

Der Merkurstab

Zeitschrift für Anthroposophische Medizin - Journal of Anthroposophic Medicine

Digitales Archiv

Autor(en)	Annette Robert
Titel	Die Massage nach Dr. med. Simeon Pressel – Hilfe und Begleitung für den heutigen Menschen
Zeitschrift	Der Merkurstab. Zeitschrift für Anthroposophische Medizin
Publikationsjahr	2018
Jahrgang	71
Heftnummer	6
Heftname	6 November/Dezember
Seiten	454 - 458
Artikel-ID	DMS-21015-DE
URL	www.anthromedics.org/DMS-21015-DE
DOI	https://doi.org/10.14271/DMS-21015-DE
Bibliografische Angabe	Robert A. Die Massage nach Dr. med. Simeon Pressel – Hilfe und Begleitung für den heutigen Menschen. Der Merkurstab. Zeitschrift für Anthroposophische Medizin 2018;71(6):454-458.

Dieser Artikel stammt aus dem Merkurstab-Archiv, das Veröffentlichungen seit 1946 umfasst. Insbesondere bei länger zurückliegenden Arbeiten ist der jeweilige medizinhistorische Kontext zu berücksichtigen.

Dieser Artikel ist urheberrechtlich geschützt und darf nicht ohne Genehmigung weiterverbreitet werden.

Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte in Deutschland e.V.
Herzog-Heinrich-Straße 18
DE-80336 München

www.gaed.de
info@gaed.de



Anthromedics

Anthroposophic Medicine.
Development. Research. Evaluation.

www.anthromedics.org

Die Massage nach Dr. med. Simeon Pressel – Hilfe und Begleitung für den heutigen Menschen

ANNETTE ROBERT

Dies ist der geringfügig überarbeitete und ergänzte Wiederabdruck eines Beitrags der Autorin, der im Original erschienen ist in der Zeitschrift Medizinisch-Pädagogische Konferenz 2016;79:99–106.

Die Massage nach Dr. med. Simeon Pressel – Hilfe und Begleitung für den heutigen Menschen

■ Zusammenfassung

Die Massage nach Dr. med. Simeon Pressel zeichnet sich durch ihre Heilwirkung aus und ist von ihrem Erfinder so gedacht, dass sie sowohl von medizinisch geschulten Therapeuten und Ärzten als auch – in ihrer salutogenetischen Wirkung – von Laien ausgeführt werden kann. Sie ist dem Menschen in seinem Gesundheitsstreben eine Hilfe, stärkt seine Lebenskräfte und unterstützt ihn auf seinem biografischen Weg. Sie öffnet ihn (wieder) für die Wirkung kosmischer Kräfte und lässt ihn seine Mitte wiederfinden, aus der die Selbstheilungskräfte und das innere Gleichgewicht erwachsen. Vor allem Mut und Initiativkräfte werden gestärkt, die positive Veränderungsprozesse einleiten.

Die Massage nach Dr. Pressel erweist sich in ihrer Anwendung als fruchtbare Vorarbeit für andere Therapien und Arzneimittelverabreichungen. Da sie für vielfältige, auch gegensätzliche Krankheitsbilder heilwirkend ist, könnte man sie auch als „Massagedoron“ bezeichnen.

■ Schlüsselwörter

Pressel-Massage
Heilmassage
Salutogenetische Massage
Planetenkräfte
Funktionelle Dreigliederung
Polare Behandlung
Ich-Kräfte
Selbstheilungskräfte
Lebenshilfe

Massage method of Simeon Pressel, MD – help and support for people of today

■ Abstract

The Pressel method of massage has outstanding healing effects. Its inventor developed it in such a way that it can be applied by therapists with medical training, by physicians and – for its salutogenic effect – also by lay people. It helps people in their efforts to gain health, strengthens their vital energies and supports them as they progress through life. It opens them up (again) to the influence of cosmic powers and lets them find their centre again from which powers of self-healing and inner balance arise. Courage and initiative increase, initiating positive changes. The use of Pressel massage has proved its value in preparation for other therapies and medical treatment. It brings healing for many different and even polar opposite syndromes, so that we might also call it 'Massagedoron'.

