

## Berührende Pflege - Therapeutic Touch

Gabriele Wiederkehr

# Berührende Pflege - Therapeutic Touch

Wirkung und Techniken

Mit Geleitworten von Dr. Li Wu und Mag. Elisabeth Potzmann  
(Präsidentin des Österreichischen Gesundheits- und Kranken-  
pflegeverbandes)

Mit 78 Abbildungen

Gabriele Wiederkehr  
Zentrum Lebensenergie  
Wien, Österreich

ISBN 978-3-662-61987-2      ISBN 978-3-662-61988-9 (eBook)  
<https://doi.org/10.1007/978-3-662-61988-9>

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© Springer-Verlag GmbH Deutschland, ein Teil von Springer Nature 2021

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrechtsgesetz zugelassen ist, bedarf der vorherigen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von allgemein beschreibenden Bezeichnungen, Marken, Unternehmensnamen etc. in diesem Werk bedeutet nicht, dass diese frei durch jedermann benutzt werden dürfen. Die Berechtigung zur Benutzung unterliegt, auch ohne gesonderten Hinweis hierzu, den Regeln des Markenrechts. Die Rechte des jeweiligen Zeicheninhabers sind zu beachten.

Der Verlag, die Autoren und die Herausgeber gehen davon aus, dass die Angaben und Informationen in diesem Werk zum Zeitpunkt der Veröffentlichung vollständig und korrekt sind. Weder der Verlag, noch die Autoren oder die Herausgeber übernehmen, ausdrücklich oder implizit, Gewähr für den Inhalt des Werkes, etwaige Fehler oder Äußerungen. Der Verlag bleibt im Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutionsadressen neutral.

Fotos: © Cornelia Maria Gregor, Wien

Coverfoto: © Cornelia Maria Gregor (Symbolbild mit Fotomodellen)

Springer ist ein Imprint der eingetragenen Gesellschaft Springer-Verlag GmbH, DE und ist ein Teil von Springer Nature.

Die Anschrift der Gesellschaft ist: Heidelberger Platz 3, 14197 Berlin, Germany

Für Luisa Katharina

## Geleitwort

---

Jeder Mensch, der schon einmal im Krankenhaus lag, kennt die empfundene Verletzlichkeit und das damit verbundene Bedürfnis, wahrgenommen und gehört zu werden. Wie wohltuend sind offene, freundliche Worte und noch mehr Verständnis signalisierende, von Herzen kommende Berührungen. Die Technik schreitet, wie in allen Bereichen, auch in der Medizin rasant voran, vieles kann dadurch geheilt werden, was noch vor nicht allzu langer Zeit undenkbar war. Aber wie gelangen Heilmethoden von der Oberfläche in die Tiefe? Vom festen Körper in die Feinstofflichkeit, wo sich das Kranksein weit früher manifestiert? Wie wird ein geschwächter Seelenzustand berührt, der für die Heilung wieder dringend ins Lot kommen soll? Wie bringt man kranke Menschen dazu, sich der Selbstheilungskräfte bewusst zu werden und sie zu stärken? Dazu wird seit Langem geforscht, doch das Vorherrschen der derzeitigen stark forcierten technologischen, chemischen und molekularbiologischen Wissenschaften stellt Forschungen dieser Art in ein kleineres Licht, das nur für manche Menschen sichtbar ist. Gerade diejenigen jedoch werden dieses Buch lesen, werden dankbar sein für die Fülle des Inhaltes. In zwölf Kapiteln erfahren wir die theoretischen Grundlagen der *Berührenden Pflege* und die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten von *Therapeutic Touch*, auf die umfassend eingegangen wird. Gleichzeitig offenbart sich das Wissen von vielen Jahren des Unterrichts dieser Heilmethode und nimmt uns mit auf eine Reise, die Gesundheit, Krankheit und Heilen in einem ganzheitlichen Zusammenhang erkennen und uns unsere eigenen Ressourcen erahnen lässt. Ich danke der Verfasserin des Buches für die viele Zeit des Sammelns und Schreibens, die sie nicht ihrem Enkelkind, sondern uns allen geschenkt hat. Ich danke ihr für die Bemühung um eine bessere Welt, denn jede kleinste Heilung hilft der Gesundheit unser aller.

**Li Wu**

Wien

September 2020

## Geleitwort

---

- » Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise, mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.  
(Hesse)

Dieses Buch ist Aufbruch und Reise. Es ist ein Brechen mit Traditionen in der Pflege. Es gibt die Idee für ein Werkzeug, welches zum selbstbestimmten und professionellen Handeln in der Pflege beiträgt. Nutzen wir doch unser gesamtes Potenzial, welches uns unser Körper zu Verfügung stellt, um Wohlbefinden zu ermöglichen. Somit wird Pflgeherapie nicht zur lähmenden Gewohnheit, sondern bleibt bis zum letzten Arbeitstag eine wundervolle Aufgabe.

Mag. Elisabeth Potzmann

Präsidentin des Österreichischen Gesundheits- und Krankenpflegeverbandes  
Wien, September 2020

*Kraft macht keinen Lärm. Sie ist da und wirkt.*

---

Albert Schweitzer



„Blumen sind das Lächeln der Erde“. Ralph Waldo Emerson © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved

## Ein Wort zuvor

---

*Berührende Pflege* wirkt über die Fähigkeit der Zentrierung, über die Qualität des Mitgefühls und über das Bewusstsein der Anwenderinnen und Anwender. Aus ihrer Herzenskraft agierende Pflegekräfte verändern die Pflegequalität und die Beziehung zu ihren Patientinnen und Patienten. So verbessert sich aufgrund der inneren Haltung die Arbeitsatmosphäre in Organisationen und die gelebten Werte im Gesundheitswesen. Die Umsetzung der *Berührenden Pflege* in der Pflegepraxis trägt das enorme Potenzial in sich, durch Bewusstsein eine achtsame Geisteshaltung zu etablieren und so das Gesundheitssystem von innen heraus zu verändern und zu heilen. Alle Beteiligten erfahren auf diese Weise eine höhere Selbstwirksamkeit, Sinnhaftigkeit und Berufszufriedenheit. Über den Ansatz der *Berührenden Pflege* etabliert sich eine mitfühlende Kultur der Wertschätzung, der Würde und der Fürsorge zum Wohle aller Menschen. Menschen in Gesundheitsberufen spüren die Wohltat, welche Achtsamkeit, Wertschätzung und Mitgefühl bewirken kann, denn Empathie ist deren Stärke. Die Gesundheitssysteme müssen sich so verändern, dass das Gesundheitspersonal die Wertschätzung und gesellschaftliche Anerkennung empfängt, welches es verdient. Die persönliche Auseinandersetzung mit energetischer Heil- und Bewusstseinsarbeit ermöglicht einen Weg der Selbsterforschung, der Selbstfürsorge und unterstützt die Selbstwandlung und Heilung von Einzelnen und Gruppen. Heilung ist Veränderung.

