

Interview mit Wiltrud Kayser

Wie Sind Sie zur Microkinesi gekommen?

W.Kayser

Ich war als Krankengymnastin in einer orthopädischen Klinik tätig und habe BalletttänzerInnen physiotherapeutisch betreut. Damals war ich auf der Suche nach einer Therapieform, mit der ich TänzerInnen bei Verletzungen sofort durch Schmerzlinderung helfen konnte. Das versprach bei einem Vortrag, den ich mir angehört hatte, die Microkinesitherapie. Ich machte 1991 die ersten Kurse. Da noch ungläubig, aber doch auch fasziniert, dass diese sanften Berührungen irgendetwas bewirken würden, probierte ich es direkt im Ballettsaal aus. Die sofort ersichtlichen Ergebnisse verblüfften mich. Ich konnte es nicht fassen. Schmerzen verschwanden sofort. Jetzt bekam ich allerdings ein neues Problem. Die Tänzer wollten, da die Verletzung nicht mehr wehtat, sofort wieder zur Probe in den Tanzsaal. Schmerzen konnte ich nun nehmen und auch die Heilung einer überdehnten oder kaputten Struktur komplikationslos fördern. Doch die normale Regeneration musste eingehalten werden. Das bedeutete: Schonung und eventuell auch Verbände und Schienen bis zur endgültigen Heilung.

Nun also bestand meine Aufgabe auf einmal darin, den Tänzer von einer Trainingspause zu überzeugen und ihn dann physiotherapeutisch weiter zu begleiten. Solche Erfolge machen natürlich süchtig. So besuchte ich einen Folgekurs nach dem anderen. Es war jedes Mal das gleiche. Während der Kurse dachte ich: was mache ich hier? Das alles kann doch unmöglich helfen und wirken? Gut, die Theorie und das Aufsuchen von Festigkeiten am Körper war sehr anspruchsvoll. Doch die eigentliche Therapie war für mich damals ein fast Nichts. Jedes Mal wieder (übrigens auch immer noch heute bei neuen Erkenntnissen) kann ich es nicht glauben, dass so wenig so viel hilft. Doch in der Praxis bei meinen Patienten erlebe ich dann, dass es funktioniert und hilft.

Sie haben es ja gerade schon ein wenig angedeutet. Verändert die Arbeit mit der Microkinesi auch Ihre Einstellung zum Patienten?

W. Kayser

Mir wurde immer bewusster, dass mit der Therapie sich auch meine Einstellung zu Schmerz und Krankheit und vor allem auch zu meinen Patienten änderte. Ich sage es jetzt mal einfach ganz salopp. Behandle ich mit den normalen physikalischen Techniken, so nehme ich den Kampf auf. Beispiel bei der Massage. Wer ist stärker und gibt schneller

auf? Der Muskel des Patienten oder ich? Zu meiner Ehre muss ich sagen, dass ich da auch oft den Kampf gewonnen habe. Mit der Microkinesi läuft es so, dass ich den Körper mit meinen Händen nun sanft und natürlich mit einer gekonnten Technik direkt frage:

- Warum verhärtetst du diese Partie, diesen Muskel, dieses Organ oder dieses Nervensystem so?
- Was hast du noch nicht richtig verarbeitet und zeigst es als Festigkeit in diesem Muskel? Liegt es daran, dass du dich da zu schwer verletzt hast? Oder gab es ein emotionales Problem mit dem du nicht klar gekommen bist?
- Oder zeigst du da eine Überlastung durch eine Infektion, ein Toxin oder eine Strahlung?

