

ZWEI NEUE REGIONALLEITUNGEN IN LUZERN UND BASEL

Zweck des Vereins ist die Verbreitung, Pflege und Anwendung der Methode «Touch for Health» nach Dr. John F. Thie, Pasadena/USA, sowie anderer Kinesiologieformen, die zur Erhaltung der körperlichen, geistigen und seelischen Harmonie beitragen. Dazu werden in der ganzen Schweiz regelmässig Abende organisiert, an denen die Methode «Touch for Health» und «BrainGym®» geübt und vertieft werden können. Möglich machen dies ausgebildete TjH-Instruktoren und BrainGym®-Teacher oder ausgebildete KinesiologInnen, die engagiert diese Abende vorbereiten und durchführen.

Dieses Jahr konnten die Region Luzern und Basel neu besetzt werden. Gerne stellen wir vor:

Sarah Inderbitzin, Regionalleitung Luzern

Primarlehrerin und Mutter zweier Töchter, 6 und 8 Jahre alt und Kinesiologin mit Praxis SI Kinesiologie in 6430 Schwyz. Sarah hat im August 2020 die Regionalleitung für Touch for Health in Luzern übernommen.

Was hat Dich motiviert, die Regionalleitung für den Touch for Health Verein in Luzern zu übernehmen?

Zuerst einmal die Nähe zu Luzern. Dann, weil ich von der Technik Touch for Health, vor allem von der Einfachheit überzeugt bin. Ich sehe in meiner Praxis wie mit so Wenig, so etwas Einfachem so viel bewirkt werden kann. Wie man Kinder und Erwachsene in die Selbstheilung, Selbstbestimmung und Eigenverantwortung bringen kann. Diese kleinen einfachen Übungen weitergeben können, um zu sich selber zu kommen ohne dass ein grosser Kurs besucht werden muss; das motiviert mich. Und das beantwortet auch, warum ich als Kinesiologin tätig bin.

Was ist ein Erlebnis aus der Praxis, das Du mit uns teilen möchtest?

Eine Mutter kam mit einem 4-jährigen Bub zu mir, weil er Angst vor Ballonen hatte, resp. vor dem möglichen Knall beim Zerplatzen. Er betrat keinen Raum mehr mit Ballonen und auch auf der Strasse war es sehr schwierig. Also liess ich ihn einen der Tierkarten wählen, welche den Farbelementen zugeordnet sind. Er suchte sich den Löwen aus, schaute ihn an und ich hielt derweil seine Stresspunkte. Ich machte ESA mit der Tierkarte.

Wochen später traf ich die Mutter zufällig; Ballone waren seit der Sitzung kein Thema mehr. Eine einfache Balance die wieder so viel bewirkte.



Was macht Dich zu der Kinesiologin, die Du bist?

Ich schaue und höre «über die Grenzen», ich scheue mich nicht, unangenehme Fragen zu stellen. Wenn jemand mit einem Thema kommt, schaue ich darüber hinaus, versuche alles wahr zu nehmen und spreche die Person dann auch darauf an, wie z.B. ein kleines Hinken, eine eingesunkene Schulter. Oder dass ich Eltern einbinde; oft kommen Mütter und denken, ich «repariere» jetzt das Kind. Eltern sind jedoch ein grosser Teil des Themas vom Kind. Und das ist nicht immer angenehm.

Das kommt sicher auch von meinen zusätzlichen Ausbildungen zur Primarlehrerin sowie Zukunftsgestalterin. Dabei waren für mich die Bedeutung der Prägungsjahre eines Menschen bis zum 6. Lebensjahr sehr spannend, da sie einen enormen Einfluss auf unser späteres Leben, und wie wir damit umgehen, haben.

Welches sind für Dich die spannendsten Themen, mit denen Klienten zu Dir kommen?

Immer diese, die auch in mir etwas auslösen. Diese stossen mich an, selber weiterzukommen. Ich frage mich dann, warum lässt gerade dieses Thema mich nicht los? Dann schaue ich auch bei mir genau hin.

Hast Du ein Lebensmotto?

Im Hier & Jetzt zu sein und zu leben ist immer wieder ein Thema; Die Vergangenheit ist wichtig, vor allem, wie schon erwähnt, die Prägungsjahre. Aber das Leben findet JETZT statt, auch neben allem was man noch sollte und müsste.

