

Advent 2019

Liebe Mitglieder und Freunde von APIS-SAES

Nachdem seit dem letzten Newsletter nun schon über ein Jahr vergangen ist, freue ich mich, Ihnen / Euch in der Adventszeit einen kleinen APIS-Gruss zu schicken. Viel ist geschehen in diesem Jahr, im persönlichen, beruflichen, nationalen und internationalen Umfeld. Ich glaube, das kennt jeder moderne Mensch und am Ende des Jahres fragt man sich, wo die Zeit geblieben ist.

Eines meiner persönlichen High-Lights 2019 war der Besuch des Einführungskurses der Ärzteausbildung Klinik Arlesheim im vergangenen Oktober. Es war für mich sehr bewegend zu erleben, wie eine grosse Gruppe recht junger Menschen in diesen 4 Tagen zusammengearbeitet hat, welche Themen und auch wie sie behandelt wurden. Obwohl ich schon länger „dabei bin“, so war dieser Kurs auch für mich wieder sehr inspirierend und beflügelnd, sodass ich ihn voller Überzeugung empfehlen kann, auch denjenigen, die bereits etwas über anthroposophische Medizin wissen.

Die Intervisionstreffen für Rhythmische Einreibungen finden regelmässig statt und bekommen immer mehr Form und Tiefe. In dieser Ausgabe ist daher ein schöner Artikel vom diesjährigen Intervisionstreffen am Beatenberg, der einen Einblick in die inhaltliche Arbeit gibt.

So wünsche ich Euch / Ihnen mit Worten von Rainer Maria Rilke einen stimmungsvollen Advent und ein erfülltes Weihnachtsfest.

Es treibt der Wind im Winterwalde
Die Flockenherde wie ein Hirt,
Und manche Tanne ahnt, wie balde
Sie fromm und lichterheilig wird;
Und lauscht hinaus. Den weissen Wegen
Streckt sie die Zweige hin - bereit,
Und wehrt dem Wind und wächst entgegen
Der einen Nacht der Herrlichkeit.

Rainer Maria Rilke

Herzlichst Ihre / Eure

Monika Layer



Inhalt

Editorial
Bericht Intervisionstreffen
APIS-SAES Aktuell
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

Advent 2019

Bericht vom Intervisionstreffen für Rhythmische Einreibungen, Beatenberg 2019.

Ende August traf sich eine kleine Gruppe von Rhythmischen Einreiberinnen im Seminarhaus Milan zum gemeinsamen Austausch, Üben und Vertiefen. Gerne möchten wir auf diesem Weg einige unserer Erkenntnisse mit den LeserInnen des Apis Newsletters teilen.

Die Grundlage für unser diesjähriges Vertiefungsthema bildete der Artikel von C. Allmer und Dr. K. Studer-Senn zum Thema «Rhythmische Massage unter dem Gesichtspunkt des Vortrages «Der unsichtbare Mensch in uns» Teil 1». Der Text erschien im Merkurstab diesen Januar, (Heft 1/19). Zitate daraus sind nachfolgend kursiv gedruckt.

Im Artikel ist die Rhythmische Einreibung (RE) zwar nicht explizit erwähnt. Die beschriebene Griffqualität der Effleurage ist den RE jedoch nah verwandt. Wir wollten uns somit der Frage zuwenden: wie gestaltet sich die Griffqualität der RE unter Berücksichtigung der Ich-Ströme?

Zuerst näherten wir uns auf theoretischer Ebene der Wirkweise der vier Ich-Ströme. Grob zusammengefasst könnte gesagt werden: Die Abbaukräfte des oberen Ich-Stroms verlaufen zentripetal. Die Aufbaukräfte des unteren Ich-Stroms zentrifugal. «Beim gesunden Menschen taucht der obere Ich-Strom in den unteren Ich-Strom ein, um so mit Letzterem das Ätherische zu durchdringen. So kann sich der Ätherlieb, von innen Ich-durchdrungen bis in die Peripherie des physischen Leibes ausbreiten. Weiter im Text wird darauf hingewiesen «dass es immer darum gehen wird, den oberen Ich-Strom nicht nur ins Leibliche -zentripetal- hereinzuholen, sondern -zentrifugal- bis in die Peripherie zu locken, sodass er dort in einer gesundenden Art zur Abgrenzung führt.»

Wir haben dieses Ineinandergreifen der zentripetalen und zentrifugalen Kräfte versucht zu zeichnen und im Betrachten dieser Bilder empfunden, dass dies der «Herztätigkeit» sehr ähnlich sieht: Verdichten und Lösen in rhythmischer Gestaltung...

Darauf hat uns folgender Textabschnitt besonders bewegt: «Die Innenhand erlaubt uns in der öffnenden und schliessenden Geste die gestaltende Systole und die ansaugende Diastole differenziert zu handhaben und wird so zu einer Art rhythmischen System. Sie ist damit in der Lage, an der Peripherie eine Art zweiter Herztätigkeit zu bewegen.»

