



# In guten Händen

Manuelle Behandlungen werden immer beliebter. Dazu zählt auch die Microkinesi. Therapeutin Regina Mayer-Dangl erklärt, wie sie alte Blockaden ertastet und auflöst

Interview: Andrea Hacke

# B

## Bei der Mikrokinesitherapie lesen Sie jeden Körper wie eine Landkarte und erfüllen mit den Händen, womit ein Mensch zu kämpfen hat. Wie kann ich mir das vorstellen?

REGINA MAYER-DANGL: Wir Therapeuten stützen uns auf die Arbeit des Physiotherapeuten Daniel Grosjean, der die Methode 1984 entwickelt hat. Damals ist er überall hingefahren, wo es Katastrophen gab, und hat sich angeguckt: Wo bildet sich Schock am Körper ab? Wo ein Trauma? Wo zeigt sich der Verlust von Lebensraum wie bei einem Erdbeben? Das gibt es auch für Krankheiten. Durch diese Erkenntnisse können wir heute genau bestimmen, was in einem Menschen gerade nicht rund läuft und wo er Hilfe braucht.

### Und wie erfüllen Sie das konkret?

Der Patient liegt in Kleidung vor mir, dann taste ich den Körper systematisch nach Themengebieten ab. Dann beginnt mein Gespräch mit dem Körper. Wenn das Gewebe unter meinen Händen beweglich ist und schwingt, gehe ich weiter, wenn es aber erstarrt ist, weiß ich: Dort kann der Körper keinen eigenen Heilungsprozess mehr in Gang setzen. An diesen Stellen beginnt dann mein Job.

### Weiß die Patientin nicht schon vorher, ob ihr Bein schmerzt oder ein altes Trauma noch in ihm nachwirkt?

Manchmal ja, oft liegt die Ursache aber nicht dort, wo es schmerzt. Es wird ja alles im Gewebe gespeichert: nicht auskurierte Krankheiten, psychische Belastungen, Verletzungen. Summieren sich die Überforderungen, wird es auch dem Körper zu viel.

### Microkinesi kommt aus dem Griechischen: Micro heißt klein, Kinesis ist die Bewegung. Was machen Sie im Falle einer Erstarrung?

Um das zu lösen, dehnen wir zum Beispiel einen Muskel so lange, bis er sich entspannt. Dieser Mechanismus funktioniert

auch noch Jahre, nachdem der Organismus eine Störung erlitten hat. So löschen wir krank machende Informationen, es gibt sozusagen ein Reset für den Körper. Mein Ziel ist es, dass der Mensch am Ende wieder alles alleine schafft.

### Angeblich sollen mit dieser Methode ja auch Autoimmunerkrankungen heilbar sein, ebenso Erschöpfungszustände, emotionale Verletzungen, Ängste. Klingt fast zu schön, um wahr zu sein...

Letztlich können wir bei allen Krankheiten unterstützen. Aber natürlich braucht es manchmal auch OPs oder Medikamente, die Mikrokinesi ist ja kein Wunderwerkzeug. Nur: Selbst Krebspatient\*innen wird es mit der Mikrokinesi besser gehen als ohne. Wer zu uns kommt, merkt spätestens nach der dritten Behandlung eine Veränderung. Und zwar zu 98 Prozent. Das klappt bei Babys wie bei Omas. Als ich

anfangs von dieser Methode hörte, war ich auch skeptisch. Aber die Praxis hat mir das Gegenteil bewiesen.

### Also drei Behandlungen in einer Woche, dann hüpfte ich quasi wieder durchs Leben?

Ganz so schnell geht's nicht. Die Behandlungen von einer Stunde bei Erwachsenen oder 30 Minuten bei Kindern liegen immer vier Wochen auseinander, wenn nicht etwas ganz Akutes ansteht. Der Körper muss die ganzen Kompensationsthemen ja erst mal auflösen, verarbeiten und wieder ins Schwingen kommen. Wenn jemand in seiner Mitte ist, harmonisch lebt mit seinem Job und eine gute Beziehung führt, hat derjenige mehr Regenerationskapazitäten als jemand, der gerade gestresst ist und sehr unglücklich. Im zweiten Fall dauert es halt etwas länger.

### Muss ich nach einer solchen Therapiestunde irgendetwas beachten?

Viel trinken, sonst könnte es zu Kopfschmerzen kommen. Und zwei, drei Tage sollten Sie dem nachgehen, was der Körper Ihnen anzeigt: Wenn er Ruhe braucht, geben Sie sie ihm. Wenn was Emotionales hoch kommt, lassen Sie das raus. Oft haben sich Frauen, vielleicht wegen der Kinder, in der Vergangenheit auch selbst zurückgestellt, aber der Körper wollte ganz woanders hin. Dann könnte man den Drang verspüren, etwas Neues zu beginnen. Man bekommt durch uns ein besseres Gefühl für sich selbst.

### Als würde man von Ihnen auf den richtigen Weg gestellt?

Ein fünfjähriger Junge, der vor der Behandlung immer sehr aggressiv war, hat es mal auf den Punkt gebracht und danach gesagt: „Jetzt ist das Puzzle in mir wieder zusammengesetzt.“

## MICROKINESI auf einen Blick

### Was kostet das?

Jede Behandlung dauert ca. eine Stunde und kostet 80 bis 150 Euro. Gesetzliche Krankenkassen zahlen für die alternativmedizinische Methode noch nicht.

### Wer bietet die Methode an?

Die Behandler\*innen sind z.B. Physiotherapeut\*innen, Heilpraktiker\*innen oder Ärzt\*innen, denn um sich in Mikrokinesi qualifizieren zu können, braucht man eine medizinische Ausbildung.

Weitere Infos und Adressen unter [microkinesi.de](http://microkinesi.de)



**Regina Mayer-Dangl**, 42, ist Heilpraktikerin in Ulm und Vorsitzende des Vereins „Mikrokinesitherapie e.V.“. Sie arbeitet zudem als Dozentin.