzahl offener Systeme, und Kinesiologie, diese besondere Art von energetischer Kommunikation, findet genau dort statt, mitten im Leben. Aber beweisen müssen wir auch gar nichts. „Die Kinesiologie vermag Dinge, die mit keinem anderen Verfahren möglich sind“, betont Charles Krebs. Und **Irmtraud Große-Lindemann**, Begründerin der Neuro Meridian Kinestetik, ergänzt: „Wir brauchen unsere Arbeit nicht zu rechtfertigen. Sie wirkt und ist ein hervorragendes Instrument.“<sup>4</sup> Recht hat sie, denn eines ist unübersehbar: Auch ohne den endgültigen Beweis stehen immer mehr Menschen am Gleis 9 ¼ der Kinesiologie.

Quellen:

- 1) Niklas + Niklas, Kinesiologie, S. 496ff, Dachau, 2012, S.
- 2) Niklas + Niklas, Kinesiologie, S. 220, Dachau, 2012, S.
- 3) Niklas + Niklas, Kinesiologie, S. 344, Dachau, 2012,
- 4) Niklas + Niklas, Kinesiologie,, S. 605, Dachau, 2012



**Claudia und Andreas Niklas**  
Autoren des neu erschienenen  
Grundlagenbuchs KINESIOLOGIE



Kinesiologie, 683 S., zahlr. Abb.,  
ISBN 978-3-943424-02-7  
Kopfgold Verlag, Dachau, 2012  
[www.kopfgold-verlag.de](http://www.kopfgold-verlag.de)

# Zum Schmunzeln für alle Heiler, Therapeuten und "Sterbliche"

Illustration: Ulrike Icha  
Text: unbekannt



Das passiert schon mal:

Es geht mir nicht gut. Ich fühle mich müde, kraftlos, und irgendwie tut alles weh. Der Alltag ist unendlich mühsam, die Kinder nerven bis in die letzte Zelle hinein. Der Magen schmerzt, in meinem Hirn ein großes Loch. Dauernd Streit mit meinen Lieben, an Schlaf ist trotz Hundemüdigkeit nicht zu denken, weil's im Kopf nur rumort.

Da kann doch was nicht stimmen! Der Weg zur Heilung führt über die Fachleute, oder? Wollt ihr mich ein Stück begleiten? ...

## **Hausarzt:**

"Ich verschreibe Ihnen 3 Mittel: die blauen nehmen Sie morgens und abends, die gelben 1x vor dem Schlafengehen. Und wenn Sie davon Magenschmerzen kriegen, schlucken Sie die gestreiften einfach direkt nach jeder der anderen Tabletten. Sollten Sie auf die blauen Kopfweg kriegen, dann schreibe ich Ihnen noch Tropfen auf, die das wieder besser machen, und wenn irgendwo ein Ausschlag auftauchen sollte, nehmen Sie diese Salbe. Es ist ein Ärztemuster, das geb' ich Ihnen so dazu. Die wirkt schnell. Es ist ein wenig Cortison drin, aber eh nur ganz wenig, die können Sie ruhig nehmen. Und nehmen Sie die Tabletten unbedingt regelmäßig; da kann man gar nichts anderes machen! Auf Wiedersehen."

## **Internist:**

"Jetzt machen wir mal ein Blutbild, ein Röntgenbild, ein Passbild, eine Computertomografie, eine Magnetresonanztomografie, eine Harnprobe, eine Stuhlprobe, eine DNA-Analyse, eine Haaranalyse, eine Hirnanalyse, eine Allergie-Analyse, ein EKG, ein EEG, ein AEG, eine Magenspiegelung, eine Blasenspiegelung, eine Darmspiegelung, eine Kehlkopfspiegelung, und die Kopfspiegelung. Vorab probieren Sie doch mal diese neue Salbe von Chemopharm. Sie sind doch hoffentlich zusatzversichert?"

## **Alternativer Zahnarzt:**

"Die Amalgamplomben müssen alle raus, Sie sind ja ganz vergiftet. Da machen wir überall Kronen drauf, die kosten zwar mehr, aber die halten auch länger. Und kommen Sie jede Woche einmal zur Mundspülung – in Ihrem Mund gibt es noch immer Bakterien, denen müssen wir zu Leibe rücken, sonst haben Sie nie Ruhe."

## **Homöopath:**

(Nach zweistündiger Ordination) "Ganz sicher bin ich mir noch nicht. Sie sind ein schwieriger Fall. Da brauche ich noch ein paar Tage Zeit. Ich muss erst mal darüber meditieren. Die Globuli schicke ich Ihnen dann nach Hause. Nehmen Sie bitte 1 Stück von der Hochpotenz, und 3 Mal täglich von den Niederpotenzen. Und nach 6 Wochen telefonieren wir wieder!"

## **TCM-Akupunkteur:**

"Ihre Meridiane sind ja ganz verstopft, da kann ja das Chi nicht fließen. Außerdem sind Ihre 5 Elemente im Ungleichgewicht. Akupunktur ist eine uralte Heilmethode aus China und wirkt garantiert. Die Chinesen heilen sogar Knochenbrüche damit. Jetzt steche ich sie mal an wie ein Nadelkissen, dann verordne ich Ihnen noch eine geschmalzene 5-Elemente-Diät und gebe Ihnen 20 Qi-Gong-Übungen zur Meridianstärkung mit auf den Weg."

## **Naturheilpraktiker:**

"Ganzklar: Dampilz. Sanierungstangesagt. Gleich eine Hydro-Colon-Darmspülung."

## **Ganzheitlicher Ernährungsberater:**

"Kein Fleisch, kein Mehl, keine Milchprodukte, keine Eier, nichts Gekochtes, kein Zucker, kein Salz, kein Pfeffer, kein Fett, kein Tee, kein Kaffee, kein Alkohol, kein Nikotin, kein Auto, kein Telefon, kein Sex, am besten nur Obst, Gemüse, Soja, rohe Getreidekörner, Mineralwasser. Das beseitigt garantiert jedes Unwohl- oder Kranksein."

## **Bioresonanz:**

"Hausstauballergie, Milbenallergie, Milcheiweißallergie, Weizenallergie, Tomatenallergie, Gurkenallergie, Arbeitsallergie. Uiiii, das wird dauern!"

## **Radiästhesie:**

"Um Gottes Willen, Wasseradern, Erdstrahlen, Störzonen, Elektromog! Bett umstellen, Iso-Matte und Kupferspiralen unters Bett, sofort eine Grander-Anlage ins Hauswassersystem einbauen lassen!" (Alles bei ihm beziehbar)

## **Psychotherapeut:**

"Wovor verschließen Sie denn die Augen? Was wollen Sie nicht sehen? Was macht Sie denn so müde? Sie müssen hinschauen, sich dem Problem stellen. Sie müssen damit umgehen, sich selbst liebevoll annehmen"

lernen. – Klar, diese Tabletten! Wenn Sie wollen, dass ich Ihnen helfe, müssen Sie damit aufhören, Sie sind ja gar nicht Sie selbst!”

#### **Psychoanalytiker:**

“Das ist der verdrängte Ödipus-Komplex. Sie haben eine gestörte Vater-Übertragung auf Ihren Chef, der Sie an einen ehemaligen Wohn- Nachbarn aus Ihrer frühen Kindheit erinnert. Legen Sie sich einmal auf die Couch und assoziieren Sie frei vor sich hin – ich schlafe inzwischen eine Runde in meinem Sessel.”

#### **Releasing Therapeut:**

“Da sind noch einige Devices von Matriarchat (mindestens 379 Stück) in Deiner Aura und Deinen Genen. Du musst jetzt mindestens 3 Monate keinen Sex haben, 2-mal die Woche zu einer Session kommen und meine nächsten 5 Releasing Wochenend-Seminare besuchen. Wenn Du gut bist, kannst Du dann nach den 5 Seminaren assistieren, und dann schauen wir mal weiter was der allerhöchste Geist zu Deinem Fall sagt.

#### **Reiki-Meister:**

“Ja, ich kann das gut wahrnehmen: die Energie fließt nicht so richtig. Kommen Sie zehn Mal, dann sehen wir weiter. Sie sollten nicht so viel reden – legen Sie sich einfach hin und entspannen Sie sich! Reiki macht das schon. – Ich mache auch Fernheilungen: Ich sitze hier und konzentriere mich ganz auf Sie zu Hause. Macht 80 € die Sitzung.”

#### **Kinesiologe:**

“Sie sind ja ziemlich aus der Balance. Ich gleiche jetzt einmal Ihre Gehirnhälften aus und zeige Ihnen, wie Sie daheim die Augen rollen müssen. Dann werden Ihre Selbstheilungskräfte schon wieder aktiv werden.”

#### **Astrologe:**

“Du hast den Uranus und den Saturn gerade direkt auf Deinem Jupiter, und der Mond steht in Konjunktion mit Pluto genau gegenüber. Das ist ein bisschen heftig. Keine Sorge, nach einem Jahr löst sich das allmählich wieder auf.”

#### **Feng Shui:**

“Schau Dir doch Deine Wohnung an: in der Beziehungsecke die Schmutzwäsche, in der Reichtumsecke eine vertrocknete Pflanze, und im Bereich Ruhm und Karriere das Klo... klarer geht's nicht, oder? Ich habe da ein paar sehr wirkungsvolle Mobiles und Kristalle, mit denen du diese Fehlbereiche beleben kannst, damit wieder alles ins Lot kommt. Ich verspreche dir: diese Investition zahlt sich aus; hundertfach kriegst du's zurück.”

#### **Engels-Channel:**

“Ich kriege da so eine Botschaft aus dem Jenseits, dass Sie in Wirklichkeit jemand ganz anderer sind. Sie gehören nicht in

diese Welt, Sie sind zu Höherem berufen. Lernen Sie das Channeln und fangen Sie endlich an zu heilen; das ist Ihre wahre Berufung. Die jenseitigen Meister warten nur mehr auf Ihr “Ja”. Wissen Sie, ich sag das nur zu Ihnen: nächsten Monat beginnt eine Ausbildungsgruppe bei mir, wo ich solchen Menschen wie Ihnen beibringe, wie man seine Fähigkeiten entwickelt und zum Wohl der Welt einsetzt. Wenn ich so überlege: ich könnte mir vorstellen, dass gerade Sie dafür besonders talentiert sind und eines Tages vielen Menschen damit helfen könnten.”

#### **Katholischer Seelsorger:**

“Beten Sie, liebe Schwester, beten Sie! Jesus liebt Sie! Das ist mehr als genug. Meinen Sie nicht? Warum versteifen Sie sich so darauf, dass Sie von Ihrem Mann Liebe brauchen? Lassen Sie los! Öffnen Sie sich dem Heiligen Geist. Kommen Sie zu mir, wann immer es Ihnen Ihr Herz sagt – auch wenn es mitten in der Nacht ist – und erzählen Sie mir alles! Das wird Sie erleichtern. Bei mir sind Sie in guten Händen, ganz sicher und ganz unverbindlich und kostet Sie auch nichts, wie bei den Therapeuten, den Sekten und dem Psychokult. Ich tue das ganz uneigennützig...”

#### **Gestalttherapeut:**

“Rauslassen! Komm, lass es raus! Schrei, schrei endlich! Trau dich!”

#### **Edelsteintherapeut:**

“Hier habe ich viele bunte Steinchen. Welchen wollen Sie nehmen, einen roten, einen blauen, einen grünen? Smaragd, Saphir, Bergkristall? Männchen oder Weibchen? Suchen Sie sich einen aus, ganz spontan und intuitiv, und legen Sie ihn sich jeden Tag 30 Minuten auf die Brust. Das öffnet die Chakren.”

#### **Familientherapeut:**

“Jetzt stellen wir mal Ihr Familiensystem auf. Gibt es da irgendwelche “schwarzen Schafe”, abgetriebene Kinder, verstoßene Enkeln, Onkeln und Tanten, enterbte Nichten und Neffen, betrogene Ehemänner, faule Schul- und Studienabbrecher? Die stören das Familiensystem, und deren erblicher Einfluss wirkt sich auf Sie hemmend aus, Sie können Ihre Potenziale nicht voll entfalten. – So, jetzt rücken sie mal das System zurecht, verbeugen sich vor Vater und Mutter, Oma und Opa, Urgroßvater und Urgroßmama, alle Geschwister, Cousins und Stiefenkeln und danken Ihnen, wofür auch immer, werfen Sie sich vor ihnen auf den Boden und fangen Sie spontan an zu weinen. Das wird die Schuldverstrickung lösen.”

#### **Tachyonen-Berater:**

“Was Du erlebst, sind einfach Entgiftungserscheinungen. Da will ganz viel alter Mist raus aus deinem System. Wehr dich nicht dagegen, kauf noch ein paar neue, noch bessere Tachyon-Produkte, zum Beispiel

diese wunderbare Blue Green Alge – die reinste Gehirnnahrung, die ideale Versorgung für unser Zeitalter. Du wirst sehen: wenn deine Chakren erst einmal dauerhaft nach oben ausgerichtet sind, schießt dein Energielevel in die Höhe wie nix.”

#### **Tantra-Lehrer:**

“In dir ist das Weibliche und das Männliche noch nicht vereint. Sei öfter mal Mann, dann wieder ganz Frau. Bete zu Shakti und Shiva, Shankar und Ganesha, Paramahansa und Yogananda, Bhagvad Gita und Mahabharata...”

#### **Yoga-Lehrer:**

“Jetzt machen wir einmal ein paar ganz schwierige Verrenkungen, bis die Wirbelsäule kracht, das tut dem Körper und dem Karma gut. Dann setzen wir uns in den Lotussitz und meditieren “Om” auf das Bild von Sri Chimnoy, Sri Mataji, Sri Babaji, Krishnamurti, Maharishi, Sai Baba, Ali Baba ...”

#### **Aura-Soma:**

“Gehen Sie nach innen zu Ihrem inneren Heiler und suchen Sie sich ganz spontan eines der bunten Flascherln aus. Gut. Mit dem tun Sie jetzt gar nichts. Es gibt hier noch die Pomander, die Meisteressenzen, die Lehrlingsessenzen und die Gesellenessenzen, Flascherln zum Umhängen und eine Creme zum Einschmieren, und Sie können es auch als Sammelpackung ganz klein haben zum Mitnehmen auf Reisen. Sind sie nicht schön, diese funkelnenden Farben? Ich poliere meine Flaschen jeden Tag liebevoll und rede mit ihnen. Möchten Sie, dass ich einmal zu Ihnen nach Hause komme und Ihnen und Ihren Freundinnen die ganze Kollektion zeige? Sie kriegen natürlich Prozente.”

#### **Heilmasseur:**

“Haben Sie gespürt, wie verkrampft Sie im Nacken und in den Schultern sind? Lauter Knoten, die man kaum raus bringt. Ich kenne da ein Gerät, das ich Ihnen empfehlen kann: kaufen Sie sich den Meistermasseur, der knetet jeden Tag Ihren Nacken wie ein Profi. Ich habe gerade noch ein letztes Exemplar dabei.”