■ Keywords

Pressel massage
Medical massage
Salutogenetic massage
Planetary powers
Functional threefoldness
Polar treatment
Powers of the I
Self-healing powers
Support in life

Einleitung

In der heutigen Zeit sind wir darauf angewiesen, unser körperliches und seelisches Gleichgewicht immer wieder neu zu finden und zu erhalten. Die Berührung unseres Körpers in der Massage auf künstlerisch-geistige Art verleiht nicht nur Wohlbefinden, sondern regt in dieser spezifischen Massage nach Dr. med. Simeon Pressel die Selbstheilungskräfte an. Als Lebenshilfe im Alltag hat sie sich vielfach bewährt und findet darüber hinaus Anwendung als unterstützende Maßnahme in anderen Behandlungskonzepten innerhalb der Anthroposophischen Medizin.

Die Berührung des Körpers hatte in alten Zeiten eine spirituelle Dimension. Heute stehen meist rein physische Aspekte (z. B. bei der Sportmassage) oder das Bedürfnis nach „Wellness“ im Vordergrund. Damit wird dem ganzheitlichen Aspekt des Menschen mit seiner körperlichen, seelischen und geistigen Tragweite jedoch nur unzureichend entsprochen. Die spirituelle Dimension wurde in der Anthroposophischen Medizin durch die Rhythmische Massage von Ita Wegman (1876–1943) und Margarethe Hauschka (1896–1980) wieder aufgegriffen und durch die Massage nach Dr. Pressel ergänzt und erweitert (1). Beiden gemeinsam ist das rhythmische Element, das unser Leben ordnet und sich im Ein- und Ausatmen, im Wachen und Schlafen, im Anspannen und Entspannen zeigt.

Wie im Folgenden verdeutlicht werden soll, will der von Simeon Pressel entwickelte Ansatz den Menschen wieder in seiner Gesamtheit erfassen und in eine menschengemäße, rhythmische Ordnung bringen. Dies geschieht sowohl auf *hygienisch-salutogenetische*, d. h. in krankheitsvorbeugender Weise, als auch auf *therapeutische Weise*. Mit den Worten der anthroposophischen Ärztin Gretl Stritzel (1912–2003) ist die Massage nach Dr. Pressel ein „Schicksalsgeschenk an die Menschheit aus der großen Not der Gegenwart“ (2).

Die von Simeon Pressel erarbeitete *Massageheilkunst* ist in ihrem methodischen Ansatz die direkte Umsetzung des Konzepts der *Dreigliederung des menschlichen Organismus*. Dieses von Rudolf Steiner entwickelte Menschenbild bildet die Grundlage der Anthroposophischen Medizin. Wie auch in der Waldorfpädagogik geht es in der spezifischen Anwendung dieser Massage um die Stärkung des Rhythmischen Systems (Herz-, Atmungs- und Kreislauffähigkeit). Dieses wirkt als ausgleichende und somit heilende Kraft der beiden entgegengesetzten Pole des Nerven-Sinnes-Systems und des Stoffwechsel-Gliedmaßen-Systems. Dieses auch in der Waldorf-Pädagogik veranlagte Ziel besteht zeitlebens für den Menschen als Herausforderung. Mit der Massage nach Dr. Pressel kann der Versuch, dieses Ziel zu erreichen, vielfältig unterstützt werden. Pädagogik und Salutogenese reichen sich hier die Hand.

Gegenwärtige Herausforderungen für das körperlich-seelisch-geistige Gleichgewicht des Menschen

Schaut man sich im Familien- und Bekanntenkreis um, so trifft man überall auf ähnliche Phänomene und

Symptome, die das physisch-seelisch-geistige Gleichgewicht der Menschen beeinträchtigen: Akute Erschöpfung, chronisch geringe Belastbarkeit, Überforderung, Burnout sowie Verhärtungstendenzen (z. B. Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen) gehen Hand in Hand mit unausgeglichenen seelisch-geistigen Reaktionen wie Interesse- und Lustlosigkeit, depressiven Verstimmungen und dem starken Bedürfnis nach Betäubung und Ersatzbefriedigung. Darüber hinaus werden nach medizinischen Eingriffen wie z. B. Chemotherapie, Bestrahlung oder Operation Begleittherapien immer notwendiger, die die Selbstheilungskräfte des Menschen wecken bzw. unterstützen und seine seelische Befindlichkeit stabilisieren.

