

Christian Jäger

# Palmtherapy® (Handflächentherapie)

## Erfolgreiche und schnelle Behandlung von Angststörungen

Laut Expertenaussagen hat die Angst in den letzten Jahrzehnten in der Allgemeinbevölkerung der Industrieländer deutlich zugenommen. „Fast jeder fünfte bis siebte Mensch entwickelt im Laufe seines Lebens eine Angsterkrankung von Behandlungswert. Somit machen Angst und Depression (welche eng miteinander verbunden sind) die häufigste Gruppe psychischer Störungen aus.“, so die Aussage von Professor Jürgen Margraf vom Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie an der Universität Basel in einem kürzlich veröffentlichten Interview. (1)



Abb.1: Schon Aristoteles sagte: „Die Hand gleicht der Seele, denn wie die Hand das Werkzeug ist, so ist der Geist die Form aller Formen und die Wahrnehmung die Form alles Wahrnehmbaren“.

Obwohl die Angst als ein wichtiges Gefühl und für das Überleben von essenzieller Bedeutung ist, so kann sie verselbständigt nicht nur das Leben erheblich einschränken, sondern auch Heilungs- und Regenerationsprozesse blockieren. Darüber hinaus verhindert Angst auch die für die Heilung so wichtige Fähigkeit in der Lage zu sein, Entscheidungen zu treffen, um eine Änderung von destruktiven Lebensgewohnheiten vornehmen zu können.

Eine interessante Option zur erfolgreichen, nachhaltigen und schnellen Behandlung von Angststörungen und emotionalen Leiden ist die Palmtherapy® (engl. Handflächentherapie) – eine reflektorische Energieausgleichsmethode über die Handflächen, die der israelische Professor für Akupunktur und Naturheilverfahren Dr. Moshe Zwang in über 20-jähriger Entwicklungsarbeit hervorgebracht hat.

Die Methode basiert einerseits auf der medizinischen Tatsache, dass die Hand, die auf den ganzen Körper bezogen einen relativ kleinen Raum einnimmt, mit großen Arealen der sensorischen und motorischen Gehirnrinde in

Verbindung steht. Andererseits konnte Dr. Moshe Zwang seine Erfahrungen aus der Akupunktur, Akupressur und der wissenschaftlichen Handanalyse (Chirologie) gebietsübergreifend miteinander verbinden und als Therapie wirksam machen.

Während seiner Militärzeit als Offizier der israelischen Handelsmarine lernte Dr. Moshe Zwang das Kulturgut vieler Völker kennen und verglich deren Denkweisen mit dem Jahrtausende alten Wissen der Handlesekunst.

**Die Beobachtungen führten zu einer verblüffenden Hypothese:**

Wenn Gehirnaktivitäten die Linien der Handinnenflächen als gelebte nach außen projizierte Charaktereigenschaften prägen, so sollte es auch umgekehrt möglich sein, diese über eine spezifische Stimulation beeinflussen zu können.

Und tatsächlich: Schon bald konnte Dr. Zwang durch eigene Versuche seine Hypothese mit sensationellen Ergebnissen an Patienten belegen. „Über diesen wechselseitigen Informationsaustausch (das heißt von der Hand zum Gehirn und vom Gehirn zur Hand) wirkt die Hand im Grunde genommen wie die Tastatur eines Computers. Wenn man weiß, wo man drücken muss, so ist es möglich, gewünschte und reproduzierbare Resultate zu erzielen“, so Dr. Zwang.

Dr. Moshe Zwang hat es geschafft, die Reflexzonen einzelner Hirnareale und deren Funktion in den Händen herauszuarbeiten und therapeutisch nutzbar zu machen. Die erstaunliche Wirkung seiner neu geschaffenen Therapie erstreckt sich in der erfolgreichen Behandlung von tief sitzenden Ängsten, Phobien und traumatischen Erinnerungen bis hin zu Gefühlszuständen wie Wut und Leid.

Dr. Moshe Zwang wurde nach der Veröffentlichung seines Buches „Palmtherapy – Program Your Mind through Your Palms“ von amerikanischen Fernsehsendern eingeladen und konnte seine Methode live vor Millionen von Zuschauern eindrucksvoll demonstrieren.

