



Wangen, den 24.3.2020

*Willst du das Unsichtbare fassen,
dringe so tief du kannst ein in das Sichtbare*

Max Beckmann

Liebe Freunde der Elementaren Gesundheitspflege und Elementartherapie,

wir hoffen und wünschen, dass es Ihnen/Euch allen gut ergeht!

Bis zum Beginn des Jahres erreichten uns viele Zeichen persönlicher und intentionaler Verbundenheit, für die wir herzlich danken. Ihre/Eure guten Wünsche werden uns begleiten.

Unsere beiden Konzepte finden weiterhin Beachtung und gewinnen zunehmend an Aktualität. Wir freuen uns, dass konkrete Planungen in freier Zusammenarbeit von Ute Köncke, meiner Nachfolgerin, mit den aktiven Lehrberechtigten weitergeführt werden.

Das Jahr 2020 wird von dem International Council of Nurses (ICN) als das Jahr der Pflegenden und Hebammen deklariert. Zugleich ist es das Gedenkjahr zum 200sten Geburtstag der Pflegepionierin Florence Nightingale (1820-1910). Für die Krankenpflege hatte sie "elementare Gesetze" aufgestellt, die denen der Gesundheitspflege entsprechen. Sie schuf damit auch die Grundlage für moderne Hygiene und das Gesundheitswesen. Sie selbst betonte in dem Aufsatz "Krankenpflege und Gesundheitspflege", den sie im Alter von 73 Jahren schrieb, dass "die Kunst der Gesundheit" ebenso wichtig sei wie "die Kunst der Krankenpflege". Die Aufgabe sei "in erster Linie humanitär. Sie besteht darin, Leben zu bewahren und Leiden zu vermindern."

Am 21. Oktober 1999 würdigte sie Rüdiger Bauer in Warstein zum Tag der Pflege: „Nightingale ist nicht nur mit der Lampe durch die Lazarette gegangen und hat die Sterbenden gesucht, um ihnen noch die Gelegenheit zu geben, sich von einem Lebenden zu verabschieden oder hat für die Sterbenden Briefe an ihre Angehörigen geschrieben. Sie hat auch ganz einfache Dinge gemacht, wie z. B. Im Lazarett nass auswischen und lüften und anständige Nahrung zubereiten. Allein diese Maßnahmen haben genügt, um die Mortalitätsrate von 80 % auf 5 % zu senken. ...Aber vor allem bedeutend für die Zukunft ist Nightingales Verständnis von Pflege als einem heilenden Zuwendungsprozess, in dem auch die Spiritualität einen wichtigen Platz hat. Nightingale verstand Pflege als einen heilenden, ja tatsächlich heilenden Beziehungsprozess, der über den rein kurativen Ansatz weit hinausgeht.“ Diese Ideen von Florence Nightingale wirken in ihren Grundzügen bis heute auch in unserer Arbeit fort. Resigniert kommentierte sie einmal: „Tief verwurzelt und verbreitet ist das Urteil, dass Medizin verabreichen etwas tatsächlich tun bedeutet oder besser, alles

bedeutet. Für frische Luft, Wärme, Sauberkeit sorgen bedeutet soviel, wie nichts tun. Die eigentlichen Elemente der Pflege werden nur wenig verstanden“.

Zu den eigentlichen Elementen der Pflege gehören sicher auch die originären Grundformen der Pflege in Begegnen, Wahrnehmen, Berühren, Wärmen und Bewegen, wie sie in unseren Anwendungen zur Anregung der individuellen selbstregulativen Begabungen seit über 30 Jahren praktiziert werden. Auch hier beginnt die Wahrnehmung dieser Schlüsselgrößen für die originäre Qualitätsbildung in der Pflege erst allmählich Beachtung zu finden. Zu denen, die von Anfang an die Bedeutung dieser so einfach erscheinenden Anwendungen für eine zukünftige Pflege und Gesundheitspflege erkannt haben, gehört Ruth Schröck, die allgemein anerkannte Pionierin einer modernen Pflegewissenschaft in Deutschland.