Und wirklich, der Körper antwortet. Und es ist so interessant was da manchmal als Antwort kommt. Erlebnisse oder Ereignisse, auf die ich nie gekommen wäre. Die Realität ist immer interessanter als unsere Fantasie! Der Körper erinnert sich auf einmal an die Ursache dieser Verspannung oder dieses Schmerzes und dann passiert etwas, was ich auch nach mittlerweile mehr als 30 Jahren arbeiten mit dieser Therapie immer noch als ein Wunder unter meinen Händen empfinde. Durch die Erinnerung und die sanfte, verstehende Begleitung meiner Hände dabei, löst der Körper diese Festigkeit, diesen Stress. Manchmal dauert es ein paar Sekunden, meistens geht es aber so schnell wie ein Lufthauch. Wir wissen nicht genau, was da passiert. Doch es scheint so, dass sich der Körper verstanden fühlt und an die Zeit vor dem Stress andocken kann. Da erhält er die Information, wie er damals vor diesem Trauma richtig funktioniert hat. Und er kann, wie bei einem Reset, den Körper wieder in diesen Zustand bringen. Dieses menschliche Phänomen ist etwas, wonach in der Medizin leider nicht geforscht wird. Schauen sie sich medizinische Studien einmal genau an. Bei allen Studien und Forschungen sieht uns die Medizin wie eine Maschine, die repariert und wieder auf Vordermann gebracht werden muss. Studien werden nur gemacht um zu überprüfen, wie die Reparaturen von Ärzten und Pharmaindustrie wirken. Die Kräfte der Regeneration werden meist nur gesehen und anerkannt, wenn ein medizinischer Fehler gemacht wurde und man da dann nur noch auf die „Selbsteilungskräfte“ des Patienten hofft.

Für die Microkinesitherapie ist diese Regenerationsfähigkeit die Grundlage unserer Arbeit. Wir fragen den Körper mit den Händen, wo und wann diese Regenerationskräfte geschwächt wurden und geben dem Körper dort mit dem besonderen Microimpuls die Möglichkeit, an seine eigenen Ursprungskräfte anzudocken und somit seinen Körper wieder in diesen guten Zustand zu bringen.

Ich empfinde es als großes Geschenk, bei jedem Patienten, dass ich das Wunder des Lebens, die Kraft, die in jedem Menschen steckt, die alles verändern kann mit Hilfe der Microkinesi miterleben darf.

Und das ohne Kampf. Ich spüre unter meinen Händen, wie auf einmal Frieden für Körper und Gedächtnis entsteht.

Wie habe ich mich als Therapeutin dadurch verändert?

W.Kayser

Wenn ich an meine frühere Arbeit, unter anderem in der Klinik denke, da hatte ich oft Frust oder Enttäuschung. Ich war oft ratlos beim Anblick der Motivation und der Compliance meiner Patienten. Oder lag es an meiner Kompetenz? Ich hatte doch alles was ich kann gegeben. Doch wenn der Patient es gar nicht annimmt und ich oft das Gefühl hatte, er will nicht, dass es ihm besser geht? Er tut trotz toller Ideen und Möglichkeiten, die ich ihm gebe nichts selbst. So erwischte ich mich oft bei dem Gedanken, da ist Hopfen und Malz verloren. Im Grunde will der nur gestreichelt werden.“

Durch das Arbeiten mit der Micro habe ich erfahren, dass es für all die Reaktionen der Patienten immer einen Grund gibt. Und den zeigt der Körper. Mein Körper ist das Mittel um mich auszudrücken, um zu zeigen wie es mir geht, wo ich ein Problem habe und wo ich Hilfe brauche. Es ist dann für mich als Therapeutin das einfachste, den Körper zu fragen, was er hat und wie ich ihm helfen kann, anstatt ihm zu sagen, du musst es jetzt so oder so anders machen oder dies oder das ertragen, dann wird es schon besser. Denn jeder Mensch weiß ganz genau was er machen muss, damit es ihm besser geht. Wir sind das Ergebnis einer Entwicklung von Millionen, ja Milliarden Jahren. Nur Lebewesen, die auf Angriffe adäquat reagieren konnten, die sich Lebensumständen anpassen und assimilieren konnten, pflanzten sich fort und gaben all ihr Wissen den Nachkommen mit. Das ist Evolution. In jedem von uns ist das Wissen der Zellen, die schon vor Millionen von Jahren überlebt haben, trotz Hitze, Kälte oder anderer Bedrohungen. Sie haben Systeme entwickelt die wunderbar mit solchen Angriffen umgehen. Die Gesamtheit dieser Systeme nennen wir heute das Immunsystem. Es sorgt dafür, dass wir im Innen und Außen ausgeglichen sind. Ich möchte Ihnen jetzt nicht alle diese einzelnen Systeme aufzählen. Doch vielleicht ein paar Beispiele: das Schwitzen. Es setzt ein, wenn Ihre Körpertemperatur zu hoch ansteigt und dadurch Körperfunktionen außer Kraft gesetzt werden können. Oder Antikörper, die sie täglich bei Infektionen schützen. Brechreiz der einsetzt, wenn Toxine für sie zur Gefahr werden. Denken sie dabei ruhig an Ihren Alkoholrausch. Der Körper weiß, was er dann machen muss um sie oder hier explizit ihre

Leber zu schützen. Oder der Humor bei emotionalen Problemen. Sich neben sich stellen und liebevoll aus einer anderen Perspektive beobachten. Dies alles sind hocheffektive und spezialisierte Heilungssysteme, die wie Programme in uns gespeichert sind.

