

»Potenziell« passt wirklich gut. Denn das war noch lange nicht alles an Umwegen, die meine Berufung für mich vorgesehen hatte. Ich war nämlich jetzt irgendwie entschlossen, wenn auch vielleicht verwirrt, aber immer noch ganz sicher lernfern. So etwas vergeht nicht von selbst, weil man eine Weltreise absagt und stattdessen Gebühren bezahlt, wie ich rasch merkte. Ich habe den Stoff für die Studienberechtigungsprüfung, mit dem ich ab dem nächsten Tag förmlich überschüttet wurde, nämlich einfach nicht verstehen, lernen und mir merken können. Die Lehre als Schreibmaschinenmechaniker war nicht so schwer für mich gewesen, da bekommt man Dinge gezeigt, erklärt, kann sie angreifen und spüren, und weil ich ja lernfern war, aber nicht blöd, habe ich alles schnell verstanden. Aber hier: alles schriftlich, theoretisch, nur im Kopf zu lösen, kein *hands on* möglich, ganz schlecht für Palle, wie mich alle nannten.

Als ich schon aufgeben wollte, stellte ich zunächst fest, dass 9000 Schilling nicht mehr für eine Weltreise reichten, und danach schickte mir die Vorsehung Dr. Peter Theurl. Er war derjenige, der die Deutschkurse der Studienberechtigungsprüfung abhielt und außerdem Wochenendkurse mit dem Titel »Lernen zu lernen« – speziell für Kursteilnehmer, die nicht gelernt hatten zu lernen. Die Inhalte werde ich mein Leben lang nicht vergessen. Es ging darum, wie das Gehirn arbeitet, um verschiedenste Lerntechniken, Gedächtnistraining und andere hilfreiche Tricks. Was er in diesen Kursen bot, war ein wunderbarer Selbstbedienungsladen für jeden, der mit schlechten Karten ein gutes Spiel schaffen will – und ich habe diesen Stoff geradezu aufgesogen. Was Krankenpfleger Andrés für meine Motivation und Zielrichtung war, war Dr. Theurl für mein intellektuelles Instrumentarium und mein Lernpotenzial.

Ich habe dann in der Volkshochschule jede Menge Blut geleckt. Seither bin ich süchtig nach Fortbildung, nach mehr Wissen, nach mehr Verstehen, nach mehr Lernen. Jedes Jahr – falls keine Seuche ausbricht – bin ich viele Wochen unterwegs, weil man die Behandlung von Menschen (das ist eine Ähnlichkeit zu Schreibmaschinen) nur dann immer besser lernen kann, wenn man sich austauscht, und zwar aus nächster Nähe und nicht per FaceTime, Zoom oder was weiß ich, also persönlich austauscht mit Menschen, die in einem Teilbereich etwas mehr wissen oder besser können als man selbst.

Aber ich schweife ab und greife vor. Denn nachdem ich die Studienberechtigungsprüfung in Rekordzeit und danach die Physiotherapeutenschule mit lauter Bestnoten absolviert hatte, war ich zwar dank Dr. Theurl nicht mehr lernfern und diplomierter Physiotherapeut statt Schreibmaschinenmechaniker, aber lange noch nicht zufrieden. Der Rest des Schreibmaschinenmechanikers in mir wollte *hands on* und nicht nur verstehen, sondern auch »begreifen«. Nachträglich betrachtet war das ein kluger Schachzug meines Alter Egos, denn wenn man als Physiotherapeut gleich in irgendeiner

Praxis beginnt, dann kann man schon gut werden, aber man wird ziemlich sicher nicht der Beste, der man sein kann. Und gleich in einer Arztpraxis oder gar in einer eigenen zu beginnen, das hätte ich mir ohnehin nicht zugetraut, denn jahrelange Lernferne hinterlässt auch Spuren im Selbstvertrauen. Also ging ich zunächst weiter in die Lehre und suchte mir Stellen, wo ich viel praktische Anleitung (wie in der Lehre zum Schreibmaschinenmechaniker) bekam, und zwar dorthin, wo es am schwierigsten ist. Statt wie früher zu den kaputtesten Schreibmaschinen zog es mich jetzt also zu den Menschen, denen man am meisten helfen kann.