#### **Transpersonaler Atemtherapeut:**

“Atmen ... atmen! Tiefer! Schneller! Tiefer! Schneller! Tiefer! ...”

#### **Schamane:**

“Sie sind von einem fremden Geist besessen. Jetzt rassel ich mal eine Runde, dann trommeln wir zusammen, beten zum Großen Geist Manitu und zur Mutter Erde, machen einen Trance-Tanz, und dann sind die Geister wieder versöhnt.”

#### **Schließlich ein guter Freund:**

“Mädel, besorg dir eine Putzhilfe und geh mal auf Urlaub!!!!”

Quelle u.a.: [www.mindloveproject.net](http://www.mindloveproject.net)

PLZ	ORT	NAME	VORNAME	ADRESSE	TELEFON	EMAIL	HOME
1010	Wien	Neumann	Karin	Mahlerstraße 7, Tür 19	0676 761 38 98	info@karin-neumann.at	www.karin-neumann.at
1020	Wien	Gruber-Koll	Tamara	Fanny-Mintz-Gasse 6/16	0699 123 711 52	office@phys-kin.at	www.phys-kin.at
1030	Wien	Seiter	Sabine	Kegelgasse 40/1/45	0676 507 37 70	sabine.seiter@chello.at	www.brainbody.at
1040	Wien	Wach	Anna	Faulmannngasse 6/4/15	0664 44 58 992	mail@annawach.at	www.annawach.at
1050	Wien	Mostofi	Sissi	Jahngasse 19/2/23	0676 3333 712	sissi.mostofi@gmx.a	www.musikkinesiologie.at
1060	Wien	Salomon	Patricia	Schmalzhofgasse 20/15	0664 12 24 226	patricia.salomon@aon.at	members.aon.at/patricia.salomon
1070	Wien	Friedl	Beatriz	Sigmundsgasse 12/D/11	01 406 77 29	beatriz@antagon.at	www.holistic-healing.at
1070	Wien	Grosch	Ulrike Simona	Burggasse 81/13	01 526 71 40	usgrosch@web.de	www.kinesiologie-in-wien.at
1080	Wien	Knaus	Bernhard	Lerchengasse 6/10	0699 100 59 117	kinesiologie@bknaus.com	www.bknaus.at
1090	Wien	Kovacs	Otto	Liechtensteinstr. 107/13	0676 43 20 755	info@everdaybalance.at	www.everydaybalance.at
1090	Wien	Übel	Rudolf	Wilhelm-Exner-Gasse 2/20	0676 35 73 799	energy.zentrum@chello.at	www.energy-world.at
1090	Wien	Übel-Helbig	Monika	Wilhelm-Exner-Gasse 2/20	0676 92 29 152	energy.zentrum@chello.at	www.energy-world.at
1100	Wien	Trunk	Ute	Liesingbachstraße 15	0699 10 59 60 79	kinesiologie_trunk@gmx.net	
1110	Wien	Berta	Renate	Höftgasse 12/2/1/3	0699 10 36 10 32	renate.bera@gmx.at	
1110	Wien	Brauner	Sonja	Mühlsangergasse 44	0699 118 11 618	office@energy-work.net	www.energy-work.net
1120	Wien	Fürst - Osterbauer	Lydia	Schurzgasse 2	0676 940 89 69	lydia.fuerst@tele2.at	www.lydiafuerst.com
1120	Wien	Icha	Ulrike	Flurschützstraße 36/12/46	0680 218 52 15	ulrike.icha@utanet.at	www.kinesiologie-orthobionomy.at
1120	Wien	Lehner-Kampl	Gabriele	Münchenstraße 22	0676 73 83 551	office@energiemedizin.cc	www.energiemedizin.cc
1130	Wien	Engel	Raimund	Frimberggasse 6	01 879 38 26	raimund.engel@wso.at	www.physioenergetik.at
1130	Wien	Hodecek	Hubert	Hietzinger Hauptstraße 67/1	01 803 56 86	office@kinesiologiezentrum-team13.at	www.kinesiologiezentrum-team13.at
1130	Wien	Langenberger	Irmgard	Wlassakstraße 99/65	0699 105 45 331	office@profemina.co.at	www.profemina.co.at
1140	Wien	Kreppel	Romana	Hietzinger Hauptstraße 67/1	0699 15 123 208	office@romanakreppel.at	www.romanakreppel.at
1130	Wien	Ribitsch	Stefan	Kupelwiesergasse 15/5	0676 310 81 13	kinesiologie@ribitsch.eu	www.ribitsch.eu
1130	Wien	Seitschek	Margot	Frimberggasse 6	01 879 38 26	office@m77.eu	www.physioenergetik.at
1140	Wien	Neidel	Michael	Tiefendorfergasse 1/14	0699 11 58 92 52	michael.neidel@chello.at	
1150	Wien	Marschoun	Christine	Holochoergasse 19/7	0699 814 66 058	christine@marschoun.com	www.marschoun.com
1160	Wien	Holl	Ulrike	Heigerleinstraße 62/304	0676 377 64 66	ulrike.holl@chello.at	www.leap-gehirmintegration.com
1170	Wien	Krug	Angelica	Hauptweg 32	01 440 65 65	Angelica.Krug@gmx.net	www.kinderundjugendkurse.at
1170	Wien	Meirer	Herta	Haslingergasse 19/11	0650 40 84 089	lempaedagogik@gmail.com	www.herta-meirer.at
1180	Wien	Kaplan	Gabriela	Schindlergasse 12/6	0664 410 34 31	beratung@gabrielakaplan.at	www.gabrielakaplan.at
1180	Wien	Luftensteiner	Irmgard	Schulgasse 33	0650 480 14 11	irmgard.luftensteiner@gmx.at	
1180	Wien	Stern	Daniela	Bastengasse 13/2	0699 1 040 74 47	contact@danielastern.com	www.danielastern.com
1190	Wien	Brejcha	Silvia Purnima	Boschstraße 41/4/14	0664 461 49 60	office@system-energethik.at	www.system-energethik.at
1190	Wien	Jamnic	Evelyn	Görgengasse 3/13	0688 86 96 492	evelyn.jamnic@bewegungsreich.at	www.bewegungsreich.at
1190	Wien	Komnacky	Sabine	Siofygasse 14	0699 1 925 11 24	sabine.komnacky@chello.at	
1200	Wien	Mikisch	Andrea	Klosterneuburgerstr. 68/40	0660 15 15 424	andrea@amate.at	www.amate.at
1200	Wien	Mikisch	Herbert	Klosterneuburgerstr. 68/40	0660 15 15 525	herbert@amate.at	www.amate.at
1220	Wien	Schrammel	Helmut	Maurichgasse 35/2	0664 435 30 39	helmut.schrammel@tele2.at	
1230	Wien	Hacker	Verena	Perchtoldsdorfer Str. 21/EG	0660 777 44 01	praxis@verena-hacker.at	www.verena-hacker.at
1230	Wien	Meerwald	Birgit	Schreckgasse 2	0664 31 66 200	office@dasmaerwald.at	www.dasmaerwald.at
1230	Wien	Schreiber-Weiss	Elisabeth	Breitenfurter Straße 219	0664 453 94 36	elisabeth.schreiber-weiss@aon.at	www.elisabethschreiberweiss.at
2022	Immendorf	Rauchlechner	Kerstin	Schalladorf 16	02953 27 118	Kerstin.Rauchlechner@gmx.at	kinesiologie-rauchlechner.com
2100	Korneuburg	Krapfenbacher	Monika	Wiener Ring 20/1/27	0676 33 41 760	monika@krapfenbacher.com	www.krapfenbacher.com
2103	Langenzersdorf	Rischer	Ursula	Kellergasse 84	02244 35 54	ursula.rischer@aon.at	www.kinesiologie-rischer.at
2136	Laa/Thaya	Hodecek	Margit	Stadtplatz 3	0699 123 43 163	margit@kinesiologie-hodecek.at	www.kinesiologie-hodecek.at
2230	Gänserndorf	Neubauer	Claudia	Hauptstraße 18/1.OG	0676 690 92 05	praxis@kinesiologie-neubauer.at	www.kinesiologie-neubauer.at
2301	Groß Enzersdorf	Niederhuber	Ortwin F.	Mühleithnerstraße 3	0664 46 34 353	office@oeakg.at	www.oeakg.at
2301	Groß Enzersdorf	Picolin	Marianne	Mühleithnerstraße 3	0664 44 99 700	mariannepicolin@hotmail.com	www.kinesiologie-austria.com
2304	Orth/Donau	Chlan	Ulrike Maria	Neusiedlzeile 62	0676 97 40 278	ulrike.chlan@gmail.com	www.ulrike.maria.chlan.eu
2304	Orth/Donau	Zobl	Ingmar Simon	Hauptstr. 35	0699 11 20 40 56	mail@ingmarzobl.at	www.ingmarzobl.at
2331	Vösendorf	Souy	Silvia	Dr. Pertichgasse 20	0699 135 35 799	news@souy.at	www.souy.at
2333	Leopoldsdorf	Wukicsevits	Margit	Feuerwehrstraße	02235 42 688	margit.wukicsevits@aon.at	www.kinesiologie-und-nlp-im-team.businesscard.at
2340	Mödling	Luick	Forella Michaela	Achsenaugasse 22/3	0650 98 28 097	forella@mehrenergie.at	www.mehrenergie.at
2344	Maria Enzersdorf	Elmer	Regina	Liechtensteinstraße 24	0676 62 63 732	reginaelmer@gmx.at	www.balance4u.co.at
2344	Maria Enzersdorf	Pawel	Elisabeth	Gießhüblerstraße 68a	02236 22 044	sissypawel@hotmail.com	
2380	Perchtoldsdorf	Moog	Helma	Franz Liszt Gasse 31	0676 55 88 722	info@kinesiologie-wien.net	www.kinesiologie-wien.net
2380	Perchtoldsdorf	Neumann	Karin	Elisabethstraße 109	0676 76 138 98	info@karin-neumann.at	www.karin-neumann.at
2410	Hainburg	Emminger	Julia	Steinerweg 2	0699 1111 91 84	office@emminger.co.at	www.sonnentanz yoga.at
2432	Schwadorf	Brauner	Sonja	Mühlbachgasse 19	0699 118 11 618	office@energy-work.net	www.energy-work.net
2486	Landegg	Fürlinger	Daniela	Sportplatzstraße 12	0680 200 9000	daniela@kraftundenergie.at	www.kraftundenergie.at
2492	Eggendorf	Schoys	Walter	Seuttergasse 27	0676 33 18 082	kinesiologie@3k-schoys.at	www.3k-schoys.at
2500	Baden	Diallo	Brigitta	Grundauerweg 15, Top 15	0664 34 20 219	b.diallo@aon.at	www.kinesiologie-bioenergie.com
2500	Baden	Kreppel	Romana	Helenenstraße 40	0699 15 123 208	office@romanakreppel.at	www.romanakreppel.at
2511	Pfaffstätten	Amtmann	Do-Ri	Feldgasse 8	02252 43 243	eMail@Do-Ri.com	www.do-ri.com
2511	Pfaffstätten	Hawlicek	Peter	Bahngasse 8	0650 49 06 901	p.th.hawlicek@gmx.at	
2512	Tribuswinkel	Lichtenstrasser	Stefan	Schlossallee 5	0676 602 70 66	service@lichtrein.at	www.lichtrein.at
2514	Traiskirchen	Mondok	Klara	P. Dr. Strotzkagasse 9	0676 417 40 54	kinesiologie@inodate.at	www.kinesiologie-mondok.at
2540	Bad Vöslau	Hruschka	Wilhelm Stephen	Badner Str. 14 / 1	0650 77 780 78	stephen@hruschka.org	www.gesundheitspraxis.com
2571	Thenneberg	Gabriele	Pleikner	Haus Nr. 244	0664 125 91 81	gabriele.pleikner@a1.net	
2620	Neunkirchen	Lutz	Jutta	Mollram - Am Stiegl 13	0650 27 28 310		
2630	Buchbach	Schober	Gertrude	Buchbach Nr. 88	02630 35 146	g-schober@gmx.at	
2731	St. Egyden	Grill	Maria	Blodgasse 18	0699 170 774 73	maria.grill@gmx.at	
2285	Breitstetten	Bichler-Lajda	Susanne	Leopoldsdorfer Str. 31	0664 32 223 13	susi.bichler@gmail.com	www.oeakg.at

