

## Herbst 2017

### Liebe Mitglieder und Freunde von APIS-SAES

Aus dem geplanten Sommer-Newsletter ist nun ein Herbst-Newsletter geworden. Tja, was soll ich sagen? - Die Zeit ist davon gerast! Dieses Phänomen kennen wohl alle Zeitgenossinnen / Zeitgenossen selbst sehr gut. Und, wie alle sagen: Je älter man wird, desto schlimmer wird es mit dieser Raserei. Ja, was ist das nun, diese Empfindung der Zeit, diese sich erlebnismässig ständig steigernde Geschwindigkeit im Ablauf der Ereignisse? Hängt es damit zusammen, dass viel mehr Aktivitäten in einen Tag hineingestopft sind, dass man von Termin zu Termin hetzt oder dass man selbst so unter Spannung steht und bei sich ist, dass man gar nicht mehr merkt, was um einen herum vorgeht? Dazu eine kleine Buddhistische Anekdote:

Was machst du, um dich zu entspannen?

fragt der Schüler seinen Meister.

Nichts, erwidert der Meister.

Wenn ich gehe, gehe ich, wenn ich esse, esse ich,

und wenn ich schlafe, schlafe ich.

Das tun doch alle, meinte der Schüler darauf.

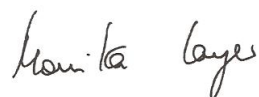
Eben nicht! antwortete der Meister.

Zeitknappheit ist Alltag in der Pflege, wir haben immer zu wenig Zeit! Doch können wir nicht noch schneller laufen, noch schneller pflegen, noch schneller miteinander sprechen! Da man an den Rahmenbedingungen so rasch nichts verändern kann, hilft vielleicht ein Blick nach innen, um im Alltag bestehen zu können. Man bekommt dadurch nicht mehr Zeit, aber vielleicht mehr Ruhe und Gelassenheit, um dem immer stärker werdenden Druck standhalten zu können.

Erstmalig wurde im vergangenen März von Seiten der Pflege eine Hochschultagung durchgeführt, in der das Thema der Meditation im Mittelpunkt stand. Wir danken Christine Vorbürger-Marbacher sehr, dass sie uns einen Einblick aus ihrer Sicht gibt.

Ihnen/Euch allen wünsche ich eine kraftvolle Michaelizeit!

Herzlichst Ihre / Eure



#### Inhalt

Editorial  
Das therapeutische Emblem  
APIS-SAES Aktuell  
Informationen  
Termine

#### Impressum

Herausgeber  
Vorstand APIS-SAES  
Redaktion und Gestaltung: Monika Layer

#### Geschäftsstelle

Zentrum für Integrative Medizin  
Kantonsspital St.Gallen  
Haus 33, 9001 St.Gallen

#### Erscheinungsweise

2 x jährlich

[www.apis-saes.ch](http://www.apis-saes.ch)

## Herbst 2017

---

### Rückblick auf die Hochschultagung für Pflegende und an der Pflege Interessierte zum Thema „Meditation als Beitrag zur Zeitlage“, 17. - 19. März 2017

An blühenden Forsythien, Kornelkirschen, Schlehenhecken und Gärten voller Krokussen und Primeln vorbei, nähere ich mich dem Goetheanum. Ich bin auf dem Weg zur dreitägigen Hochschultagung für Pflegende mit dem Thema „Meditation als Beitrag zur Zeitlage“.

Im warm-roten Saal des Holzhauses tauche ich ein in die freudig herzliche Willkommensstimmung der ungefähr 80 Menschen aus Deutschland, Österreich, Holland, Portugal und der Schweiz.

In der Vorstellungsrunde wird deutlich, dass ich nicht die Einzige bin, welche im Umgang mit Meditation eine gewisse „Überwindungshürde“ kennt. Rolf Heine spricht dazu ermunternd, dass uns die Gemeinschaft ein Stück Willenskraft leihen kann.

Ursa Neuhaus nimmt uns mit auf eine erste innere Reise und eröffnet die Tagung mit dem Schwesternspruch. Eben erst waren wir noch Einzelpersonen. Nun breitet sich eine Dichte im Raum aus und es wird tatsächlich spürbar, wie uns dieses Mantram als Gemeinschaft verbindet. Schon verbunden hat, bevor wir uns persönlich begegnet sind! Bei den Worten „So lasset uns tragen, der Seele vollen Willen...“ scheint von jedem Einzelnen aus ein feiner Sonnenstrahl zu einem gemeinsamen Netz zusammen zu fließen ... Ich staune und spüre die Richtigkeit der vorausgegangenen Worte Rolf Heines, aus innerer Kraft die Atmosphäre der Welt mitgestalten zu können. Meditation als Beitrag für die Zeitlage!

Am zeitaktuellsten erlebe ich die Begegnung mit nachfolgendem Mantram:

Solang du den Schmerz erfühlest,  
Der mich meidet,  
ist Christus unerkant  
im Weltenwesen wirkend.  
Denn schwach nur bleibet der Geist,  
Wenn er allein im eignen Leib,  
Des Leidesfühlers mächtig ist.