Handauflegen zu Heilungszwecken ist ein natürliches menschliches Potenzial. Die geschulten Hände fördern Bewegung im Energiefluss und stellen ein Gleichgewicht her. Wer den Wunsch hat, mit seinen Händen auf heilsame Weise zu helfen, kann *Therapeutic Touch* im Rahmen der Gesundheits- und Krankenpflege auf professionelle Weise in der berufsspezifischen Weiterbildung erlernen. Mit komplementären Pflegeangeboten und personenzentrierten Anwendungsformen kann die notwendige Balance zur High-Tech-Medizin geschaffen werden. Die Berührungsmethode *Therapeutic Touch* ist eine vielfach untersuchte klinische Fertigkeit und komplementäre Pflegemethode, welche eine Brücke baut zu psychosozialen und spirituellen Bedürfnissen und den ganzheitlichen Anspruch der Pflege umsetzt.

Energetische Heilarbeit soll als personenzentrierte Pflegemethode weiter klinisch untersucht werden und sich in allen intra- und extramuralen Settings im österreichischen Gesundheitswesen etablieren. Das Erlernen und Anwenden von *Therapeutic Touch* baut auf die Kraft des gelebten Mitgefühls und das kann jeder Gesellschaft nur Gutes bringen.

Mit diesem Fachbuch *Berührende Pflege* sollen Interesse und Bewusstsein für die Bedeutung der personenzentrierten, berührenden Interventionen geweckt werden. Es wurde für alle Interessierten, Auszubildende, Studierende, für alle Pflegekräfte und für alle ausgebildeten und zukünftigen Absolventinnen und Absolventen der Weiterbildung „Komplementäre Pflege – *Therapeutic Touch*“ gemäß § 64 Gesundheits- und Krankenpflegegesetz (GuKG) und von Fortbildungen gemäß § 63 GuKG zum genannten Thema sowie für alle an energetischer Heilarbeit interessierten Menschen geschrieben.

Am Beginn wird die Theorie der *Berührenden Pflege* (Touch Care) mit Begriffsdefinitionen wie komplementäre Pflege, Ganzheitlichkeit, Heilen, Spiritualität, Wit-



tener Werkzeuge und Pflgeetheorien wie Caring, Comfort Care und der Wissenschaft des unitären Menschen im Kontext zur klinischen Fertigkeit *Therapeutic Touch* erklärt. Im ► Kap. 2 sollen Erklärungen aus Sicht der Energiemedizin, im ► Kap. 3 die Grundlagen der chinesischen Medizin und im ► Kap. 4 die Wirkmechanismen der *Berührenden Pflege* Hintergrundwissen liefern und Zusammenhänge beschreiben. Die Geschichte von *Therapeutic Touch*, die Biografien der Begründerinnen Dora Kunz und Dolores Krieger sowie experimentelle Studien werden im ► Kap. 5 vorgestellt. Das Modell der Wissenschaft des unitären Menschen von Martha E. Rogers im ► Kap. 6 bildet einen pflgetheoretischen Rahmen. Im ► Kap. 7 wird das Wissen der bioenergetischen Funktionsdiagnostik der renommierten Heilerin, Lehrerin und Forscherin Rosalyn L. Bruyere sowie deren Forschungsarbeiten und Wissen zu Chakren und zur Aura vorgestellt. Im ► Kap. 8 wird auf die sieben Haupt-Chakren vertiefend eingegangen. Das ► Kap. 9 erklärt die Bedeutung der Selbstfürsorge für Pflegekräfte. Im ► Kap. 10 wird auf Heilen als geistig-spirituellem Akt und auf universelle energetische Gesetze eingegangen.

Das ► Kap. 11 erklärt im praktischen Teil den standardisierten Ablauf von *Therapeutic Touch* und gibt mit schönen Abbildungen einen Einblick in die Vielfalt der praktischen Anwendungstechniken. Durch einige Fallbeispiele können die Leserin und der Leser einen tieferen Einblick in Zusammenhänge erhalten. Der in den letzten zwei Jahrzehnten beschrittene Weg zur Etablierung der energetischen Heilarbeit in das österreichische Gesundheitssystem sowie die Visionen für die Zukunft runden die bereichernde Thematik der *Berührenden Pflege* im ► Kap. 12 ab.

**Gabriele Wiederkehr**

Wien

Juni 2021

## Danke von Herzen

---

So, wie ich ganz früh in meinem Leben wusste, dass eine Reise nach Ägypten in meinem Leben erfüllt werden möchte, wusste ich, dass ein Buch zu schreiben zu meinen Herzenswünschen gehört. In meiner Vorstellung ging es mir allerdings „einfach von der Hand“. Mein Anspruch ist größer als mein Vermögen, diesem gerecht zu werden. Alles, was ich schreibe, haben schon andere geschrieben. Erst mein Erleben, meine selbsttransformierenden Prozesse, die praktischen Erfahrungen in den Jahren des Lernens und der Lehre machen dieses Buch zu meinem Werk. Das Empfinden von Dankbarkeit war mein Segen in diesem fordernden Buchprojekt, denn dieses Gefühl führte mich doch immer wieder von der Dominanz des Mentalzentrums ins Bewusstsein des Herzens. Mein Dank gilt allen Menschen, welche an der Umsetzung dieses Buches in direkter und in indirekter Weise beteiligt waren. Allen voran gebührt mein herzlicher Dank meiner Familie für Vertrauen und Liebe und allen meinen Freundinnen und Freunden, welche Geduld und Nachsicht aufbrachten und mir in Freundschaft gewogen blieben. Bei all meinen Schülerinnen und Schülern, Kolleginnen und Kollegen bedanke ich mich für ihre Bereitschaft zur Heilarbeit und bei allen Klientinnen und Klienten für ihr geschenktes Vertrauen in mich und in ihre Heilkraft.

» Wer nicht kann, was er will, muss wollen, was er kann. Denn das zu wollen, was er nicht kann, wäre töricht.

