

Der Merkurstab

Zeitschrift für Anthroposophische Medizin - Journal of Anthroposophic Medicine

Digitales Archiv

Autor(en)	Christiane Thoms, Dorothea Friemel
Titel	Die Erweiterung der Psychotherapie durch die Strömungsmassage ist ein somatopsychischer Ansatz. Interview mit Dorothea Friemel
Zeitschrift	Der Merkurstab. Zeitschrift für Anthroposophische Medizin
Publikationsjahr	2022
Jahrgang	75
Heftnummer	6
Heftname	6 November/Dezember
Seiten	388 - 392
Artikel-ID	DMS-21573-DE
URL	https://www.anthromedics.org/DMS-21573-DE
DOI	https://doi.org/10.14271/DMS-21573-DE
Bibliografische Angabe	Thoms C, Friemel D. Die Erweiterung der Psychotherapie durch die Strömungsmassage ist ein somatopsychischer Ansatz. Interview mit Dorothea Friemel. Der Merkurstab. Zeitschrift für Anthroposophische Medizin 2022;75(6):388-392. DOI: https://doi.org/10.14271/DMS-21573-DE

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

Im Gespräch

In dieser Rubrik stellen wir Ihnen regelmäßig interessante und inspirierende Menschen aus der Anthroposophischen Medizin vor.

Die Erweiterung der Psychotherapie durch die Strömungsmassage ist ein somatopsychischer Ansatz

Interview mit

Dorothea Friemel

Dorothea Friemel ist Psychologische Psychotherapeutin und war Mitglied des Gründungskreises des Gemeinschaftskrankenhauses Havelhöhe. Sie arbeitete dort von 1995 bis zu ihrer Berentung 2020 als Psychoonkologin, sie ist über diesen Zeitraum hinaus noch als Urlaubs- und Krankheitsvertretung sowie in eigener Praxis tätig. Sie gründete das Institut für Strömungsmassage, das erste von der Medizinischen Sektion anerkannte Weiterbildungsinstitut für die Massage nach Dr. med. Simeon Pressel. Frau Friemel führt dazu regelmäßig Weiterbildungskurse auf dem Gelände des Gemeinschaftskrankenhauses Havelhöhe durch.

Für die Redaktion

Christiane Thoms

CT: Als ausgebildete Psychotherapeutin arbeiten Sie auf dem Gebiet der Psychoonkologie. Die Diagnose Krebs ist eine der größten psychischen Herausforderungen für einen Menschen. Wie nähern Sie sich Ihren Patient:innen in einer solch schwierigen Situation?

DF: Die meisten Patient:innen sind im Verlauf ihrer Erkrankung mit einer Vielzahl unterschiedlicher Belastungen konfrontiert. So sind sie herausge-

fordert, sich in Abhängigkeit vom jeweiligen Stadium ihrer Erkrankung mit der Diagnose, ggf. Operation, den Nebenwirkungen der verschiedenartigen Behandlungen, körperlichen Beeinträchtigungen, Schmerzen, einer veränderten Lebenssituation und Lebensperspektive auseinanderzusetzen. Die psychoonkologische Arbeit hat deshalb jeweils zum Zeitpunkt der Diagnosestellung, der Therapiephase, der Integration der Erkrankung in die eigene Lebensgeschichte und in der palliativen Phase andere Schwerpunkte. Menschen mit einer Tumordiagnose werden in der Regel durch ihre:n behandelnde:n Ärzt:in zu mir geschickt. Sie sind auf der Suche nach einer Unterstützung in einer für sie sehr kritischen und belastenden Lebenssituation. So kommt es häufig zu Beginn der Begegnung zu entlastenden Gesprächen, in denen ich mit den Patient:innen versuche herauszufinden, in welchen Lebensbereichen es sich zu einer Krise zuspitzen könnte oder bereits zugespitzt hat und welche Ressourcen die einzelnen Menschen in bisherigen kritischen Lebenssituationen hilfreich erleben konnten, die auch heute von Relevanz sind. Wir versuchen, gemeinsam herauszufinden, welche salutogenetischen Ressourcen zu fördern seien und beziehen die Wahrnehmung der eigenen Leistungsgrenzen und -möglichkeiten mit ein. Es kann vorkommen, dass neue seelische Fähigkeiten erworben werden müssen, wie Wahrnehmung und Ausdruck des seelischen Erlebens. Dem Erkennen dysfunktionaler Gedanken, die evtl. bisher die Durchsetzung eigener Bedürfnisse verhindert haben, kommt ggf. eine Bedeutung zu und nicht zuletzt dem Üben