Es gibt einige Ursachen, wenn unser Immunsystem es nicht schafft zu regenerieren oder wieder heil zu werden.

Entweder ist der Angriff auf unsere Gesundheit zu groß. Dann brauche ich Hilfe durch die Medizin. (Antibiotika, Operationen, Medikamente)

Oder ich bin mit anderen Sachen zu beschäftigt, sodass ich mich nicht mit all meinem Wissen auf mein jetziges akutes Problem stürzen kann. Das kann sein, weil ich noch gerade gleichzeitig eine schwere Infektionskrankheit durchmache oder in einem emotionalen Problem feststecke.

Oder aus irgendeinem Grund glaube ich, dass ich sowieso keine Chance auf Heilung habe und zapfe deshalb mein Wissen zur Regeneration erst gar nicht an. Diese Situation wahrzunehmen ist sehr diffizil. Ich habe es durch ein Ereignis in meiner Küche verstanden. Auf der Arbeitsplatte gab es einen großen Bereich, der seit einiger Zeit immer klebrig war. Ich putzte immer wieder drüber, doch es tat sich nicht viel. In meinem Hinterkopf war ein Spruch einer Freundin. Nach 20 Jahren lösen sich die Arbeitsplatten wie alte Bikinis einfach auf und werden bröselig. Da kann man dann nichts mehr machen. So war mir klar, genau dies passiert gerade mit meiner Küche und ich begann meinen Mann davon zu überzeugen, dass wir dringend eine neue Küche brauchen, bevor alles auseinanderfällt. Ich zeigte die Stelle auch einer Bekannten, die mir nur sagte: Wie wäre es mal mit einem starken Putzmittel. Das hast Du doch bestimmt irgendwo in deinem Haushalt stehen. Und siehe da.... Die Arbeitsfläche glänzte wieder wie früher.

Warum bin ich nicht selbst auf die Idee gekommen? Ich, die sich immer dafür rühmte, alles sauber zu bekommen? Genau!! Ich hatte das Gefühl, bei so einer alten Platte habe ich sowieso keine Chance. Mein Immunsystem sprang deshalb erst gar nicht an. Und so konnte ich auf all mein Putzwissen nicht mehr zugreifen. Ich habe sozusagen unbewusst kapituliert. Das kann man oft bei Patienten finden. Vor allem bei schweren Diagnosen. Zum Beispiel Krebs! Und schon sieht man sich im Grab und die Lieben um sich weinen. Schließlich ist auch schon der Vater daran gestorben. Da habe ich keine Chance. Und schon ist mein Immunsystem lahmgelegt.

Ich könnte viele Beispiele darüber geben. Doch ich denke, dazu fällt ihnen schon auch eine eigene Geschichte ein.

Mit der Micro erfahre ich, der Körper zeigt, warum er nicht auf sein Immunsystem zugreift. Und wenn ich die Stelle finde, dann gebe ich dort nur einen Impuls, so wie meine Bekannte mich nur mit einem kurzen Satz auf das richtige Putzmittel gebracht hatte. Ja, es ging dann wie von allein, leicht und automatisch weiter. Als das Putzmittel wirkte, war mir auch klar, wie und warum die Stelle entstanden ist und habe nun die Möglichkeit genutzt und Fett immer sofort weggeputzt und vielmehr aufgepasst, dass sich dort kein Fett mehr festsetzt. Leider ist die Küche nun auch noch nach 30 Jahren ganz passabel. So sieht mein Mann nicht ein, dass wir uns eine neue anschaffen. - Schade

Doch hier komme ich gleich zu etwas, was ich auch durch das Arbeiten mit der Microkinesi gelernt habe. Das Phänomen der Sinistrose.

Darüber berichte ich Ihnen gern bei unserem nächsten Treffen.