R. Steiner 1914

Die Worte hallen in mir nach... In Verbindung mit dem Zeitgeschehen wächst die Empfindung: Welch grosse Aufforderung! Monika Layer stellt die sich aufdrängende Frage: „Heisst das, wir sollen das ganze Leid der Welt auf unseren Schultern tragen? Oder wie ist diese Aufforderung gemeint?“ In mir wiederholen sich die ersten Zeilen und es entstehen Fragen. Solange du den Schmerz erfühlest, der mich meidet... Diesen Schmerz also, der nur bei Dir bleibt und mich meidet. Oder andersherum ausgedrückt: dieser Schmerz, der bei mir ist, zu mir gehört, aber isoliert bei mir bleibt, weil er gemieden wird. Wie meide ich diesen Schmerz? Wie wird er von Aussen gemieden? Wie meidet mich der Schmerz eines anderen? Ist damit dieser Schmerz gemeint, der von keinem Gegenüber erkannt wird? Wenn Schmerz isoliert bleibt - also nicht erkannt - schwächt dies den Geist? Oder auch: Bleibt mein Geist schwach, wenn ich nur das Leiden in mir fühle? Geht es hier darum, das Mitfühlen, Anteilnehmen, Hinschauen, Erkennen, die Menschlichkeit zu wecken?

Plötzlich merke ich, wie mit der Absicht, die Worte sofort richtig verstehen und deuten zu wollen, in meinem Kopf eine Enge entsteht. Erlösend kommt mir die Rede von Rolf Heine in den Sinn, der einleitend sagte: „Ein Mantram erschliesst sich einem nicht allein denkerisch!“. Dazu schenkt die Tagung zahlreiche Anregungen: Hörübungen, Seelenübungen, Nebenübungen, Bildbetrachtung, Sprachgestaltung und Eurythmie.

## Herbst 2017

So sammeln sich im Raum für jedes zitierte Mantram vielfältige Ansichten und Vertiefungsaspekte der anwesenden Menschen. Es wird spürbar, dass sich das innere Bild eines Mantrams wohl nicht abschliessend klären lässt. Die Farben werden sich mit der eigenen Vertiefung und durch das Mitsichtragen auf dem Lebensweg immer wieder ändern.

Am Sonntagmorgen höre ich aufmerksam einem Vogel vor dem Fenster zu. Immer wieder zwitschert er seinen Ruf, beinahe rezitierend. Unzählige Vogelstimmen tun es ihm gleich, jeder auf die eigene Art. Das Zwitschern der Vögel scheint sich ineinander zu verweben. Es weckt die Vorstellung eines Klangmantels, der sich leicht über den Morgen legt... vielleicht sogar rund um die Erde...?

Wahrscheinlich weben Mantren genauso einen Mantel! Unsichtbar, aber doch fühlbar und wirkungsvoll. Besonders kraftvoll scheint dies der Schwesternspruch zu tun, der von unterschiedlichsten Menschen rund um die Welt jeweils am Sonntagvormittag gesprochen wird.

Mit diesem Impuls schliesst sich die Tagung und entlässt die Menschen an ihre eigenen Wirkungsorte. Zuversichtlich gestärkt, von innen Gutes der Zukunft entgegnet zu können.

St. Gallen, 12.04.2017, Christine Vorbürger-Marbacher

## APIS-SAES Aktuell

### Soleo

Das Programm 2018 ist erstellt wurde auf der Jahreskonferenz der Medizinischen Sektion bereits fleissig verteilt. 2018 ist das Programm insbesondere im Bereich der Fachkurse stark erweitert worden:

- Diese Fachkurse können einzeln besucht werden oder alle miteinander, um den Abschluss der „Expertin Anthroposophische Pflege“ zu erlangen. Neu hinzugekommen sind zum Beispiel die Themen Biographiearbeit, Pflegerische Gesten in der Sterbebegleitung, Schmerz und Schlaf, Heilpflanzenkunde usw.
- Es werden erste Module für einen Grundkurs für Pflegende in Assistenzberufen angeboten, der inhaltlich abgestimmt ist auf das Aufgabengebiet dieser Berufsgruppe.
- Ein vollständiger Grundkurs (Stufe 1) für Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka kann nun im modularen System besucht werden.

Wer Näheres wissen möchte: [www.soleo-akademie.ch](http://www.soleo-akademie.ch).

### Nachweis beruflicher Fortbildung

Der Nachweis kontinuierlicher Fortbildung wird für die berufliche Anerkennung immer wichtiger. Selbständig Pflegende in der Schweiz müssen heute schon den Nachweis einer bestimmten Anzahl von Fortbildungen pro Jahr erbringen, damit sie ihre Anerkennung behalten. Der SBK ist zusammen mit anderen Berufsverbänden diesbezüglich aktiv geworden und bietet eine online-Plattform mit einer zentralen Registrierung von Pflegefachpersonen an. Der Vorstand von APIS wird abklären, in wie weit es Sinn macht und möglich ist, sich dort anzuschliessen, damit z.B. auch Kurse von Soleo für diesen Nachweis beruflicher Fortbildung anerkannt werden können. Wer sich allgemein informieren möchte kann das über [www.e-log.ch](http://www.e-log.ch), wir halten Sie über den Newsletter auf dem Laufenden.