einer Kommunikation, die zu Auseinandersetzung und Abgrenzung befähigt. Ziel ist immer, das Ich als Wesenskern zu stärken, damit die Seele nicht von Gefühlen der Angst, der Hilflosigkeit, der Ohnmacht und von dem Verlust jeglichen Vertrauens, jeglicher Zuversicht überflutet wird. Wir begehen uns gemeinsam auf die Suche nach eigenen Lebensmotiven und der sog. eigenen Lebensmelodie, wie Lawrence LeShan (*Psychotherapie gegen den Krebs*) es formulierte.

CT: Ihre Beschäftigung mit der Strömungsmassage, zu der wir Sie gleich noch näher befragen, legt einen mehr körperorientierten psychotherapeutischen Zugang nahe. Können Sie uns dazu etwas mehr erzählen?

DF: Jede seelische Belastung bis hin zu einer psychischen Erkrankung ist immer mit einer, häufig zunächst leisen, Veränderung der körperlichen Funktionen und mit veränderten biochemischen Prozessen verbunden. Über einen längeren Zeitraum wirksam, kann es so zu Funktionsstörungen bis hin zu körperlichen Erkrankungen mit Beteiligung des physischen Leibes kommen. Umgekehrt haben körperliche Einschränkungen und funktionelle Störungen immer auch einen Einfluss auf das Seelenleben eines Menschen. Diese Tatsache hat mich schon zu Zeiten meines Studiums sehr beschäftigt und bewirkt, dass ich zusätzlich zu einer psychotherapeutischen Aus- und Weiterbildung unbedingt ein körperorientiertes Verfahren erlernen wollte, das seine Wirkung auch ohne eine psychologische Intervention im herkömmlichen Sinne zeigen würde. Der Begriff Psychotherapie bezieht sich auf bestimmte Methoden

und vernachlässigt m. E. bis heute die Tatsache, dass z. B. jede Musiktherapie, jede Bewegungstherapie, ja letztendlich alle künstlerischen Therapien einen sehr großen psychologisch-therapeutischen Einfluss auf die Menschen nehmen können und somit auch eine Form der Psychotherapie sind. Zum Zeitpunkt meiner Psychotherapieausbildung war die Einbeziehung der leiblichen Prozesse und damit auch des physischen Leibes kaum ein Thema, was ich damals als großes Defizit erlebte. Heute, mit der dritten Welle der Verhaltenstherapie, werden deutlich und konsequent der Körper und dessen Prozesse mit in die Therapie einbezogen. Und so hat natürlich auch jede Massage (ich beziehe mich hier neben der Strömungsmassage auch auf die Rhythmische Massage, aber auch auf alle anderen methodisch abweichenden Massageverfahren) neben der physiologischen und auf die Muskulatur Einfluss nehmenden Wirksamkeiten auch immer einen seelischen Aspekt. Wir müssen nur immer untersuchen, welcher Art der Einfluss ist. Nur dann können wir bestimmte Behandlungsziele anstreben, die wir mit den Patient:innen gemeinsam erarbeiten.

CT: Sie arbeiteten auf dem Gelände des Gemeinschaftskrankenhauses Havelhöhe. Dort bietet man den onkologischen Patient:innen integrative und fachübergreifende Behandlungsangebote. Gibt oder gab es hier eine Zusammenarbeit zwischen Ihnen und den einzelnen onkologischen Kompetenzzentren?