Auch in Deutschland stellte 2002 der Heilpraktiker Patrick Römer, der als erster Deutscher in dieser Methode ausgebildet wurde, in der Sendung „Bei Fliege“ mit großem Erfolg die schnelle Wirksamkeit der neuen Methode vor laufender Kamera unter Beweis.

## Eine Definition

Palmtherapy® wird als eine Energieausgleichsmethode mittels Stimulation über die Handflächen definiert und ist somit mit keiner anderen bekannten Therapieform vergleichbar. Der hier vorgestellte Therapieansatz steht für einen nicht pharmazeutischen Eingriff mit dem Ziel der Entspannung und Stressreduktion. Er ermöglicht einen einfacheren Wechsel zu neuen Denk- und Verhaltensmustern. Aus diesem Grund kann es erfahrungsgemäß zu raschen Verbesserungen von Stimmungen und Gesundheit kommen.

Palmtherapy® ist weder eine Psychotherapie noch eine medizinische Behandlung, und trotz der überzeugenden Ergebnisse, die mit dieser Methode erzielt werden, soll und kann sie eine psychiatrische / medizinische / psychologische Diagnosestellung oder Behandlung nicht ersetzen. Es wird großen Wert darauf gelegt, das hiermit keine „Wunder“ vollbracht werden, sondern eng mit Ärzten und