Leonardo da Vinci

Angelina, danke für die unvergessliche gemeinsame Schreib- und Prokrastinierungszeit an den vielen schönen Orten. Mit und ohne Steckdosen. Besonderen Dank gebührt allen Manuskriptleserinnen und -lesern für die Bereitschaft, Eure wertvolle Lebenszeit, Euer Wissen und Eure emotionale Unterstützung in die Rückmeldungen und Korrekturen einzubringen: Uli R., Ela P., Paula S. (Freundschaft, Motivation und Lob), Alex R. (Entropie...), Birgit G. (Kraft, Natur), Doris K. (Chakren), Lisa P. (Studien), Gudrun Thiel (Heilen), Helene B. (Struktur, Ermutigung), Julia S. (Index), Luisa und Julia Z. (Lachen, Nachsicht), Li Wu (Korrekturen, Ermutigung), Maria H. (Gendern), Michael (Chinesische Medizin) und der stets gut gelaunten Su für die wertvolle Hilfe am Schluss beim Streichen und Ordnen. Für den fachlichen und menschlichen Support bedanke ich mich sehr herzlich bei Renate Eichhorn (Wien), Christiane Beisel (Heidelberg) und bei Abhishek Mitra (Indien) vom Springer-Verlag.

Ein großes Dankeschön an die Fotografin und Künstlerin Cornelia Maria Gregor für die schönen energetischen Fotos, Zeichnungen und Grafiken und für alle Perfektion. Danke an die beiden Modelle Susanne Habrdle und Angelika Ositha Wölfler für das konzentrierte Umsetzen der praktischen Techniken für die gelungenen Abbildungen. Durch Euch wurde das Buch schön.

Danke an Sifu Wei Ling Yi für alle Weisheit und Praxis der Yi-Xue-Lehre sowie für die energetische Unterstützung. Der Lotus öffnet sich.

Mein großer Dank gebührt Rosalyn L. Bruyere für die Vermittlung der Bedeutung von Erdung, Mitgefühl und die Verbindung zum Spirit und Ken Weintrub für die Kraft der Ruhe, der Balance und die Fähigkeit, Energie zu bewegen. Euer Lebens-

werk beweist, dass Heilen, Mitgefühl und Spiritualität sich mit Wissenschaft und Forschung vereinen lässt. Euer Mut hat mich ermutigt. Danke von Herzen.

» „Lasst uns dankbar sein gegenüber Menschen, die uns glücklich machen. Sie sind liebenswerte Gärtner, die unsere Seele zum Blühen bringen.“ (Marcel Proust)

# Inhaltsverzeichnis

---

## I Theoretischer Teil

|        |  |    |
|--------|--|----|
| 1      | <b>Die Theorie der <i>Berührenden Pflege</i> (Touch Care)</b> .....  | 3  |
| 1.1    | <b>Theoretische Grundlagen der <i>Berührenden Pflege</i> (Touch Care)</b> .....  | 6  |
| 1.1.1  | Definition <i>Berührende Pflege</i> .....  | 6  |
| 1.1.2  | Wissenstheorien der <i>Berührenden Pflege</i> .....  | 6  |
| 1.1.3  | Grundlegende Werte und Dimensionen der <i>Berührenden Pflege</i> .....   | 8  |
| 1.1.4  | Berufsspezifische Ziele der <i>Berührenden Pflege</i> (Touch Care) .....   | 8  |
| 1.1.5  | Definition Gesundheit und Krankheit im Rahmen der<br><i>Berührenden Pflege</i> (Touch Care) .....  | 10 |
| 1.2    | <b>Grundsätze und Wirkprinzipien der <i>Berührenden Pflege</i> (Touch Care)</b> .....  | 10 |
| 1.2.1  | Komplementäre Pflege .....   | 11 |
| 1.2.2  | Ganzheitlichkeit im Kontext der <i>Berührenden Pflege</i> .....  | 12 |
| 1.2.3  | Spiritualität und Menschenwürde in Verbindung zur <i>Berührenden Pflege</i> .....  | 14 |
| 1.2.4  | Die Bedeutung von Heilen im Kontext der <i>Berührenden Pflege</i> .....  | 16 |
| 1.2.5  | Die Leibbetrachtung in Verbindung zur <i>Berührenden Pflege</i> .....  | 17 |
| 1.2.6  | Wittener Werkzeuge – Ein Beratungsansatz für die Pflege .....  | 18 |
| 1.2.7  | Die Theorie der menschlichen Fürsorge (Caring nach Jean Watson) .....  | 18 |
| 1.2.8  | Comfort Care nach Katharine Kolbaca .....  | 21 |
| 1.2.9  | Die Pflege-theorien der Wissenschaft des unitären Menschen nach<br>Martha E. Rogers .....  | 22 |
| 1.2.10 | Übersicht der neun Wirkprinzipien und Pflege-theorien im Kontext der<br><i>Berührenden Pflege</i> am Beispiel von <i>Therapeutic Touch</i> ..... | 23 |
| 1.3    | <b>Klinische Fertigkeiten, Methoden und Techniken der <i>Berührenden Pflege</i></b> .....  | 23 |
| 1.3.1  | <i>Therapeutic Touch</i> .....   | 26 |
| 1.3.2  | <i>Healing Touch</i> .....   | 27 |
| 1.3.3  | Das Verbindende und die Unterschiede von <i>Therapeutic Touch</i> und <i>Healing Touch</i> .....   | 27 |
| 1.4    | <b>Schulung der Anwenderinnen und Anwender<br/>der <i>Berührenden Pflege</i> (Touch Care)</b> .....  | 28 |
|        | Literatur .....  | 30 |
| 2      | <b>Die Grundlagen der Energiemedizin</b> .....   | 33 |
| 2.1    | <b>Das Nullpunktfeld oder Quantenfeld</b> .....  | 36 |
| 2.2    | <b>Das morphogenetische Feld und die Option der Fernheilung</b> .....  | 36 |
| 2.3    | <b>Das Bewusstsein</b> .....   | 37 |
| 2.4    | <b>Gehirnwellen und die Übertragung von Frequenzen</b> .....   | 39 |
| 2.4.1  | Der Entrainment-Effekt .....   | 40 |
| 2.5    | <b>Die Kraft der Meditation</b> .....  | 41 |
| 2.6    | <b>Die Bedeutung der Seele und der Selbstheilungskraft</b> .....   | 41 |
| 2.7    | <b>Eine Reise durch die Geschichte der Energiemedizin</b> .....  | 42 |
| 2.7.1  | Tätowierungen am Ötzi .....  | 43 |
| 2.7.2  | Frauen als Heilerinnen .....   | 43 |
| 2.7.3  | Geistiges Heilen .....   | 43 |
| 2.7.4  | Mesmerismus .....  | 44 |