DF: Im Rahmen meiner angestellten Tätigkeit als Psychologische Psychotherapeutin im Bereich der Psychoonkologie war ich als Mitglied im Verantwortungskreis Onkologie tätig und somit mitverantwortlich für die Erarbeitung und Umsetzung integrativer und fachübergreifender Behandlungsangebote, sodass sich daraus eine fruchtbare gute Zusammenarbeit ergab, für die ich auch im Rückblick sehr dankbar bin.

CT: Sie haben sich sehr intensiv mit der sog. Strömungsmassage nach Simeon Pressel beschäftigt und bieten dazu Weiterbildungskurse an. Was fasziniert Sie daran?

DF: Dazu will ich meine Lehrerin der Massageausbildung, die 2003 verstor-

bene anthroposophische Ärztin Frau Gretl Stritzel, zitieren, die in der Weiterbildung der Massage maßgeblich tätig war; hier aus einem Schreiben vom 06.01.1997 *An die finnischen Ärzte* anlässlich eines Massagekurses: „Die geistige Grundlage der Massage als Heilmittel ist das Menschenbild und die Geisteswissenschaft Rudolf Steiners. Pressel nannte seine Massageheilkunst ‚Schicksals-Knoten-Lösende und Schicksals-Ordnende Massagekur‘. Damit kann deutlich werden, dass nicht nur eine diagnostizierte Krankheit, ein krankes Organ behandelt wird, sondern dass der erkrankte Mensch mit seiner Vergangenheit und im gegenwärtigen Lebenszusammenhang gesehen wird. Die zunehmende Verhärtung des menschlichen Körpers (Leibes) und der Mangel an Durchlässigkeit der Muskulatur verhindern das Fließen der Lebensströmung. Eine warme, schmerzfreie, lockere, gut durchastbare und gut durchströmte Muskulatur ist Vorbedingung zur Gesundheit und Heilung aller Organbereiche und zur Wiederherstellung eines gesunden Seelenlebens (Lebensfreude).“

Wenn wir nun bedenken, dass die Muskulatur ein Organ des physischen Leibes und des Ätherleibes ist, der vom Astralleib ergriffen wird, wird der Zusammenhang und die Einflussnahme vom seelischen Erleben auf die Muskulatur des Menschen mehr als deutlich. Nehmen wir an, die Muskulatur eines Menschen hat sich so verhärtet, dass er sich selbst aus eigener Kraft nicht mehr davon befreien kann und in vielen Fällen zunehmende Schmerzen erleidet, so leiden auch seine Stimmung, sein Denken und seine Antriebskraft darunter. Schon nach einer Massage ist die Stimmung deutlich aufgehellt und der die Massage Empfangende bekommt wieder eine Idee davon, wie er sich gesünder und beweglicher fühlen könnte. Dass dies dann noch kein dauerhaftes Ergebnis sein kann, ist uns allen klar. Dennoch kann das lt. Simeon Pressel „als von außen kommende korrektive Leihgabe verstanden werden, bis die Eigenpersönlichkeit des Muskelmenschen erwacht, damit er selbst Eigenbewegung entwickelt und wieder Hausherr wird. [...] Diese Biographie des Muskelmenschen bleibt also nicht am Leiblichen,

sondern umfasst Seele und Geist; zeitlich müsste sie bis zum Lebensende fortgeführt werden.“¹⁾

Das Aufwachen im Leiblichen erlaubt sowohl die Wahrnehmung von Einseitigkeiten wie Verhärtungen oder Verspannungen als auch eines zu geringen Muskeltonus und ermöglicht die Eigenbeteiligung im Veränderungsprozess, indem die Kraft zur Begegnung mit sich selbst gestärkt wird. Seelisch fühlen sich die Menschen ermutigt und tatkräftiger, sie beginnen sich verstärkt mit ihrer Situation und ihrer Krankheit auseinanderzusetzen.