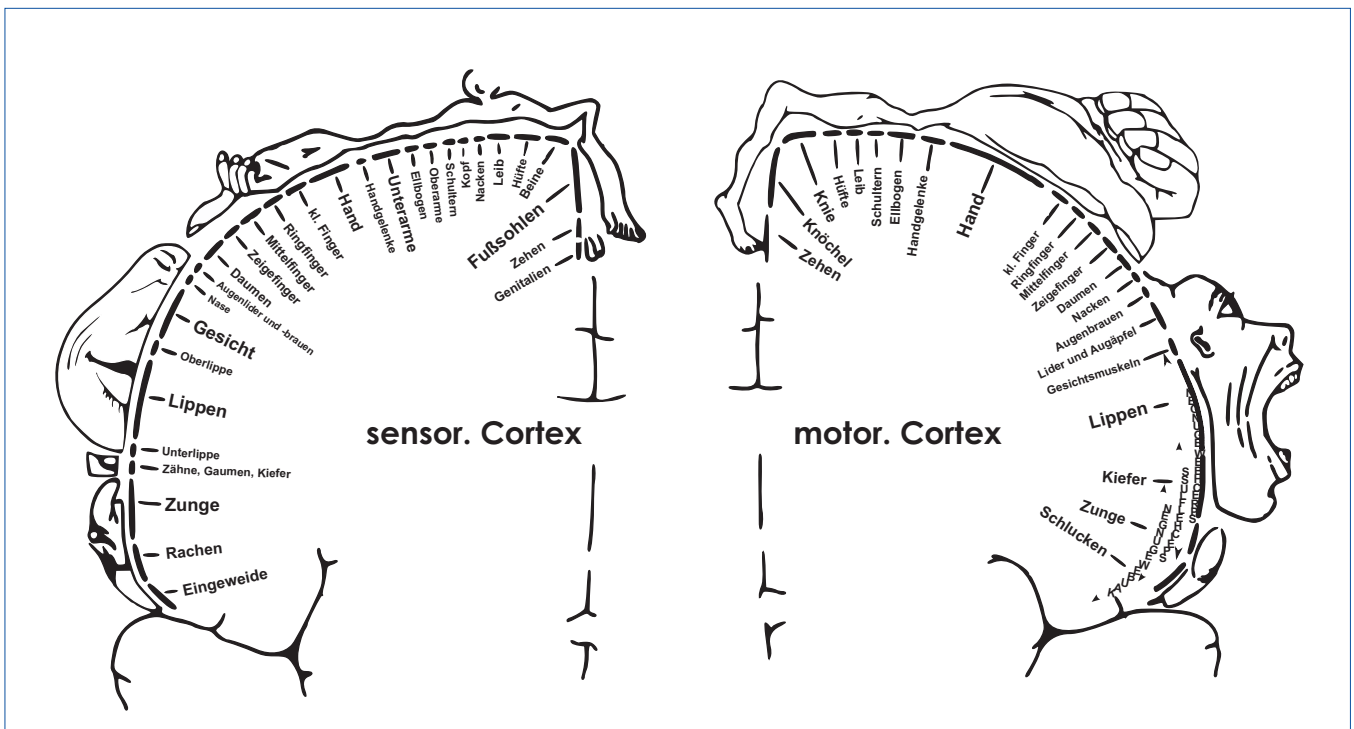


Abb. 2: Homunkulus: Die Hände (incl. der Finger) als größte Repräsentanz des sensorischen und des motorischen Cortex

Wissenschaftlern aller Fachrichtungen zusammengefasst wird und die Ergebnisse weiter erforscht werden.

Die Palmtherapy® wurde vom medizinischen Ethik-Ausschuss in Helsinki als vertrauenswürdiges Therapieverfahren eingestuft und somit für weltweite klinische Studien befürwortet. So wurden erst kürzlich im renommierten amerikanischen Oxford Journal die erfolgreichen Ergebnisse der ersten klinisch durchgeführten randomisierten Doppelblindstudie veröffentlicht. (Die Studie kann über den Verband, siehe Kasten, angefordert werden.)

## Die Vorgehensweise

Ähnlich wie die bekannten Handreflexzonen bezogen auf die einzelnen Organe und Organsysteme wirken, hat sich herausgestellt, dass spezifische Bereiche der Hand, kombiniert mit einer speziellen Drucktechnik, eine entsprechende ausgleichende Funktion auf das menschliche Gehirn und dessen bekannte Strukturen haben. Bei einem Versuch im Labor von Professor Rauch an der Universität Harvard konnte 1996 nachgewiesen werden, wie bereits schon die Stimulation einer bestimmten Stelle der Hand durch eine Akupunkturadel eine Deaktivierung der Schmerzzentren des Gehirns bewirkte.

Der in Palmtherapy® ausgebildete Therapeut drückt mit den Nägeln seiner Finger bestimmte Punkte der Handinnenfläche des Patienten wahlweise rechts, links oder beidseitig. Durch diesen sehr spezifischen Reiz wird allgemein die Gehirntätigkeit beruhigt, und es findet dadurch eine starke Fokussierung auf das gewünschte Thema statt. Eine gezielte Gesprächsführung mit emphatischer verbaler oder nonverbaler Kommunikation unterstützt

diesen Prozess und ermöglicht dem Patienten einen Informationsaustausch. Dieser Informationsaustausch erfolgt nach bestimmten Regeln und passt sich der Einmaligkeit der jeweiligen Behandlung an.

Die Neutralität des Patienten erhöht sich, und dadurch verändert sich seine Wahrnehmung. Probleme können jetzt aus einem erstaunlich veränderten, objektiveren Blickwinkel betrachtet werden. Somit kann der Patient seine Denkweise verändern und konstruktive Entscheidungen für sich treffen und Lösungen aus eigenen Erfahrungen kreieren.

Dies ist die Basis, um sowohl unliebsame oder störende Verhaltensweisen bzw. Charaktereigenschaften durch neue, erwünschte zu ersetzen.

Dr. Moshe Zwang hat – ursprünglich von 365 Punkten und weiteren 1.000 Endpunkten der Meridiane ausgehend – inzwischen mehr als 10.000 Punkte in der Hand identifiziert, die die unterschiedlichsten Funktionen im Körper repräsentieren.

