

Wie mein Herz zur Schule ging

Burgdorf Anfang Februar wird in Burgdorf die Schule des Herzens eröffnet. Was steckt hinter dem Projekt einer ehemaligen Karrierefrau? Ein Selbstversuch.

Benjamin Lauener

Der Knöchel meines linken, kleinen Fingers schmerzt, als Tatjana Bangerter meine Hand auf den Fussboden drückt. Mit beiden Händen und voller Kraft stemmt sie ihr gesamtes Körpergewicht auf meine Hand. Meine Aufgabe wäre es, die Hand wegzuziehen, aber das gelingt mir nicht, keine Chance. Ich habe ein Problem.

Begonnen hat alles ganz harmlos. Ich vereinbarte mit Tatjana Bangerter einen Termin für den Kurs «Lebe dein Herz». Sie schickt mir einen Brief mit einem Büchlein. Dazu das Programm zum Kurs, den ich absolvieren werde. In der Einladung wird darauf hingewiesen, ich könne etwas zum Schreiben und warme Socken mitnehmen, wenn ich Lust hätte. Ausserdem könne ich drei Fragen für mich beantworten, um mich auf den Kurs vorzubereiten. Aber nur, wenn ich Lust hätte. Das Herz reagiere nur auf Einladungen, wird mir Bangerter am Termin erklären.

Die Konzentration aufs Herz

Auch die Behandlung beginnt harmlos. Die Therapeutin verteilt rund zwanzig Postkarten auf der Massageliege – die Liege dient nur als Spieltisch, ich werde nicht massiert. Ich solle mir eine Karte aussuchen, die mich anspreche, und mich anhand dieser vorstellen. Gut, mach ich. Ich greife nach dem Bild eines kleinen, blonden Jungen mit Strohhut, der gerade einen Fisch gefangen hat und sich darüber freut. Dazu erzähle ich etwas von



Tatjana Bangerter's Behandlung beginnt mit der Wahl einer Postkarte. Foto: Beat Mathys

Verspieltheit und abgebrochenem Studium.

Später soll ich mich ans Fenster stellen und jubeln, wie an einem Fussballspiel. Und zwar nach oben. Der Blick in die Weite sei gesund. Denn bevor ich mein Herz leben könne, müsse ich mir selbst klarmachen, dass ich der Mittelpunkt meines eigenen Lebens sei. Nur so kön-

ne ich mich vollständig darauf konzentrieren, was mir guttue, ja überhaupt wahrnehmen, was mir guttue. Um diesem Zustand näherzukommen, folgt etwas Meditation. Nur kurz, aber durchaus entspannend. Mein Herz solle sich öffnen wie eine Rose, wird mir nahegelegt, damit ich alles Gute darin aufnehmen und alles Schlechte da-

raus verbannen könne. Ich fühle mich gut.

Vom Problem abwenden

Das Problem vom Anfang ist geblieben. Tatjana Bangerter fixiert immer noch meine Hand auf dem Fussboden. Mit beiden Händen und voller Kraft stemmt sie ihr gesamtes Körpergewicht auf meine linke Hand. Ich sollte sie

eigentlich wegziehen, habe aber keine Chance. Der Knöchel des kleinen Fingers schmerzt.

«Wende dich vom Problem ab», rät sie mir, «konzentriere dich nicht darauf, dann klappt es.» Tatsächlich. Sobald ich mich abwende, meinen Blick von unseren Händen löse, rutscht meine Hand mühelos aus ihrem Griff. Kein Problem mehr.

So wurde aus der Karrierefrau die Lehrerin des Herzens

Hätte Tatjana Bangerter vor 25 Jahren jemand gesagt, sie würde dereinst als Lebensberaterin arbeiten, sie hätte laut gelacht und sich wieder der Buchhaltung zugewandt. Lange war es ihr erklärtes Ziel, in der Wirtschaft Karriere zu machen und viel Geld zu verdienen. Das tat sie auch. Die Tochter eines Hotellerie-Paars machte eine KV-Lehre, absolvierte die höhere Wirtschafts- und Verwaltungsschule und machte Karriere. Sie liebte es, ihr Leben im Griff zu haben. Ihren Verstand machte dieser Lebensweg stolz, ihr Herz aber blieb unglücklich.