Dazu muss man wissen, dass Simeon Pressel seine Massage u. a. in der Not russischer Gefangenschaft als Lagerarzt äußerst wirkungsvoll bei seinen Mitgefangenen einsetzte, die ausgezehrt, krank und tief verzweifelt keinen Lebenssinn mehr in sich trugen und von denen viele verstarben, wenn sie sich nicht das Leben nahmen, was häufig geschah. So konnte er neben Kräftigung und physiologisch heilenden Prozessen wieder Mut, Zuversicht und Hoffnung in den Menschen veranlassen, erwecken. Dies ist auch eine wesentliche Signatur der Massage. Und so ist das einer von vielen Aspekten, die mich begeistern haben, dass wir die Menschen über die Wahrnehmung und das Aufwachen im Leiblichen zu Veränderungsprozessen veranlassen können, sodass für mich hier Psychotherapie und Körpertherapie in einen gemeinsamen sich ergänzenden Prozess kommen können.

CT: Nach welchem Verständnis wird massiert und was bewirkt diese Massage?

DF: Voraussetzung für eine wirksame Massage ist eine der Behandlung vorangehende Beachtung des Wärmeorganismus. Durch vorgewärmte Decken, Wärmflaschen etc. wird bei entsprechenden Kältezonen erreicht, dass die/der Patient:in zunächst eine wohlthuende Wärme im ganzen Körper erleben kann. Dieses ist ein erster Behandlungsschritt, der eine Durchströmung des gesamten Organismus durch die folgende Massage ermöglichen kann.



© Foto: privat

Anmerkungen

- 1) Simeon Pressel. *Bewegung ist Heilung*. 3. Aufl. Stuttgart: Verlag Freies Geistesleben; 1998.

Während einer ersten Behandlungseinheit werden die Waden und die Kreuzgegend massiert. In einer weiteren, einige Tage bis zu einer Woche anschließend durchzuführenden Behandlung werden Rücken, Nacken und Oberarme massiert. So wird wiederholend eine tiefe Durchströmung des Organismus von zwei Seiten in einem rhythmischen Wechsel angeregt. Wichtig ist bei dieser Massage, insbesondere aufgrund ihrer speziellen Griffqualitäten, dass immer nur eine Körperhälfte massiert werden darf. Das lässt sich aus Strömungsgesetzen erklären und wird nachvollziehbar auch auf den Menschen angewendet, der zu ca. 70 % aus Flüssigkeit besteht. Die untere Massage, die die Waden- und die Kreuzregion in den Mittelpunkt der Behandlung rückt, wirkt sehr intensiv auf das Stoffwechselgeschehen, welches deutlich angeregt wird, es finden verstärkt Ausscheidungsprozesse statt. Dort werden auch insbesondere Mut, Tatkraft und Durchhaltekraft wieder hergestellt, was das seelische Erleben leiblicher Prozesse betrifft. Bildlich formuliert stellt man die Menschen mit der Wadenmassage wieder mehr auf den Boden und damit ins Leben hinein. Die sog. obere Massage hat eher einen aufbauenden Charakter, bei Auszehrung und großer Erschöpfung ist sie isoliert betrachtet eine deutliche Unterstützung. Wir können auch festhalten, dass von hier die Bewusstseinsklarheit und ein seelisches Geordnetsein angeregt werden.

Die Massage in ihrem gesamten Verlauf ist sowohl örtlich als auch von ihrem Gegenpol her wirksam, wir finden sowohl in den zeitlichen als auch in den örtlichen Behandlungsabläufen eine Lemniskate vor: Die Massage wirkt von unten (als Waden- und Kreuzmassage) auf den oberen Menschen – es strömt von unten nach oben und sie wirkt von oben (Rückenbehandlung) auf den unteren Menschen durch Strömungsanregung. Und es entsteht eine Anregung von außen nach innen – während äußerlich beim Menschen der Muskel massiert wird, wirkt man damit auf die Tätigkeiten innerer Organe. Gut zu beobachten ist das z. B. bei sehr Depressiven, die an einer Antriebshemmung leiden. Sie werden lebendiger und beweglicher,

sowohl körperlich als auch seelisch-geistig. Wir können vielfach beobachten, dass sie bis in das Denken hinein wieder lebendiger werden.