PLZ	ORT	NAME	VORNAME	ADRESSE	TELEFON	EMAIL	HOME
3293	Lunz/See	Ritzinger	Frida	Zellerhofstr. 16	0676 63 51 869	frida.ritzinger@gmail.com	
3353	Seitenstetten	Wieser	Elisabeth	Promenade 34	0664 44 51 236	elise@utanet.at	
3365	Ulmerfeld	Fallmann	Melitta	Marktplatz 12	0676 38 34 150	melitta.fallmann@aon.at	
3400	Klosterneuburg	Bergler	Astrid	Beindelgasse 39	0664 301 77 46	astrid.bergler@aon.at	
3400	Klosterneuburg	Feldhofer	Margot	Leopold Weinmayerstr. 37/1	0676 93 89 044	margotfeldhofer@hotmail.com	www.margotfeldhofer.at
3400	Weidling/Klosterneuburg	Sattler	Anna	Tulpeng. 3	02243 37 411	anna.sattler@utanet.at	
3442	Langenrohr	Dauböck	Helga	Beethovenstraße 18	0650 22 727 28	lichtundklang@aon.at	www.lichtundklang.at
3500	Krems	Schmatz	Stephanie	Franz Wissnriglgasse 7	02732 75 131	stephanie.schmatz@effata.at	www.effata.at
3550	Langenlois	Buchinger	Sabine	Walterstraße 30	0664 565 74 60	sabine.buchinger@noenet.at	www.sabinebuchinger.at
2410	Hainburg	Emminger	Julia	Steinerweg 2	0699 1111 91 84	office@emminger.co.at	www.sonnentanz yoga.at
4020	Linz	Lehner	Michaela	Robert Stolz Str. 12	0664 394 52 98	office@lifeandvision.net	www.lifeandvision.net
4030	Linz / Donau	Obermair	Maria	Rädlerweg 56/2/5	0676 618 90 33	office@kinmo.at	www.kinmo.at
4040	Linz	Blocher	Markus	Schmiedegasse 3	0660 40 40 700	info@gesundheitspraxis.at	www.gesundheitspraxis.at
4040	Linz	Krämer	Gerlinde	Prager Straße 24	0699 813 95 700	gerlinde.kraemer@aon.at	
4040	Linz	Schönberger	Petra	Tannenstraße 47	0699 12 83 03 13	petra.schoenberger@speed.at	
4060	Leonding	Beisl	Edda	Mayrhansenstr. 28	0664 47 55 509	info@kinesiologie-e-beisl.at	www.kinesiologie-e-beisl.at
4060	Leonding	Hahn	Andrea	Wöberweg 6	0732 77 73 71	andrea.hahn@ell.at	www.ell.at
4060	Leonding	Lehner	Johanna	Zehetlandweg 43	0699 100 611 63	office@liklakaustria.com	www.liklakaustria.com
4063	Hörsching	Huemer	Karin	Neubauerstrasse 5	0699 17 610 700	Karin_huemer@aon.at	
4100	Ottensheim	Scheidl	Pia	Hambergerstr. 23	0664 429 12 97	kinesiologie@ottensheim.at	
4400	St. Ulrich	Schmidt-Kordon	Margarita	Mittelweg 3	0650 46 16 000	margarita.sk@gmx.at	
4470	Enns	Weigl	Christa	Reintalgasse 40	0650 41 89 410	kraftplatz@christaweigl.at	www.christaweigl.at
4451	Garsten	Hurch-Wulff	Barbara	St. Berthold-Allee 10	07252 48 248	office@hurch-online.at	www.hurch-online.at
4490	St. Florian	Peitl	Elisabeth	Aubergstraße 19	0699 103 888 54	e.peitl@lichtblicke4you.at	www.lichtblicke4you.at
4540	Bad Hall	Waldl	Ursula	Lindenstraße 2a	0676 34 12 257	waldl@wapo.cc	www.seminarimwohzimmer.at
4560	Kirchdorf	Karl	Leopoldine	Resselstraße 15	0650 44 272 66	lea.karl@gmx.at	
4581	Rosenau	Stöckl	Birgitt	Haus Nr. 103	0664 63 13 582	birgitt.stoeckl@gmx.at	birgitt.stoeckl@gmx.at
4600	Wels	Franke	Barbara	Eisenhowerstraße 17/10	0699 107 10 348	barbara.franke@gmx.at	
4651	Stadl-Paura	Hörtenhuber	Helmut	Am Schwarzbach 17	0680 14 36 196	office@musikkinesiologie.at	www.musikkinesiologie.at
4776	Diersbach	Weiß	Marianne	Am Bach 9	0664 12 34 392	info@kinesiologie-mw.at	www.kinesiologie-mw.at
4780	Schärding	Klein	Johanna	Max-Hirschenauer-Str. 7	0699 17 37 60 86	klein@kinesiologie-klein.at	www.kinesiologie-klein.at
4782	St. Florian bei Schärding/Inn	Scharinger	Renate	Bubing 108	0676 66 62 016	renate.scharinger@inext.at	
4873	Frankenburg	Fritzenwanger	Michael	Unterfeizing 15	0650 385 16 75	f.michael@flashnet.co.at	www.michael-fritzenwanger.at
4941	Mehmbach	Beschließer	Ursula	Aubachberg 33	07752 81 432	ursulastern@aon.at	
4963	St. Peter/Hart	Fink	Gabriele	Reikersdorf 11	0676 44 08 208	praxis@finkin.at	www.finkin.at
5020	Salzburg	Gessele	Barbara	Sinnhubstraße 10A	0662 83 14 98	bgessele@yahoo.com	
5020	Salzburg	Gottas	Birgit	Berchtesgadnerstr. 35b	0650 43 102 40	bgottas@usa.net	www.allesfließt.at
5020	Salzburg	Prem	Eva	Sinnhubstraße 10/Top 1411	0664 42 49 397	eva.prem@aon.at	www.kinesiologiesalzburg.com
5020	Salzbrug	Schäffner	Ira	Lasserstraße 21/2	0676 887 17 773	praxis@denkgefühl.at	www.denkgefühl.at
5020	Salzburg	Scheibl	Nicola	Erich-Fried-Str. 10	0650 881 61 85	n.scheibl@web.de	www.kinesio-scheibl.at
5020	Salzburg	Schusta	Barbara	Mirabellplatz 9/3	0664 88 432 891	b.schusta@brainlp.at	www.brainlp.at
5020	Salzburg	Tobar	Alexandra	Franz-Gruber Straße 8/8	0699 817 597 76	alexandra@tobar.at	http://nkinstitute.at
5026	Salzburg	Neuhauser	Ilse	Josef-Thorakstr. 32/1	0680 134 00 80	i.neuhauser@wechselschritt.at	www.wechselschritt.at
5201	Seekirchen	Malek	Sabine	Hechtstraße 10	0680 208 38 36	sabine@sabinemalek.com	www.sabinemalek.com
5231	Schalchen	Schusta	Barbara	Erb 69	0664 88 432 891	b.schusta@i-kom.at	www.brainlp.at
5700	Zell am See	Stärz	Doris	Rupertweg 3	0664 422 12 34	d.staerz@sbg.at	www.staerz.at
5721	Piesendorf	Hofer	Astrid	Pammerweg 212, Fürth	06549 79 40	astrid.hofer@vitalzentrum-hohetauern.at	www.vitalzentrum-hohetauern.at
5760	Saalfelden	Leitinger	Lahorka	Ritzenseestraße 6d	0664 13 82 181	lahorka.leitinger@sbg.at	
5760	Saalfelden	Piffer	Erika	Pabing 110	0664 35 12 122	erika@piffer.at	www.leap-gehirnintegration.com
6020	Innsbruck	Meisl	Michaela	Maria-Theresien-Straße 4	0650 32 42 536	info@meislcoaching.com	www.meislcoaching.com
6152	Trins in Tirol	Krakers	Mimy	Galtschein 35	0664 78 40 944	mimy.krakers@aon.at	
6176	Völs	Gstrein	Ferdinand	Innsbruckerstraße 30	0676 409 20 34	kinesiologie.gstrein@aon.at	
6321	Angath	Dollinger	Eva	Schopperweg 31	0664 24 11 667	evadollinger@hotmail.com	www.steps2balance.com
6890	Lustenau	Grabher	Christine	Staldenweg 2b	0660 450 07 89	info@system-loesungen.at	www.system-loesungen.at
7400	Oberwart	Bencsics	Ursula	Schulgasse 9/ 2.Stock	0664 36 78 104	ub@lkms.at	www.seminarimwohzimmer.at
7433	Mariasdorf	Hoanzl	Silvia	Neustift	0664 522 97 79	silvia.hoanzl@gmx.at	www.kinesiologie-hoanzl.at
8010	Graz	Kenda	Elisabeth	Leonhardstr. 30	0676 43 80 771	praxis@bewegungsraume.at	www.bewegungsraume.at
8020	Graz	Dillinger	Christian	Lagerg. 33	0676 523 72 65	info@movinginstitut.at	www.movinginstitut.at
8020	Graz	Kickmaier	Barbara	Kalvarienbergstraße 138	0650 984 74 88	info@energie-kick.at	www.energie-kick.at
8043	Graz	Diethardt	Anett	Lindenhofweg 15	0664 64 16 260	anett.diethardt@aon.at	www.dergesunddeimpuls.at
8045	Graz	Berghofer	Ruth	Andritzer Reichsstraße 50	0676 502 56 02	ruth.berghofer@balanceakademie.at	www.balanceakademie.at
8051	Thal bei Graz	Schörgi	Claudia	Waldsdorfstraße 30	0699 111 57 305	kontakt@claudia-schoergi.at	www.claudia-schoergi.at
8054	Graz	Konrad	Silvia		0664 94 39 068	silvia.konrad1@gmx.at	
8062	Kumberg	Grad	Monika	Hauptstraße 97	0660 30 70 200	graf-monika@aon.at	www.blumengraf.at
8071	Grambach	Bergthaler	Sabine	Forststraße 24a	0664 459 9449	sabine.bergthaler@aon.at	www.sabine-bergthaler.at
8200	Gleisdorf	Herz	Irene	Albersdorf 243	0664 73 88 22 22	irene.herz@gmx.at	
8511	Greisdorf	Dimai	Beate	Farmi 85	0676 49 64 167	beate.dimai@slichtgartl.at	www.slichtgartl.at
8521	Wettmannstätten	Prattes	Elke	Wohlsdorf 37	0664 22 51 404	elke.prattes@aon.at	
8523	Frauental	Schmuck	Roswitha	Kroisgrabenweg 3A	0660 48 47 123	r.schmuck@gmx.at	www.emotionales-wohlfinden.at
8600	Bruck an der Mur	Zöhner	Helga	Fridrich Allee 8	0664 43 07 160	kinesiology@gmx.net	
8632	Gußwerk	Waxenegger	Ingrid	Tribeinsiedlung 4	0664 41 03 113	ingrid.waxenegger@aon.at	
8634	Wegscheid	Strohmaier	Monika	Wegscheid 15	0664 50 35 402	monika.strohmaier@aon.at	
8774	Mautern	Rössler	Manfred	Seefeld 9	0699 177 77 222	mandy@diekinesiologie.at	www.diekinesiologie.at
8972	Ramsau	Waltinger	Christine	Vorberg 246	0650 413 79 46	chris.walt@gmx.at	
9020	Klagenfurt	An der Lan	Irmgard Carina	Herbertstr. 9	0650 466 55 00	office@i-can.at	www.i-can.at
9020	Klagenfurt	Goritschnig	Eveline	Lodengasse 43	0664 59 025 45	eveline.goritschnig@chello.at	www.eveline-goritschnig.at
9020	Klagenfurt	Knaus	Bernhard	Winkelbauerweg 2/8	0699 100 59 117	kinesiologie@bknaus.com	www.bknaus.at
9020	Klagenfurt	Pfeifhofer	Josefine	Wiener Gasse 10/15	0676 60 74 533	vayana@gmx.at	www.vayana.at
9212	St. Martin	Lehner-Kampl	Gabriele	Sekull 135	0664 46 325 73	office@energiemedizin.cc	www.energiemedizin.cc
9904	Thurn	Meirer	Herta	Thurn-Zauche 17a	0650 40 84 089	lermpaedagogik@gmail.com	www.herta-meirer.at
D-81369	München	Flechtenmacher	Dieter	Johann Clanze-Str 68	+49 177 822 1374	dieterflechtenmacher@isar-coaching.de	www.isar-coaching.de

Der ÖBK freut sich, neue Mitglieder begrüßen zu dürfen:

Level 3



**Johanna Klein**

Max-Hirschenauer-Str. 7  
4780 Schärding  
Mobil: 0699 17 37 60 86  
klein@kinesiologie-klein.at  
www.kinesiologie-klein.at

Level 3



**Otto Kovacs, MSc**

Liechtensteinstr. 107/13  
1090 Wien  
Mobil: 0676 43 20 755  
info@everydaybalance.at  
www.everydaybalance.at

Level 3



**Helma Moog**

Franz Liszt G. 31  
2380 Perchtoldsdorf  
Mobil: 0676 55 88 722  
info@kinesiologie-wien.net  
www.kinesiologie-wien.net

Level 3



**Julia Emminger**

Steinerweg 2  
2410 Hainburg  
Mobil: 0699 1111 91 84  
office@emminger.co.at  
www.sonnentanz yoga.at

Level 2

**Mag. (FH) Alexander Fegerl**

1120 Wien  
Mobil: 0699 123 844 80

Level 2

**Karin Weninger**

3500 Krems  
Mobil: 0676 44 64 345

Level 2

**Evelyn Schmidt BEd**

1130 Wien  
Mobil: 0660 25 33 214

Fördermitglied

**Sonja Brothanek**  
[www.calmodo.com](http://www.calmodo.com)

15 % Rabatt für  
ÖBK-Mitglieder  
1150 Wien

## Ehrenmitglied



**Diplompädagoge Ing. Erich Hager**

Lehrer an der HTL Braumau in OÖ an der Fachschule für Elektrotechnik, seit Jahren Mitglied im ÖBK

Dr.-Weinlechner-Platz 44, 4950 Altheim  
Tel.: 07723 - 43141 E-Mail: [info@igl.or.at](mailto:info@igl.or.at) Home: [www.igl.or.at](http://www.igl.or.at)

Erich ist ein mitdenkendes, mitarbeitendes Mitglied und über mehr als ein Jahrzehnt im ÖBK an vorderster Stelle. In diesem Zusammenhang war er Beirat für Oberösterreich und auch Kooptiertes Vorstandsmitglied. Er bearbeitete einen der größten Brocken der 2000er für den ÖBK, die durch das neue Vereinsgesetz notwendige gewordenen Statutenänderung.

In der letzten Zeit hat sich Erich Hager berufsbedingt etwas vom kinesiologischen Arbeiten zurückgezogen und wir möchten seine Unterstützung unseres Verbandes mit einer Ehrenmitgliedschaft würdigen.

Danke für deine präzisen Analysen, dein Mitdenken und deine Mitarbeit für unsere Gemeinschaft.

Der Vorstand des ÖBK

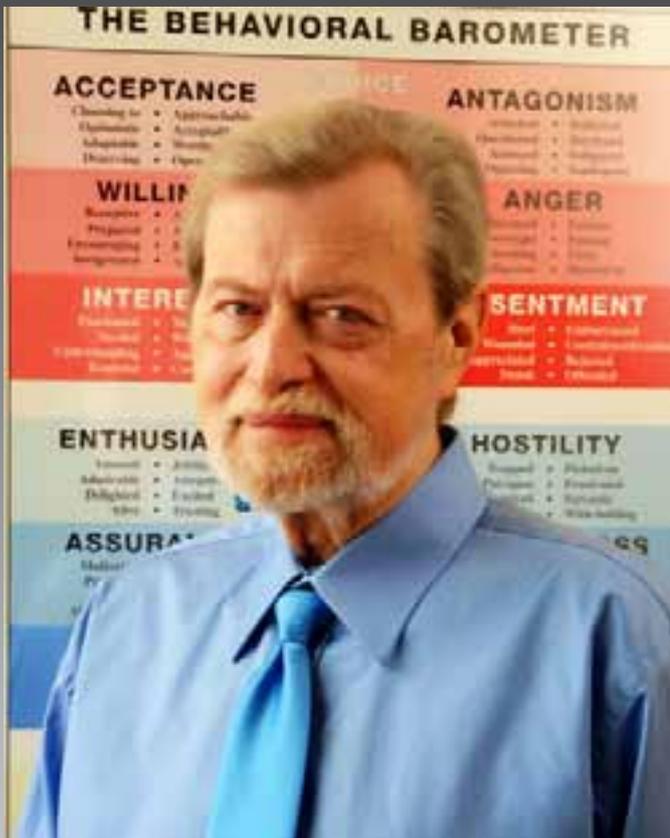


*Liebe Ursula Walld!*

*Zur Geburt eurer entzückenden Paula wünschen wir euch viel Glück, Freude und Liebe für die schöne und verantwortungsvolle Aufgabe als Eltern.*

*Der Vorstand und das gesamte ÖBK-Team.*





Daniel Whiteside  
(1933 - 2013)



*Danke,  
Daniel!*

Text: Johanna Lehner

**Daniel Whiteside** entwickelte und gestaltete mit Gordon Stokes und Candace Callaway Three in One Concepts®. Gemeinsam erschufen sie diese geniale Methode, von der so viele Menschen bereits profitieren durften. Daniel brachte u.a. Struktur/Funktion, ein essenzieller Teil unserer Arbeit, ein.