So kann ein soziales Umfeld gebildet werden, z. B. in Form von familiären oder freundschaftlichen Aktivitäten, die diesen Belastungen durch künstlerisch-praktische Anwendungen eine heilsame Pflege entgegenbringen, die mit hygienischen Maßnahmen vergleichbar ist und der präventiven Gesundheitsförderung dient.

Weiterhin kann im Krankheitsfall in der Nachsorge Hilfe gewährt werden, zu der u. a. auch eine Vergangenheitsbewältigung sowie eine Öffnung für Zukunftsimpulse (soweit es das Schicksal des betreffenden Menschen zulässt) gehören, die durch die Massage nach Dr. Pressel ermöglicht werden.

Geschichte der Entstehung der Massage nach Dr. Pressel

Simeon Pressel (1905–1980) hatte seine erste Massageerfahrung im Schulalter mit der Schwedischen Massage. Bereits da wurde offensichtlich der Impuls ausgelöst, selbst massierend tätig zu werden. Später erlebte er – wie sein ärztlicher Kollege Adalbert Graf von Keyserlingk in der Biografie von Simeon Pressel ausführt – beim Massieren des Vaters die „heilende Kraft seiner Hände“ (3, S. 342). Die Massagetätigkeit übte er ab 1933 in seiner Arztpraxis in Bayreuth aus. In dieser Zeit fand er über die Homöopathie und die Naturheilkunde auch den Weg zur Anthroposophie und zur Anthroposophischen Medizin. Während seiner Kriegsgefangenschaft in Weißrussland baute er die Massage auf Basis der vorangegangenen Vertiefung in die Geisteswissenschaft (besonders die *Ärztelkurse*) weiter aus. Dabei stellte er eine starke Wirkung der Massage bei seinen Kameraden fest (4). Er bildete verschiedene Mitgefangene als Helfer aus, die gemeinsam mit ihm die heilende Tätigkeit der von ihm entwickelten Rückenmassage ausübten. Wie Keyserlingk weiter ausführt, konnte Simeon Pressel während der gesamten Lagerzeit durch seinen inneren Heilermut schwerste Krankheiten ohne medikamentöse Unterstützung überwinden helfen.

Zurück in Deutschland siedelte er 1948 seine Praxis in Stuttgart an und wurde Schularzt an der Freien Waldorfschule Umlandshöhe. Damit stand er einer neuen Herausforderung gegenüber: den kriegsgeschädigten Kindern wieder einen Erdenbezug zu vermitteln. So entstand im Wechsel zur Rückenmassage die Beinmassage (3).

In seiner Praxis setzte Simeon Pressel, laut Keyserlingk, die Massage u. a. als Mittel für eine Art diagnostisch-therapeutische Intuition ein. Dabei nahm er über die Muskeln nicht nur die Krankheiten des Bewegungsapparates wahr, sondern auch die Krankheiten der tiefer gelegenen Organe. Er teilte seine Kraft durch seine Hände dem Lebenswillen der Patienten mit. Von entscheidender Bedeutung im Heilungsprozess waren, so Keyserlingk, die große Wärme und Toleranz, die er seinen Patienten entgegenbrachte. Sie wurden durch das Vertrauen belohnt, das diese ihm schenkten.

Durch die Heirat mit Elisabeth van Schouwen (1958), die in der Rhythmischen Massage nach Ita Wegman und Margarethe Hauschka ausgebildet war, bekam der Massageablauf neue Impulse. Ab 1975 gab Simeon Pressel seine Massagemethode in Ausbildungskursen weiter. Nach seinem Tod (1980) wurden diese Schulungen durch Elisabeth Pressel und die Ärztin Gretl Stritzel weitergeführt sowie in deren Nachfolge durch weitere Ausbildungszentren.