CT: Wie wichtig sind an dieser Stelle die sog. Griffqualitäten?

DF: In den Qualitäten der Griffe lassen sich bereits die Wirksamkeiten erahnen. Es gibt in der Strömungsmassage neben den Urqualitäten Binden und Lösen zwei weitere sehr wesentliche Qualitäten. Einmal ein sehr, sehr intensives Strömen; wir wollen erreichen, dass der gesamte Organismus außerordentlich gut durchströmt wird und alles Gestaute wieder in Fluss gerät. Damit werden auch den lebendigen Prozessen entfallene Bereiche wieder in die Ganzheit miteinbezogen. Die zweite Qualität, die sich dem strömenden Leben scheinbar entgegenzustellen scheint, ist eine intensive Begegnungsqualität, d. h., es wird ein Moment des Stauens hervorgerufen. Es kommt zu einem Moment, wo ein Bewusstseinsprozess im Leiblichen stattfindet im Bereich muskulärer Verspannungen oder Verhärtungen, aber auch dort, wo der Muskeltonus dauerhaft zu schlaff ist.

Viele Krankheiten sind gegenwärtig von Verkrampfungen und Stauungen geprägt, wie Bluthochdruck, Menstruationsbeschwerden und Rückenschmerzen, um nur einige wenige zu nennen. Andere Krankheiten sind von der inneren Leere dominiert, wie Erschöpfungszustände, Depressionen etc. Diese Begegnungsqualität im Muskel darf von der/dem Massierten auch bewusst erlebt werden, ohne dass die/die Masseur:in durch grobes Vorgehen Schmerzen zufügt, es werden diese Stellen nur aufgespürt. Auch darf die strömende Qualität nicht übertönt oder gehemmt werden, weil durch gute Durchströmung alles miteinander verbunden wird und bleibt.

Zunächst vorsichtig diagnostisch tastend und wahrnehmend, können die Griffe dann sehr in die Tiefe der Muskulatur eindringen. Dies geschieht zwar dynamisch, aber niemals mit starkem mechanischen Druck. Durch die Spiral- oder Wirbelformen kann man rhythmisch sehr tief eindringen, um sich anschließend umso deutlicher wieder herauszulösen, dass es einem Atmungs Vorgang entspricht. Dadurch

entsteht eine Verlebendigung. Gravitative und levitierende Kräfte kommen in ein ausgewogenes Verhältnis. Wir gewinnen am besten eine Anschauung davon, wenn wir das durch intensive Strudel oder Wirbel bewegte Wasser in einem stark strömenden Fluss beobachten, das versucht, alle Hindernisse fortzuschaffen und sich immer einen Weg bahnt. Wir finden hier auch immer eine gewisse Dynamik vor, mit der sich die Strömung ihren Weg bahnt. In der Massage versuchen wir durch Nachahmung dessen, diese strömenden Qualitäten im Menschen wieder herzustellen mit dem Ziel, die aus dem Ganzen herausgefallenen Prozesse wieder zu integrieren und zu einem neuen Gleichgewicht zu führen.

Es kommt aufgrund der sehr in die Tiefe der Muskulatur wirkenden Griffqualitäten zu einem Bewusstwerden im Leiblichen in der Hinsicht, dass man spüren kann, wo Verhärtungen, Verspannungen, Stauungen vorliegen, die man vorher oft nicht bemerkt hatte. Gleichzeitig setzt ein Lösen dieser verhärteten oder verkrampften Muskeln ein. Behandelt wird mit besonderer Beachtung vornehmlich vom gegenüberliegenden Pol oder von der kontralateralen Extremität oder Körperregion her, d. h., wenn sich in bestimmten Körperregionen Verkrampfungen, Schmerzen oder Entzündungsprozesse zeigen, so wird man diese Körperregion in der Regel nicht massieren (bei Kopfschmerzen sind die Waden zu behandeln!) und von dort her eine Entkrampfung und Schmerzfreiheit zu erreichen suchen. Wir finden häufig, aber nicht zwangsläufig, eine eher wachmachende und anregende Wirkung nach einer Massage vor. Das liegt daran, dass diese Massage zunächst eine den physischen und lebendigen Leib ergreifende und seelisch belebende Therapie ist. Ein Einatmungsprozess im Großen soll erreicht werden, der den Menschen erdächtiger werden lässt. Ein notwendig und konsequent darauffolgender Ausatemprozess wird nun gerade umso mehr erleichtert bzw. ermöglicht. Auch das erklärt die schlaffördernde Wirkung dieser Massage bzw. die Besserung des Wach-Schlaf-Rhythmus.

