



Den Menschen als Ganzes sehen

Karin Kart ist nicht nur Krankenschwester, sondern führt auch eine Naturheilpraxis in der Weißenburger Straße

Nachdem Karin Kart ihrem Gast einen Stuhl und ein Glas Wasser angeboten hat, schaut sie einen an. In Bruchteilen von Sekunden nimmt sie Kleinigkeiten wahr. Meist verrät ihr schon dieser erste Blick einiges darüber, weshalb ihr Gast zu ihr gekommen ist, in die kleinen Praxisräume im Erdgeschoss der Weißenburger Straße 52.

2015 eröffnete sie die Praxis, es war auch die Verwirklichung eines kleinen Traums. Da hatte sie bereits mehrere Ausbildungen absolviert und über zwanzig Jahre praktisch gearbeitet. Sie ist seit 1993 examinierte Krankenschwester, zudem Heilpraktikerin und sogar »Master of Hypnose«. Drei Jahre lang machte sie außerdem eine Ausbildung in Homöopathie. Viele Jahre war sie als Krankenschwester in Krankenhäusern und für Pflegedienste tätig. Die Summe dieses Wissens kommt ihr nun in ihrer Praxis zugute. Wobei dies nur ein Teil ihrer Arbeit ist: Vormittags ist sie immer noch als selbständige Krankenschwester unterwegs. Die Patienten, die sie zu Hause besucht, sind meist gebrechlich, auf Hilfe angewiesen, manche sind dement. Vor allem aber sind sie oft allein.

Bei ihrer Arbeit verbinden und ergänzen sich Kenntnisse der Schulmedizin mit denen der Naturheilkunde. Letztere ist keine Quacksalberei, sondern beruht schlicht auf jahrhundertealtem Wissen um die Wirkung natürlicher Stoffe wie Kräuter. Dabei gehört Karin Kart keineswegs zu jenen, die Schulmedizin rundweg ablehnen. Aber oft können eben Naturheilmittel auch die Behandlung unterstützen, Leiden lindern oder sogar heilen. »Manche meiner Patienten haben bis zu zwanzig Pillen pro Tag geschluckt, die der Arzt verordnet hatte. Die Nebenwirkungen zogen dann weitere Medikamente nach sich.« Sie ärgert, dass viele Ärzte Diagnosen treffen und Medikamente verschreiben,

ohne sich die Patienten genau anzuschauen oder ihnen zuzuhören. Dass der Blick oft eher auf Laborwerte gerichtet ist statt auf den Menschen. Sie ist stolz, wenn sich durch ihre Naturheilmittel der Zustand ihrer Patienten so weit verbessert, dass sie dann manches Medikament absetzen können – einige kamen dann sogar ganz ohne Medikamente aus. Vor allem aber, sagt sie, brauchen die Patienten Zuwendung, Einfühlung, Aufmerksamkeit. Dafür nimmt sie sich die Zeit.

Ebenso wie für diejenigen, die mit unterschiedlichsten Beschwerden in ihre Praxis kommen und sich ihr anvertrauen. Ein ausführliches Vorgespräch gehört zu einer Behandlung, ebenso wie umfangreiche Fragebögen zu Vorgeschichte, Lebensumständen und anderen individuellen Faktoren.

Karin Kart strahlt Wärme, Energie, Vitalität aus. Sie ist es gewohnt, auf eigenen Füßen zu stehen, selbständig zu sein. Einiges dürfte in ihrer bewegten Biografie begründet liegen. Sie ist in der DDR aufgewachsen. Sie verstand sich nicht mit ihrer Mutter, die eher auf Vorteil und Materielles bedacht war, und nabelte sich früh von zu Hause ab. Sie absolvierte eine Ausbildung zur Röntgenassistentin, wurde aber zur Prüfung nicht zugelassen und exmatrikuliert, weil sie einen Ausreiseantrag gestellt hatte. Ein Jahr lang war sie als politische Inhaftierte im berühmten DDR-Frauengefängnis Hoheneck, bevor sie endlich vom Westen »freigekauft« wurde und ausreisen konnte.