Seine Eltern, Robert und Elisabeth Whiteside, verschrieben sich 1941 der Personologie und gründeten das erste College für Personologie in den Vereinigten Staaten. Somit wurde diese Materie für Daniel bereits im Alter von 8 Jahren zu einem bedeutendem Thema.

Die drei großen Säulen der Arbeit mit Three In One Concepts sind das Verhaltensbarometer, Techniken zur emotionalen Stressbewältigung und das Wissen um Struktur/Funktion. Mit Hilfe des von Gordon präzisierten Muskeltestens werden die Informationen ermittelt, die die Weisheit unseres Körpers zur Verfügung stellt, um Probleme zu lösen oder Ziele zu erreichen.

Daniel war Gast in Rundfunk- und Fernsehsendungen. Als Berater unterstützte er mit seinem Wissen und seiner Brillanz unter anderem Firmen wie Walt Disney Education Media, Lockheed und ARCO. In die Three In One Concepts®-Veröffentlichungen flossen Daniels Wissen ebenso ein wie Gordon Stokes ursprüngliche Forschungen und Candace Callaways Brillanz und Einsichten.

Daniels Intensität und Witz kombiniert mit seiner unglaublichen Kenntnis über Personologie, Literatur, Archäologie, Geschichte, Kunst und Musik charakterisieren die Texte der Fortgeschrittenen Kurse.

Seit dem Tod von Gordon Stokes im Sommer 2006 wendete er sich mehr und mehr seinen persönlichen Abenteuern zu, eines davon das Schreiben. Er war der Autor einiger Bücher. Eines seiner jüngeren Werke, die Novelle „The Ladies of the Pacific“, entstand in Zusammenarbeit mit seinem langjährigen Freund Charles Ostergrant.

Sein Wunsch war es, mit seiner faszinierenden Fähigkeit komplexe Themen verständlich und kurzweilig aufzubereiten, eine breite Öffentlichkeit zu begeistern.

Im Oktober 2013 verstarb Daniel Whiteside und folgte seinem langjährigem Freund Gordon Stokes. Er hat uns, im Besonderen mit den Struktur/Funktionen, ein wundervolles Handwerkszeug hinterlassen, welches täglich in unserer Arbeit auf der ganzen Welt Anwendung findet. Mit seinen weltweiten Auftritten in Seminaren und Vorträgen war es Daniel Whiteside immer wieder gelungen, ein großes Publikum zu faszinieren und die Motivation und das Selbstvertrauen in das individuelle Potenzial zu stärken.

Mit Freude an dieser wunderbaren One Brain®-Methode werden viele Consultants und Instrukturen dieses respektvolle und sanfte System weiter verbreiten.

**Danke, Daniel!**



Nachruf von Johanna Lehner (langjähriges Fakultätsmitglied und Freundin von Daniel)



# DIE INTERNATIONALE KINESIOLOGIE UND IKC - KONFERENZ 2013 IN WIEN

Text: Prof. Mag. Ortwin F. Niederhuber

Die diesjährige IKC Konferenz für Kinesiologie und Gesundheit **ICKH-2013.at**, veranstaltet von der Österreichischen Akademie für Kinesiologie und Gesundheit, wurde im Juridicum, der Juridischen Universität in schönen Wien, mit viel Freude abgehalten.

Die **Österreichische IKC-Faculty Ortwin F. Niederhuber, Frau Susanne Bichler-Lajda** und die TfH-Trainerin **Irmgard Luftensteiner** als VertreterInnen des Organisationsteams hatten die Freude und Ehre, viele sehr bekannte internationale KinesiologInnen, die sich mit vielen sehr bekannte komplementären und alternativen Gesundheitsprofis und auch vielen sehr bekannten MedizinerInnen trafen, begrüßen zu dürfen. Dies passend zum Konferenzmotto: „**MIT EIN ANDER**“, unser aller Ziel, an dem wir nun alle gemeinsam weiter arbeiten.



von links nach rechts:  
Matthew Thie M Ed. Präsident des IKC Susanne Bichler - Lajda ,  
Claudia Thie Prof. Mag. Ortwin F. Niederhuber IKC Faculty

Um nur an ganz spezielle Vortragende zu erinnern, seien einige stellvertretend genannt: **Dr. Carla Hannaford, Dr. Charles Krebs**, der IKC-Präsident und Sohn des Touch for Health Gründers **Matthew Thie M Ed., Gelong Jampa Lungtog, Prof. Dr. med. Dr. hc. Köstler Wolfgang, Univ. Prof. Dr. med. Rudolf Schabus, Dr. Sathya Alessandra Bernhard, Dr. Wayne Topping, Marco Rado, Hugo Tobar.**

Bei der Podiumsdiskussion, bei der auch ein erklärter Gegner der Kinesiologie, sowie aller alternativen Methoden teilnahm und durch seine Statements Stimmung in die Diskussion brachte, kam es zu interessanten, auch das Motto „**MITEINANDER**“ betreffenden Feststellungen. Mit der Zusammenfassung, die am Ende der Diskussion durch einen Kabarettisten gemacht wurde, erzielte dieser einen schönen Lacherfolg. Damit wurde die Diskussion auch abgerundet und beenden.



Podiumsdiskussion, von links nach rechts:  
Frau Mag. Katharina Reigersberg, o. Univ. Prof. Dr. med. Michael Zimpfer MBA., Susanne Bichler-Lajda, Dr. med. Frank Werny, o. Univ. Prof. Dr. med. Rudolf Schabus, Pepi Hopf, Mag. Werner Gruber.

Die Konferenz, der IKC und die Kinesiologie wurden entsprechend gut an die Öffentlichkeit getragen, da auch die staatliche Fernsehgesellschaft ORF zweimal einen Bericht von der Konferenz brachte. Die größte österreichische Tageszeitung schrieb über die Konferenz und brachte auch ein Interview über Kinesiologie und Werbung für die Konferenz.

Vor Beginn der Konferenz fanden die üblichen jährlichen „face to face“-Sitzungen des Executiv Boards des IKC, die Boardsitzungen der Touch for Health School, der Personal Development School und der Professional School des IKC, sowie auch die Generalversammlungen der MitgliederInnen der einzelnen Schulen und am letzten Tag vor Konferenzbeginn die Generalversammlung der MitgliederInnen des IKC statt.

## EHRUNGEN:

Frau **Rosemarie Sonderegger-Hoffmann**, Gründungsstiftungsrat des 1990 in Zürich gegründeten IKC, wurde die Dr. John F. Thie Auszeichnung des Jahres 2013 überreicht.



Foto: © PARDOUX Pascal - Fotolia.com

Zwei österreichische, schon lange unterrichtende Tfh Instruktoren, **Frau Gabriele Lehner-Kampl** und **Frau Dorothea Amtmann**, die auch als Tfh Trainer lange unterrichtet hatte, wurden ebenso vom Präsidenten des International Kinesiology Colledge Matthew Thie M. Ed. ausgezeichnet.



Die Workshops, die nach der Konferenz von **Dr. Carla Hannaford** und von **Matthew Thie M. Ed.** angeboten wurden, fanden breite Zustimmung und die Vortragenden und die unterrichteten Workshopinhalte wurden von den Teilnehmern über alle Maßen gelobt.

Besonders gut gefiel den KonferenzbesucherInnen auch der Ball der Kinesiologen, der vom Konferenzteam im historischen 1706 -1710 erbauten Palais Auersperg abgehalten wurde. Diese prunkvollen Räumen waren einer der Brennpunkte der europäischen Musik-, Politik- und Gesellschaftsgeschichte und sind verbunden mit den Namen: Wolfgang Amadeus Mozart, Josef Haiden und Christoph Willibald Gluck, sowie den Adelsfamilien Rofrano, Kinsky, Sachsen-Hildburghausen, Auersperg und dem schwedischen Königshaus Wasa.

Nach dem Eintanzen der Kinesiologie Jugend, dem Wiener Walzer und anderen Tänzen, der Mitternachtsquadrille und einem gemeinsamen griechischen Tanz, wurde das Tombolaergebnis der international anerkannten griechische NGO-Organisation IA-SIS, die auch weiterhin von der ÖAKG ([www.oeakg.at](http://www.oeakg.at)) unterstützt wird, als Spende übergeben.



Einige der 28 Diplomanden, die beim Konferenzabschluss nach dreijähriger Ausbildung ihre Diplome als Akademische/r Kinesiologin/e der ÖAKG überreicht bekamen.



**Prof. Mag. Ortwin F. Niederhuber**  
 IKC-Faculty Austria  
 im Namen des Organisationskomitees  
 der ICKH-2013  
 Tel: 0664 46 34 353 - [office@oeakg.at](mailto:office@oeakg.at)  
[www.oeakg.at](http://www.oeakg.at)

## GEMEINSAM SIND WIR STARK! - ÖBK-MESSESTAND BEI DER IKC-KONFERENZ



Am Messestand:  
 Mag. Sabine Seiter, Ulrike Icha



Aus Australien angereist: Philip Rafferty. Entwickler von R.E.S.E.T., dem Energiesystem zum Ausgleichen des Kiefergelenkes  
 Am Messestand: Beate Dimai und Mag. Christian Dillinger

Vielen Dank an alle, die geholfen haben, im Rahmen der IKC - Konferenz am Messestand mitzuwirken. Damit wurde dem internationalen Publikum unsere engagierte, leistungsstarke Berufsgruppe kompetent näher gebracht. Ansprechpartner beim Messestand waren: Mag. Christian Dillinger, Mag. Sabine Seiter, DI Bernhard Knaus, Monika Übel-Helbig, Beate Dimai, Ute Trunk, Silvia Konrad Bakk. und Ulrike Icha.



Facebook hat bereits mehr als eine Milliarde Mitglieder. Und hierbei darf natürlich der österreichische Berufsverband für Kinesiologie nicht fehlen.

Seit kurzem ist auch der ÖBK auf Facebook vertreten. Innerhalb dieser Seite werden immer die neuesten Informationen bezüglich der Kinesiologie und dem ÖBK gepostet. Unter anderem werden auch die verschiedensten Veranstaltungen bezüglich des österreichischen Berufsverbandes für Kinesiologie, sowie andere wichtige Termine bekannt gegeben. Interessieren Sie sich für einer dieser Veranstaltungen, klicken Sie einfach auf diese und Sie finden weitere Informationen bezüglich des Termines, sowie die genau Zeit- und Ortsangabe. Des Weiteren bietet diese Plattform auch eine Kommunikationsmöglichkeit zwischen den einzelnen Personen und dem Verein an.

Mein Name ist Silvia Konrad, ich bin Kinesiologin und Mitglied des Österreichischen Berufsverbandes. Diese Fanseite auf Facebook wird von mir betreut. Ich studiere Wirtschaftspädagogik in Graz und schreibe gerade meine Diplomarbeit über die Evaluierung der Methode Brain Gym® - "Voraussetzungen für eine gelungene betriebliche Anwendung". Des Weiteren habe ich bereits vor einem Jahr den Instructor in Brain Gym® abgeschlossen. In weiterer Folge habe ich Kurse in Touch for Health und Hyperton X® absolviert. Innerhalb dieser kinesiologischen Bereiche, arbeite ich sehr gerne mit Einzelpersonen. Diese Arbeit kann mit nichts

Anderem verglichen werden und jede einzelne Arbeit ist für sich etwas Besonderes. Hierbei fällt mir immer wieder ein Zitat von Antoine de Saint-Exupéry ein, dass lautet: "Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar". Auch ein Workshop zum Thema "Brain Gym®" wurde von mir bereits auf der Karl-Franzens-Universität in Graz angeboten.

Wollen Sie keine Neuigkeiten bezüglich des ÖBKs und der Kinesiologie mehr versäumen? Dann klicken Sie heute noch im Facebook auf dem Button "gefällt mir" bei der Seite "ÖBK - Österreichischer Berufsverband für Kinesiologie".

Viel Spaß und

**"Herzlich willkommen bei Facebook!"**



**Silvia Konrad, Bakk.**  
Kinesiologin  
Betreuerin der ÖBK-Facebookseite

Kontakt:  
8054 Graz  
Tel.: 0664 94 39 068  
Mail: [silvia.konrad1@gmx.at](mailto:silvia.konrad1@gmx.at)

[www.facebook.com/Oesterreichischer.Berufsverband.der.Kinesiologie](http://www.facebook.com/Oesterreichischer.Berufsverband.der.Kinesiologie)



## Zertifikat

Wir bestätigen, dass nachstehende von **Hubert Hodeček** eingereichte Ausbildung  
**„Diplom Kinesiologie Team 13“**

den Zertifizierungsrichtlinien des Österreichischen Berufsverbandes für Kinesiologie entspricht und als Kinesiologie-Ausbildung mit Abschluss im Umfang von **226 Stunden** vom ÖBK mit folgendem Curriculum, anerkannt ist:

**Touch for Health - 5 Module, Brain Gym® - 3 Module, Aufbaukurse - 5 Module, Anatomie - 2 Module, Chakren - Aura, Zielsätze & Klientengespräche, Bilder- und Sprachsymbole, 5 Elemente, Unternehmensführung- und Rechtskunde, Abschlussprüfung inkl. Peerguppenarbeit, Einzelselbsterfahrung und Nachweis der Befähigung zur Einzelarbeit mit Klienten.**

Die Ausbilder des Team 13 verpflichten sich zur Einhaltung aller vom ÖBK vorgeschriebenen Kriterien zur Qualitätssicherung und ethischer Richtlinien in der Lehre.

Wien, am 7. November 2013

*Hubert Hodeček*  
Vorstand des ÖBK  
im Namen des Anerkennungsbeirates

Gültig bis auf Widerruf, gemeinsam mit und gemäß der Publikation auf der ÖBK Homepage und in der ÖBK Vereinszeitung.  
© 2011 Österreichischer Berufsverband für Kinesiologie - [www.kinesiologie-oebk.at](http://www.kinesiologie-oebk.at)



## DIPLOM KINESIOLOGIE TEAM 13

Seit 7. November 2013 ist die Ausbildung zum  
**Dipl. Kinesiologen Team 13**

vom Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie anerkannt. Absolventen haben nun die Möglichkeit, sich beim ÖBK für eine Level-3 Mitgliedschaft "**Professionelle(r) Kinesiolog(in)**" zu bewerben.