## Einsatzgebiete

Die Wirkung der Palmtherapy® umfasst nicht nur die Befreiung von Sorgen und Nachwirkungen traumatischer Erlebnisse. Auch bei den nachfolgend genannten Punkten wurden bereits erfolgreiche Ergebnisse erzielt:

- Sämtliche Angststörungen (früher: Neurosen), generalisierte, akute oder chronische Angststörungen, phobische Störungen
- Panikstörungen
- Zwangsstörungen
- Hypochondrische Störungen
- Reaktionen auf schwere Belastungen und

Anpassungsstörungen

- Somatisierungsstörungen (häufig wechselnde körperliche Symptome)
- Anhaltende Schmerzstörungen
- Psychosomatosen
- Essstörungen (Anorexia nervosa, Bulimia nervosa)
- Missbrauch psychotroper Substanzen – Suchtverhalten (Nikotin, Alkoholismus etc.)
- Leichte bis mittelgradige depressive Episoden
- Schlafstörungen
- Trauer
- Traumatische Erlebnisse
- Trennungsschmerz
- Wutausbrüche
- Emotionale Belastungen bei physischer Erkrankung
- Überwindung von Hemmungen, Widerständen
- Lern- und Konzentrationsschwierigkeiten
- Stressbewältigung
- sexuelle Funktionsstörungen
- Allergiebehandlung
- Sprachstörungen
- einschränkende Verhaltensmuster
- Persönlichkeitsentwicklung
- Unterstützung von Entwicklungs- und Regenerationsprozessen
- ADHS

Daraus ergeben sich heute für Praxis, Klinik und Beratung sehr vielfältige und breit gefächerte Einsatzmöglichkeiten.



Abb. 3: Gezielte Stimulation während einer Palmtherapy®-Behandlung.

### Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Therapieverfahren

Die Palmtherapy® hat sich in den letzten Jahren in Kombination mit anderen bekannten Therapieverfahren (naturheilkundliche und schulmedizinische) erfolgreich bewährt und wird heute bereits vielerorts in Praxis und Klinik unterstützend und / oder ergänzend eingesetzt.

### Kasuistiken

Inzwischen gibt es eine große Zahl von Fällen, in denen mit dieser Methode Menschen in den verschiedensten Lebenssituationen geholfen werden konnte. Die Betroffenen waren meist von der Effektivität überwältigt, denn oft hatten die entsprechenden Ängste und Phobien jahrzehntelang ihr Leben beeinträchtigt, wenn nicht sogar beherrscht.

Auch ich selbst habe in meiner Praxis bereits erstaunliche Erfolge erzielen können: So kam eine Patientin (23 Jahre) mit einer seit der Kindheit bestehenden Hundephobie zu mir in die Praxis. Die Angst vor Hunden war so stark, dass sie sich tagelang nicht aus dem Haus traute. Nach 8-jähriger psychotherapeutischer Behandlung war es nicht gelungen, diese Phobie erfolgreich zu behandeln.

Nach einer ca. 60-minütigen Sitzung gelang es, dass die junge Dame ihre große Angst ablegen und erstaunt, aber erleichtert meine Praxis verlassen konnte. Schon am nächsten Tag besuchte sie mich freudestrahlend mit ihrem eigenen „Therapiehund“ in meiner Praxis.

### Forschung

Damit vom Patienten neue Entscheidungen Gehirnbereich feststellen. Aufnahmen des Gehirns von Suchtkranken, manisch-depressiven Personen oder bei Lern- und Konzentrationsstörungen verdeutlichen, dass es hier zu teils eindrucksvollen Verschiebungen des Blutflusses (einer Form der energetischen Verteilung) kommt. Auch unterschiedliche Dichteverhältnisse der grauen wie weißen Substanz in bestimmten Bereichen sind zu sehen. Derart über- oder unterversorgt können Fähigkeiten nicht oder nur zum Teil genutzt werden.

Psychopharmaka können ebenfalls in den Prozess des Hirnstoffwechsels eingreifen und bewirken somit direkt