In Westberlin baute sie sich eine neue Existenz auf, lebte in Spandau. Arbeitete als Krankenschwester, zog dabei drei Kinder groß, bildete sich ständig fort. 2003 machte sie sich als private Schwester selbständig und eröffnete schließlich vor drei Jahren ihre Naturheilpraxis in der Weißenburger.

Hier bietet sie nicht nur Therapien und Beratung bei Schmerzen Gefäßproblemen, Burn-Out, Entwöhnung oder Stressbewältigung an. Qualifiziert ist sie auch für diverse kosmetisch-ästhetische Behandlungen des Gesichts bzw. des Körpers, wie Unterspritzungen, Fadenlifting oder Plasma-Leaser. Denn auch solche Behandlungen können das subjektive Wohlbefinden steigern. Es geht darum, den Menschen als Ganzes zu sehen.

Besonders am Herzen liegt ihr deshalb auch die Hypnose, in der sie auch geschult ist. Karin Kart weiß, dass viele dieser Methode skeptisch gegenüberstehen oder Angst haben, weil es fremde Materie für sie ist. »Aber gerade bei Depressionen oder Problemen aus der Vergangenheit, die den Menschen krank machen, oder bei Ängsten und Angststörungen kann man sehr gut damit helfen und heilen – auch ohne belastende Antidepressiva oder andere Medikamente.«

Auf ihrem Praxis-Logo ist Isis zu sehen: in der Mythologie eine Göttin mit magischen Fähigkeiten. »Isis meistert jede Situation, mag sie zuerst noch so hoffnungslos erscheinen. Das macht sie zur Identifikationsfigur und Hoffnungsträgerin der Menschen und ist vielleicht auch das Geheimnis ihres Erfolgs«, schreibt Karin Kart auf ihrer Website. *Ulrike Steglich*

Naturheilpraxis Karin Kart,
Weißenburger Straße 52, Tel. 54865150
www.Naturheilpraxis-Kart.de

Café, Workspace, Massage

Im Juli eröffneten Philip Lauinger und Gamal Hefny das »Rubys« in der Metzger Straße – eine Entdeckung



Betritt man den Ladenraum in der Metzger Straße 7, spürt man sofort die entspannte, ruhige Atmosphäre. Zur linken: Ein kleiner Cafébereich, schlichte Holzstühle, kleine Vierertische, darauf frische Gräser und Blätter in einer kleinen Vase. Die rückwärtige Wand leuchtet in einem warmen Dunkelrot, davor eine gepolsterte Bank, auf deren Lehne einige Bildbände aufgereiht sind. Alles ist schlicht, angenehm schnörkellos, sachlich und doch einladend und freundlich. Nichts drängt sich auf: keine laute Musik, kein Schnickschnack. Rechterhand im Raum: ein kleiner Tresen, u. a. mit sehr guter Kaffeemaschine. Und manchmal, wenn man durch das Fenster sieht, kann man hier auch Gamal Hefny bei einer Zehn-Minuten-Massage für einen Gast sehen.

Der Anfang Juli eröffnete Laden ist in vielerlei Hinsicht ungewöhnlich: Das »Rubys« ist Café, Working Space und Raum für Tiefenentspannung in einem – im rückwärtigen Teil des Ladens gibt es einen Massagebereich samt Duschmöglichkeit. Buchen kann man Behandlungen für 20, 30 oder 60 Minuten, oder eben eine schnelle, zehnmündige Massage. Und im Café, das schon früh ab 8 Uhr öffnet, kann man nicht nur sehr guten Kaffee und kleine Stärkungen wie Müsli oder Porridge bekommen, sondern beispielsweise auch ungestört am Laptop arbeiten (es gibt einen belastbaren Internetanschluss) oder sich zum Arbeitsgespräch treffen – deshalb »Working space«.