### Bericht aus dem Internationalen Forum für Anthroposophische Pflege (IFAN)

Ca. 30 Pflegende aus 10 Nationen trafen sich Mitte September 2017 zum diesjährigen Internationalen Forum für Anthroposophische Pflege. Man setzte sich damit auseinander, was von einem solchen Gremium in Zukunft erwartet werden kann / soll und arbeitete folgende Punkte heraus:

- Stärkung der Internationalität; heisst, die sprachlichen und kulturellen Unterschiede in der Anthroposophischen Pflege sollen noch mehr gepflegt werden.

## Herbst 2017

- Damit im Zusammenhang steht das Bedürfnis nach Literatur, die in anderen Sprachen als Deutsch verfügbar sein soll. Das heisst, die Anstrengungen für Übersetzungen müssen intensiviert werden.
- Die zwischenmenschliche Begegnung soll stärker in den Focus gerückt werden - bei den Treffen, bei Tagungen, bei gemeinsamen Arbeiten. Dieses Bedürfnis wurde sehr stark zum Ausdruck gebracht.
- Die Nachwuchsfrage! Ein Generationenwechsel ist eingeleitet - so ist Ursa Neuhaus in diesem September aus dem Leitungskreis des Internationalen Forums ausgetreten, Monika Layer und Birgitt Bahlmann (D) stehen im nächsten Jahr nicht mehr für die Wahl zur Verfügung. So braucht es jüngere Menschen, die sich gerne in die Verantwortung für die Anthroposophische Pflege stellen wollen. - Jede Initiative wird herzlich begrüsst!
- Verschiedene anthroposophische Kurse aus Deutschland und USA wurden akkreditiert. Unter Vorbehalt eines noch ausstehenden Auditorenbesuchs erhielt auch der Grundkurs Anthroposophische Pflege von Soleo seine Bestätigung.
- Beim Internationalen Treffen für Rhythmische Einreibungen W/H wurde Janice Balascas (USA) als Internationale Koordinatorin für RE bestätigt. Und wir freuen uns sehr, dass Rebekka Lang, Expertin für RE und Mitarbeiterin der Klinik Arlesheim, die nationale Koordination für RE in der Schweiz übernommen hat. Für Fragen rund um die RE steht sie ab sofort zur Verfügung. Liebe Rebekka - einen grossen und ganz herzlichen Dank, dass Du diese Aufgabe übernommen hast!

Monika Layer

## Intervisionstreffen Rhythmische Einreibungen Beatenberg



In der zauberhaften Umgebung vom Beatenberg trafen sich am 18./19 August 2017 12 Pflegende zur gemeinsamen Arbeit an und um die Rhythmischen Einreibungen. An diesem Ort lässt es sich wunderbar arbeiten, sodass doch eine grosse Anzahl von Anliegen bewegt werden konnten: Lagern und Umgang mit Lagerungshilfsmitteln sowie fließende Übergänge gestalten bei der Ganzkörpereinreibung, Arm/Schulter Varianten, Austausch der Soleo-Dozentinnen, Fusseinreibung usw. Neben der konkreten Arbeit an Themen bereichert auch immer wieder der Austausch mit Kolleginnen, deren Herz ebenfalls für die RE schlägt. So kam der gesellige Teil nicht zu kurz und man trennte sich bereichert und erfüllt nach diesen Tagen.

Monika Layer

## Bucherscheinung

Das Buch "Anthroposophische Pflegepraxis", herausgegeben von Rolf Heine, ist ab sofort in der 4. korrigierten und erweiterten Auflage erhältlich. Der Band enthält neue Beiträge zur (deutschen) generalistischen Pflegeausbildung und zu den Wirkprinzipien äusserer Anwendungen. Der Herausgeber Rolf Heine hat seinen Text über "Meditation in der Pflege" deutlich erweitert, andere Beiträge wurden der aktuellen (deutschen) Pflegegesetzgebung angepasst.

### Termine

- |                          |   |
|--------------------------|---|
| 25. November 2017        | APIS-Netzwerktreffen: 14 - 18 Uhr, Zentrum für Integrative Medizin, Kantonsspital St.Gallen   |
| 21. April 2018           | Intervisionstreffen Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka, Haus Birkenrain Zürich   |
| 1. - 3. Juni 2018        | Internationale Pflegetagung am Goetheanum zum Thema „Schlaf / Schlafstörungen“; Programm folgt demnächst  |
| 22. - 24. Juni 2018      | Internationales Expertentreffen für Anthroposophische Pflege in Loheland zu psychosomatischen Themen / Schlafstörungen  |
| 17./18. August 2018      | Intervisionstreffen Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka im „Ferien- und Studienhaus Milan“ in Beatenberg - Waldegg; Beginn Freitag 15.00 Uhr bis Samstag, 17.00 Uhr |
| 13. - 16. September 2018 | Jahreskonferenz der Medizinischen Sektion, Programm folgt später  |