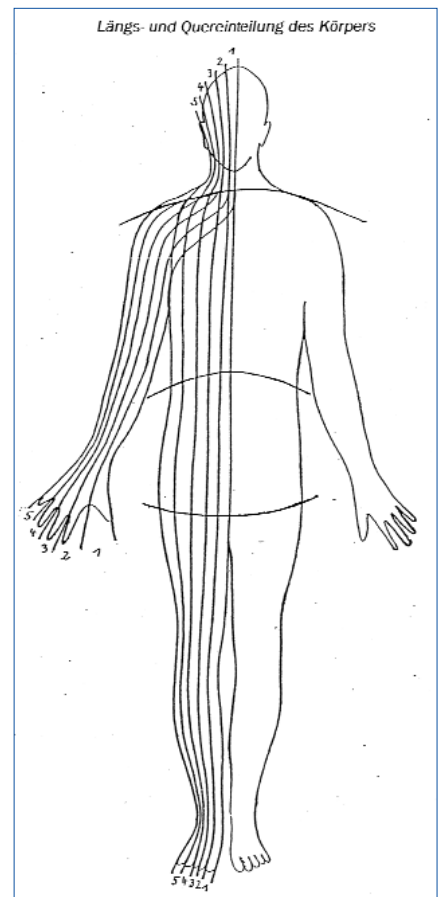


Abb. 4: Reflexologie-Meridiane in der Längs- und Quereinteilung des Körpers von Dr. Zwang

und Ziele im Leben positiv umgesetzt werden können, kann die Palmtherapy® auch beim Erlernen – Ausbilden / Fördern hierzu benötigter Fähigkeiten hilfreich sein. Durch reflektorische Stimulationen einzelner Hirnbereiche über die Handflächen kann das Umtrainieren und Umlernen bzw. der Ausbau bestimmter kognitiver Fähigkeiten unterstützt werden.

Durch moderne bildgebende Verfahren wie PET (Positronenemissionstomografie), fMRT (funktionelle Magnetresonanztomographie) oder SPECT (Single-Photon-Emissionscomputertomografie) lassen sich verschiedene Veränderungen beobachten: Zum einen sind dies neuronale Erregungen des so genannten sensorisch-motorischen Rindenfeldes, die durch Reize<sup>1</sup> entstanden sind, und zum anderen kann man eine Verlagerung der Durchblutung bzw. Blutzirkulation in den entsprechenden

<sup>1</sup> Definiert man Reize (z. B. emotionale, physische, soziale oder mentale Reize), die über die Sinnesorgane wahrgenommen werden als Informationen, die eine momentane Angst auf bestimmte Gefühle erzeugt und der eine körperliche Reaktion folgt, dann findet der Mensch in diesem Moment keine passende Lösung mit diesen Reizinformationen umzugehen. Der Körper reagiert dann auf Angst mit Stress durch bekannte Symptome, wie vermehrter Ausstoß des Hormons Adrenalin, Herzrasen, Bluthochdruck, ein erhöhter Cholesterinspiegel im Blut sowie Muskel- und Nervenanspannung. Anlaufpunkte für die Informationsverarbeitung dieser Sinnesreize, sind die Areale der Großhirnrinde.



### Christian Jäger

führt eine Praxis für Naturheilverfahren in Deutschland, eine Gesundheitspraxis in Zürich und leitet IPTA zertifizierte Aus- und Weiterbildungsprogramme zum Thema Palmtherapy® für die SGPC, Dozententätigkeit im Biologisch-medizinischen Netzwerk von Dr. Rau.

Aus- und Weiterbildungen: Zertif. in Palmtherapy®, mit Lehrbefähigung IPTA, zugelassener Schweizer Naturarzt, zertifiziertes A-Mitglied in der Naturärzte Vereinigung der Schweiz, Gründungs- und Vorstandsmitglied der SGPC, weitere Ausbildungen in modernen und traditionellen Naturheilverfahren, biologischer Medizin, Kinesiologie, bioenergetisches Management nach Dr. Lohnes. Langjährige Erfahrung in der Europäischen Wirtschaft als selbständiger Unternehmer.

#### Kontakt:

Verband SGPC Schweizerische Gesellschaft für Palmtherapy® und Chirologie in Zürich  
Tel.: 0041 / 43 / 5389530, Fax: 0041 / 43 / 5389976  
sekretariat@sgpc.ch, www.sgpc.ch

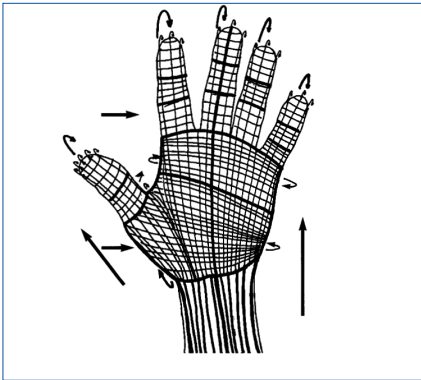


Abb. 5: Das „Super Hand Meridiansystem“, entdeckt von Dr. Zwang basierend auf der Theorie von Prof. Dr. Calligaris Italien (1876-1944)

oder indirekt einen entsprechenden durchblutungsfördernden oder -hemmenden Effekt. Ein Nachteil ist, dass keine neue Gedankenwelt aufgebaut wird. Psychopharmaka bieten daher keine endgültige Lösung, um den Denkprozess des Patienten zu unterstützen, damit er sein ursprüngliches Problem erkennen kann.