Ebenso ungewöhnlich wie diese Kombination ist auch das Gründer- und Betreiberteam: Gamal Hefny, der Masseur, und Philip Lauinger, der eigentlich Physiker ist, das Konzept

entwickelte und sich auch als Barista betätigt. Zwei sehr unterschiedliche Berufsbiographien: Gamal Hefny lernte eine professionelle Massage als Leistungssportler schätzen, als er noch Volleyball im ägyptischen Nationalteam spielte. Aus Interesse erlernte er selbst unterschiedliche Massagetechniken, und arbeitete schließlich als Profi in unterschiedlichen Ländern und Einsatzgebieten, etwa im Spa-Bereich von Fünf-Sterne-Hotels wie dem Ritz-Carlton in Qatar, wo er auch das dortige Fußballprofiteam betreute, oder in Rehakliniken und Krankenhäusern. In Berlin, wohin er seiner Frau folgte, wird er von großen Firmen gebucht, die für ihre Belegschaft »mobile Massage« anbieten wollen. Philip Lauinger wiederum machte seinen Master in Physik an der Humboldt-Uni und sammelte erste unternehmerische Erfahrungen mit einem Start-Up: zusammen mit einem Partner entwickelte er mit Osram eine Lichtdrohne, die auch auf Messen präsentiert wurde. Derzeit beschäftigt er sich intensiv mit der 3D-Technik: er erarbeitet mittels Drohnenshots und rechnerischer Computertomographie Modelle von Immobilien, die dann originalgetreu mit dem 3D-Drucker rekonstruiert werden.

In weiterem Sinn ist das »Rubys« auch ein Familienwerk: Das Haus Metzger Straße 7 ist seit über 30 Jahren in Familienbesitz, der derzeitige Eigentümer ist gelernter Kraftwerkstechniker, seine Partnerin Architektin, erfahren u. a. in der Altbausanierung. Philip ist ihr Sohn, Gamal der Ehemann der Nichte. So ergänzen sich auch die Fähigkeiten optimal: von der gediegenen Innenausstattung und selbst gebauten Möbeln bis hin zur liebevoll restaurierten alten Holztür, der sehr

aufwändigen Modernisierung der Sanitäreinrichtungen samt barrierefreiem WC und dem Massage-Angebot.

Die Gelegenheit, so einen Ort zu schaffen, bot sich, als die Taxischule im Erdgeschoss schloss. Die Wilhelmstadt, so fand die Familie, entwickelte sich durchaus positiv, bot auch gute Bedingungen für neues Gewerbe. Doch einen Workspace, wo man beim Kaffee auch mal allein oder mit Kollegen konzentriert und in Ruhe arbeiten kann, gab es hier bislang nicht – schon gar nicht mit Massage-Angebot. Philip, mit seiner Erfahrung als Start-Up-Gründer und Nutzer sehr unterschiedlicher Arbeitsplätze, entwickelte schließlich das Konzept für »Rubys«.

Der Kraftaufwand hat sich gelohnt, das Ergebnis spricht für sich. Wer einmal herkommt, einen Espresso oder einen Tee trinkt, die Atmosphäre auf sich wirken lässt und vielleicht noch eine Tiefenentspannungsmassage bei Gamal gönnt, fühlt sich danach auch entspannt und erfrischt. So empfiehlt sich das Rubys insbesondere auch für stressgeplagte Menschen, die sich hier eine kleine Auszeit gönnen. Bis 19 Uhr ist das Café geöffnet (aber in Notfällen, z. B. für akut schmerzgeplagte Menschen arbeitet Gamal auch schon mal außerhalb der Öffnungszeiten). Für den Kiez ist das Rubys eine echte Bereicherung – ein Besuch lohnt sich unbedingt!

Rubys, Café & Massage, Metzger Str. 7, 13595 Berlin, Tel. 0173-32 00 400, www.rubys.berlin, f: @rubys.spandau