Genauere Infos zu den Ausbildungsinhalten und zu den Kursterminen finden Sie auf der Homepage:

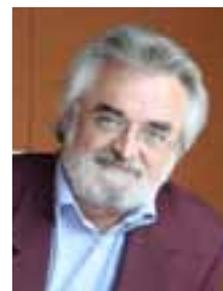
[www.kinesiologiezentrum-team13.at](http://www.kinesiologiezentrum-team13.at)

und beim Ausbildungsleiter:

**Hubert Hodeček**  
Kinesiologiezentrum Team 13  
Hietzinger Hauptstraße 67/1

Tel/Fax: 01 / 803 56 86

[office@kinesiologiezentrum-team13.at](mailto:office@kinesiologiezentrum-team13.at)





### Vorsitzender

Mag. Christian Dillinger  
8020 Graz  
Tel.: 0676 523 72 65  
info@movinginstitut.at



### Stlv. Vorsitzende

Monika Übel-Helbig  
1090 Wien  
Tel.: 0676 92 29 152  
energy.zentrum@chello.at



### Kooptiert

Sabine Seiter  
1030 Wien  
Tel.: 0676 507 37 70  
sabine.seiter@chello.at



### Kassier

Hubert Hodeček  
1130 Wien  
Tel.: 01 803 56 86  
office@kinesiologiezentrum-  
team13.at



### Stlv. Kassierin

Prof. Pia Scheidl  
4100 Ottensheim  
Tel.: 0664 403 94 90  
kinesiologie@ottensheim.at



### Kooptiert

DI Bernhard Knaus  
1080 Wien  
Tel.: 0699 100 59 117  
kinesiologie@bknaus.com



### Schriftführer

Prof. Ortwin Niederhuber  
2301 Groß-Enzersdorf  
Tel.: 0664 46 34 353  
office@oeakg.at



### Stlv. Schriftführerin

Ute Trunk  
1100 Wien  
Tel.: 0699 10 59 60 79  
kinesiologie\_trunk@gmx.net



### Kooptiert

Ulrike Icha  
1120 Wien  
Tel.: 0680 218 52 15  
ulrike.icha@utanet.at

### ÖBK-Beirat für Kärnten:

### ÖBK-Beirat für Wien, Burgenland:

### ÖBK-Beirat für Steiermark:

### ÖBK-Beirat für Tirol, Voralberg:

### ÖBK-Beirat für Oberösterreich:

### ÖBK-Beirat für Niederösterreich:

Gabriele Lehner-Kampl • 9212 St. Martin • 0664 46 325 73 • office@energiemedizin.cc  
Monika Übel-Helbig • 1090 Wien • 0676 515 72 98 • energy.zentrum@chello.at  
Mag. Christian Dillinger • 8020 Graz • 0676 523 72 65 • info@movinginstitut.at  
Mag. Herta Meirer • 9904 Thurn • 0650 40 84 089 • lernpaedagogik@gmail.com  
Maria Obermair • 4030 Linz • 0676 618 90 33 • Salzburg: office@kinmo.at  
Prof. Ortwin Niederhuber • 2301 Groß-Enzersdorf • 0664 46 34 353 • office@oeakg.at

### ÖBK Schaltstellen 2014

ÖBK Geschäftsstelle: Mag. Sabine Seiter 1030 Wien • 0676 409 19 50 • sekretariat@kinesiologie-oebk.at

ÖBK Homepage: DI Bernhard Knaus 1080 Wien • 0699 100 59 117 • kinesiologie@bknaus.com

ÖBK Vereinszeitung "Impuls": Ulrike Icha 1060 Wien • 0680 218 52 15 • impuls@kinesiologie-oebk.at

ÖBK Facebook: Silvia Konrad 8054 Graz • 0664 94 39 068 • fan@kinesiologie-oebk.at

### Neues von Brain Gym® - Maria Obermair



von links nach rechts: Evelyn Pötscher, Elfriede Schoissengeyr, Roswitha Rautner, Marianne Wuppinger, Michaela Meisl und Heidemarie Bernegger

Die frisch gebackenen Brain Gym® InstruktorInnen wurden von Maria Obermair im WIFI Salzburg ausgebildet. Über ein Jahr verteilt fand die Ausbildung in 9 Blöcken (23 Tage) genau nach den internationalen Richtlinien der Educational Kinesiology Foundation ([www.braingym.org](http://www.braingym.org)) statt. Nach bestandener Prüfung sind nun alle sechs InstruktorInnen bereit, Brain Gym® professionell zu vermitteln. Schwerpunkt von Brain Gym® ist es, Kinder und Erwachsene das Lernen zu erleichtern. Brain Gym® InstruktorInnen bieten interessante Vorträge, Workshops und Seminare für Schulen, Kindergärten und Horte an.

Die kinesiologische Ausbildung in Österreich ist so vielfältig wie die Interessen, Schwerpunkte und Erfahrungen der am Markt befindlichen Seminaranbieter. Der ÖBK hat es sich zur Aufgabe gemacht, einige Qualitätsstandards in der Ausbildung und den angewandten Methoden festzulegen. Viele sind international geregelt, andere spiegeln die Erfahrung der in Österreich arbeitenden Kinesiologen wieder. Diese Standards werden laufend evaluiert.

- Es gibt die „**Klassischen Methoden**“, die international gelehrt werden und vom *Europäischen Verband für Kinesiologie* und dem *Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie* anerkannt sind. Die AusbilderInnen dieser Kurse sind verpflichtet, in regelmäßigen Abständen Updates in den zuständigen Fakultäten zu absolvieren.
- Viele „**Regionale Methoden**“ bieten eigene Ausbildungswege, die nach sorgfältiger Prüfung der Inhalte vom ÖBK ganz oder teilweise als Kinesiologie-Ausbildung anerkannt wurden.

Legende:



Ausbildung zur Gänze vom Europäischen Verband für Kinesiologie anerkannt



Ausbildung zur Gänze vom Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie anerkannt



Teilbereiche der Ausbildung (nur kinesiologiespezifische Kurse) vom Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie anerkannt

## Touch for Health (TfH)



Touch for Health wurde von Dr. John F. Thie ins Leben gerufen. Im Touch for Health sind Elemente aus der Chiropraktik, Bewegungslehre, Akupressur und der Ernährungswissenschaft enthalten. „Touch for Health“ lässt sich privat und beruflich, im Wellness-, Sport- oder Therapiebereich, also in jedem Lebensbereich nutzen. Über verschiedene Muskeltests erhalten wir ein aussagekräftiges Bild über den aktuellen Zustand unserer Meridiane und damit unseres Energiesystems. Dabei bildet die chinesische Gesundheitslehre einen wichtigen Bezugsrahmen, um Ungleichgewichte zu erkennen. Der Muskeltest gibt uns darüber Auskunft, wie und mit welcher Methode diese Dysbalancen ausgeglichen werden können.

1030	Wien	Seiter	Sabine	<a href="http://www.kinesiologieschule.at">www.kinesiologieschule.at</a>
1060	Wien	Salomon	Patricia	<a href="http://members.aon.at/patricia.salomon">members.aon.at/patricia.salomon</a>
1080	Wien	Knaus	Bernhard	<a href="http://www.bknaus.at">www.bknaus.at</a>
1090	Wien	Übel	Rudolf	<a href="http://www.energy-world.at">www.energy-world.at</a>
1090	Wien	Übel-Helbig	Monika	<a href="http://www.energy-world.at">www.energy-world.at</a>
1110	Wien	Brauner	Sonja	<a href="http://www.energy-work.net">www.energy-work.net</a>
1130	Wien	Hodecek	Hubert	<a href="http://www.kinesiologiezentrum-team13.at">www.kinesiologiezentrum-team13.at</a>
1130	Wien	Ribitsch	Stefan	<a href="http://www.ribitsch.eu">www.ribitsch.eu</a>
1170	Wien	Holl	Ulrike	<a href="http://www.leap-gehimintegration.com">www.leap-gehimintegration.com</a>
1230	Wien	Brem	Brigitte	<a href="http://brigitte.brem.at">brigitte.brem.at</a>
1230	Wien	Hacker	Verena	<a href="http://www.verena-hacker.at">www.verena-hacker.at</a>
2100	Korneuburg	Krapfenbacher	Monika	<a href="http://www.krapfenbacher.com">www.krapfenbacher.com</a>
2230	Gänsemdorf	Neubauer	Claudia	<a href="http://www.kinesiologie-neubauer.at">www.kinesiologie-neubauer.at</a>
2301	Groß-Enzersdorf	Niederhuber	Ortwin F.	<a href="http://www.oeakg.at">www.oeakg.at</a>
2301	Groß-Enzersdorf	Picolin	Marianne	<a href="http://www.kinesiologie-austria.com">www.kinesiologie-austria.com</a>
2304	Orth/Donau	Zobl	Ingmar Simon	<a href="http://www.ingmarzobl.at">www.ingmarzobl.at</a>
2333	Leopoldsdorf	Wukicsevit	Margit	<a href="http://www.kinesiologie-und-nlp-im-team.businesscard.at">www.kinesiologie-und-nlp-im-team.businesscard.at</a>
2340	Mödling	Luick	Forella Michaela	<a href="http://www.mehrenergie.at">www.mehrenergie.at</a>
2344	Maria Enzersdorf	Elmer	Regina	<a href="http://www.balance4u.co.at">www.balance4u.co.at</a>
2432	Schwadorf	Brauner	Sonja	<a href="http://www.energy-work.net">www.energy-work.net</a>

2500	Baden	Diallo	Brigitta	<a href="http://www.kinesiologie-bioenergie.com">www.kinesiologie-bioenergie.com</a>
2511	Pfaffstätten	Amtmann	Do-Ri	<a href="http://www.do-ri.com">www.do-ri.com</a>
2511	Pfaffstätten	Hawlicek	Peter	
2731	St. Egidien	Grill	Maria	
3442	Langenrohr	Dauböck	Helga	<a href="http://www.lichtundklang.at">www.lichtundklang.at</a>
3550	Langenlois	Buchinger	Sabine	<a href="http://www.sabinebuchinger.at">www.sabinebuchinger.at</a>
4030	Linz	Obermair	Maria	<a href="http://www.kinmo.at">www.kinmo.at</a>
4040	Linz	Lehner	Michaela	<a href="http://www.lifeandvision.net">www.lifeandvision.net</a>
4400	St. Ulrich	Schmidt-Kordon	Margarita	
4540	Bad Hall	Waldl	Ursula	<a href="http://www.seminarimwohzimmer.at">www.seminarimwohzimmer.at</a>
4776	Diersbach	Weiß	Marianne	<a href="http://www.kinesiologie-mw.at">www.kinesiologie-mw.at</a>
4873	Frankenburg	Fritzenwanger	Michael	<a href="http://www.michael-fritzenwanger.at">www.michael-fritzenwanger.at</a>
4950	Altheim	Hager	Erich	<a href="http://www.igl.or.at">www.igl.or.at</a>
5020	Salzburg	Gottas	Birgit	<a href="http://www.allesfließt.at">www.allesfließt.at</a>
6020	Innsbruck	Meisl	Michaela	<a href="http://www.meisicoaching.com">www.meisicoaching.com</a>
6176	Völs	Gstrein	Ferdinand	
6890	Lustenau	Grabher	Christine	<a href="http://www.system-loesungen.at">www.system-loesungen.at</a>
7400	Oberwart	Bencsics	Ursula	<a href="http://www.lkms.at">www.lkms.at</a>
8010	Graz	Flechtenmacher	Dieter	<a href="http://www.isar-coaching.de">www.isar-coaching.de</a>
8020	Graz	Dillinger	Christian	<a href="http://www.movinginstitut.at">www.movinginstitut.at</a>
8632	Gußwerk	Waxenegger	Ingrid	
9904	Thum	Meirer	Herta	<a href="http://www.herta-meirer.at">www.herta-meirer.at</a>

## Brain Gym®



BrainGym® wurde aus der EDU-Kinestetik von Dr. Paul Dennison entwickelt und ist eine ganzheitliche Methode, unsere Lernfähigkeit zu erweitern. Sie basiert auf dem Wissen und den Erfahrungen der Angewandten Kinesiologie, der Lernpsychologie, der Gehirnforschung und der chinesischen Meridianlehre. In der EDU-Kinestetik geht es hauptsächlich um das Aufspüren von Energieblockaden beim Lernen und deren Auflösung. Die EDU-Kinestetik hilft uns, die Blockaden zu finden, sie bewusst zu machen und durch Bewegungsübungen, sowie durch das Halten oder Reiben bestimmter Reflexpunkte auszugleichen.

1030	Wien	Seiter	Sabine	<a href="http://www.kinesiologieschule.at">www.kinesiologieschule.at</a>
1060	Wien	Salomon	Patricia	<a href="http://members.aon.at/patricia.salomon">members.aon.at/patricia.salomon</a>
1090	Wien	Übel	Rudolf	<a href="http://www.energy-world.at">www.energy-world.at</a>
1090	Wien	Übel-Helbig	Monika	<a href="http://www.energy-world.at">www.energy-world.at</a>
1110	Wien	Brauner	Sonja	<a href="http://www.energy-work.net">www.energy-work.net</a>
1100	Wien	Trunk	Ute	
1170	Wien	Meirer	Herta	<a href="http://www.herta-meirer.at">www.herta-meirer.at</a>
1190	Wien	Jamnic	Evelyn	<a href="http://www.bewegungsreich.at">www.bewegungsreich.at</a>
2100	Korneuburg	Krapfenbacher	Monika	<a href="http://www.krapfenbacher.com">www.krapfenbacher.com</a>
2432	Schwadorf	Brauner	Sonja	<a href="http://www.energy-work.net">www.energy-work.net</a>
3550	Langenlois	Buchinger	Sabine	<a href="http://www.sabinebuchinger.at">www.sabinebuchinger.at</a>
4030	Linz	Obermair	Maria	<a href="http://www.kinmo.at">www.kinmo.at</a>
4400	St. Ulrich	Schmidt-Kordon	Margarita	

4490	St. Florian	Peitl	Elisabeth	<a href="http://lichtblicke4you.at">http://lichtblicke4you.at</a>
4776	Diersbach	Weiß	Marianne	<a href="http://www.kinesiologie-mw.at">www.kinesiologie-mw.at</a>
4963	St. Peter/Hart	Fink	Gabriele	<a href="http://www.finkin.at">www.finkin.at</a>
5020	Salzburg	Schusta	Barbara	<a href="http://www.brainlp.at">www.brainlp.at</a>
5231	Schalchen	Schusta	Barbara	<a href="http://www.brainlp.at">www.brainlp.at</a>
8062	Kumberg	Graf	Monika	<a href="http://www.blumengraf.at">www.blumengraf.at</a>
6176	Völs	Gstrein	Ferdinand	
6890	Lustenau	Grabher	Christine	<a href="http://www.system-loesungen.at">www.system-loesungen.at</a>
8020	Graz	Dillinger	Christian	<a href="http://www.movinginstitut.at">www.movinginstitut.at</a>
8632	Gußwerk	Waxenegger	Ingrid	
8634	Wegscheid	Strohmaier	Monika	

## Three In One Concepts™ (3in1™)



Three In One Concepts™ ist eine von Gordon Stokes und Daniel Whiteside 1983 geschaffene Methode zur Bewältigung von negativem emotionalem Stress. Der Inhalt basiert auf Ergebnissen der Gehirnforschung, kombiniert mit asiatischen und westlichen Methoden der Stressbewältigung. Der Fokus von Three In One Concepts™ liegt beim Aufarbeiten von jenen negativen, emotional prägenden Situationen, die unsere Wahlmöglichkeiten auch jetzt noch einschränken und unsere „Glaubenssysteme/Denkmuster“ formen. Mittels präziser Muskeltests wird negativer Stress aufgezeigt, um Blockaden in der Kommunikation zwischen Körper, Emotionen und Gehirn zu erkennen und zu lösen.