**Palmtherapy®**  
hingegen kann  
positive Gefühle  
stimulieren und eine Basis für konstruktives  
Denken ermöglichen.

Möglicherweise trägt diese Methode ähnlich wie die Akupunktur dazu bei, Energieunterschiede und bereits im Körper vorhandene Stoffe (zum Beispiel Neurotransmitter oder körpereigene Hormone) in ihrem Angebot auszugleichen und die im Gehirn erfolgreich zur Problemlösung und Angstbewältigung eingesetzten neuronalen Verschaltungen zu bahnen.

Obwohl es wichtig ist, die Funktionsmechanismen des hier vorgestellten Therapieansatzes



Abb. 6: In der wissenschaftlichen Handanalyse (Chirologie) gebräuchlicher Handabdruck mit erkennbaren Handlinien.

## Die Internationale Palmtherapy® Assoziation IPTA

Therapeuten und Angehörige medizinischer Berufe können unter Berücksichtigung ihrer beruflichen Zulassung an einem Zertifikationsprogramm nach den Richtlinien der IPTA teilnehmen und sich zum „Palmtherapist“ (engl. Handflächen-therapeuten) ausbilden lassen.

Dieses Zertifikationsprogramm ist bereits im Bundesstaat Kalifornien (USA) als berufliche Weiterbildungsmaßnahme für Ärzte anerkannt und wird u. a. als Bescheinigung für das Hochschulprogramm an der American Pacific University akzeptiert.

Leider gibt es in Deutschland und der Schweiz bereits unseriöse Therapeuten, die eine Handflächentherapie nach Moshe Zwang anbieten und ohne Lehrbefähigung schulen. Diese Praktiken haben mit der Palmtherapy® nichts zu tun, sind unvollständig, falsch und daher nicht unbedenklich! Jeder Therapeut erhält eine Zertifikationsnummer von der IPTA zugeteilt und ist auf den einzig offiziell anerkannten Webseiten der IPTA und der SGPC zu finden.

mit den aktuellen wissenschaftliche Methoden kritisch zu hinterfragen, so sind Befunde und chemische Prozesse zu analysieren und zu messen nicht alles. Es geht um wesentlich mehr als um Gehirnbereiche, Neurotransmitter, Hormone, Neuropeptide etc. Nichts davon kann uns die Verantwortung für das, was wir fühlen, denken und handeln, abnehmen.

Die Empathie zum Patienten zu seinen Gefühlen und seinen erlebten Erfahrungen kommen oft im rein schulmedizinischen Alltag zu kurz und werden von der Wichtigkeit meist unterschätzt. Hier schlägt die Stunde für alle ganzheitlich arbeitenden Therapeuten – und die Palmtherapy® kann für sie ein effektives Werkzeug sein.

## Ausblick

Nach der Veröffentlichung der ersten o. g. klinischen Doppelblindstudie ist die Palmtherapy® auf reges internationales Interesse bei Hirnforschern, in den Bereichen Kardiologie, Neurokardiologie, Psycho-Neuro-Immunologie und der biologischen Medizin gestoßen. Daher werden im gegenseitigen Austausch weitere Berichte über neue Erfahrungen, Forschungen, Zusammenhänge und Kombinationsmöglichkeiten folgen.



## Literaturhinweise

- (1) Prof. Margraf Interview Doc Check 2007  
Zwang, Moshe; Palmtherapy®; Ultimate Mind  
Publisher, Los Angeles, California 1995  
Nature publishing group ® articles;  
[www.nature.com/neuroscience](http://www.nature.com/neuroscience)