Wie wird diese periphere Herztätigkeit als Griffqualität fühlbar?

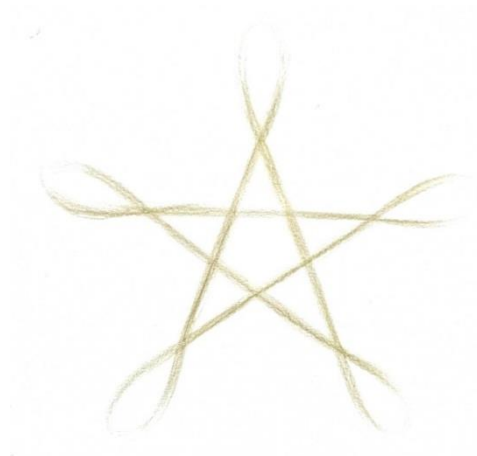
Jede Berührung spricht durch das reine Tasterlebnis als zentripetal verlaufender Sinneseindruck den oberen Ich-Strom (Abbaustrom) an. Wir legten somit unseren weiteren Vertiefungsfokus auf die Frage: Wie kann die Voraussetzung geschaffen werden, durch die Berührung den zentrifugalen Kräften (sprich dem unteren Aufbaustrom) mehr Wirkraum zu schenken?

Als Erstes war einleuchtend, die Sinneseindrücke, welche den oberen Ich-Strom ansprechen, möglichst zu reduzieren. D.h. weniger Streichung und Impulsierung - mehr Ruhe, mehr am Ort verweilend, wärmende, phasenverschobene Kreise. Diese waren für uns besonders gut umsetzbar an den „weichen“ stoffwechselverwandten Stellen wie Bauch, Oberschenkel und Oberarm.

Aber wie wird der untere Ich-Strom zentrifugal bis an die Peripherie gelockt? Wie gestalten wir in den RE eine «saugende» Griffqualität?

Diese Frage veranlasste uns, den Fünfstern eurythmisch gemeinsam zu Schreiten. Wir tauchten ein in das Verdichten im Zusammenkommen zur Mitte und das Lösen hin in die Peripherie. Wieder waren wir verbunden mit dem Rhythmischen Urbild des pulsierenden Herzens! Unglaublich eindrücklich war beim physischen Stillstehen zu spüren, wie der innerliche Bewegungsstrom noch ein Moment weiter «ins Unsichtbare» hinaus ging, dort sich wendete und wieder zurückkehrte als neuer Impuls zum Weiterschreiten in die neue Richtung.

Advent 2019



Dies konnten wir deutlich als saugende Qualität wahrnehmen! Es war spürbar, wie im 2. Umkehrmoment - in der Weite - der «wieder ansaugende» innere Impuls zum Verdichten entsteht.

Abschliessend versuchten wir in der praktischen Umsetzung das Verdichten mit dem ansaugenden Impuls aus der Weite zu gestalten. Dabei scheint das innerliche Weitsein und die Bewusstheit für den rückwärtigen Raum eine grosse Rolle zu spielen. Besonders war zu erleben, wie das Gewebe nach dem Verdichten/ dem «Ansaugen» wie von allein in seine Form zurückfand.

Bereichert vom gemeinsamen Erleben und Vertiefen schloss sich das Intervisionstreffen mit dem Entscheid, das Beatenberg-Wochenende 2020 neu in zwei Teilen zu gestalten:

Teil 1 - 21.08.2020 15Uhr - 22.08.2020, 16Uhr

Treffen für alle Rhythmischen EinreiberInnen (Voraussetzung ist der Besuch aller Module der Teilkörper-Einreibungen). Im Vordergrund steht Üben, Erleben, Fragensaustausch, Vertiefen, Vernetzen. Max 15 TeilnehmerInnen

Teil 2: - 22.08.2020, 18Uhr - 23.08.2020, 13Uhr

Treffen für Expertinnen Rhythmische Einreibung, Austausch, praktisches Tätigsein und weitere Themenvertiefung.

Gerne geben wir auf diesem Weg ebenfalls das Datum für das **Intervisionstreffen im Frühjahr** bekannt, zu welchem ebenfalls alle Rhythmischen EinreiberInnen herzlich eingeladen sind:

Samstag, 29.02.2020, 9.30 - 17.30, Alten- und Pflegeheim Birkenrain (2. Stock), Forchstrasse 366, 8008 Zürich
Anmeldung an: schopp.bi@bluewin.ch

Es grüssen Euch herzlich

Rebekka Lang, Birgit Faller (ehemals Schopper), Rozanne Hartmann, Bhakti Schikarski, Christine Vorbürger Marbacher

30.09.2019

Advent 2019

APIS-SAES Aktuell

APIS-Netzwerktreffen

Am 30. November 2019 fand in den Räumen des Michael-Zweiges in Zürich das diesjährige APIS-Netzwerktreffen statt. Inhaltlich arbeitete die Gruppe an „dem unsichtbaren Menschen“ nach der Schrift von Frau Dr. Katrin Studer Senn. Ursula Neuhaus gab eine Einführung und schon schnell wurde diskutiert und ausgetauscht. Man konnte rasch Bezüge zu pflegerischen Tätigkeiten, insbesondere zu den Äusseren Anwendungen, finden. Da dieses grosse Thema in knapp 1 Stunde natürlich nicht vertieft und abschliessend behandelt werden konnte, wird 2020 weiter daran gearbeitet. Jede Teilnehmerin bringt dann einen Aspekt mit, mit dem sie sich während des Jahres beschäftigt hat und stellt ihre Überlegungen / Ergebnisse der Gruppe vor.