Im Geitwort zu meinem Buch 'Dynamisierende Selbstregulation' schilderte sie die Entwicklung der Konzepte in einem zusammenfassenden Rückblick auf unsere bisherige Arbeit: „Der Fortschritt der Arbeit in etwa zwei Jahrzehnten ist offensichtlich für diejenigen, die die Anfänge noch in Erinnerung haben. Die Anzahl und multidisziplinäre Zusammensetzung der gegenwärtigen Interessenten und direkt in der Arbeit involvierten Menschen zeugt von dem Erfolg des interprofessionellen Dialogs. Die laufenden Informationen der Arbeitsgemeinschaft und vor allem die erfolgreichen Kolloquien vermitteln klar die wissenschaftliche Verortung der Elementaren Gesundheitspflege. ... In der Entwicklung der Elementaren Pflege stand neben ihrer professionellen Anwendung und Integration in pflege- und behandlungsorientierte Modelle immer der Anspruch, dass die Anwendungen in alle Lebensbereiche aufgenommen und von Klienten/Patienten und ihren familiären Helfern in ihrer unabhängigen Selbstpflegekompetenz durchgeführt werden können und damit zu erhöhter Selbständigkeit beizutragen vermögen. Dieser Aspekt insbesondere sollte bei weiteren Entwicklungen und wissenschaftlichen Fundierungen von allen interessierten Berufsgruppen vertreten und als ein integraler Bestandteil ihrer Arbeit in diesem Bereich betrachtet werden.“

Die von Ruth Schröck erwähnten wissenschaftlichen Fundierungen und ihre Ergebnisse waren mir wichtig, weil sie die Wunder des Lebens, die wir unter unseren Händen während der Anwendungen erleben, erkenntnismäßig sowohl natur- wie auch geisteswissenschaftlich erschließen. Ermutigung zu den Fragestellungen und Orientierungen habe ich in dem Buch 'Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst' von Rudolf Steiner und Ita Wegman gefunden. Das vertiefte Verständnis der naturwissenschaftlichen Aussagen zum Beispiel über die Wärme, das Licht, die Bewegung und schließlich über den Menschen selbst, soweit ich sie in meine Kurstätigkeit und in mein Buch aufnehmen konnte, verdanke ich Rudolf Steiner. Darf ich Ihnen einige naturwissenschaftliche, zeitaktuelle Beispiele, die der geisteswissenschaftlichen Erweiterung offenstehen, im Folgenden nochmals in Erinnerung rufen, soweit sie in einer Reduktion auf die einzelnen körperlichen Funktionen dargestellt werden und der Mensch als geistiges Individuum selbst dabei nicht in den Blick genommen wird?

- Bereits 1999 unterrichtete uns Eberhard R. Zimmermann bei der ersten Akademietagung in Münster über neue medizinische Forschungsergebnisse und ihre Bedeutung für unsere Anwendungen, indem er bestätigte, dass unsere regulativen Wärmestimulationen die Zirkulation auch in schlecht versorgten Arealen verbessert. Die kapilläre Durchblutung in der Endstrombahn des menschlichen Kreislaufes, so Zimmermann, ist der

wesentlichste Vorgang zur Ver- und Entsorgung von Zellverbänden und Organen.

- 1998 wurden Robert Furchgott, Louis J. Ignarro und Ferrid Murad aus den USA mit dem Medizin-Nobelpreis für ihre Entdeckung ausgezeichnet, dass Stickstoffoxid (NO) als sogenanntes Signalmolekül in den Blutgefäßen fungiert und dadurch in einem lebenden, d.h. *durchwärmten* Organismus, eine Erweiterung der Blutgefäße bewirkt. Zudem dient das Gas als Abwehr gegen Infektionen und als Regulator des Blutdrucks.
- Sir Michael Berridge beschrieb 1999 die neben dem Knochenaufbau bis vor kurzem unbekannt viels seitige Bedeutung des Kalziums im menschlichen Organismus. Er entdeckte die "Kalziumsprache" der Körperzellen untereinander. Kalzium gestaltet den Informationsstrom, es sind bestimmte Rhythmen, mit denen Kalzium in den Zellen Lebensvorgänge moduliert. In der Muskelzelle einer Schlagader kann es jede Zehntelsekunde zu einer Kalzium-Entladung kommen, alle zehn Sekunden überläuft Leberzellen ein Kalzium-Schauer und alle paar Minuten nehmen befruchtete Eizellen eine Kalzium-Dusche, die ihrer Entwicklung sehr förderlich sein soll.
- Am 10. Februar 2001 referierte Fritz-Albert Popp in Münster bei unserer 3. Akademietagung über Erkenntnisse der Biophotonik in der körpereigenen Licht- und Wärmeforschung: Die Wärmestrahlung im Organismus ist kohärent. Sie ist Träger einer extrem hohen Informationsdichte. Er sagte: "Wir zweifeln nicht, dass wir bei dem Bereich der sogenannten Wärmestrahlung exakt die gleichen Phänomene haben, wie wir sie im Lichtbereich bei Biophotonen messen." Den lebendigen Organismus betrachtete er als eine Einheit: "Sie sehen deutlich, dass wir die Biologie und die Medizin ganzheitlich verstehen müssen. Wir können sie nicht verstehen über ein einzelnes Molekül oder darüber, dass man sagt, das macht die Wechselwirkung mit dem, jenes macht die enzymatische Reaktion mit jenem. Das ist so, als wenn Sie ein Klavierkonzert verstehen wollten, indem Sie das Klavier auseinanderlegen und die Tasten dann vorzeigen wollten. Sondern wir haben hier ein ganzheitliches Phänomen vor uns. Wann immer sich etwas ändert, ist davon das Ganze berührt. Sie stechen mit einer Nadel in eine eng begrenzte Fläche hinein, aber alle anderen Stellen werden davon mitbetroffen. Sie können an einem lebendigen Gebilde nichts machen, gleichgültig, an welcher Stelle Sie auch immer eingreifen, ohne alle anderen Stellen mit zu beeinträchtigen. Das biologische System ist immer als etwas Ganzes zu sehen. ... Wir gehen als eine Ganzheit durch die Tür und nicht als ein Molekülhaufen. Die Biologie hat das verstanden."
- Roeland Van Wijk, Amersfoort (NL), sprach zu uns in einem seiner Vorträge, am 13. März 2010, über die Bedeutung des Sauerstoffes in der Entwicklung des Menschen. "Bereits von den ersten Anfängen des Lebens des Individuums an hängt das Funktionieren der Zelle, das Wachstum und die Ausdifferenzierung von der Verfügbarkeit des Sauerstoffes sowie dem Funktionieren des Respirationsprozesses ab. Die Respiration findet im Prinzip