Sie wollte mehr mit Menschen zu tun haben, landete im Marketing, doch die innere Unruhe blieb. Sie machte einen Segeltörn, begann mit dem Gleitschirmfliegen, hörte nach einem Unfall wieder damit auf, lernte ihren Mann kennen, bekam zwei Töchter und stieg später in die Marktforschung ein. Doch irgendetwas fehlte nach wie vor, die Herzlichkeit.

Angefangen hat alles mit Neil Armstrong

Dann liess sich Bangerter's Mann von einem Kinesiologen behandeln und meinte: «Da musst du auch mal hin, der Typ ist cool.» Anfangs ging sie wegen ihrer Migräne zum Kinesiologen, später, weil sie dessen Arbeit faszi-



Tatjana Bangerter führt seit 2009 eine Praxis für Kinesiologie und Lebensberatung in Burgdorf. Foto: Beat Mathys

«Auch wenn ich nicht mehr in der Wirtschaft arbeite, bin ich immer noch ein sehr rationaler Mensch.»

Tatjana Bangerter

nierte, und schliesslich entschied sie sich dazu, selbst das vierjährige Studium in Angriff zu nehmen. Seit 2009 führt sie in Burgdorf eine Praxis für Kinesiologie und Lebensberatung. Am 2. Februar eröffnet sie die «Schule des Herzens». Ihr Mann sagt, dass sie immer noch genau dasselbe mache, es einfach neu vermarkte. Denn schon während der Kinesiologie-Sitzungen sei sie auf die Herzen, den innersten Antrieb, ihrer Patienten eingegangen.

Als ein Mann auf ihrer Liege lag, sah Tatjana Bangerter plötzlich das Bild eines kleinen Jungen vor sich, der gerade laufen lernt. «Ich bin sehr direkt, deswegen fragte ich den Patienten,

ob es dazu eine Geschichte gebe.» Die gab es. Der Mann erzählte ihr, wie er bei seinem Grossvater laufen lernte. Damals, 1969, der Grossvater schaute sich gerade die Mondlandung im Fernsehen an, als der kleine Junge fast synchron mit Neil Armstrongs berühmtestem Schritt seinen ersten Schritt in Richtung des Fernsehers machte. Tatjana Bangerter schwieg. Eine schöne Geschichte, fand sie, mehr nicht. Plötzlich aber meinte der Patient: «Jetzt ist mir klar, wie ich meine Probleme lösen kann. Ich muss mir überlegen, was mir mein Grossvater geraten hätte.»

Ist die Behandlung nur Hokusfokus?

Er ging nach Hause und änderte sein Leben, wie es ihm sein Grossvater geraten hätte. Und was machte Tatjana Bangerter? «Mir wurde da klar, dass ich die Fähigkeit besitze, Dinge wahrzunehmen, die den Menschen helfen können, ihre Probleme aus sich heraus, mit ihrem Herzen zu lösen.» Das hört sich esoterisch an und lässt sich schwer nachprüfen. Aber Bangerter sagt: «Auch wenn ich nicht mehr in der Wirtschaft arbeite, bin ich immer noch ein sehr rationaler Mensch. Ich brauche entweder Beweise für etwas oder muss es selbst erlebt haben, damit ich es auch glaube.» So

hätte sie zum Beispiel nie im Leben auf Kinesiologie umgeschult, wenn die Behandlungen nicht von der Krankenkasse akzeptiert würden. Genau gleich verhält es sich mit den Botschaften, die sie «über ihr Herz» erhalten kann. «Jeder und jede kann selber für sich prüfen, ob diese für ihn oder sie stimmig ist.»