Im freien Austausch erzählte man kurz aus den Institutionen, in denen man arbeitet, diskutierte über Themen wie Sterben in der heutigen Zeit und auch Fragen zum Verein APIS-SAES wurden bewegt.

Die Netzwerktreffen bieten jedes Mal einen schönen und freilassenden Raum zur Begegnung und geben Gelegenheit zu ungezwungenem Austausch über Themen, die im Alltag bewegen.

Auch im nächsten Jahr können wir wieder in den Räumlichkeiten vom Michael Zweig sein, diesmal am Samstag, 28. November 2020, 14 - 17 Uhr in der Lavaterstrasse 97, CH 8002 Zürich.

Soleo Akademie für Pflegeberufe

Das Programm 2020 ist online unter <https://www.soleo-weiterbildung.ch/index.php?id=323>

Im vergangenen Jahr haben 2 Kolleginnen den Abschluss zur Expertin Rhythmische Einreibungen nach Wegman/Hauschka erlangt. Auf einen Abschluss des Grundkurses, der jedoch erst in den ersten Monaten 2020 stattfinden wird, bereiten sich ca. 12 Pflegenden vor. Eine Gruppe in Scuol, wo ein ganzes Team einen Grundkurs besuchte, und die zweite Gruppe kommt aus dem Grundkurs, den Soleo im regulären Programm anbietet. Insgesamt blickt Soleo auf ein erfolgreiches Geschäftsjahr zurück. An dieser Stelle sei dem Förderverein Anthroposophische Medizin (ehemals Trägerverein Spital Richterswil) herzlich für die grosszügige Unterstützung der Weiterbildung in Anthroposophischer Pflege gedankt. Man spürt, dass der Beitrag der Pflege zum Heilungsgeschehen und Begleitung unserer Patienten / Klienten / Bewohner im Förderverein sehr wertgeschätzt und deshalb auch so wunderbar mitgetragen wird. Wir danken allen Beteiligten, allen voran dem Geschäftsführer Christoph Messmer, der immer ein offenes Ohr für die Anliegen der Pflege hat und tatkräftig im Finden von Lösungen unterstützt.

Gemeinsam mit der Ärztefortbildung Arlesheim wird Soleo im nächsten Frühjahr vom 7. bis 10. Mai 2020 in der Klinik Arlesheim ein interprofessionelles Einführungsseminar in Anthroposophische Medizin für Ärztinnen, Ärzte, Studierende der Medizin, Pflegenden und Angehörige medizinischer Fachberufe durchführen. Anhand von Fallvorstellungen werden die Grundlagen der Anthroposophischen Medizin und individuelle Behandlungskonzepte entwickelt sowie die Ansätze der Anthroposophischen Pflege (z.B. Wickel, Einreibungen) und künstlerischen Therapien (z.B. Maltherapie, Musiktherapie, Therapeutische Sprachgestaltung oder Heileurythmie) erlebbar. Kontakt: info@aerzteausbildung.ch; www.aerzteausbildung.com Aktuell wird der Flyer gestaltet, sodass man sich bald noch besser informieren kann.

Monika Layer

Termine

29. Februar 2020 Intervisionstreffen Rhythmische Einreibungen, 9.30 - 17.30 Uhr, Alters- und Pflegeheim Birkenrain, Forchstrasse 366, 8008 Zürich
29. April 2020 **Mitgliederversammlung APIS-SAES**, 18.00 - 20.00 Uhr; Alters- und Pflegeheim Birkenrain, Forchstrasse 366, 8008 Zürich
7. - 10. Mai 2020 Interprofessionelles Einführungsseminar Anthroposophische Medizin, Klinik Arlesheim; Programm folgt
- 21./22. August 2020 Intervisionstreffen Rhythmische Einreibungen am Beatenberg (siehe Text)
28. November 2020 14 - 17 Uhr; APIS-Netzwerktreffen, Lavaterstrasse 97, CH 8002 Zürich (Räume des Michael-Zweiges)
- 12.-20. September 2020 zum Jubiläum der Anthroposophischen Medizin wird eine „Festwoche“ gestaltet: Jahreskonferenz der Medizinischen Sektion am Goetheanum: Crossing Bridges - Being Human; 100 Jahre Anthroposophische Medizin; Programm folgt