Was ist Deine liebste Übung aus Touch for Health oder BrainGym®?

ESA – Emotionaler Stressabbau. Du kannst Sie jederzeit und überall anwenden, keiner merkt, dass Du etwas machst und die Wirkung ist riesig.

Was kommt Dir zu Winterschlaf in den Sinn?

Wärme, Zu-sich-kommen, Schönheit. Draussen ist es kalt, im Innern warm. Zeit miteinander nutzen, ohne schlechtes Gewissen drinnen sein dürfen. Kräfte sammeln. Ich als Mutter mit zwei Kinder DARF drinnen sein. Wir feiern diese Zeit der näheren Gemeinsamkeit auch richtig. Es ist auch die Zeit, in der man sich rausnehmen darf. Man muss nicht mehr gleich funktionieren wie im Frühling oder Sommer. Das ist für mich der Winterschlaf...

Rita Weiss Cavegn, Regionalleitung Basel

Kinesiologin und Klangtherapeutin mit Praxis für Kine-



siologie in Liesthal. Rita wird ab Januar 2021 die Region Basel leiten.

Was hat Dich motiviert, die Regionalleitung für den Touch for Health Verein in Basel zu übernehmen?

Ich war vor ein paar Jahren mal an einem der Übungsabende. Nun habe ich festgestellt, dass es keine Leitung mehr gab. Da ich einen grossen Raum, die Kompetenz und Freude an Touch for Health habe, habe ich mir gedacht, warum nicht? Ich finde es schön und wichtig, dass es die Möglichkeit gibt, die einmal gelernte Methode auffrischen zu können, dass Gleichgesinnte zusammenkommen und sich austauschen können.

Was ist ein Erlebnis aus der Praxis, das Du mit uns teilen möchtest?

Ich darf eine junge Frau in ihrem Sterbensprozess begleiten. Dabei führen wir vor allem Gespräche über Gott und die Welt, alles was sie gerade bewegt. Nachdem ich ihr die Meridiane stärke (ein austesten ist nicht möglich), ist es eindrücklich den Vorher-Nachher-Effekt wahrzunehmen. Nach der Stärkung ist sie in ihrem ganzen Ausdruck gestärkt, frischer, spritziger... Ich freue mich, wenn sie dann sogar noch etwas frech werden kann. Meridiane streichen, eine einfache Technik, die so viel Freude auslösen kann.

Was macht Dich zu der Kinesiologin, die Du bist?

Ich bin jemand der alles gibt; so bin ich auch während des Lockdowns immer in Verbindung mit meinen Klienten geblieben.

Welches sind für Dich die spannendsten Themen, mit denen Klienten zu Dir kommen?

Interessanterweise habe ich im Moment gehäuft Jugendliche, die mit spirituellen Themen zu mir kommen, sich Gedanken um Geist- oder Sagen-Wesen machen. Diese Themen lösen Ängste und Unsicherheiten aus, die wir miteinander aufnehmen.

Hast Du ein Lebensmotto?

Offen zuhören; mit dem Herzen auf die Leute zugehen und ohne zu werten einfach zuhören.

Was ist Deine Liebste Übung aus Touch for Health oder BrainGym®?

Wenn es mir grad nicht so gut geht, sei es körperlich oder mental, fahre ich mir die wichtigsten Meridiane. Das stärkt mich und bringt mich wieder in meine Mitte.

Was kommt Dir zu Winterschlaf in den Sinn?

Sich in den Winterschlaf zu bringen, das wäre doch im Moment wahrscheinlich nicht die schlechteste Lösung im Hinblick auf die Weltsituation!... Im Ernst; ich bin wettermässig nicht so der Wintermensch, ich liebe Licht und Helligkeit. Die kurzen Tage einfach verschlafen zu können, das wäre schon meins.

Lust unsere Regionalleitungen persönlich kennen zu lernen und an einem unserer Balance-Abende teilzunehmen?

Informationen und Kontaktadressen findest Du auf unserer Homepage www.tfh-Verein.ch. Wir suchen auch Verstärkung im Vorstand und für das Sekretariat. Melde Dich!