Lehrjahre in der Praxis

Das erste Jahr in einem Rehabilitationszentrum brachte mir Schichten mit bis zu 18 Therapien pro Tag und Fließbandarbeit, bei der ich zwar meine therapeutische Virtuosität und mein Durchhaltevermögen schulen konnte, aber viel zu wenig Zeit für die Patienten hatte. Was ich dort neben physiotherapeutischer Praxis ebenfalls gelernt habe, war, wie ich es sicher nicht machen möchte, wenn ich einmal mein eigener Herr sein würde. Streng durchgetaktet möglichst viele Patienten durchzuschleusen, um möglichst viel Geld zu verdienen, ist mir immer zuwider gewesen.

Nach einem Jahr therapeutischer Akkordarbeit war Schluss mit lustig und ich nahm ein Angebot auf einer Intensivstation an. Das erwies sich als eine harte, aber großartige Schule. Es ist wirklich schwer, mit Menschen zu arbeiten, die erstens um ihr Leben kämpfen und zweitens dabei tief schlafen oder sogar apallisch sind, also ohne jedes Bewusstsein. Das einzige Feedback, das ein Therapeut bekommt, ist jenes vom Monitor, wenn Blutdruck, Puls oder Sauerstoffsättigung sich verändern, wenn der Therapeut eine Zeit lang unsensibel gearbeitet hat. Also musste ich lernen, in die Muskeln, in das Bindegewebe, in die Gelenke mit meinen Händen hineinzuhören und mir meine Rückmeldungen direkt dort zu holen. Das »G'spür« (wienerisch für »Gefühl«), das ich in diesem Jahr auf der Intensivstation bekommen habe, nimmt mir niemand mehr weg. Und wenn ich heute jemandem bei der manuellen Therapie Schmerzen zufüge, dann passiert das sicher nicht zufällig oder irrtümlich, sondern weil es gerade therapeutisch sinnvoll ist und dem Patienten hilft.

Und schließlich absolvierte ich noch drei Jahre in einer Behinderteneinrichtung, wo ich neben der Behandlung besonders schwieriger Fälle auch eine gehörige Portion Demut entwickeln durfte. Es gibt einfach so viele Menschen, die nichts falsch gemacht, sondern schlicht Pech gehabt haben, ein paar verdrehte Gene zum Beispiel, und die Erkrankung ist besiegelt. Ich habe dort Menschen mit Schicksalen gesehen, die jedem Couch-Potato mit seinen degenerativen

Beschwerden oder jedem Hobbysportler mit seinen Abnützungen die Schamesröte ins Gesicht treiben sollten, schließlich haben sie es viel mehr selbst in der Hand als jene mit den wirklich schlechten genetischen Karten. Dort habe ich nicht nur gelernt, was die Physiotherapie alles leisten kann, sondern auch, wo ihre Grenzen liegen.

Sportlich unterwegs

Apropos Grenzen: Über meine eigenen wollte ich immer weiter hinausgehen, nicht nur als Physiotherapeut, sondern auch als Sportler. Ich habe viele verrückte Dinge gemacht, den Atlantik im Segelboot überquert, Österreich und Kuba mit dem Fahrrad umrundet, 200 Fallschirmsprünge absolviert und Kampfsport mit der gleichen Begeisterung und Hingabe betrieben wie Badminton, zumindest, solange die Knie es zuließen. So kam ich dann auch als Physiotherapeut in diverse Spitzenmannschaften und sogar zu den Spitzentänzerinnen der Wiener Staatsoper und habe gelernt, dass auch Leistungssportler Menschen mit Behinderungen sein können. Manche Behinderungen sind eher psychisch und angeboren, andere durch zu viel oder falsches Training, aber auch durch Verletzung erworben. Menschen, die einen Sport mit voller Leidenschaft und Hingabe betreiben, sind fast immer auch solche, die aus ihren psychischen Ecken und Kanten nicht nur Energie beziehen, sondern daraus etwas Sinnvolles für ihr Leben gemacht haben. Gute Typen halt. Süchtig nach Sport zu sein, ist zwar vielleicht auch nicht die völlige Freiheit, aber das Geld einem Trainer (oder mir) zu geben, ist sicher besser, als es einem Dealer in den gierigen Rachen zu schmeißen.

