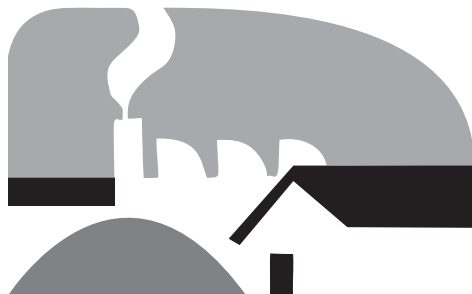




# WIRTSCHAFT



Das eigene Gleichgewicht wiederfinden

## Hilfe auf dem Weg zur inneren Balance

Seit gut zwei Jahrzehnten ist Denise Bitterlin auf komplementäre Heilmethoden wie Kinesiologie, Psychosomatik, Craniosacral-, Licht-, und Klangtherapie spezialisiert. Diese sind von den Krankenkassen anerkannt und nachweislich wirksam. Doch worum geht es dabei wirklich und was bringt's? Die NBB hat nachgefragt.

Wer die Dienste von Denise Bitterlin in Anspruch nimmt, hat es oft nicht leicht. «Häufig sind es Menschen, bei denen die Schulmedizin ansteht, den Leidensdruck nicht dauerhaft lindern kann», erklärt sie. Ihre komplementären Therapieansätze sind anders – und erwiesenermaßen wirksam. Dennoch bleiben viele Menschen skeptisch. Und Denise Bitterlin reagiert darauf mit hoher Professionalität. Das zeigen schon ihre Praxisräume, in denen warme Farben, lichtdurchflutete Räume, Kunstwerke und farbenprächtige «Kraftbilder» die Szenerie prägen.

Das Resultat verblüfft: **Harmonie und Ruhe statt weisser Sterilität und Wartezimmeratmosphäre, Entspannung statt Nervosität vor dem Arztbesuch.** Das ist schön. Und man glaubt Denise Bitterlin, wenn sie sagt: «Ich nehme die Probleme der Menschen ernst. Und ich weiss, dass ich oft wirksame Wege aufzeigen kann, um wieder ins Lot zu kommen, gesund zu werden und es auch zu bleiben.» Was ihr dabei hilft, sind eine fundierte Ausbildung, langjährige Erfahrung und ein ganz besonderes Gespür. Dieses ermöglicht es ihr, Blockaden von Körper, Seele und Geist aufzudecken, die psychische oder physische Leiden provozieren.

### Am Anfang stand auch bei ihr die Selbsterkenntnis

Genau an dieser Stelle sind wir auch am Knackpunkt. «Spüren», «Seele und Geist», «Energiefluss», «innere Balance». Mit diesen Begriffen kann mancher in unserer technophilen, wissenschaftlich aufgeklärten Welt wenig bis gar nichts anfangen. Auch Denise Bitterlin dachte einmal so – bis eigene Erfahrung sie lehrte, dass die Schulmedizin nicht alles ist. ⇨



*Denise Bitterlin betreibt in Balterswil-Itaslen die Praxis «apbalance» für angewandte Kinesiologie und weitere komplementäre Therapiemethoden.*

«Ich litt an wiederkehrenden Kopfschmerzen, vertraute «sec» auf die Schulmedizin. Doch die Schmerzen blieben, kamen häufiger, intensiver. Es war reine Symptombehandlung mit Pillen. Die Ursache aber blieb ungeklärt. Irgendwann stieg ich auf komplementäre Therapien um, lernte die Kinesiologie kennen. Und die half!»