Und wie reagiert sie auf Menschen, die ihre Behandlungen als Hokusfokus abtun? Natürlich, solche Leute gebe es, auch in ihrem Umfeld. «Früher war ich ja selber skeptisch. Immer wieder staune ich über die Wirkung und freue mich mit meinen Klienten über deren Erfolg.» Doch was überzeugt sie von der Notwendigkeit der Schule des Herzens? Sie ist der Meinung, dass in der heutigen Zeit für den Menschen oft die Aussenwelt im Zentrum stehe und gar nicht er selbst. Viel zu wenig höre man bewusst auf sein Herz und messe sich vor allem an den Ansprüchen der anderen. Mit ihren Kursen wolle sie helfen, auf sein Herz zu hören. Sie selbst schafft es. Auch wenn der Weg dorthin ein langer war.

Benjamin Lauener

Am Sonntag, 2. Februar 2020, von 14 bis 16 Uhr findet die Eröffnungsfest der Schule des Herzens an der Gotthelfstrasse 50 in Burgdorf statt.

Im Verein

Dem Winter auf den Pelz rücken

Langnau «Wintergrün» heissen sowohl das neuste Buch von Yvonn Scherrer als auch der neuste Duft, den sie kreiert hat. Damit habe sie den Winterblues überwunden und einen Reiseleiter für die frostige Jahreszeit geschrieben, heisst es in einer Mitteilung. In der Form eines Tagebuches, das sich vom Herbst bis in den Frühling erstreckt, schildere sie ihre Sinneseindrücke. Im Salon des Theater- und Kunstvereins stellte sie ihre Neuheiten vor. Obwohl Scherrer von früher Kindheit an blind ist, sehe sie die Welt besser als manche, die mit offenen Augen durchs Leben gehen, heisst es weiter. Durch ihre poetische Sprache liess Scherrer das Publikum an ihrem Reichtum von Sinneseindrücken teilhaben. Gleichzeitig erklärte die Autorin, warum es sich lohne, Tagebuch zu schreiben: Es verlangsame die Zeit, vertiefe das Erlebte, bereichere die Erinnerung und schärfe die Sinne für Wesentliches und Unwesentliches. Der Abend schloss mit der Präsentation des neuen Duftes und der Schilderung seiner Entstehung. Der Kreis vom Schreiben zur Kreation von Düften schloss sich in der Bemerkung: «Weniger ist beim «Wintergrün» mehr. Eine winzige Dosis reicht. Mit dem Schreiben geht es mir gleich. Schon ein paar Minuten wirken Wunder.» (we)

Eine neue Fahne und ein volles Programm

Hindelbank Das Vereinsjahr 2019 wurde an der Hauptversammlung des Turnvereins Hindelbank abgeschlossen: Die Teilnahme am Eidgenössischen Turnfest in Aarau sowie der Gewinn des Titels als Kantonalmeister Korbball in der 1. Liga der Männer sind nur zwei Highlights, auf welche die Turner zurückblickten. Danach schauten die Anwesenden nach vorn, auf 2020. Bald schon, am 21. März, findet die Spaghettichibi statt. Der TV Hindelbank nimmt am mittelländischen Turnfest in Kirchlindach teil, die Jugendriegen reisen Ende Juni zu den Jugitagen in Bärau. Ein Festwochenende steht Anfang August bevor: Am 31. Juli weihen die Turner ihre neue Fahne und präsentieren sie der Öffentlichkeit, am Tag darauf führen sie die 1. Augustfeier durch. Auch der TV Hindelbank wird von Nachwuchsproblemen geplagt; der Übertritt der vielen Jugikinder in die Erwachsenenriegen gestaltet sich schwierig. Eine Sonderkommission soll das Problem analysieren und Lösungen ausarbeiten. Auf's neue Jahr hin gibt es personelle Änderungen: TK-Chefin Christine Käser tritt zurück; ihre Nachfolgerin ist Sarah Morand. Weiter hat Helene Messmer demissioniert und Kassierin Corinne Vogel hat ihren Rücktritt auf die Hauptversammlung 2021 angekündigt. Monika Berchten ist neu im Vorstand. Sechs langjährige Leitende haben ihre Tätigkeit aufgegeben: Daniel Nadenbousch, Therese Eggimann (beide 25 Jahre), Silvana Aellig (18 Jahre), Reto Leibundgut (15 Jahre), Carol Glauser (12 Jahre) und Olivia Haselbach (10 Jahre). Für die meisten Riegen konnten Nachfolgelösungen gefunden werden. (mk)