Besonderheiten der Massage nach Dr. Pressel

Die Massage nach Simeon Pressel gliedert sich in zwei Teile. Zu Beginn der Behandlungsfolge werden Waden, Oberschenkel und die untere Rückenpartie massiert. Beim nächsten Massagetermin werden oberer Rücken, Arme und Nacken behandelt. In diesem rhythmischen Wechsel der Behandlung des „unteren“ und „oberen“ Menschen liegt die Einzigartigkeit dieses Massagemodells. Fragt man die Patienten nach Abschluss der Massage, so kommen häufig Antworten wie „ich fühle mich wieder belebt“, „meine ewig kalten Hände und Füße sind ganz warm“, „mein Kopf ist wie befreit“, „ich bin besser geerdet und erlebe mich von neuem als Ganzheit“ oder „meine Beine sind ganz leicht“.

Was ist geschehen? Simeon Pressel beschreibt es in seinem Buch *Bewegung ist Heilung* (5, S. 131–133) folgendermaßen: In der Massage wird ein Strömen in Bewegung gesetzt, welches die jedem Menschen innewohnende Energie zu freiem Fließen zwischen Kopf und Füßen anregt. Behandlungsziel ist es, nach und nach Stauungen, Verdichtungen, Blockaden und Strömungshindernisse aufzulösen. Der individuellen Situation entsprechend wird die Massage als Belebung, Erneuerung und Durchwärmung empfunden oder auch als Entspannung und wohlige Müdigkeit, je nachdem, ob viel unterschieden werden muss oder ob sogleich Helligkeit und Frische die Seele erfüllen. Im Idealfall gestaltet der Patient den Gesundungsprozess aktiv mit. Patient und Therapeut gehen einen gemeinsamen Heilungsweg.

Wie anfangs erwähnt, basiert die Massage nach Dr. Pressel auf Rudolf Steiners Konzept der *Dreigliederung des menschlichen Organismus*. Das bedeutet, dass durch die Wadenmassage am gegenüberliegenden Pol das Nerven-Sinnes-System angesprochen wird, das sein Zentrum zum größten Teil im Kopf hat. Das Stoffwechsel-Gliedmaßen-System, das schwerpunktmäßig vor allem „im unteren Menschen“ zu Hause ist, wird durch die Arbeit an Armen und Rücken belebt. Der regelmäßige

Wechsel zwischen den beiden Polen aktiviert das mittlere, *Rhythmische System*, im Brustkorb angesiedelt, wo sich Herz- und Atmungsbewegungen in rhythmisch-strömenden und Polaritäten ausgleichenden Prozessen vollziehen. Besteht unzureichender Ausgleich zwischen den beiden polaren Funktionssystemen, hat z. B. der Nerven-Sinnes-Pol die Überhand, können eine Reihe von Krankheiten auftreten, die mit Verhärtungen und Ablagerungen einhergehen. Bei überaktivem Stoffwechsel-Gliedmaßen-System herrscht wiederum ein Überschuss an Aufbauprozessen vor, welche Entzündungsvorgänge und Wucherungen verursachen können. Das Rhythmische System versucht durch seine ureigenen Heilkräfte diese Tendenzen immer wieder auszugleichen (6, S. 298–300).

Wirkungsweise der Massage

Die Massage nach Dr. Pressel wirkt auf den Menschen in seiner Gesamtheit. Empfindungen von gestärkter Vitalität können direkt im Anschluss an die Massage sowie in den darauffolgenden Tagen erlebt werden. Der Masseur überträgt gewissermaßen ein Urbild von Gesundheit in Form eines Modells auf den Muskelorganismus und indirekt auf die inneren Organe (7). Durch eine kontinuierliche Massagebehandlung (einmal wöchentlich über 2 bis 3 Monate) wird ein Weg zur körperlichen und seelischen Gesundheit in Zusammenhang mit einer größeren geistigen Präsenz eingeleitet.

Mit der Beinmassage kann eine bessere Verarbeitung von vergangenen und gegenwärtigen schwierigen Schicksalssituationen einhergehen. Die in die Muskulatur eingepprägten Lebenserfahrungen können befreiende Impulse empfangen. Durch die Belebung des Rückens kann eine Öffnung für die Zukunft möglich werden (7). Damit berührt die Massage die Schicksalsphäre des Menschen, wo Neues geschehen kann.