CT: Was berichten Ihnen die Patient:innen nach einer Strömungsmassage?

DF: Wir finden vor allem eine ganz deutliche Anregung der im Lebendigen wirkenden Kräfte in ganz unterschiedlicher Art. Auf meine Nachfragen hin wird mir häufig nach einer Massage ein Gefühl der Leichte beschrieben, so als wäre das Gewicht der Beine geringer geworden oder als hätte man dem Rücken eine große Last genommen. Weiterhin wird oft ein Gefühl einer vorher nicht empfundenen Ganzheit erlebt, alle Körperteile oder -regionen gehören wieder wohltuend zusammen. Einige Patient:innen beschreiben, dass der massierte Körperteil sich größer anfühlen würde, so als habe er eine Ausdehnung erfahren, so als seien sie selbst größer geworden und sie erleben sich als gelöster. Immer wird eine starke Durchwärmung erlebt und als äußerst angenehm empfunden. Und ebenso häufig beschreiben die Patient:innen nach dieser Massage, dass sie sich wie von innerem Licht gestärkt fühlen. Welche der genannten Wirksamkeiten bei dieser Massage häufiger vorkommen, ist bisher auf Erfahrungen beschränkt, die zwar in eine Richtung weisen, aber nicht systematisch erforscht wurden. Wir können aber feststellen, dass sich die individuell für die/den Patient:in und ihre/seine Gesundung notwendigen Wirksamkeiten der Verlebendigung und Belebung einstellen und für sie/ihn erlebbar werden.

CT: Die Strömungsmassage ist heute im GKH Havelhöhe fester Bestandteil der therapeutischen Interventionen. Welche Bedeutung hat diese Massage im anthroposophischen klinischen Kontext und in welchen Bereichen zeigt diese besonders gute therapeutische Effekte?

DF: Das ist eine sehr umfassende Frage, ich fokussiere mich hier auf meine hauptsächliche Arbeit mit den Tumorpatient:innen, welche ich in allen Stadien der Erkrankung in der jeweils dem körperlichen Zustand angemessenen und angepassten Art massiert habe. Es gibt viele Wirkzusammenhänge, die hier nicht im Einzelnen erörtert werden können. Hier beziehe ich mich auf einen konkreten Aspekt, der auch in anderen Zusammenhängen, bei anderen Krankheitsbildern oder Krisensituationen zum Tragen kommt. Wenn der physische

Leib der Patient:innen betroffen ist und sie dies als Lebensbedrohung erleben, dann können wir feststellen, dass alle Vertrauenskräfte, alle Kräfte der Zuversicht auf das Zukünftige ins Wanken geraten oder verloren gehen, gerade die Kräfte, die nun am meisten im Leben, in der physischen Welt gebraucht werden. Rudolf Steiner beschreibt im Vortrag *Glaube, Liebe, Hoffnung*, wie die Hoffnungslosigkeit unseren physischen Leib geradezu zerstört. Und er spricht davon, dass es die Hoffnung ist, die unseren physischen Leib aufbaut. Ich durfte erleben, wie nach einer Massage die Hoffungskräfte, die Zuversicht wieder in den Patient:innen aufleben und einen Weg in die Zukunft bahnen. Dieses Erleben bedeutet für die Menschen keineswegs, dass immer eine leibliche Gesundung eintreten wird.

CT: Jede Eigenbewegung, sei es im Bereich des Denkens, des Fühlens oder des Wollens, entspringt einem Willensimpuls. Was ist das Ziel jeder Heilanzwendung der Strömungsmassage? Welche Rolle spielt die Mitarbeit der Patient:innen?