4060	Leonding	Lehner	Johanna	<a href="http://www.lklakaustria.com">www.lklakaustria.com</a>
4963	St. Peter/Hart	Fink	Gabriele	<a href="http://www.finkin.at">www.finkin.at</a>
8523	Frauental	Schmuck	Roswitha	<a href="http://www.emotionales-wohlbefinden.at">www.emotionales-wohlbefinden.at</a>

8634	Wegscheid	Strohmaier	Monika	
9020	Klagenfurt	Goritschnig	Eveline	<a href="http://www.eveline-goritschnig.at">www.eveline-goritschnig.at</a>
9020	Klagenfurt	An der Lan	Irmgard Carina	<a href="http://www.i-can.at">www.i-can.at</a>

## Hyperton-X (HT-X)



Der Name Hyperton - X leitet sich von der Erkenntnis ihres Begründers, Frank Mahony, ab, dass hypertone, verspannte Muskulatur tiefgreifende Auswirkungen auf die Integration von Körper und Geist hat. Das verspannte Gewebe behindert die simultane Verarbeitung ankommender Information, bedeutet Erhöhung des Stresspotenzials, Disharmonien im geistig-körperlichen Wohlbefinden und eine Blockierung körpereigener Fähigkeiten. Die Identifizierung von verspanntem Gewebe, die adäquate Entspannung desselben und damit die Auflösung dieser Störungen sind die Themen dieser Arbeit.

2344	Maria Enzersdorf	Pawel	Elisabeth	
4776	Diersbach	Weiß	Marianne	www.kinesiologie-mw.at
4782	St. Florian bei Schärding/Inn	Scharinger	Renate	

6152	Trins in Tirol	Krakers	Mimmy	
6176	Völs	Gstrein	Ferdinand	
8020	Graz	Dillinger	Christian	www.movinginstitut.at

## Learning Enhanced Acupressure Program® (LEAP®)



LEAP® ist ein von Dr. Charles Krebs entwickeltes Programm zur Integration des Gehirns und konnte in der Praxis herausragende und anhaltende Ergebnisse bei den betroffenen Schülern und Erwachsenen erzielen. LEAP® ist ein Programme zur Verbesserung von Lern- und Teilleistungsstörungen

4060	Leonding	Hahn	Andrea	www.ell.at
------	----------	------	--------	------------

## Akademische Kinesiologie der ÖAKG® (AKDK®)



Die Akademische Kinesiologie® wurde als dreijährige Ausbildung aufbauend auf die Psychosomatische Kinesiologie der ÖAKG von Susanne Bichler-Lajda entwickelt. Wissenschaftliche Orientierung ist genauso ein Standbein, wie psychotherapeutische Techniken und Energiebewusstsein. Nur international anerkannte und praktizierte Inhalte sind in die AKDK integriert. Der Erfolg dieser und mit dieser Methode basiert auf der Kombination von weiterentwickelten kinesiologischen Methoden der Begründer, dem direkten Kontakt mit dem/der KlientIn, wodurch sich die Alpha-Zustände selbstverständlich ergeben, und der Miteinbeziehung systemischer Zusammenhänge.

1180	Wien	Luftensteiner	Irmgard	
2301	Groß-Enzersdorf	Niederhuber	Ortwin F.	www.oekg.at
2301	Groß-Enzersdorf	Picolin	Marianne	www.kinesiologie-austria.com

2304	Orth/Donau	Zobl	Ingmar Simon	www.ingmarzobl.at
2344	Maria Enzersdorf	Elmer	Regina	www.balance4u.co.at

## Amaté – Kinesiologie® (AKI®)



Die Amaté Kinesiologie ortet und balanciert Ungleichgewichte im Energiekörper und seinen Chakren sowie interne und externe energetische Interaktionen und Verhaltensweisen des Energiewesens. Die präzise Abfrage mittels Muskeltest setzt die energetische Integrität des Testers voraus weshalb Selbsterfahrung Teil der Ausbildung ist. Auch Gesprächsführungstechnik wird für eine professionelle Vor- und Nachgesprächsführung unterrichtet. Die AKI® eignet sich als wirksames Werkzeug zur Bearbeitung energetischer Hintergründe von Stress und vielfältigen Anliegen des täglichen Lebens.

1200	Wien	Mikisch	Andrea	www.amate.at
------	------	---------	--------	--------------

1200	Wien	Mikisch	Herbert	www.amate.at
------	------	---------	---------	--------------

## Applied Physiology (AP)



Die Applied Physiology wurde vom Amerikaner Richard Utt entwickelt. Er hat mit seinen Konzepten der holographischen Betrachtungsweise der Vorgänge im Körper, die von einem Sieben-Elemente-Meridianmodell ausgeht, der Entwicklung des Formatierens des Gehirns, der Einführung der Stresspotenzen uvm. die kinesiologische Arbeit maßgeblich beeinflusst und weiterentwickelt. Mit seinen Systemen werden auf sehr tiefe Art und Weise die energetischen Blockaden im Körper aufgespürt, Hintergründe herausgefunden und aufgelöst. Seine Arbeit war die Basis für die Entwicklung vieler weiterer kinesiologischer Richtungen, wie z. B. dem LEAP - Programm.

4060	Leonding	Hahn	Andrea	www.ell.at
------	----------	------	--------	------------

## Balance Kinesiologie® (BK®)



Die BALANCE Kinesiologie® wurde von Ruth Berghofer entwickelt. Durch die Kombination fundierter Gesprächsführungs- und Coachingkompetenz mit dem kinesiologischen Muskeltest können Kunden effizient und lösungsorientiert zu vielen beruflichen und persönlichen Problemstellungen unterstützt werden. Ziel ist dabei die Erweiterung von Persönlichkeit, Selbstreflexionsfähigkeit und Selbstbewusstsein. Der in 10 Jahren Forschungsarbeit ständig weiterentwickelte BALANCE Kinesiologie®-Testkatalog ist ein überaus wirksames Werkzeug für die Lösung von Stress, der Stärkung von Wohlbefinden und Gesundheit. Die BK-Ausbildung (mit Diplom-Abschluss als Coach inkludiert) wird in Graz und München angeboten.

8045	Graz	Berghofer	Ruth	www.balanceakademie.at
------	------	-----------	------	------------------------

## Cranial Fluid Dynamics® (CFD®)



In der von Solihin Thom entwickelten Methode Cranial Fluid Dynamics (CFD), betrachten wir die Hirn- (und Körper-) Flüssigkeit als „Mittler zwischen den inneren Anlagen des Menschen und dem äußeren Erscheinungsbild“. Die verschiedensten Blockaden im Fluss dieser Flüssigkeit und der Pulsation mit den daraus resultierenden Beschwerdebildern sind für uns eine Aufforderung, wieder den Kontakt zu unserer „inneren Kraft“ zu suchen und sie fließen zu lassen.

2540	Bad Vöslau	Hruschka	Wilhelm Stephen	www.gesundheitspraxis.com
------	------------	----------	-----------------	---------------------------

4040	Linz	Blocher	Markus	www.gesundheitspraxis.at
------	------	---------	--------	--------------------------

## Diplom-Kinesiologie der Wiener Schule (DKWS)



Die Diplomausbildung der Wiener Schule wurde von Sabine Seiter ins Leben gerufen. Geboten wird eine kompakte Ausbildung auf Basis der klassischen Kinesiologiemethoden Touch for Health, Brain Gym® und Hyperton-X. Im Rahmen der Ausbildung wird auf individuelle und gruppendynamische Prozesse der Teilnehmer eingegangen, Selbsterfahrung und die Sicherheit für die praktische Umsetzung sind wesentliche Schwerpunkte.

1030	Wien	Seiter	Sabine	www.kinesiologieschule.at
------	------	--------	--------	---------------------------

8020	Graz	Dillinger	Christian	www.movinginstitut.at
------	------	-----------	-----------	-----------------------

## Diplom-Kinesiologie Team 13 (DKT 13)



Die Ausbildung zum/zur dipl. Team 13 Kinesiologen/in beinhaltet Kenntnisse aus der klassischen Methode „Touch for Health“ sowie Elemente aus "Brain Gym", das praxisorientierte Arbeiten mit Testampullen, das Erlangen von fundiertem Wissen aus der Anatomie sowie die Kunst der individuellen Gesprächsführung und des achtsamen Umgangs mit dem Klienten. Jede kinesiologische Balance soll auf das Verstehen und Anwenden von Bildern und Sprachsymbolen basieren. Für Kinesiologen ausgerichtete Marketingstrategien und Rechtskunde sind ebenfalls Bestandteile der Ausbildung.

1130	Wien	Hodeček	Hubert	www.kinesiologiezentrum-team13.at
------	------	---------	--------	-----------------------------------

## EBCA® Kinesiologie & Kommunikation für Mensch, Tier & Natur



EBCA® wurde von Johanna Lehner entwickelt und ist eine ganzheitliche Methode für energetische Körperarbeit und Kommunikation für Mensch und Tier, die den Biofeedback/Muskeltest als Kommunikationsbrücke verwendet. Diese Kommunikation geschieht oft auf unbewusster und körperlicher Ebene. Im jeweiligen Verhalten von Mensch und Tier können sich somit die Stress Themen des anderen widerspiegeln. Die Arbeit mit EBCA® eröffnet tiefere Einsichten und Gewahrsein für sich und andere, verhilft zu einer besseren Beziehung unter Tieren und zu mehr Verständnis zwischen Tieren und ihren Bezugspersonen.

4060	Leonding	Lehner	Johanna	www.lklakaustria.com
------	----------	--------	---------	----------------------

## Holleis-Methode



Diese Methode wurde von Alexander Holleis entwickelt. Die Holleis Methode ermöglicht dem Menschen, seine ursprünglichen Schaltpläne zu aktualisieren bzw. wiederherzustellen. Im Laufe des Lebens entstandene Defizite können durch Informationsbewegungen wieder dem Unbewussten zugänglich gemacht werden. Dadurch kann der universelle „Bauplan“ aktualisiert werden. In der Folge werden automatisch die Wahrnehmungs - Energie (Lichtphotonenabstrahlung) sowie das periphere Sehen und die optimale Bewegungskoordination aktiv.

1090	Wien	Übel-Helbig	Monika	www.energy-world.at
------	------	-------------	--------	---------------------

1090	Wien	Übel	Rudolf	www.energy-world.at
------	------	------	--------	---------------------

## Integrierte Wahrnehmungskinesiologie® (IWK®)



Die Integrierte Wahrnehmungskinesiologie® wurde von Christian Dillinger und Ingrid Fink begründet. Diese praxisbezogene Ausbildung bietet ein umfangreiches, kinesiologisches Handwerkszeug in Verbindung mit ausgewählten Techniken zur Kommunikation und für die erfolgreiche Umsetzung der Kinesiologie in die Arbeit mit Menschen. Die Ausbildung setzt an den Ressourcen des Menschen an und arbeitet aus dem pädagogischem Blickwinkel heraus zur Förderung körperlicher Fähigkeiten, intellektueller Kompetenz und emotionaler Ausgeglichenheit.

8020	Graz	Dillinger	Christian	www.movinginstitut.at
------	------	-----------	-----------	-----------------------

## Kinesiologie nach Dr. Klinghardt®



Die Kinesiologie nach Dr. Klinghardt® besteht aus drei Teilen: Autonome Regulations-Testung (ART), Psycho-Kinesiologie nach Dr. Klinghardt® (PK), Mentalfeld-Technik nach Dr. Klinghardt® (MFT). Dr. Klinghardt hat in den 30 Jahren seiner Tätigkeit als Arzt ein ganzheitliches Heilmodell entwickelt, die alle Ebenen des Menschen anspricht und in seinem Therapiekonzept berücksichtigt. Die „Heilpyramide“ umfasst die physische, emotionell/energetische, mentale, intuitive und spirituelle Ebene.

1070	Wien	Grosch	Ulrike Simona	www.kinesiologie-in-wien.at
------	------	--------	---------------	-----------------------------

2331	Vösendorf	Souy	Silvia	www.souy.at
------	-----------	------	--------	-------------

## Mensch Sein Kinesiologie (MSK)



MSK ist die Essenz aus Do-Ri Amtmanns Arbeit mit Kinesiologie nach mehr als 28 Jahren. Das Ziel der Kurse ist, die Lebensenergie durch entsprechende Übungen so zu aktivieren, dass Menschen ihre Talente zum Wohle aller einsetzen können. Die Energiesysteme des Körpers werden auf persönliche Anliegen und bestimmte Ziele balanciert, wobei das Verstehen der emotionalen Komponente der Meridiane eine wichtige Rolle spielt. „MSK, sagt Do-Ri, bringt Menschen so in Bewegung, dass sie die Gnade Gottes zur Heilung empfangen können und letztlich ihr Leben dem Plan Gottes freudvoll unterordnen.“

2511	Pfaffstätten	Amtmann	Do-Ri	www.do-ri.com
------	--------------	---------	-------	---------------

2511	Pfaffstätten	Hawicek	Peter	
------	--------------	---------	-------	--

## Musik-Kinesiologie® (MK)



Dr. Rosina Sonnenschmidt und Harald Knauss, beide ursprünglich Berufsmusiker, haben das Konzept der Musik-Kinesiologie® als Musiker für Musiker kreiert. Hauptanliegen der MK ist, die Verbindung zwischen Musik, Emotion und Individuum wieder herzustellen. Es geht darum, Musik nicht nur analytisch und begrifflich zu sehen, also auf die Art und Weise unserer linken Gehirnhälfte, sondern die ganzheitliche Betrachtung der Musik zurückzugewinnen, wobei die Interpretation der Erlebnisweise der rechten Gehirnhälfte eine bedeutende Rolle spielt. Auch Blockaden, die sich oft auf der Bühne einstellen - wie z. B. Lampenfieber - lassen sich mit Hilfe der MK individuell lösen.

1050	Wien	Mostofi	Sissi	www.musikkinesiologie.at
------	------	---------	-------	--------------------------

4651	Stadl-Paura	Hörtenhuber	Helmut	www.musikkinesiologie.at
------	-------------	-------------	--------	--------------------------

## Neuroenergetische Kinesiologie (NEK)



NEK wurde von Hugo Tobar entwickelt. Sie beschäftigt sich detailliert mit Anatomie, Physiologie, Immunologie, Neurophysiologie und dem Zusammenspiel mit energetischen Strukturen - Meridianen, wie auch Chakren und Nadis. Ausgehend von der Theorie, dass jedes Problem, sei es körperlicher oder emotionaler Art, in unserem Gehirn entsteht, ist das Zentralnervensystem mit allen Zusammenhängen von großer Bedeutung: Es werden erkannt, wie verschiedene Funktionseinheiten im Gehirn mit energetischen Strukturen verwoben sind, wie das Chakra-System sowohl spezifisch auf bestimmte Gehirnbereiche, als auch auf das Hormonsystem einwirkt, wie das Gehirn, das Hormonsystem, die Psyche und das Immunsystem interagieren und wie fehlgeleitete Interaktionen durch unser Energiesystem korrigiert werden können.