Besonders im *hygienisch-salutogenetischen* Bereich kommt der Massage ein großer Stellenwert zu. Hier hat sie einen positiven Einfluss u. a. bei vegetativen Dysfunktionen, unausgeglichem Wärmehaushalt, Verdauungsproblemen, Schlafstörungen, chronischer Müdigkeit und Stress sowie bei Erschöpfung, Antriebslosigkeit, Verspannungen und Stauungen infolge einseitiger Arbeitshaltungen.

Medizinisch-therapeutisch sind die Einsatzmöglichkeiten der Massage vielfältig und werden mit dem behandelnden Arzt abgesprochen: bei chronischen Erkrankungen des Stoffwechsels, bei Herz- und Lungenkrankheiten, in der Onkologie, aber auch bei Allergien, Immunschwäche, Suchtkrankheiten (auch Anorexie und Bulimie) sowie bei Erkrankungen des Bewegungsapparates.

Im seelischen Bereich wirkt die Massage aufbauend bei depressiven Verstimmungen. Sie erleichtert die Verarbeitung von traumatischen Ereignissen, wirkt hilfreich begleitend in der Palliativmedizin wie auch unterstützend in der Psychosomatik und Psychiatrie. In heilpädagogischen und sozialtherapeutischen Lebens- und Tätigkeitsbereichen können die betreuten Menschen

durch die Massage nach Dr. Pressel besondere Förderung erfahren.

Wenn Kinder zur Massage kommen, so ist vor der Pubertät nur ein wärmend-pflegendes Einhüllen angebracht, um Reifeprozesse zu fördern und die heilende Ordnung durch behutsame Massagegriffe in kindgerechter Weise zu ermöglichen (4).

Jugendliche sind häufig in ihren verschiedenen Entwicklungsphasen sehr dankbar für diese besondere Massage, da sie, inneren Kräften und von außen kommenden Einflüssen ausgesetzt, für sich selbst und für die Familie besonders anstrengend sein können. Die Massage, die zutiefst ordnend und klärend wirkt, hilft ihnen, mutvoll freudig mit ihren neuen Erfahrungen umzugehen (2).

Bedeutung der Griffqualität und der Wärme in der Massage

Die Massage nach Dr. Pressel kann durch die spezifische Behandlungsweise zu einer Heilkunst werden. Der erfahrene Masseur verbindet sich individuell mit dem Patienten und modelliert in sorgfältiger, liebevoller und aufmerksamer Weise. Berührungsqualität wird zu Beziehungsqualität. Die sorgfältig bemessenen Bewegungen der massierenden Hand erreichen halb- und unbewusste Vorgänge der Atmung und Blutzirkulation. Dabei kommen die Urformen der Lemniskate und der sich entfaltenden Spirale zur Anwendung. Die Lemniskate ermöglicht Ausgleich und Verbindung. Die Spiralform erlaubt immer neu die impulsierende Belebung. Der Massierende arbeitet wärmend und umhüllend. So bringt die Massage zum einen die Ätherströmungen zum Fließen, zum anderen den Astralleib zum Ausgleich, der sich in Muskulatur und Organen einseitig festgesetzt hat (2).

Die verschiedenen Qualitäten der Griffe, die den Planetenqualitäten nachempfunden sind, verweben und ergänzen sich und schaffen eine musikalisch-rhythmische Komposition, eine Partitur, die der Masseur zu beherrschen lernt. Zur Bedeutung des Muskelorganismus als Instrument des Astralleibs sei auf die Arbeit des anthroposophischen Arztes Florencio Herrero verwiesen (7). Ihm verdanken wir auch die originelle Bezeichnung der Massage nach Dr. Pressel als „Massagedoron“.

Der äußeren Wärme kommt bei der Massage nach Dr. Pressel – im Vergleich zu anderen Massageformen – eine besondere Bedeutung zu. Äußerlich wird sie durch Wärmflasche, Wollsocken und -decken, belebendes Bürsten, wärmende Öle und rhythmisches Massieren erreicht. Die innere Wärme des Masseurs, der seinen Beruf liebt und enthusiastisch ausübt, tut ihr Übriges. Seine Wärme und geistige Präsenz können die Ich-Kräfte des Patienten – seine Initiativ- und Mutkräfte – wachrufen und stärken. Daran dachte Simeon Pressel, als er davon sprach, dass seine Massage eine „michaelische“ sein will (8).

