

SELBSTVERSUCH

Wie unsere Schrift unser Leben beeinflusst

Klaudia Marxmüller-Knopp analysiert Handschriften und hilft damit Menschen auf den richtigen Weg. Reporterin Sandra Lepper probierte es aus

Von Sandra Lepper



Therapeutin Klaudia Marxmüller-Knopp (links) ist überzeugt, dass sich mit einer Veränderung der Handschrift das ganze Leben verbessern lässt. Im Bild ist sie mit einer Kundin zu sehen.

Mering Als Reporterin weiß ich, dass Sprache und Schrift wichtige Bestandteile unseres Lebens sind. Und ebenso einzigartig wie unsere Persönlichkeiten sind auch unsere Handschriften. Das wird mir besonders dann klar, wenn ich nach einem Termin versuche, meine krakelige Mitschrift zu entziffern. Mit den Informationen, die aus dieser persönlichen Schreibweise gewonnen werden können, beschäftigen sich bereits zahlreiche Psychologen und Grafologen. Sie können uns erklären, was unsere Handschrift über uns aussagt, welche Charaktereigenschaften wir haben und welche Lebenseinstellungen uns begleiten. Neu ist aber der Ansatz, dass wir unser Leben positiv beeinflussen können, wenn wir unsere Handschrift verändern. Mit dieser Technik hat sich die Meringer Verhaltenstherapeutin Klaudia Marxmüller-Knopp beschäftigt und direkt von der Urheberin Vimala Rodgers gelernt. Marxmüller-Knopp ist deutschlandweit die Erste, die Kurse dazu anbieten wird. Grund genug für mich, mir selbst ein paar Tipps abzuholen und meine Handschrift auf die Probe zu stellen.

Doch wie kam die Therapeutin überhaupt auf diese in Europa noch recht unbekanntes Technik? Klaudia Marxmüller-Knopp ist Diplom-Sozialpädagogin und heilkundliche Psychotherapeutin. Seit 2002 hat sie eine Praxis in Mering und ist spezialisiert auf Stressbewältigung und Burn-out. Eine persönliche Krise brachte sie dazu, etwas Neues auszuprobieren. „Ende 2012 ist viel passiert in meinem Leben, einiges ist weggebrochen und ich hatte das Gefühl, dass es so nicht weitergeht“, erzählt die Therapeutin. „Persönlich und beruflich fühlte ich mich, als ob ich selbst ein Leck hätte.“ Eines Tages entdeckte sie in einer Zeitschrift einen spannenden Artikel eines Kochs, der mit seinem Leben ebenfalls in der Sackgasse steckte – bis er auf die US-Amerikanerin Vimala Rodgers traf. Sie sah sich seine Handschrift an und gab ihm den Tipp, sein „f“ anders zu schreiben. Denn so, wie er es schrieb, würde er sich selbst sabotieren. „Als ich das las, dachte ich mir, dass ich das gut kenne. Bis zu einem gewissen Punkt läuft alles super und auf einmal geht es nicht weiter.“ Auch Marxmüller-Knopp probierte es aus, veränderte ihr „f“ und plötzlich ging es wieder aufwärts.

„Als ich sah, dass nur ein Buchstabe so viel Wirkung zeigte, wollte ich mehr darüber wissen“, erklärt die Therapeutin und besorgte sich die beiden Bücher von Vimala Rodgers, die es bisher nur auf Englisch gibt. Schließlich hat sie über ihre Tochter, die als Übersetzerin arbeitet, Kontakt zu Rodgers aufgenommen. Denn Klaudia Marxmüller-Knopp hatte inzwischen beschlossen, ihr Wissen darüber weiterzugeben. Über das Internet hat sie am Kurs von Rodgers teilgenommen und dabei tolle Erfahrungen gemacht. „Diese Frau unterrichtet ihr Wissen über Handschriften nicht nur, sie lebt es.“

Rodgers betont in ihren Büchern und Kursen auch, dass man nicht daran glauben muss, damit es funktioniert. „Die Schrift ist ein Abbild von uns selbst. Wenn wir uns verändern, ändert sich auch unsere Handschrift. Warum soll es nicht also auch umgekehrt funktionieren?“, betont Marxmüller-Knopp. Und so wollte ich einfach selbst einmal ausprobieren, ob da wirklich etwas dran ist. Zunächst muss ich dafür einen Text schreiben, der mich emotional berührt. Dieser muss eine gewisse Länge haben, damit man ein gutes Bild bekommt. Für meinen Versuch reicht aber auch ein Satz, an dem mir die Therapeutin beispielhaft erklärt, wie sie bei ihrer Arbeit vorgeht. Eines aber betont sie vorweg: Die Arbeit mit der Handschrift ist und ersetzt keine Therapie. Wer bereits eine Diagnose hat wie zum Beispiel Depression, der muss sich in therapeutische Behandlung begeben. Auch wer eine Schriftanalyse möchte, der ist bei ihr an der falschen Adresse und bei einem Grafologen besser aufgehoben. „Ich helfe Menschen mit klassischen Lebensproblemen, die etwas verändern möchten,

aber nicht wissen, wie sie das tun können, die neugierig darauf sind, was in ihnen steckt“, erklärt Klaudia Marxmüller-Knopp.

Für meinen kleinen Versuch wähle ich den Satz: „Mein Name ist Sandra Lepper und ich berichte für die Friedberger Allgemeine.“ Gut ist schon mal, dass ich meinen Namen geschrieben habe, denn der ist Programm. Mein Vorname steht für das, was ich mitbringe, der Familienname, und zwar der Geburtsname, steht für die Fähigkeit, die ich noch entwickeln muss. In meinem Fall ist mir Balance („S“) im Leben schon in die Wiege gelegt, meiner Spiritualität („L“) muss ich mich wohl erst noch annähern. Was ich künftig ändern könnte, wären die Buchstaben „n“ und „m“, die bei mir mehr wie „u“ und „w“ aussehen. Da jeder Buchstabe für eine andere Fähigkeit oder Eigenschaft steht, sollten sich diese auch in meiner Schrift unterscheiden. Helfen könnte mir auch, wenn ich den Punkt über meinem „i“ mittig setzen würde, um meinen Fokus auf das Hier und Jetzt zu setzen. Und mein „S“ könnte ein wenig mehr Balance vertragen.

Neben der Analyse der Buchstaben spielen auch andere Kriterien eine Rolle, wie die Wahl des Stiftes oder der Abstand zum Blattrand. Deshalb benutze ich auch ein weißes, unliniertes Papier. Ein gutes Merkmal meiner Schrift ist zum Beispiel, dass ich zwischen meinen Worten ausreichend Platz gelassen habe. Dies sei ein Zeichen dafür, dass ich mir selbst genug Luft gebe zum Innehalten und Reflektieren.

Ich merke schnell, dass ein einziger Satz und ein kurzes Gespräch zu wenig sind, um eine umfassende Analyse durchzuführen. Dennoch trifft Klaudia Marxmüller-Knopp mit ihren Worten und Tipps den Nagel auf den Kopf. Wie sich ihre Hinweise für mich auch auf mein Leben auswirken, das werde ich in den nächsten Wochen genau im Auge behalten. Klaudia Marxmüller-Knopp möchte die Arbeit mit Handschriften künftig in ihr Angebot aufnehmen, Workshops dazu anbieten und in naher Zukunft Vimala Rodgers in Kalifornien besuchen, um persönlich ihren Kurs zu besuchen.