|        |   |    |
|--------|---|----|
| 2.7.5  | Medizinfrauen und Medizinmänner .....   | 44 |
| 2.7.6  | Der Biologie Bernard Grad und der Psychoanalytiker Wilhelm Reich .....                            | 44 |
| 2.7.7  | Die Pflegewissenschaftlerin Dolores Krieger und der Heiler Oscar Estebany .....                   | 45 |
| 2.8    | <b>Das Licht aus den Zellen</b> .....   | 46 |
| 2.8.1  | Die Messung von Licht aus den Händen .....  | 47 |
| 2.9    | <b>Die elektrodynamische Theorie des Lebens</b> .....   | 48 |
| 2.9.1  | Der Elektronensprung erzeugt Energie .....  | 48 |
| 2.9.2  | Welle-Teilchen-Dualismus .....  | 48 |
| 2.9.3  | Die Elektrodynamik bewegter Körper .....  | 49 |
| 2.9.4  | Die Lebensfelder von Harold Saxton Burr .....   | 49 |
| 2.10   | <b>Wärmelehre, Thermodynamik und dissipative Systeme</b> .....                                    | 51 |
| 2.10.1 | Thermodynamik .....   | 51 |
| 2.10.2 | Entropie .....  | 51 |
| 2.11   | <b>Fraktale Gebilde und Selbstähnlichkeit</b> .....   | 52 |
| 2.12   | <b>Der Energieerhaltungssatz</b> .....  | 53 |
| 2.13   | <b>Die Grundlagen der Energiemedizin und im Kontext der <i>Berührenden Pflege</i></b> .....       | 53 |
| 2.14   | <b>Der lebende Organismus <i>ist</i> (nicht hat) ein elektromagnetisches Feld</b> .....           | 54 |
| 2.15   | <b>Gesundheit aus energiemedinischer Sicht</b> .....  | 55 |
| 2.16   | <b>Krankheit aus energiemedinischer Sicht</b> .....   | 56 |
| 2.17   | <b>Gemeinsames und Verbindendes von energiemedinischen Heilmethoden</b> .....                     | 57 |
|        | Literatur .....   | 58 |
| 3      | <b>Die Grundlagen der Chinesischen Medizin</b> .....  | 61 |
| 3.1    | <b>Daoismus</b> .....   | 63 |
| 3.2    | <b>Die Yin-Yang Lehre</b> .....   | 65 |
| 3.2.1  | Yin-Yang sind Gegensätze und ineinander verschränkt .....   | 66 |
| 3.2.2  | Yin-Yang-Balance .....  | 66 |
| 3.2.3  | Yin-Yang in Verbindung zur <i>Berührenden Pflege</i> .....  | 67 |
| 3.3    | <b>Die Lehre von Qi, Jing und Shen</b> .....  | 67 |
| 3.3.1  | Jing, die Essenz .....  | 68 |
| 3.3.2  | Qi, die Lebensenergie .....   | 68 |
| 3.3.3  | Shen, der Geist .....   | 69 |
| 3.4    | <b>Die Fünf-Elemente-Lehre</b> .....  | 69 |
| 3.4.1  | Die Fünf Elemente im Überblick: Entstehungs- und Wachstumszyklus .....                            | 70 |
| 3.4.2  | Der Kontrollzyklus der fünf Elemente in Verbindung zum Gleichgewicht der Erde .....               | 71 |
| 3.4.3  | Die fünf Jahreszeiten in Verbindung zu den fünf Elementen und der <i>Berührenden Pflege</i> ..... | 72 |
| 3.5    | <b>Die Energieleitbahnen</b> .....  | 75 |
| 3.5.1  | Die Sondermeridiane Ren Mai und Du Mai .....  | 76 |
| 3.5.2  | Die zwölf Hauptmeridiane in Verbindung zu <i>Berührender Pflege</i> .....                         | 81 |
| 3.6    | <b>Die Organuhr</b> .....   | 87 |
| 3.7    | <b>Verschiedene Methoden der Chinesischen Medizin</b> .....                                       | 88 |
| 3.8    | <b>Mikrokosmos und Makrokosmos</b> .....  | 90 |
|        | Literatur .....   | 91 |

|       |   |     |
|-------|---|-----|
| 4     | <b>Erklärungsansätze zu den Wirkmechanismen der Berührenden Pflege</b> .....                      | 93  |
| 4.1   | <b>Die Bedeutung der Berührung</b> .....  | 95  |
| 4.1.1 | Jede Berührung vermittelt nonverbal eine Absicht. ....  | 97  |
| 4.1.2 | Berührung und menschliche Fürsorge wirken ganzheitlich. ....                                      | 97  |
| 4.2   | <b>Die Bedeutung der Energieübertragung mit den Händen</b> .....                                  | 98  |
| 4.3   | <b>Die Bedeutung der Haut</b> .....   | 99  |
| 4.4   | <b>Das Bindungshormon Oxytocin</b> .....  | 100 |
| 4.5   | <b>Die Bindungstheorie nach John Bowlby</b> .....   | 100 |
| 4.6   | <b>Die Bedeutung der Intersubjektivität</b> .....   | 101 |
| 4.7   | <b>Die Bedeutung der Spiegelneuronen</b> .....  | 102 |
| 4.8   | <b>Die Heilkraft des Herzens</b> .....  | 103 |
| 4.9   | <b>Die Bedeutung der Psychoneuroendokrin-Immunologie (PNI)</b> .....                              | 104 |
| 4.10  | <b>Die Bedeutung der Gefühle</b> .....  | 105 |
| 4.11  | <b>Die Bedeutung der Gehirnwellen und der Resonanz</b> .....                                      | 106 |
| 4.12  | <b>Die Bedeutung der Verbindung zum Erdmagnetfeld</b> .....                                       | 108 |
| 4.13  | <b>Die Bedeutung des Prinzips der Selbstähnlichkeit</b> .....                                     | 108 |
| 4.14  | <b>Die Bedeutung der Hoffnung und der selbsterfüllenden Prophezeiung</b> .....                    | 109 |
| 4.15  | <b>Die Bedeutung der heilenden Kraft des Wortes</b> .....   | 110 |
| 4.16  | <b>Die Bedeutung der Faszien als verbindende lebende Matrix</b> .....                             | 112 |
| 4.17  | <b>Die Bedeutung der Epigenetik</b> .....   | 114 |
| 4.18  | <b>Die Bedeutung der Kymatik</b> .....  | 115 |
| 4.19  | <b>Die Bedeutung von Ritualen und heilsamen Zeremonien</b> .....                                  | 116 |
| 4.20  | <b>Die Bedeutung der Heilkraft schamanischer Traditionen</b> .....                                | 118 |
|       | Literatur .....   | 120 |
| 5     | <b>Die Geschichte von <i>Therapeutic Touch</i> nach Dora Kunz und Dolores Krieger</b> .....       | 123 |
| 5.1   | <b>Der Beginn von <i>Therapeutic Touch</i></b> .....  | 125 |
| 5.2   | <b>Das Leben der Heilerin Dora Kunz</b> .....   | 126 |
| 5.2.1 | Mediale Arbeit .....  | 127 |
| 5.2.2 | Die Pumpkin Hollow Farm .....   | 128 |
| 5.2.3 | Spirituelle Bestimmung .....  | 128 |
| 5.2.4 | Dora Kunz und die mediale Kraft des Geistigen .....   | 129 |
| 5.2.5 | Erhöhte Sensitivität und der Schutz vor Fremdinformationen .....                                  | 129 |
| 5.3   | <b>Das Leben der Krankenschwester, Pflegewissenschaftlerin und Heilerin Dolores Krieger</b> ..... | 130 |
| 5.3.1 | <i>Therapeutic Touch</i> aus Sicht von Dolores Krieger .....                                      | 130 |
| 5.3.2 | Auszüge aus einem Vortrag von Dolores Krieger .....   | 131 |
| 5.4   | <b>Die Grundannahmen von Dora Kunz und Dolores Krieger</b> .....                                  | 132 |
| 5.5   | <b>Die praktischen Schritte von <i>Therapeutic Touch</i></b> .....                                | 134 |
| 5.6   | <b>Experimente und Studien zur Überprüfung der Wirkungen von <i>Therapeutic Touch</i></b> .....   | 135 |
| 5.6.1 | Die Effektivität von <i>Therapeutic Touch</i> im klinischen Bereich .....                         | 136 |