1170	Wien	Holl	Ulrike	www.leap-gehirnintegration.com
4060	Leonding	Hahn	Andrea	www.ell.at

5020	Salzburg	Prem	Eva	www.kinesiologiesalzburg.com
5020	Salzburg	Tobar	Alexandra	http://nkinstiute.at

## Ontologische Kinesiologie (OK)



Die Ontologische Kinesiologie hat sich aus der klassischen Kinesiologie entwickelt und beinhaltet neueste Erkenntnisse aktueller Entwicklungsarbeit. Sie wurde zunächst von Dr. Solihin Thom, einem Schüler von Dr. Georg Goodheart dem Begründer der Kinesiologie (Angewandte Kinesiologie) und von Dr. Alan Beardall (Begründer der klinischen Kinesiologie) ins Leben gerufen und wird heute wiederum von ihm und seinen Schülern (Stephen Hruschka und Markus R. Blocher) weiterentwickelt.

2540	Bad Vöslau	Hruschka	Wilhelm Stephen	www.gesundheitspraxis.com
------	------------	----------	-----------------	---------------------------

4040	LinZ	Blocher	Markus	www.gesundheitspraxis.at
------	------	---------	--------	--------------------------

## Physioenergetik®

Die Physioenergetik® ist ein ganzheitliches diagnostisches und therapeutisches System aus der Kinesiologie. In den 1960er-Jahren fand Dr. Goodheart (USA) Zusammenhänge zwischen der Muskelkraft einzelner Muskeln und Pathologien in untergeordneten Organen und Funktionskreisen. Physioenergetik®, eine Weiterentwicklung von Goodhearts »Applied Kinesiology«, ermöglicht das Auffinden vernetzter Krankheitsursachen ohne Einsatz von technischen Geräten. Sie benützt als Testmethode den Armlängenreflex (AR) nach Van Assche. Mit Hilfe dieses Reflexes ist ein direkter Dialog zwischen dem Therapeuten und dem System des Patienten möglich.

1130	Wien	Engel	Raimund	www.physioenergetik.at
------	------	-------	---------	------------------------

1130	Wien	Seitschek	Margot	www.physioenergetik.at
------	------	-----------	--------	------------------------

## Psychosomatische Kinesiologie der ÖAKG® (PSK®)

Die Psychosomatische Kinesiologie® wurde ausgehend von den Gründermethoden Touch for Health, Applied Kinesiology und anderen als eineinhalbjährige Ausbildung von Susanne A. Bichler-Lajda und Ortwin F. Niederhuber weiterentwickelt. Der Schwerpunkt der PSK liegt im tiefen Verständnis der Zusammenhänge von Körper, Psyche und Chemie unter Einbeziehung neuester psychotherapeutischer und neuropsychologischer Erkenntnisse. Mit der Verwendung des Muskeltestes, der Elementtestung u. a. m. findet dies Ausdruck in dem logisch aufgebauten und sehr effektiven System der PSK.

1180	Wien	Luftensteiner	Irmgard	
2285	Breitstetten	Bichler-Lajda	Susanne	www.oekg.at
2301	Groß-Enzersdorf	Niederhuber	Ortwin F.	www.oekg.at

2301	Groß-Enzersdorf	Picolin	Marianne	www.theacademy.at
2304	Orth/Donau	Zobl	Ingmar Simon	www.ingmarzobl.at
2344	Maria Enzersdorf	Elmer	Regina	www.balance4u.co.at

## Professionelle praktische Kinesiologie® (PPK®) KINESIOLOGIE-Ausbildungen in der Anerkennungsphase

Die Kunst einer Praktischen Kinesiologin / eines Praktischen Kinesiologen ist es, mittels gezielter verbaler oder nonverbaler Fragen (Testsätze) das Körper-Geist-System eines Menschen so herauszufordern, dass eventuell vorhandene Energieblockaden oder Defizite im energetischen, körperlichen und/oder geistig-seelischen Bereich bewusst wahrgenommen und ausgeglichen werden können.

1120	Wien	Lehner-Kampl	Gabriele	www.energiemedizin.cc
------	------	--------------	----------	-----------------------

## Sportkinesiologie

Der Ursprung der Sportkinesiologie geht auf John V. Maguire zurück, Begründer und Direktor der „Kinesiology Institute of America“. Die Anwendung im Sport zielt darauf ab, Potenziale des Sportlers zu öffnen und ihm Zugriff auf seine Reserven zu ermöglichen, an die mit herkömmlichen Trainingsmethoden nicht heranzukommen ist - dies sowohl im körperlichen, energetischen, ernährungswissenschaftlichen als auch im mentalen Bereich.

Voraussetzung für eine Ausbildung in Sportkinesiologie ist Touch for Health-Instructor und eine staatliche Prüfung im Sportbereich (staatlicher Lehrwart, Trainer, Sportwissenschaft...).

1090	Wien	Übel	Rudolf	www.energy-world.at
------	------	------	--------	---------------------

## Stress Indicator Point System (SIPS)

Das System der Stressindikatorpunkte wurde vom Australier Ian Stubbings Anfang 1992 entwickelt. Stubbings fand heraus, dass bestimmte Akupunkturpunkte eine spezielle Bedeutung in ihrer Beziehung zu Stress haben. Diese Punkte nannte er Stressindikatorpunkte. Ein Stressindikatorpunkt zeigt den gestressten Zell- und Gewebetyp an und ermöglicht eine rasche Identifikation und Lösung des Stresses.

4060	Leonding	Hahn	Andrea	www.ell.at
------	----------	------	--------	------------

## Die Kinesiologie ergänzende Methoden (keine eigenständigen Kinesiologieausbildungen)

### Breuß-Energy-Balancing©

Die Breuß-Methode nach Rudolf Breuß ist ein schmerzloser Wirbelsäulenausgleich entlang des Blasenmeridians. Sie stellt keine vollständige Kinesiologieausbildung dar, ist jedoch eine wertvolle Ergänzung und Balancemöglichkeiten zu jeder kinesiologischen Grundausbildung.

1090	Wien	Übel-Helbig	Monika	www.energy-world.at
------	------	-------------	--------	---------------------

1090	Wien	Übel	Rudolf	www.energy-world.at
------	------	------	--------	---------------------

### EDxTM™ - Energy Diagnostic and Treatment Methods

EDxTM umfasst Techniken zur Bewältigung stressbedingter Probleme aller Art. Dr. Fred Gallo/USA hat sie aus einer Synthese von Konzepten der angewandten Kinesiologie, des Hypnosecoachings, des NLP sowie Interventionen, die aus der Akupressur abgeleitet sind, begründet. Gallo gilt inzwischen als einer der weltweit führenden Experten auf dem Gebiet der energetischen Behandlungsweisen.

2301	Groß-Enzersdorf	Niederhuber	Ortwin F.	www.oekg.at
2380	Perchtoldsdorf	Neumann	Karin	www.karin-neumann.at

5201	Seekirchen	Malek	Sabine	www.sabinemalek.com
------	------------	-------	--------	---------------------

### Rafferty Energy System of Easing the TMG (R.E.S.E.T.)

R.E.S.E.T. das Energiesystem zum Ausgleichen des Kiefergelenkes, wurde vom Australier Philip Rafferty als Teil seiner umfassenden Kinergetics Ausbildung entwickelt. Das Kiefergelenk hat einen außergewöhnlich starken Einfluss auf viele Körperregionen. Anspannungen, Emotionen und Stress verspannen die Kiefermuskeln und das Kiefergelenk. Das energetische Ausbalancieren ermöglicht die Tiefenentspannung und Neubalancierung der Muskeln.

5020	Salzburg	Schusta	Barbara	www.brainlp.at
5231	Schalchen	Schusta	Barbara	www.brainlp.at

Hier erhalten Mitglieder des ÖBK beim Vorweisen ihrer Mitgliedskarte Sonderkonditionen:



**APOTHEKE ZUR  
KAISERKRONE**

1070 Wien, Mariahilfer Str. 110  
Telefon 01 - 5262646-0  
Email apo@kaiserkrone.at  
Internet www.kaiserkrone.at



**ENERGY ISLAND**  
Fachgeschäft für energetische Produkte

1130 Wien, Hietzinger Hauptstr. 67  
Telefon 01 - 879 57 93  
Email info@energyislandshop.at  
Internet www.energyislandshop.at



**schubert  
apotheker** Ganzheitliche Medizin

1120 Wien, Arndtstrasse 88  
Telefon 01 - 813 72 32  
Email office@schubertapotheke.at  
Internet www.schubertapotheke.at



**METATRON Apotheke**  
Homöopathie, Spagyk, Blüten u.a.

1120 Wien, Oswaldgasse 65  
Telefon 01 - 802 02 80  
Email office@metatron-apo.at  
Internet www.metatron-apo.at



**VEGA  
NOVA**  
LEBEN IN BEWEGUNG

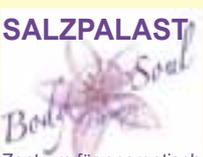
SCHUHE  
STÜHLE  
BETTEN  
SCHLAFSOFA

4400 Steyr, Grünmarkt 14  
Telefon 07252 81643  
Email office@veganova.at  
Internet www.veganova.at



**Pyrojet®**  
Eleganter Schmuck und  
Schutz vor Elektromog  
- in einem -

**Fa. Yogamar / Philipp Henn**  
D-40545 Düsseldorf, Vossen links 10  
Telefon +49(0)211/30 26 424  
Email info@yogamar.de  
Internet www.yogamar.de



**SALZPALAST**  
Body & Soul

Zentrum für energetische Beratungen / Sonja Thau  
1080 Wien, Albertgasse 26/3-4  
Telefon 0699 10405070  
Email body\_soul@chello.at  
Internet www.bodyandsoul-harmony.at

KinesiologInnen, deren Kontaktseite  
auf der Homepage  
[www.kinesiologie-oebk.at](http://www.kinesiologie-oebk.at)  
mit dem Zeichen  
  
markiert ist, bieten den  
ÖBK-Mitgliedern Ermäßigungen für  
Aus- und Fortbildungen an.



**PROVITEC Wasserfilter**

Kontakt: Werner Schlachtnner  
1140 Wien, Hütteldorferstr. 277/1/1  
Telefon 0676 602 70 73  
Email w\_schlachtnner@gmx.at  
Internet www.provitec.de



**BIOGENA**  
www.biogena.at  
Orthomolekulare Medizin  
Kinesiologische Testsätze

**Versandservice:**  
5020 Salzburg, Neutorstr. 21  
Tel: (0)662-23 11 11 Email: info@biogena.at

**Biogena-Shop Wien:**  
1060 Wien, Millergasse 35  
Telefon: 01 - 595 31 31 - 0



**lebe  
natur**  
natursubstanzen

8382 Mogersdorf 289  
Telefon 03325 - 38930  
Email info@aquarius-nature.com  
Internet www.aquarius-nature.com

Entspannungs- und Wellnessmusik  
Tiefen- und Aktivsuggestion



**VTM Dr. Stein**  
Experten für Entspannung

D-58642 Iserlohn, Brinkhofstr. 86  
Telefon +49 2374 9373 10  
Email info@vtm-stein.de  
Internet www.vtm-stein.de



**yogawege.com**

Yogaausbildungen in  
Wien – Nähe Graz – Salzburg  
Yoga Alliance zertifiziert  
Telefon 0664 155 4889  
(MMag. Christine Stiessel)  
Email info@yogawege.com  
Internet www.yogawege.com



**Covafit®**

Better Aging  
und  
Gesundheit  
ganzheitlich

1230 Wien, Meggagasse 6  
Telefon 01 - 890 55 05  
Email office@covafit.com  
Internet www.covafit.com



**Esencia Natural**

... weil Natur einfach gut ist!

Aura-Soma®, Farbpflegeprodukte,  
Australische Bush-Blüten, Edelstein-  
Naturkosmetik und Körperpflege-Produkte

1120 Wien, Johann Blobner - G. 1-3/1/6  
Telefon 0699 1 55 55 677  
Email office@esencia-natural.at  
Internet www.esencia-natural.at



**calmodo**  
termine einfach online buchen

Termine mit Kundinnen und Kunden online  
vereinbaren und organisieren.

1150 Wien, Palmgasse 10  
Telefon 0676 40 10 779  
Email info@calmodo.com  
Internet www.calmodo.com



**ÖBK** Österreichischer Berufsverband  
für Kinesiologie

## Mitgliedschaft

Liebe Interessentin, lieber Interessent, liebe Kolleginnen und Kollegen!

Der Österreichische Berufsverband für Kinesiologie (ÖBK) sieht sich als die Vertretung aller Kinesiologen und an der Kinesiologie interessierten Menschen in Österreich. Durch Ihre Mitgliedschaft unterstützen Sie die Arbeit des ÖBK, die Verbreitung und Akzeptanz der Kinesiologie in der Öffentlichkeit, sowie die Idee eines Gemeinsamen.

Die Kinesiologie ist in Österreich eine der verbreitetsten Arbeitsmethoden im Bereich der Energetiker. Eine Reihe von Einzelkämpfern gründete 1995 den Österreichischen Berufsverband für Kinesiologie, um Strukturen und Qualitätsstandards für unseren Beruf zu schaffen. Bis zum heutigen Tag ist es gelungen, unsere Arbeit auf einen hohen Ausbildungsstand zu bringen und den AnwenderInnen einen Platz innerhalb der Energetiker und unserer Gesellschaft zu schaffen, wo die Ideen und Philosophien der Methoden und ethischen Ansprüche umgesetzt werden, die diese wertvolle Arbeit braucht. Der ÖBK ist zu einer zentralen Stelle in Österreich geworden, über die alle, die in kinesiologischer Ausbildung stehen bzw. eine solche abgeschlossen haben, die Entwicklung ihres eigenen Berufes mitgestalten können.

Die Umsetzung einer großen Idee benötigt die Bündelung aller positiven Kräfte in unserem Land. Wir laden Sie ein, diese Kraft zu unterstützen und an ihr Teil zu haben.

Mag. Christian Dillinger  
Vorstand des ÖBK

Für weitere Informationen zur Mitgliedschaft bzw. Anmeldung wenden Sie sich bitte an die ÖBK Geschäftsstelle:  
Email: [sekretariat@kinesiologie-oebk.at](mailto:sekretariat@kinesiologie-oebk.at) • Mobil: 0676 409 19 50

## Österreichischer Berufsverband für Kinesiologie



Wir sind:

- Info- und Beratungsstelle zu allen Themen rund um Kinesiologie
- Vermittler von qualifizierten KinesiologInnen
- Zertifizierungsstelle für Kinesiologierichtungen
- Kontrollstelle für die Einhaltung der Qualitätsstandards
- Plattform für KinesiologInnen österreichweit
- Datenbank von Ausbildungsterminen der in Österreich anerkannten Kinesiologierichtungen.