DF: Sie zitieren mich hier aus einem Text, den ich vor über 20 Jahren geschrieben habe: Jede Eigenbewegung, sei es im Bereich des Denkens, des Fühlens oder des Wollens, entspringt einem Willensimpuls. Ich wollte damit darauf hindeuten, dass ein Ziel jeder Heilanzwendung durch diese Massage darin besteht, den Kern des menschlichen Wesens so zu stärken, dass dieser Willensimpuls in den Patient:innen wieder erstarkt und sie ihm Ausdruck verleihen können. Um zu verstehen, was mit dem Begriff Willensimpuls gemeint ist, muss der Wille mit den Wesensgliedern des Menschen in Beziehung gebracht werden, wir befassen uns dann mit den konkreten Eigenschaften der Wesensglieder, die ggf. gestärkt werden müssen. Der Wille selbst als der intimste Teil unseres Wesens darf nicht angetastet werden, wir können nur unterstützend die Wege bahnen, damit der Wille in die Welt gelangen kann. Hier ist nicht der Raum für genauere Ausführungen, ich verweise auf den 4. Vortrag der *Allgemeinen Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik*.² So können wir hier erneut ein Anliegen von Simeon Pressel erken-

nen: Dass der Prozess der Gesundung durch den Patienten aktiv ergriffen werden muss, will er ein neues sensibles Gleichgewicht im Gesundwerden erreichen. Häufig erlaubt eine entstandene Willensschwächung jedoch keine Eigenbewegung mehr, deshalb darf dann die/der Patient:in den Beginn des Heilprozesses passiv erleben, die Massage sozusagen als Leihgabe annehmen und die damit verbundenen heilsamen Wirksamkeiten, bis die Eigenaktivität wieder erwacht. Eine Änderung bestimmter Angewohnheiten im Leben wird dann oft erforderlich sein, sei es im Bereich der Ernährung, der Bewegung und bestimmter Denkmuster, die ja auch in eine Unbeweglichkeit oder einseitige Bewegung geführt haben können.

CT: Gab es Schlüsselmomente in Ihrer Arbeit mit der Massage, in denen Sie selbst von der Wirkung der Massage überrascht waren?

DF: Ja, die gab es und die gibt es auch heute noch. Obwohl ich viele Wirksamkeiten gesehen und erlebt und mir viele Zusammenhänge erarbeitet habe, bin ich doch immer wieder überrascht, wenn Menschen aus einer vollkommen depressiven verzweifelten Stimmung ohne Zuversicht und Hoffnung nach der Massage voller Mut, Tatendrang und Lebensfreude von der Liege aufstehen, mit einem ganz anderen Ausdruck im Gesicht, was ich in der Ausprägung so nicht erwartet hätte. Sie strahlen dann so viel Kraft für Wandlung und Veränderung aus und können diese selbst auch innerlich so erleben. Wenn ich ein Bild benutzen darf, dann kommt mir das immer wieder so vor, als habe man einen Lichtschalter angemacht und plötzlich ist alles wieder hell und (Lösungswege sind) sichtbar. Die Massage wirkt ja u. a. sehr stark auf den Stoffwechsel-Willensmenschen und damit auf seinen Wesenskern, der ja immer da ist, aber sich nicht immer zeigen kann, wenn die Leiblichkeit sozusagen in ihrer Eigenbewegung wie verschüttet, wie versumpft ist.

CT: Am 14.9.2017 wurde die Massage nach Dr. Simeon Pressel durch die Medizinische Sektion am Goetheanum als anthroposophische Therapiemethode anerkannt. Welche Bedeutung ist damit verbunden?

Anmerkungen
2) Steiner R. Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik. GA 293. 9. Aufl. Dornach: Rudolf Steiner Verlag; 1992.