|       |  |     |
|-------|--|-----|
| 5.6.2 | Die Wirkung von Handmassage und <i>Therapeutic Touch</i> auf Wohlbefinden und Ängste bei Bewohnerinnen und Bewohnern eines Pflegeheims. .... | 137 |
| 5.6.3 | Die Wirkung von <i>Therapeutic Touch</i> auf die Schlafqualität von älteren Menschen in Pflegeheimen .....                                   | 137 |
| 5.6.4 | <i>Therapeutic Touch</i> in Verbindung mit onkologischen Erkrankungen .....  | 137 |
| 5.6.5 | <i>Therapeutic Touch</i> im Rahmen der Gefäßchirurgie. ....  | 139 |
| 5.6.6 | Effekte von <i>Therapeutic Touch</i> bei Menschen mit Demenz. ....   | 140 |
| 5.6.7 | Eine kritische Studie zu <i>Therapeutic Touch</i> .....  | 140 |
| 5.7   | <b><i>Healing Touch</i>, eine weitere Entwicklung des Handauflegens. ....</b>  | 141 |
| 5.7.1 | Auswirkungen von <i>Healing Touch</i> in der pädiatrischen Onkologie .....   | 141 |
| 5.7.2 | Massage und <i>Healing Touch</i> bei hospitalisierten Kleinkindern .....   | 141 |
| 5.8   | <b>Zusammenstellung von Wirkungserfolgen durch <i>Therapeutic Touch</i> .....</b>  | 142 |
|       | Literatur. ....  | 144 |
| 6     | <b>Die Wissenschaft des unitären Menschen nach Martha E. Rogers .....</b>  | 147 |
| 6.1   | <b>Die Wissenschaft des unitären Menschen in Verbindung zu <i>Therapeutic Touch</i> .....</b>  | 150 |
| 6.2   | <b>Die Biografie der Pflegewissenschaftlerin Martha E. Rogers .....</b>  | 150 |
| 6.3   | <b>Aussagen von Martha E. Rogers zum Energiefeld .....</b>   | 150 |
| 6.4   | <b>Pflegetheoretische Grundannahmen und Begriffsdefinitionen .....</b>   | 151 |
| 6.4.1 | Energie. ....  | 151 |
| 6.4.2 | Ganzheit .....   | 152 |
| 6.4.3 | Offene Systeme .....   | 152 |
| 6.4.4 | Muster und Selbstorganisation des menschlichen Systems. ....   | 153 |
| 6.4.5 | Empfindungs- und Denkvermögen .....  | 153 |
| 6.4.6 | Ein Exkurs zur Thermodynamik. ....   | 154 |
| 6.4.7 | Unidirektionalität. ....   | 154 |
| 6.4.8 | Von der Drei- und Vierdimensionalität in die Multi- und Pandimensionalität .....   | 155 |
| 6.5   | <b>Definition von Gesundheit und Krankheit aus Sicht der Wissenschaft des unitären Menschen .....</b>  | 156 |
| 6.6   | <b>Die Bedeutung der Homöodynamik. ....</b>  | 156 |
| 6.6.1 | Prinzip der Wechselwirkung. ....   | 157 |
| 6.6.2 | Prinzip der Gleichzeitigkeit (Synchronizität) .....  | 157 |
| 6.6.3 | Prinzip der Spiralität (Helizität) .....   | 157 |
| 6.6.4 | Resonanz. ....   | 158 |
| 6.6.5 | Prinzip der Wellenförmigkeit (Resonanz) .....  | 158 |
| 6.6.6 | Das Prinzip der Integralität. ....   | 159 |
| 6.7   | <b>Die Rolle der Pflege und der Pflegekraft .....</b>  | 159 |
| 6.8   | <b>Holistische (Pflege-)Interventionen nach der Wissenschaft des unitären Menschen. ....</b>   | 160 |
|       | Literatur. ....  | 162 |
| 7     | <b>Bioenergetische Funktionsdiagnostik nach Rosalyn L. Bruyere .....</b>   | 163 |
| 7.1   | <b>Die Medizinfrau und Heilerin Rosalyn L. Bruyere .....</b>   | 166 |
| 7.2   | <b>Ken Weintrub, Qi Gong und Karate-Meister .....</b>  | 167 |
| 7.3   | <b>Wissenschaft und Forschung zur Heilkunst .....</b>  | 168 |
| 7.3.1 | Überblick zu vierzehn Forschungsbereichen von Bruyere und Weintrub .....   | 169 |