Falldarstellung

Die vorliegende Falldarstellung zeigt, wie eine biografische Situation zu einem Krankheitsbild führen kann und wie die Behandlung durch die Massage nach

Dr. Pressel ein körperlich-seelisch-geistiges Gleichgewicht wiederherzustellen vermag.

Die Patientin, die 65-jährig zur Behandlung kam, ist Nachkriegskind und im Sternbild Jungfrau geboren. Ihre Gestalt ist klein und gedungen, der Blick klar und zielgerichtet, die Gesichtszüge ebenmäßig. Man könnte auf ein cholerasches Temperament schließen. Der Wärmeorganismus tendiert zeitweise zu einem Überschuss an Wärme.

Die Patientin konnte bei ihrem ersten Besuch (2013) vor Schmerzen kaum die Treppe hochsteigen. Sie führte aus, dass sie am ganzen Körper, vor allem am oberen Rücken, an Schultern und Beinen starke Schmerzen habe. Diese hatten in den letzten Monaten ihre Bewegungsfreiheit immer mehr eingeschränkt und sie teilweise zum Liegen gezwungen. Zuhause musste sie an- und ausgezogen werden und konnte ihren täglichen Verpflichtungen nicht mehr nachkommen. Ihrer Aussage nach waren die Schmerzen „so heftig wie ein Schraubstock, der immer fester angezogen wird“.

Seit ihrem 18. Lebensjahr erlebt die Patientin das Ringen mit einer schwachen Gesundheit (Mandel-, Blinddarm-, Nierenstein-, Gallenblasenoperation, zweimalige Brustoperation aufgrund von Lipomen, Kaiserschnitt bei der Geburt des ersten Kindes). 58-jährig erlebt sie einen totalen physischen Zusammenbruch und weilt längere Zeit im Paracelsus-Krankenhaus Unterlengenhardt. Dort hat sie Gelegenheit ihr Leben anzuschauen und stellt fest, dass sie vor „einem Trümmerhaufen steht“.

Im Alter von fünf Jahren verlor sie ihren Vater. Sie hatte eine schwere Kindheit und Jugend, lernte den Beruf der Krankenschwester und war vor ihrer Heirat fünf Jahre krankenpflegerisch tätig. Aus ihrer Ehe gingen zwei Kinder hervor. Sie pflegte ihre Mutter und einen Onkel bis zu deren Tod. (Da war sie 48 Jahre alt.) Mit 38 Jahren (zweiter Mondknoten) lernt sie die Anthroposophie kennen und mit 56 (dritter Mondknoten) macht sie eine vierjährige, berufsbegleitende Eurythmieausbildung. Seit der Kindheit sei sie mit schweren Enttäuschungen und hohen Belastungen konfrontiert. Ihre Ehe empfinde sie seit vielen Jahren als schwierig. Sie habe das Gefühl, im familiären und sozialen Umfeld keine Liebe und Anerkennung zu finden. Ihr Selbstwertgefühl sei daher sehr schwach. Im familiären Umfeld gelinge es ihr nicht, ihre eigenen Werte und Impulse zu verwirklichen. Offensichtlich reagiert sie immer wieder somatisch auf die verschiedenen Anforderungen ihrer Umwelt. In ihrer gegenwärtigen Situation möchte sie sich nicht der Schulmedizin anvertrauen und setzt ihre Hoffnung auf die Heilwirkung der Massage. Sie ist davon überzeugt, dass sie durch diese gesund werden kann.

Tatsächlich stellen sich schon nach viermaliger Behandlung mit der Massage eine Besserung des Allgemeinzustands und ein Kräftezuwachs ein. Nach regelmäßiger wöchentlicher Massage über einige Monate (bei zusätzlicher Schröpfglasbehandlung) sind eine starke Verbesserung des Bewegungsablaufs und ein

Rückgang der Schmerzen feststellbar: „Ein Tor ist aufgegangen“, so die Worte der Patientin.