Der Weg zu meinem »Turnsoi«

Derart gerüstet war ich bereit für meine Berufung, auch wenn es noch ein paar weitere Umwege und glückliche Zufälle gab, die meine Ortskenntnis in der Physiotherapie noch steigerten und mich dorthin brachten, wo ich heute bin, mit denen ich aber den geneigten Leser nicht langweilen möchte. Und wen es brennend interessiert, der kann gern bei mir in Wien, in meinem »Turnsoi« (wienerisch für »Turnsaal«) vorbeikommen und sich noch mehr verrückte Geschichten anhören. Die verrückte Vorsehung – an die ich übrigens nicht glaube, aber mein Ghostwriter findet, dass es eine schöne Metapher ist – hat mir zuerst ferne Länder, fremde Kulturen und Abenteuer genommen, um mich dann über einen Umweg wieder genau dorthin zu führen. Meist finden die Fortbildungen in fernen Ländern statt, und so lerne ich fremde physiotherapeutische Kulturen kennen und erlebe abenteuerliche Genesungsreisen mit meinen Patienten. Neben vielen wirklich guten Freundschaften, die dabei entstanden sind, hatte ich auch

die Ehre, fast alle in der Welt verstreuten Gurus der Physiotherapie besuchen und persönlich kennenlernen zu können.

So wurde also mein Erfahrungsschatz immer größer und irgendwann war ich reif für meine eigene Praxis und dafür, meinen Beruf auch wirklich zur Berufung werden zu lassen, in dem ich dann all das Gelernte, Erfahrene und Begriffene zum Wohle meiner Patienten anwenden konnte. Weil ich in bestimmten Bereichen immer noch lernfern und unroutiniert war, hat es eine ziemliche Weile und viele Absagen lang gedauert, bis sich ein Bankberater fand, der meinen »patschert« (wienerisch für »ungeschickt«) geschriebenen Businessplan in eine Form brachte, die seine Vorgesetzten akzeptierten. Dass ich ihn von seinen langjährigen, hartnäckigen Kreuzschmerzen befreien konnte, hat sicher nicht geschadet.

Nach harten Anfangsjahren, in denen meine zeitaufwendige Art zu arbeiten aus rein geschäftlicher Sicht nicht nur meinem Bankberater Kopfschmerzen bescherte, stellte sich heraus, dass die »Methode Pallesits« (klingt ziemlich »goschert«, meint mein Ghost) bei Patienten und Ärzten wirklich gut ankam. So gut, dass ich irgendwann bemerkte, dass ja gar nicht alle, die mit Schmerzen am Bewegungsapparat zu kämpfen haben, zu mir kommen können.



Mein Ghostwriter, der zuerst als Journalist, dann als Patient zu mir kam und mich jetzt als guter Freund beim Schreiben unterstützt, hat mich irgendwann ins Fernsehen gebracht. So sind meine bunten Hemden in Dutzenden Sendungen zu einer Art Markenzeichen geworden und ich habe die Erfahrung gemacht, dass ich Menschen auch helfen kann, wenn sie weit weg sind und ich sie gar nicht zu Gesicht bekomme. Das vorliegende Buch ist deshalb für mich nur die logische

Konsequenz dieser Erkenntnis und daraus, dass ich meine Berufung gefunden habe.

Ich behandle jetzt seit über zwei Jahrzehnten Schmerzgeplagte – von Menschen mit körperlichen Behinderungen bis zu Spitzensportlern, die berufsbedingt nicht unversehrt bleiben – und erlebe täglich, wie umfassend Schmerzen das Leben beeinträchtigen können. Andere Menschen von ihren Leiden zu befreien, ist deshalb viel mehr als nur mein Berufsmotto, es ist mein ganz persönliches Anliegen geworden und steht heute im Mittelpunkt meines Lebens. Das ist nebenbei viel besser, als Schreibmaschinen zu reparieren, die heute ohnehin keiner mehr braucht.