Seither ist sie überzeugt: **«Die Schulmedizin hat absolut ihre Berechtigung. Doch sie ist eben nicht alles. Es gibt komplementäre, also <ergänzende> Therapien, die auch wirksam sind.»** Diese Erkenntnis – und die Geburt ihres Kindes – markierten den Wendepunkt. Denise Bitterlin machte sich schlau. Und je mehr sie lernte, umso klarer wurde ihr: **Veränderung und Entwicklung sind nur möglich, wenn wir unsere selbst geschaffene Realität hinterfragen.** Erst diese Selbstwahrnehmung, eine tiefe Achtsamkeit für uns selbst, also ein «gesunder Egoismus», würden es uns erlauben, zu analysieren, **wie wir uns wirklich verhalten, wie wir leben, arbeiten, schlafen, denken, essen, handeln, fühlen.** Und wie sich all das in Summe auswirkt – auf unser Leben, unser Wohlbefinden, unsere Balance. «Wir müssen sozusagen

aus der Vogelperspektive auf uns selbst schauen, uns in unserer gesamten Ausbreitung betrachten. Nur so können wir Möglichkeiten, die in unserer konventionellen Realität gar nicht existieren, überhaupt erkennen», sagt sie.

### **Top-Ausbildung und stetes Lernen**

In der Folge machte sie ein **Intensivstudium in angewandter Physiologie mit spezieller Vertiefung auf Kinesiologie** in Arizona, USA. Und zwar bei Richard D. Utt, Gründer und Erforscher der Methode. Nach dieser professionellen Grundausbildung absolvierte sie am Institut für Angewandte Kinesiologie, IAK, in Freiburg (D) weitere Meisterkurse in Kinesiologie. Dort besucht sie übrigens auch heute noch mehrfach im Jahr Fortbildungen. «Um up to date zu bleiben», wie sie sagt. Zudem bildete sie sich in **Craniosacral-, Klang- und Lichttherapie sowie Psychosomatik** weiter, lernte alles über Akupressur sowie die Wirkung und die Anwendung australischer Buschblütenessenzen und ätherischer Öle. All das zusammen (und noch einiges mehr) verbindet sie zu einem ganzheitlichen Ansatz. **Die Kinesiologie bildet dabei den Kern.**





**Klangtherapie:**  
*Mithilfe spezieller  
Stimmgabeln kann  
Denise Bitterlin die  
energetische  
Resonanz zwischen  
der Mutter und  
dem werdenden  
Kind aktivieren  
und in Einklang  
bringen.*

## Kinesiologie: Mehr als ein Kunstwort

Kinesiologie setzt sich aus dem griechischen «Kinesis» (Bewegung) und «Logos» (Lehre) zusammen und beschreibt die **Lehre der Bewegung im Körper im Zusammenhang mit den Meridianen**. So bezeichnet die traditionelle chinesische Medizin (TCM) jene Bahnen, in denen die Lebensenergie (Qi) fließt. Die Meridiane sind sowohl mit den Organen als auch mit der Psyche verbunden. Wird der Energiefluss durch psychische, strukturelle oder stoffwechsel- und ernährungsbedingte Faktoren gestört, gerät das fragile innere Gleichgewicht ins Wanken. Die Folge ist ein verändertes körperliches (Schmerzen), emotionales (Angst, Trauer) und seelisches (Depression, Burn-Out) Erleben.»

**Viele «Zivilisationskrankheiten» sind auf eine Verschiebung der Energiebalance zurückzuführen** – etwa Stress, Rückenverspannungen, psychische Blockaden, Lernschwierigkeiten, Allergien und Stoffwechselstörungen, aber auch Schlafprobleme und stete Erschöpfung.

**Die Kinesiologie kombiniert die Methoden der chinesischen Lehre** (Akupressur, Diätetik, Kräuter) **mit Erkenntnissen aus Medizin, Pädagogik, Psychologie, Physiologie, Chiropraktik und moderner Hirnforschung**. Mittels eines speziellen Muskeltests können Disharmonien und Blockaden aufgespürt werden. Dafür

braucht es viel Erfahrung seitens der Therapeutin – und aktives Mitwirkung der Klienten.