|       |   |     |
|-------|---|-----|
| 7.3.2 | Forschung bei Frauen mit der Diagnose Brustkrebs mit chronischer Müdigkeit (2012) .....   | 169 |
| 7.3.3 | Befragung von Energieheilerinnen und Energieheilern (2015) .....                          | 169 |
| 7.4   | <b>Energetische Heilarbeit nach Rosalyn L. Bruyere</b> .....                              | 173 |
| 7.5   | <b>Die Ganzkörpertechnik Chelation</b> .....  | 174 |
| 7.6   | <b>Die Ausbildung in der Kunst des Heilens</b> .....                                      | 175 |
| 7.7   | <b>Die Lehre der Aura und Chakren nach Rosalyn L. Bruyere</b> .....                       | 176 |
| 7.8   | <b>Zitate von Rosalyn L. Bruyere</b> .....  | 180 |
| 7.9   | <b>Das Erwachen der Kundalini am Beispiel der Übungspraxis von Hiroshi Motoyama</b> ..... | 180 |
| 7.10  | <b>Die Bedeutung von Continuum Movement für die Heilarbeit</b> .....                      | 181 |
| 7.11  | <b>Die Bedeutung der Faszien für die Heilarbeit</b> .....                                 | 182 |
| 7.12  | <b>Selbsterforschung</b> .....  | 182 |
|       | Literatur .....   | 184 |
| 8     | <b>Die Lehre der Chakren und der Aura</b> .....   | 185 |
| 8.1   | <b>Die sieben Haupt-Chakren</b> .....   | 188 |
| 8.1.1 | Das Wurzel-Chakra .....   | 188 |
| 8.1.2 | Das Emotional-Chakra .....  | 188 |
| 8.1.3 | Das Mental-Chakra .....   | 193 |
| 8.1.4 | Das Herz-Chakra .....   | 195 |
| 8.1.5 | Das Kehl-Chakra .....   | 195 |
| 8.1.6 | Das Stirn-Chakra .....  | 195 |
| 8.1.7 | Das Kronen-Chakra .....   | 197 |
| 8.2   | <b>Das Zusammenspiel der sieben Chakra-Funktionen</b> .....                               | 199 |
| 8.3   | <b>Die Schichten der Aura</b> .....   | 200 |
| 8.3.1 | Die Äther-Aura .....  | 203 |
| 8.3.2 | Die emotionale Aura .....   | 203 |
| 8.3.3 | Die Mental-Aura .....   | 204 |
| 8.3.4 | Die astrale Aura .....  | 204 |
| 8.3.5 | Der ätherische Negativ-Körper .....   | 204 |
| 8.3.6 | Die spirituelle Aura (Kausal-Aura) .....  | 204 |
| 8.4   | <b>Energetische Heilarbeit an den Chakren und der Aura</b> .....                          | 204 |
| 8.4.1 | Assessment von Chakren mit einem Hilfsmittel .....  | 205 |
| 8.4.2 | Die Auflösung des Energiekörpers .....  | 205 |
| 8.5   | <b>Aufwachen im Licht</b> .....   | 205 |
|       | Literatur .....   | 207 |
| 9     | <b>Die Bedeutung der Selbst-Fürsorge</b> .....  | 209 |
| 9.1   | <b>International Council of Nurses (ICN)</b> .....  | 212 |
| 9.2   | <b>Compassion Fatigue (Empathie-Erschöpfung)</b> .....                                    | 212 |
| 9.3   | <b>Mikrokosmos – Makrokosmos</b> .....  | 213 |
| 9.4   | <b>Der Weg vom Ego zur Selbstbestimmung</b> .....   | 213 |
| 9.4.1 | Das Selbstfürsorge-Spiralenmodell .....   | 214 |
| 9.4.2 | Mitgefühl und Achtsamkeit .....   | 215 |
| 9.4.3 | Verdrängen, Projizieren, Schattenseiten .....   | 216 |
| 9.4.4 | Hochsensibilität .....  | 217 |



|        |   |     |
|--------|---|-----|
| 9.5    | <b>Das Medizinrad als Selbstreflexionsmodell</b> .....                        | 217 |
| 9.6    | <b>Maßnahmen zur Selbstpflege</b> .....                                       | 219 |
| 9.6.1  | Wahrnehmen, was ist (Istzustand) .....  | 220 |
| 9.6.2  | Meditation .....  | 221 |
| 9.6.3  | Das untere Dantien nähren .....   | 223 |
| 9.6.4  | Qi spüren .....   | 223 |
| 9.6.5  | Selbstbehandlungen .....  | 225 |
| 9.7    | <b>Energetische Schutzmaßnahmen</b> .....                                     | 229 |
| 9.7.1  | Zentrieren .....  | 229 |
| 9.7.2  | Fremdenergien ausleiten .....   | 229 |
| 9.7.3  | Schutzmaßnahmen nach einer Anwendung .....                                    | 230 |
| 9.7.4  | Umgang mit Energievampiren .....  | 230 |
| 9.8    | <b>Empfehlungen für eine gesunde Selbst-Fürsorge</b> .....                    | 230 |
|        | Literatur .....   | 232 |
| 10     | <b>Heilen als geistig-spiritueller Akt</b> .....                              | 233 |
| 10.1   | <b>Jede Heilung ist Selbstheilung</b> .....                                   | 236 |
| 10.1.1 | Heilen braucht Ruhe, Respekt und Anteilnahme .....                            | 236 |
| 10.1.2 | Heilen ist die transformierende Kraft des Herzens .....                       | 237 |
| 10.1.3 | Heilen aus der Ferne .....  | 237 |
| 10.1.4 | Heilen als medialer Prozess .....   | 237 |
| 10.1.5 | Heilen in der Sterbebegleitung .....  | 238 |
| 10.1.6 | Der Vorteil von Heilungsritualen durch mehrere Heilerinnen und Heiler .....   | 238 |
| 10.1.7 | Heilräume und Heilrituale schaffen .....                                      | 239 |
| 10.1.8 | Wahrnehmungen im Energiefeld .....  | 240 |
| 10.1.9 | Voraussetzungen für geistig-spirituelleres Heilen .....                       | 240 |
| 10.2   | <b>Die heilsame Kraft der interpersonellen Beziehung</b> .....                | 241 |
| 10.2.1 | Fragen zu Qualitätsmerkmalen für Patientinnen und Patienten .....             | 242 |
| 10.3   | <b>Das Heilungsdreieck</b> .....  | 243 |
| 10.3.1 | Heilende Unterstützung durch Imagination, Visualisation und Affirmation ..... | 244 |
| 10.4   | <b>Die Heilungspyramide</b> .....   | 245 |
| 10.5   | <b>Heilen mit geschulten Händen</b> .....                                     | 245 |
| 10.5.1 | Vor- und Nachbereitung einer Heilsitzung .....                                | 246 |
| 10.5.2 | Indikationen und Kontraindikationen in der energetischen Heilarbeit .....     | 246 |
| 10.5.3 | Holistische Wahrnehmung mit allen Sinnen .....                                | 247 |
| 10.5.4 | Offene Sinne zur Informationssammlung .....                                   | 248 |
| 10.6   | <b>Schulung aller Sinne während der geistig-spirituellen Heilarbeit</b> ..... | 249 |
| 10.7   | <b>Das Gemeinsame einer gelungenen Heilung</b> .....                          | 250 |
| 10.8   | <b>Energetische Gesetze</b> .....   | 251 |
| 10.9   | <b>Das Wissen des Hermes Trismegistos</b> .....                               | 253 |
|        | Literatur .....   | 254 |