DF: Zunächst einmal ist ja damit eine Anerkennung der anthroposophisch-inhaltlichen und praktischen Arbeit bezogen auf diese Massage verbunden, was uns alle, die wir mit der Massage tief verbunden sind, sehr gefreut hat. Im Kontext steht, dass sowohl in der Anwendung als auch in der Vermittlung (Weiterbildung) die Anthroposophische Medizin und das Menschenbild Rudolf Steiners die Kernpunkte sind, ohne die die Massage weder ausgeübt noch gelehrt werden kann. So gehört zur inneren Erarbeitung auch die Erforschung von Wirksamkeiten bei bestimmten Krankheitsbildern.

CT: Zwölf Lehrerinnen und Lehrer, Sie eingeschlossen, haben 2018 ein Curriculum für die Massageweiterbildung nach Simeon Pressel erarbeitet. Welches Ziel steht dahinter?

DF: Zunächst einmal haben alle von der Medizinischen Sektion anerkannten therapeutischen Verfahren den Auftrag, ein Rahmencurriculum zu erarbeiten, welches die Weiterbildung und damit auch Anwendung der entsprechenden Methode regelt. Unsere Intention bestand darin, die Massageweiterbildung im Zusammenhang mit der Anthroposophischen Medizin zu erhalten und zu festigen und sie immer wieder an den Impuls von Simeon Pressel anzuschließen. Selbstverständlich macht auch jede Therapieform und jede Weiterbildung einen Prozess der Entwicklung, der Wandlung durch und es ging uns nicht darum, jeden Griff und jede Abfolge in Stein zu meißeln. Unser Anliegen war, dass die Planetenwirksamkeiten, wie sie von Rudolf Steiner beschrieben und auch als Metallwirksamkeiten zu finden sind, in der Weiterbildung eine zentrale Rolle spielen. Aber auch die Kenntnisse der Viergliederung des Menschen und seiner funktionellen Dreigliederung und des Wärmeorganismus stellen wesentliche Grundlagen zum Verständnis und zur Ausübung der Massage dar. Letztendlich sollte jede:r Massierende mit einer abgeschlossenen Weiterbildung aus diesem Verständnis und den sich daraus bildenden Fähigkeiten jeden Menschen mit seiner wie auch immer gearteten Erkrankung individuell und wirkungsvoll massieren

können und man würde bei differenzierter und ggf. unterschiedlicher Herangehensweise immer wieder doch die Massage nach Simeon Pressel erkennen und erfüllen können. Dann gab es eine klare Zuordnung zu bestimmten Tätigkeitsbereichen für Therapeut:innen und für Lai:innen, die die Massage ausüben. Hier ging es um rechtliche Fragestellungen. Die rechtlichen Rahmenbedingungen der Länder müssen immer jeweils einbezogen werden und zwischen therapeutischer Massage und hygienischer Massage muss klar unterschieden werden.

CT: Ihre Arbeit erfordert großes Einfühlungsvermögen. Sie sind sicher oft mit großem Leid konfrontiert. Wie schaffen Sie es selbst, bei Kräften zu bleiben, und woher holt man sich in solchen Arbeitskontexten seine Zuversicht?

DF: Aus der Dankbarkeit, die ich immer wieder übe. Dankbarkeit für alles, was mir im Leben geschenkt wurde. Dankbarkeit auch für alle schwierigen und leidvollen Erfahrungen, an denen habe ich am meisten gelernt. Dieses Empfinden von Dankbarkeit gibt mir viel Kraft und Zuversicht und das Gefühl, dass wir alle mit allem verbunden sind. Und es erschafft immer wieder neu inneren Frieden, eines der wohl heilsamsten Gefühle. Dankbarkeit auch dafür, dass dieses Interview zu Michaeli stattfindet. Es würdigt Simeon Pressel und seine Massage, die sehr stark michaelisch geprägt ist. Sein Heilerwille war durchdrungen von einem Zusammenströmen von raphaelischen und michaelischen Impulsen, die die Gesundheit durch die Begegnung mit den Widersacherkräften auch in sich selbst fördern wollten.

CT: Im Namen der Merkurstab-Redaktion danke ich Ihnen ganz herzlich für das sehr interessante Interview und wünsche Ihnen alles Gute!