## Ohne Compliance geht es nicht

«Ich halte nichts davon, wenn Ärzte Patienten zu einer Therapie, egal welcher Art, überreden oder gar zwingen», sagt Denise Bitterlin. **«Gerade bei der Kinesiologie ist Compliance, also partnerschaftliches, vertrauensvolles Miteinander, essenziell.»** Mit der Einnahme von Kräutern oder ein «paar Sitzungen» mit Akupressur, Licht- oder Klangtherapie, ist es nicht getan. Zwar sind die Erfolge meist rasch sichtbar. Langfristig aber soll die betroffene Person ihr Potenzial erkennen, stärken und leben. **«Ich finde heraus, wo der «Knoten» im System liegt, der den Energiefluss und die Balance stört.** Zurückfinden in die eigene Mitte müssen die Menschen aber selbst. Ich zeige ihnen auf, welche Wege es gibt und unterstütze sie dabei, ein klares Ziel zu formulieren und dieses mit Freude und Motivation zu verfolgen», so Denise Bitterlin.

Dazu tut sie für die Klienten, was sie einst für sich selbst tat: **Sie betrachtet das ganze Bild, spürt systematisch vorhandene Disharmonien auf – und zeigt den Betroffenen ihre Möglichkeiten auf.** Und die sind keineswegs exotisch. Doch werden sie von den in ihrer eigenen ➔

erlernten Realität lebenden Klienten in aller Regel einfach nicht erkennt. **«Manchmal helfen kleine Umstellungen der Ernährung** oder auch nur schon der Zeit, zu der die Hauptmahlzeit des Tages verzehrt wird, wahre Wunder», erklärt Denise Bitterlin. **Bei anderen Menschen haben körperliche Beschwerden eine seelische Wurzel.** Etwa, wenn jemand es immer allen Recht machen will – und sich selbst darüber völlig vergisst. «Wir alle kennen das: Wir laufen lang auf dem richtigen Weg. Dann fangen wir an, abzudriften. Ein bisschen nur, und nur einmal – weil es grade nötig ist. Etwas mehr – weil es erwartet wird. Noch ein wenig – weil es grade passt. Und plötzlich haben wir uns völlig verlaufen. **Wenn dieser Selbstverlust körperlich krank macht, stösst die Schulmedizin oft an Grenzen. Dann kann die Kinesiologie Wege aus dem Labyrinth zeigen.** Die Lösung des Ungleichgewichts, das Potenzial zur Veränderung, liegt dabei in den Betroffenen

selbst. Denise Bitterlin hilft ihnen «nur», dieses Potenzial zur **Selbstheilung zu aktivieren, ihre Mitte wiederzufinden und so ihre Gesundheit zu stärken und zu erhalten.**

Das funktioniert auch bei Kindern. Ganz hervorragend sogar. Denn die haben noch keine verhärteten eigenen Realitäten, sind empfänglich für das, was ihre Energie ins Lot bringt. «Manche spüren sogar die Energie anderer Wesen. Aber nur, bis die Gesellschaft es ihnen abtrainiert – etwa mit Ritalin», sagt Denise Bitterlin. **Damit das nicht passiert, arbeitet sie gezielt mit solchen «speziell begabten» Kindern. Und das mit grossem Erfolg.** Doch das ist eine andere Geschichte. *Redaktion*

**Kontakt:** apbalance, Denise Bitterlin, Hofacker 8, 8362 Balterswil-Itaslen, E-Mail: denise@apbalance.ch, Tel. 071 971 45 14, Internet: [www.apbalance.ch](http://www.apbalance.ch).



## Kraftbilder

In Ergänzung zu ihrer therapeutischen Arbeit malt Denise Bitterlin auch individuelle «Kraftbilder». Diese fertigt sie ohne Pinsel, von Hand, mit Pastell- und Seidenkreiden an. «Nur so kann die Energie fließen», sagt sie. **Die energiegeladenen Kunstwerke unterstützen den Heilungs- und Selbstfindungsprozess, harmonisieren die Energie im Raum und beleben mit ihren auf die jeweilige Person abgestimmten, leuchtenden Farben und Formen die Lebensumgebung.** Die Bilder werden jeweils für eine Person gezielt angefertigt, daher gleicht keines dem anderen.



## Ausstellungen

Denise Bitterlin wird vom **4. bis 6.11.2016 auf dem Greuterhofmarkt in Islikon** ausstellen. Und von **November bis Januar** können ihre Werke in einer Ausstellung im **Café Central in Kirchberg** bewundert werden.