## II Praktischer Teil

|      |   |     |
|------|---|-----|
| 11   | <b>Die praktische Anwendung von <i>Therapeutic Touch</i> mit spezifischen Grifftechniken von Rosalyn L. Bruyere</b> ..... | 259 |
| 11.1 | Wahrnehmungen beim Erstkontakt .....  | 262 |

|         |  |     |
|---------|--|-----|
| 11.2    | <b>Raumgestaltung und bequeme Lagerung</b> .....   | 264 |
| 11.3    | <b>Die standardisierten Behandlungsschritte von <i>Therapeutic Touch</i> nach Kunz und Krieger</b> ..... | 265 |
| 11.3.1  | Zentrieren der Anwenderin und des Anwenders .....  | 265 |
| 11.3.2  | Das Einschätzen des Energiefeldes .....  | 268 |
| 11.3.3  | Klären des Energiefeldes .....   | 271 |
| 11.3.4  | Energetische Behandlung mit spezifischen Grifftechniken .....  | 272 |
| 11.3.5  | Evaluation des Energiefeldes .....   | 274 |
| 11.3.6  | Reaktionen von Klientinnen und Klienten .....  | 275 |
| 11.3.7  | Das Gespräch nach der TT-Anwendung .....   | 276 |
| 11.4    | <b>Dokumentation</b> .....   | 276 |
| 11.5    | <b>Die Ganzkörpertechnik Chelation nach Rosalyn L. Bruyere</b> .....                                     | 279 |
| 11.5.1  | Bildliche Darstellung der Ganzkörpertechnik Chelation nach Rosalyn L. Bruyere .....                      | 279 |
| 11.5.2  | Zwischen den Händen findet die Heilung statt .....   | 284 |
| 11.5.3  | Revers-Chelation als Variante .....  | 284 |
| 11.5.4  | Lymph-Chelation als Variante .....   | 286 |
| 11.6    | <b>Spezifische Griffe an Händen und Füßen</b> .....  | 287 |
| 11.6.1  | Jede Handarbeit ist Herzarbeit .....   | 287 |
| 11.6.2  | Die Füße .....   | 289 |
| 11.7    | <b>Griffkombinationen</b> .....  | 292 |
| 11.8    | <b>Organspezifische Griffe</b> .....   | 294 |
| 11.8.1  | Leber und Gallenblase .....  | 294 |
| 11.8.2  | Herz und Dünndarm .....  | 297 |
| 11.8.3  | Magen und Milz-Pankreas .....  | 298 |
| 11.8.4  | Lunge und Dickdarm .....   | 299 |
| 11.8.5  | Nieren und Harnblase .....   | 302 |
| 11.9    | <b>Non-Touch-Techniken</b> .....   | 304 |
| 11.9.1  | Kämmen .....   | 304 |
| 11.9.2  | Ultraschall .....  | 305 |
| 11.9.3  | Energie-Laser .....  | 305 |
| 11.9.4  | Chakren-Balance .....  | 306 |
| 11.10   | <b>Überblick zu Beschwerden und Anwendungstechniken</b> .....  | 306 |
| 11.11   | <b>Ausleiten von Fremdinformationen während und nach einer TT-Anwendung</b> .....                        | 306 |
| 11.12   | <b>Kurzbeschreibung einer <i>Therapeutic-Touch</i>-Sitzung</b> .....                                     | 309 |
| 11.13   | <b>Fallbeispiele</b> .....   | 310 |
| 11.13.1 | Fallbeispiel Olga W. ....  | 310 |
| 11.13.2 | Fallbeispiel Otto W. ....  | 312 |
| 11.13.3 | Fallbeispiel Mirjam A. ....  | 313 |
| 11.13.4 | Fallbeispiel Rudi H., 6 Jahre .....  | 314 |
| 11.13.5 | Hilde H. ....  | 314 |
| 11.13.6 | Fallbeispiel Sterbebegleitung .....  | 315 |
|         | Literatur .....  | 316 |
| 12      | <b>Die Etablierung von <i>Therapeutic Touch</i> in Österreich</b> .....                                  | 317 |
| 12.1    | <b>Projekte mit <i>Therapeutic Touch</i> in Österreich</b> .....   | 319 |
| 12.1.1  | Erstes finanziertes Pflegeprojekt mit <i>Therapeutischer Berührung (Therapeutic Touch)</i> .....         | 319 |
| 12.1.2  | Pflegeprojekt „Gesund mit Energie“ zur betrieblichen Gesundheitsförderung von Pflegekräften .....        | 320 |

|        |  |     |
|--------|--|-----|
| 12.1.3 | Pflegeprojekt „Neonatales Abstinenzsyndrom“ .....  | 320 |
| 12.1.4 | Pflegeprojekt „ <i>Therapeutic Touch</i> bei Hörsturz“ .....   | 321 |
| 12.1.5 | Pflegeprojekt „ <i>Therapeutic Touch</i> bei Rückenschmerzen“ .....  | 321 |
| 12.2   | <b><i>Therapeutic Touch</i> im Lehrplan und in der Pflegepraxis</b> .....                                      | 321 |
| 12.3   | <b>Fortbildung gemäß § 63 Gesundheits- und Krankenpflegegesetz</b> .....                                       | 322 |
| 12.3.1 | Internationale <i>Therapeutic-Touch</i> -Basisschulung .....   | 322 |
| 12.4   | <b>Berufsspezifische Weiterbildung gemäß § 64 Gesundheits- und Krankenpflegegesetz</b> .....                   | 322 |
| 12.5   | <b>Bachelor-Studium Gesundheits- und Krankenpflege</b> .....   | 323 |
| 12.6   | <b>Masterstudium Advanced Nursing Counseling – Complementary Care – <i>Therapeutic Touch</i></b> .....         | 324 |
| 12.7   | <b>Novelle des Bundesgesetzes für Gesundheits- und Krankenpflege in Österreich</b> .....                       | 324 |
| 12.8   | <b>Die Integration von <i>Therapeutic Touch</i> in die österreichische Pflegelandschaft</b> .....              | 325 |
| 12.9   | <b>Pflegediagnose Störung des Energiefeldes (NANDA)</b> .....  | 325 |
| 12.10  | <b>Ein Best-Practice-Beispiel des Woodwinds Health Center (Minnesota/USA)</b> .....                            | 327 |
| 12.11  | <b>Persönliche Meilensteine in Verbindung zur Etablierung von <i>Therapeutic Touch</i> in Österreich</b> ..... | 328 |
| 12.12  | <b>Ethik in der Anwendung</b> .....  | 330 |
| 12.13  | <b>Visionen für die Zukunft</b> .....  | 331 |
|        | Literatur .....  | 334 |
| 13     | <b>Epilog</b> .....  | 335 |
|        | Literatur .....  | 338 |
|        | <b>Serviceteil</b>   |     |
|        | Stichwortverzeichnis .....   | 341 |