# ÖBK Mitgliedschaft

Möglichkeiten Serviceleistungen	<b>Level 3</b> Professionelle/r KinesiologIn	<b>Level 2</b> Kinesiologie-AnwenderIn	<b>Level 1</b> Kinesiologie-StudentIn	Fördermitgliedschaft
Jahresbeitrag	€ 135,-	€ 65,-	€ 25,-	€ 25,- gerne auch mehr
Voraussetzungen	<p><b>So kann der ÖBK gewährleisten, dass seine Mitglieder in ihrer kinesiologischen Arbeit den Qualitätskriterien entsprechen:</b> Sie haben mindestens 500 durch den ÖBK anerkannte Kinesiologieausbildungsstunden oder mindestens eine vom ÖBK anerkannte abgeschlossene Kinesiologieausbildung mit zumindest 150 Kinesiologieausbildungsstunden. Für die berufliche Ausübung ist ein Gewerbeschein zu lösen, um die gewerberechtlichen Voraussetzungen einer selbständigen Tätigkeit zu erfüllen.</p>	Sie erfüllen im Augenblick noch nicht die erforderlichen Kriterien für Level 3 oder befinden sich noch in der Ausbildung.	Sie befinden sich in einer durch den ÖBK anerkannten Ausbildung. Ihr Ziel ist, sich innerhalb von 3 Jahren auf Level 3 uzupgraden.	Sie wollen die Kinesiologie, ihre Entwicklung und Verbreitung in Österreich unterstützen.
Anerkennung der Statuten des ÖBK und der ethischen Grundwerte der Kinesiologie.				
Nachweis der Anerkennung durch den ÖBK	<b>Mitgliedszertifikat</b>	-----	-----	-----
Ermäßigungen bei Veranstaltungen und Partnern des ÖBK	Mitgliedsausweis			
Internetauftritt	Präsentation auf der Homepage des ÖBK sowie Veröffentlichung Ihrer durch den ÖBK anerkannten Kinesiologiekurse und -termine.	Eintrag Ihres Namens, der Postleitzahl und Ihrer Telefonnummer.	Eintrag Ihres Namens und der Postleitzahl.	Auf Wunsch wird Ihr Name als Fördermitglied veröffentlicht.
IMPULS - das Magazin des ÖBK	Veröffentlichung Ihrer Kontaktdaten. Möglichkeit zur Präsentation Ihrer kinesiologischen Arbeit und Veröffentlichung von kinesiologienahen Beiträgen. 50% Preisnachlass auf Ihre eigenen Werbeschaltungen.	Möglichkeit zur einmaligen Präsentation als neues Mitglied und zur Veröffentlichung von kinesiologienahen Beiträgen.		
1 Exemplar gratis, weitere auf Wunsch bei Übernahme der Versandkosten.				
Information und Möglichkeit zur Einbringung von Ideen	<b>ÖBK Geschäftsstelle, Mitarbeit im Vorstand, Newsletter, Bundesländer-Teams, Arbeitskreise, ...</b>			
ÖBK Logo	<p><b>So können Sie Ihren Klienten bestätigen, dass Sie als Mitglied hohen Qualitätskriterien entsprechen:</b> Berechtigung zur Verwendung des ÖBK-Logos.</p>	-----	-----	-----
ÖBK Praxisfolder	<b>Berechtigung zum Erwerb und zur Verwendung der ÖBK Praxisfolder:</b> Der ÖBK hat extra für Sie auf dem ansprechenden Folder einen Platz freigelassen, wo Sie die Möglichkeit haben, Ihren Praxisstempel anzubringen.		-----	-----
	Anlässlich der Begründung Ihrer Mitgliedschaft erhalten Sie einmalig 50 Stück kostenfrei.			
ÖBK "Messehunderter"	<b>Berechtigung zur Nutzung für Kinesiologieveranstaltungen.</b>		-----	-----
Generalversammlung des ÖBK	<b>Stimmrecht</b> in der jährlichen Generalversammlung des ÖBK.	-----	-----	-----
Laufzeit	Ein Jahr, automatische Verlängerung für ein weiteres Jahr.			
			... jedoch begrenzt auf maximal 3 Jahre.	
Beendigung	Schriftliche Kündigung für das Folgejahr bis 30. November des laufenden Jahres.			
Bezahlung des Mitgliedsbeitrages	<p><b>Bitte immer bis <u>spätestens 31. Jänner</u> für das aktuelle Jahr auf das Konto des ÖBK bei der Raiffeisenbank Kleinmünchen Linz, BLZ: 34226, Kntnr.: 332387</b>  <b>IBAN: AT94342260000332387 BIC: RZOOAT2L226</b></p>			
Spenden	Wir freuen uns auch über jeglichen Beitrag, mit dem Sie die Arbeit des ÖBK unterstützen und danken Ihnen dafür.			



## Was bietet der ÖBK?

---

### ÖBK LEISTUNGSPROFIL

#### *Was bietet der ÖBK?*

- laufende Angebote für alle Mitglieder (z. B.: Jour fixe in Wien)
- Weiterbildungsangebote für alle Mitglieder
- Wir setzen uns aktiv für das Berufsbild KinesiologInnen im Rahmen der WKÖ ein.
- Wir arbeiten an einer soliden rechtlichen Grundlage für den Beruf Kinesiologie in Zusammenarbeit mit Rechtsberatern und Fachleuten aus den Bereichen Medizin, Psychologie, Lebens- und Sozialberatung und Supervision.
- Wir sind international vernetzt und arbeiten an weiteren intensiven Kontakten.
- Wir sind aktiv in der WKÖ für die Kinesiologie positioniert.
- Wir sind das verbindende Glied zwischen allen kinesiologischen Methoden und Ausbildungsschulen.
- Wir bieten professionelle Ansprechpartner.
- Vertretung und Beratung der Mitglieder
- Unsere Internet-Präsentationsplattform für unsere Mitglieder erreicht durchschnittlich 900 Pageviews / 190 Visits täglich.
- Mit unserer Servicestelle stehen wir für Ihre Anfragen gerne zur Verfügung.
- unsere Berufsgruppen Zeitschrift IMPULS als präsentatives Medium für unsere Mitglieder
- ÖBK Folder zur professionellen Verwendung für unsere aktiven Mitglieder
- ein Netzwerk zwischen Mitgliedern und Kinesiologie-Interessenten
- Unsere Mitglieder sind professionell und qualitativ geprüfte KinesiologInnen.
- Unsere Mitglieder erkennt der Kunde über das ÖBK-Zertifikat und dem ÖBK Mitgliedsausweis.
- Mit dem ÖBK-Mitgliedsausweis erhalten unsere Mitglieder Vergünstigungen bei verschiedenen Angeboten.

Wir laden alle KinesiologInnen ein, sich aktiv dieser neuen, kraftvollen Bewegung anzuschließen und mit Ideen und Impulsen zu unterstützen.

Unser Ziel ist, durch entsprechende Qualitätssicherung und ein klares Berufsbild, die Seriosität und Effektivität unserer Leistungen für eine breitere Öffentlichkeit transparent zu machen.

Durch aktive Mitarbeit in Arbeitskreisen, bieten wir Vertretern der verschiedenen Methoden, sich kreativ einzubringen und gemeinsam die Zukunft der Kinesiologie zu gestalten. Nützen wir doch Synergien, um uns als kompetente, leistungsstarke Berufsgruppe in der Öffentlichkeit zu präsentieren!

#### **Arbeitskreise:**

- Berufsbild / Ausbildungskriterien
- Ethik
- Fachzeitschrift Kinesiologie IMPULS
- Öffentlichkeitsarbeit



# ANMELDEFORMULAR

Vers.: Feb. 2012

**ÖBK** Österreichischer Berufsverband  
für Kinesiologie

Mitglied Nr.  
(wird vom ÖBK ausgefüllt)

Titel

Name

Straße

Telefon

Hauptberuf

Vorname

PLZ

Fax

E-Mail

Geb. Datum

Ort

Mobil

Homepage

Ich bewerbe mich um die Aufnahme als Mitglied im ÖBK (Zutreffendes bitte ankreuzen):

- Level 3** (Mitgliedsbeitrag: € 135,-/Jahr)     **Level 2** (Mitgliedsbeitrag: € 65,-/Jahr)     **Level 1** (Mitgliedsbeitrag: € 25,-/Jahr)
- Fördermitglied** (Mitgliedsbeitrag: € 25,- oder mehr/Jahr)

Meine abgeschlossenen Kinesiologieausbildungen:	Meine Kinesiologiefortbildungen:	Meine sonstigen Aus- und Weiterbildungen
Die Aufstellung der Kurse und kopierten Kursbestätigungen lege ich bei.		

Ich möchte mit folgenden kinesiologischen Angeboten in die offizielle Adressliste des ÖBK aufgenommen werden:

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Touch for Health / <input type="checkbox"/> <i>Instructor</i> | <input type="checkbox"/> BrainGym® / <input type="checkbox"/> <i>Instructor</i> | <input type="checkbox"/> Three in One Concepts / <input type="checkbox"/> <i>Instructor</i> |
| <input type="checkbox"/> Lernberatung P.P.   | <input type="checkbox"/> Hyperton X   | <input type="checkbox"/> Psychokinesiologie   |
| <input type="checkbox"/> S.I.P.S.  | <input type="checkbox"/> LEAP   | <input type="checkbox"/> AP   |
| <input type="checkbox"/> .....   | <input type="checkbox"/> .....  | <input type="checkbox"/> .....  |
| <input type="checkbox"/> Einzelberatung  | <input type="checkbox"/> Kinderkurse  | <input type="checkbox"/> Ferienwochen   |
| <input type="checkbox"/> Workshops   | <input type="checkbox"/> .....  | <input type="checkbox"/> .....  |

### Einverständniserklärung

- Ich bestätige, dass die oben angeführten Angaben der Richtigkeit entsprechen.
- Ich anerkenne die **ÖBK-Statuten\*** und die **ethischen Grundwerte in der Kinesiologie\***.
- Ich habe mich mit den Bestimmungen zur Benutzung des **ÖBK-Logos\*** (Level 3) und jenen zur Nutzung des **ÖBK-Folders\*** (Level 3, Level 2) vertraut gemacht und stimme diesen zu.
- Ich erkläre mich bereit, meine Mitgliedsbeiträge verlässlich bis spätestens 31. Jänner des aktuellen Jahres auf das Konto ltd. auf **Österreichischer Berufsverband für Kinesiologie, Nr. 332387, BLZ 34226 (Raiffeisenbank)**, einzubezahlen.
- Die Mitgliedschaft besteht bis auf Widerruf durch eine schriftliche Kündigung bis zum 30. November des laufenden Jahres.

\* nachzulesen auf der ÖBK-Homepage: [www.kinesiologie-oebk.at](http://www.kinesiologie-oebk.at)

Ort, Datum:

Unterschrift:

**Bitte senden Sie folgende Unterlagen an die ÖBK-Geschäftsstelle:**

- Anmeldeformular ausgefüllt und unterschrieben
- die Aufstellung besuchter Kinesiologiekurse (Formular-Download oder direkte Eingabe auf [www.kinesiologie-oebk.at](http://www.kinesiologie-oebk.at))
- Kopien Ihrer Kinesiologie-Kurszertifikate
- Kopie Ihres Gewerbescheines (falls vorhanden)
- Level 3 Mitglieder: Foto im jpg-Format für die ÖBK-Homepage (Auflösung 72 dpi, Größe 200 x 300 (b x h) an [sekretariat@kinesiologie-oebk.at](mailto:sekretariat@kinesiologie-oebk.at))

ÖBK-Geschäftsstelle: [sekretariat@kinesiologie-oebk.at](mailto:sekretariat@kinesiologie-oebk.at) / Tel.: 0676/409 19 50

Bitte ausschneiden und ausgefüllt zusenden an die ÖBK-Geschäftsstelle: [sekretariat@kinesiologie-oebk.at](mailto:sekretariat@kinesiologie-oebk.at) Kegelgasse 40/1/45, 1030 Wien



**AURA-SOMA®**  
Distribution Österreich

**Distribution • Vertrieb • Ausbildung**

## Spezialseminar mit Erik Pelham „Aura-Soma® Schmetterlings- und Meeres-Essenzen



In diesem **Spezialseminar** stellt der **Seminarleiter** und **Autor Erik Pelham** leicht verständlich die **solaren Essenzen** aus dem Hause **Aura-Soma** vor und teilt seine ganz persönlichen Erlebnisse, die zur Entstehung dieser persönlichkeits- und beziehungs-transformierenden Essenzen geführt haben. Mit deutscher Übersetzung.

<b>Level I:</b>	<b>20. - 22. Oktober 2013</b>
<b>Level II:</b>	<b>23. - 25. Oktober 2013</b>
<b>Veranstaltungsort:</b>	<b>TZG Gersthof, 1180 Wien</b>
<b>Anmeldung:</b>	<b>office@esencia-natural.at, Tel. 0699 1 55 55 677</b>
<b>Seminarausgleich:</b>	<b>EUR 360,- pro Level</b>
	<b>Preisvorteil bei Buchung beider Level</b>

## Workshop „Aura-Soma Light Beamer Pen“

Dieser Tagesworkshop ermöglicht ein Kennenlernen des Aura-Soma Light Beamer Pen und erste Anwendungen durchzuführen. Der Light Beamer dient als Katalysator bei der Übertragung der Energien aus den Aura-Soma Equilibrium Flaschen und verstärkt die in den Körperölen enthaltenen Energien von Farbe, Pflanzen und Mineralien.



<b>Wann:</b>	<b>18. Oktober 2013</b>
<b>Veranstaltungsort:</b>	<b>TZG Gersthof, 1180 Wien</b>
<b>Anmeldung:</b>	<b>office@esencia-natural.at, Tel. 0699 1 55 55 677</b>
<b>Seminarausgleich:</b>	<b>EUR 120,-</b>

**Nächste Aura-Soma® Ausbildungsreihe  
in Wien ab 13. Oktober 2013**

**[www.aura-soma-oesterreich.at](http://www.aura-soma-oesterreich.at)**

**Aura-Soma® Farb-Pflege-Produkte - Einzigartig • Zeitgemäß • Körperbewusst**



# METATRON APOTHEKE

Homöopathie, Spagyrik, Blüten u.a.



**Mag. Martin Sommergut**  
Physioenergetiker  
m.sommergut@metatron-apo.at



**Mag. Annemarie Claucig**  
Physioenergetikerin  
office@metatron-apo.at



**Anita Bachl**  
Klinghardt Therapeutin  
info@metatron-apo.at

## ...im Dienste aller Kinesiologen

Herstellung aller Testsätze

Kompetente Beratung  
durch Kinesiologen

Firmentestsätze

Therapeutenkarte

BioPure.eu, Viteras, HerbaLux

Therapiematerialien

Seminare und Vorträge

### NEU! Seminarräume zu vermieten

Öffnungszeiten: Mo-Fr. von 8:00 - 18:00 und Sa von 8:00 - 12:00

**METATRON APOTHEKE**  
Tel: +43 (0)1 802 02 80  
office@metatron-apo.at

A-1120 Wien, Oswaldgasse 65  
Fax: +43 (0)1 802 02 80 80  
www.metatron-apo.at