Fünf Monate nach ihrer ersten Massagebehandlung sucht die Patientin auf Anraten ihrer Therapeutin eine anthroposophische Ärztin auf. Die Diagnose eines chronischen Schmerzsyndroms und einer damit einhergehenden larvierten Depression werden bestätigt und ein Behandlungsaustausch zwischen Arzt und Therapeut führt zu einer langfristigen Stabilisierung des leiblich-seelischen Zustands. Es werden vor allem schmerzlindernde und entgiftende Heilmittel verabreicht und eine Therapie unter anderem mit Lichtwurzel und potenziertem *Viscum* als Dauerbehandlung eingeleitet.

Der ineinandergreifende Ansatz von Massage und ärztlicher Unterstützung zeigt schnell seine Wirkung: Die Bewegung wird flüssiger und normalisiert sich fast ganz. Die Patientin kann ihre Alltagsarbeit wieder aufnehmen, ist gelassener und ruhiger geworden. Nach 18-monatiger Behandlung ist es möglich, die bis dahin im Sitzen erfolgte Behandlung im Liegen auszuführen. Die sehr leichte und sanfte Massage, die wegen der Schmerzempfindlichkeit der prallen Muskulatur anfangs nötig war, kann in eine etwas stärkere Griffqualität übergehen. Schließlich kann die Patientin sich selbst wieder an- und ausziehen, beginnt mit hygienischen Eurythmieübungen und kann ihre zwei in der Zwischenzeit geborenen Enkel mitversorgen.

Die Massagetherapie wird von ihr trotz erheblicher finanzieller Belastung zielstrebig eingehalten: „Tief in mir und bestätigt durch den Erfolg wusste ich, dass es diese Massage ist, die mein Körper braucht und die meine schlummernden Selbstheilungskräfte aufrufen kann ... Die Massage stellt für mich immer wieder eine neue Belebung und damit verbunden ein Wohlgefühl dar, das mich jedes Mal mit neuem Tatendrang in meinen großen Pflichtenkreis entlässt.“ Die Patientin kann ihr Leben wieder anpacken und meistern (9).

Schlussgedanke

Die Massage nach Dr. Pressel zeichnet sich dadurch aus, dass sie nicht nur bei bereits vorliegender Pathologie therapeutisch eingesetzt werden, sondern auch zur Vorbeugung, zur Gesundheitspflege und allgemein als stärkende Lebensbegleitung zur Anwendung kommen kann. Simeon Pressels Anliegen war es daher, dass die Massage auch im Familien- und Freundeskreis ausgeübt werden möge – ein zukunftsweisender Gedanke, der den Herausforderungen der Gegenwart entspricht.

Dr. phil. Annette Robert
 Im Schwarzwäldle 15
 77654 Offenburg
 email@annetterobert.de
 www.presselmassage.info

Literatur

- 1 Hauschka M. Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman. Menschenkundliche Grundlagen. Bad Boll: Margarethe Hauschka-Schule; 1972.
- 2 Stritzel G. Die Strömungsmassage nach Dr. med. Simeon Pressel. Der Merkurstab 2007; 60(6):560–565.
- 3 Keyserlingk Graf A von. Simeon Pressel. In: Selg P (Hg). Anthroposophische Ärzte. Lebens- und Arbeitswege im 20. Jahrhundert. Dornach: Verlag am Goetheanum; 2000: 341–344.
- 4 Pressel E. Massage nach Dr. med. Simeon Pressel. Einblick in Hintergründe, Entwicklung, Durchführung und Wirkungsweise. Der Merkurstab 2007; 60(1):45–49.
- 5 Pressel S. Bewegung ist Heilung. Stuttgart: Verlag Freies Geistesleben; 2007.
- 6 Steiner R. Geisteswissenschaft und Medizin. GA 312. Vortrag vom 05.04.1920. Dornach: Rudolf Steiner Verlag; 1999.
- 7 Herrero F. Indikation, Durchführung und Wirkung der Massage nach Dr. Simeon Pressel. Der Merkurstab 2013; 66(2):141–144.
- 8 Stritzel G. Brevier zur Heilmassage nach Dr. Simeon Pressel. Unveröffentlichtes Manuskript. Wackersberg; 2000.
- 9 Pressel E. Massage nach Simeon Pressel: Wirkung auf den weiblichen Zyklus – 4 Kasuistiken. Der Merkurstab 2014; 67(2):143–147.