

Aus solchem Erkennen heraus wurde die Angriffsweise offenbar zur Zurechtrückung oder Umstellung des menschlichen Körpers nach jenem Vorbild zielbewußter Innervation, zielbewußtem Ausgleichsbestreben, zu meiner Bearbeitungsweise der Körperzonen, meinem besonderen Arbeitssystem. Ein Hineinlauschen, Hineinhorchen in den Organismus, soweit es der Nichtärztin nur möglich ist. Die bekannten Begriffe: Atemtechnik, Gymnastik, Massage wuchsen, wurden ganz anders, als man im allgemeinen sie aufzufassen gewöhnt ist.

Zunächst wird jeder Körper selbstverständlich individuell einer Durchsicht unterzogen, welcher Korrekturen er bedarf in seiner Skelett-Anlage, in der Stellung seiner Gelenke vom Fuß bis zum Kopf, in Haltung, später auch in Bewegung. Ferner wird eine Prüfung seiner Weichteile, die das Skelett zusammenhalten, sowie auch der Beschaffenheit der Haut vorgenommen. Je nach deren Befund, je nach Wahrnehmung der anfangs erwähnten Verklebungen, Ablagerungen, die sich leider nur zu oft schon an Jugendlichen zeigen, je nach Vorhandensein abnormer Fettschichten, je nach Herz- und Nervenverfassung, setzt nun meine Massageart ein, entweder erst allein, d. h. passiv für den Behandelten, oder zu gleicher Zeit mit Atem- und Bewegungsübungen. Sie bereitet — in diesem Falle als Mittel zum Zweck — sie kann natürlich auch in anderer Weise dem Zwecke dienen —, die einzelnen Zonen, anfangs möglichst oft hintereinander, sofern es der Gesamtzustand erlaubt, um die Wirkung zu beschleunigen. Ich nenne mich oft scherzhaft „Putzfrau im Körperhaushalt“, und doch ist diese Arbeit andererseits auch wie ein Formen, Modellieren am lebenden Körper.

Dies dient nun zur wesentlichen Erleichterung des Behandelten und ermöglicht oft erst überhaupt die Fähigkeit, ohne Ueberanstrengung zu üben.

Ich habe immer mein heimliches Vergnügen, wie still und hingebungsvoll die meisten gerade bei der Gesichtsbehandlung sind, wie emsig bei Erlernung meiner Gesichtsübungen.

Ich bezeichnete meine Massage im großen und ganzen für unser Ziel als Mittel zum Zweck deshalb, weil ich von vornherein — zunutzen des Behandelten —, auf dessen Aktivität hinstrebe, denn der Muskel formt und stählt sich am



Arthur Grunenberg Harald Kreutzberg