auf Zellbasis statt, wobei die Struktur der Mitochondrien eine entscheidende Rolle spielt"

- 2019 erhielten die Ärzte Gregg Semenza, Peter Ratcliffe und William Kaelin den Nobelpreis für die Entschlüsselung der komplizierten molekularen Prozesse bei der Sauerstoff-Regulation. Sie entdeckten zwei Proteine und ein Enzym, welche die Sauerstoffaufnahme und den Sauerstoffabbau in den Zellen steuern.

Diese naturwissenschaftlichen Forschungen geben uns Einblicke in die Mikroprozesse unseres Leibes in den Lebensprozessen.

Besondere Ereignisse

- Am Samstag, den 22. Februar, hat mit Ute Köncke, Münster, an der Akademie für Pflegeberufe an der Filderklinik, Filderstadt, eine Einführung in Elementare Gesundheitspflege und Elementartherapie stattgefunden. Die Ausbildung wird fortgesetzt werden. www.vfap.de Kontakt: mail@vfap.de, Tel. 0711-7359219
- Vom 12.-20. September 2020 feiert die Medizinische Sektion auf ihrer Jahresversammlung in Dornach das 100jährige Bestehen der Anthroposophischen Medizin. In den Vertiefungskursen zum jeweiligen Tagesthema an den drei letzten Tagen (Freiheit, Liebe, Weisheit in Bezug zu Gesundheit und Krankheit) werden auch Elementare Gesundheitspflege und Elementartherapie vorgestellt. Die Leitung werden Ute Köncke und Ute Hild übernehmen. Gabriele Gögelein wird sie musikalisch begleiten. Iryna Izhykova (RU) wird als Dolmetscherin für Russisch teilnehmen.
- Ute Köncke hat ihre bereits angenommene Dissertation an der Universität Witten/Herdecke auf Wunsch von Prof. Büssing durch eine Abhandlung über die Begegnung erweitert. Nun kann sie auf den offiziellen Termin zur Verteidigung ihrer Arbeit warten. Über diesen Erfolg freuen wir uns.
- Zur Corona-Pandemie: Ute Köncke hat ein Faltblatt mit einfach zu handhabenden Anwendungen aus der Elementaren Gesundheitspflege herausgegeben. Die entspannende und belebende Selbst- und Fremdpflege bewirkt innere Ruhe und stärkt das Immunsystem regulativ.

Nach unserer Wahrnehmung bildet sich wieder eine nunmehr freie Arbeitsgemeinschaft aus dem Wunsch Einzelner, die Kontakte weiter zu pflegen.

So grüße ich herzlich, auch von meinem Mann sowie von Iryna

Erna Weerts

Literaturhinweise

Meyer, Frank: Besser leben durch Selbstregulation. Info3 Verlag 2011³

Rosenberg, Stanley: Der Selbstheilungsnerv. So bringt der Vagus-Nerv Psyche und Körper ins Gleichgewicht. VAK Verlag, Kirchzarten 2019⁶

Weerts, Erna: Dynamisierende Selbstregulation. hpsmedia, Nidda 2017²