## Über die Autorin

---



### Gabriele Wiederkehr

Jahrgang 1964, Diplom der Gesundheits- und Krankenpflege 1983, MSc Pflegepädagogin, beschäftigte sich früh in ihrem Leben mit psychologischen und spirituellen Themen. Seit dem Jahr 1995 erhält sie eine Ausbildung in bioenergetischer und medialer Heilarbeit bei Rosalyn L. Bruyere und Ken Weintrub. Nach einem Pilotprojekt im Jahr 1998 im Sozialmedizinischen Zentrum Ost der Stadt Wien mit Dr. Anita Ritt-Wollmersdorfer initiierte und leitete sie im Jahr 2000 die erste großangelegte finanzierte österreichische Pflegestudie, um *Therapeutische Berührung* im Kontext der Strahlentherapie an Frauen mit Brustkrebs (Wien) zu überprüfen. Weitere Projekte mit der klinischen Fertigkeit Therapeutic Touch folgten in drei Wiener Krankenhäusern. Zum Herzstück ihrer Arbeit entwickelte sich die Weiterbildung „Komplementäre Pflege – *Therapeutic Touch*“ gemäß § 64 Gesundheits- und Krankenpflegegesetz (GuKG), welche sie im Jahr 2003 für Pflegekräfte konzipierte und seither in Wien erfolgreich leitet. Die Stärkung der Selbst-Fürsorge und der Gesundheitskompetenz von Pflegekräften ist ihr dabei ein zentrales Anliegen, denn Helfen, Pflegen und Heilen ist nur dann langfristig möglich, wenn das eigene Energieniveau stets hochgehalten wird. Als erfahrene Vortragende unterrichtet sie *Therapeutic Touch* als komplementäre Pflegemethode an Schulen und Fachhochschulen für Gesundheits- und Krankenpflege, an der Akademie für Fort- und Sonderausbildungen am Allgemeinen Krankenhaus (AKH Wien), sowie in diversen Krankenhäusern und Fortbildungseinrichtungen. Im Jahr 2017 entwickelte sie mit dem FH Campus Wien das Curriculum für Complementary Care – *Therapeutic Touch* als neuen Wahlschwerpunkt des Masterlehrgangs Advanced Nursing Counseling.

Im Rahmen der ganzheitlichen Gesundheitsberatung mit Klientinnen und Klienten in einer Gemeinschaftspraxis in Wien verbindet sie die Theorie mit der Praxis. Seit dem Jahr 2007 leitet sie eine Übungsgruppe mit Meditation und Qi Gong nach der Yi-Xue-Lehre des chinesischen Lehrers, Großmeister Wei Ling Yi. Als Vorsitzende und Gründungsmitglied der Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG) Freiberufliche Pflege des österreichischen Gesundheits- und Krankenpflegeverbandes (ÖGKV) engagiert sie sich beim Berufsverband seit dem Jahr 2003 für berufspolitische Themen und die Anliegen der freiberuflich tätigen Pflegefachkräfte in Österreich.

Selbstständige Unternehmerin am Zentrum Lebensenergie – Institut für Weiterbildung im Gesundheitswesen: ► [www.zentrum-lebensenergie.at](http://www.zentrum-lebensenergie.at)

## Fotos, Grafiken und Zeichnungen

---



### **Cornelia Maria Gregor**

Fotografin, Grafik- & Mediendesignerin; Diplom in Fotografie (Die Graphische, Wien), Diplom in Mediendesign (LIK Akademie, Wien) und Master in Fotografie und Design (ELISAVA, Barcelona).

Selbständige Unternehmerin: ► [www.corneliangregor.com](http://www.corneliangregor.com)

Copyright CMG: Fotografien, Art-Work und Grafiken des gesamten Fachbuches.

# Fotomodelle

---

**Susanne Habrdle** DGKP (Komplementäre Pflege – *Therapeutic Touch*)

**Angelika Ositha Wölfler**, BEd

# Abbildungsverzeichnis

---

|                 |   |     |
|-----------------|---|-----|
| <b>Abb. 1.1</b> | Die fünf Wittener Werkzeuge der Self-Care-Elemente für Pflegekräfte sind Selbstachtung, Intuition, Selbstwahrnehmung, Selbstermutigung und Selbststärkung. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .   | 19  |
| <b>Abb. 1.2</b> | Die fünf Wittener Werkzeuge der Patient-Care sind Achtsamkeit, Einlassung, Mitgefühl, Ermutigung und Berührung. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 19  |
| <b>Abb. 1.3</b> | Double-Care: Die Pflegekraft achtet auf sich selbst gleichermaßen wie auf die zu pflegenden Menschen. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 20  |
| <b>Abb. 3.1</b> | Der Kreis symbolisiert die Eins, Leere und das Dao. Die Eins (Yi) stellt die Ursprungsenergie dar. Alles Leben entsteht aus der Eins. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 64  |
| <b>Abb. 3.2</b> | Die Monade symbolisiert Ganzheit und Einheit und bildet sich aus den Kräften Yin und Yang. Yin steht für den schwarzen Teil, Yang für den weißen Teil. Der kleine Punkt symbolisiert den jeweils anderen Aspekt, der enthalten ist. Die Welle dazwischen symbolisiert den ständigen Wandel und den Fluss des Geschehens. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . | 66  |
| <b>Abb. 3.3</b> | Übersichtstabelle zu den Fünf Elementen Holz – Feuer – Erde – Metall – Wasser und deren Aufgaben, Jahreszeiten, Farben, Geschmäcker, Emotionen, Organen und Körperteile. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .   | 70  |
| <b>Abb. 3.4</b> | Wachstumszyklus: Holz ernährt das Feuer. Feuer ernährt die Erde. Erde ernährt Metall. Metall ernährt das Wasser. Wasser ernährt das Holz. Der Kontrollzyklus: Holz kontrolliert die Erde. Erde kontrolliert das Wasser. Wasser kontrolliert das Feuer. Feuer kontrolliert Metall. Metall kontrolliert das Holz. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .          | 72  |
| <b>Abb. 3.5</b> | Die Leitbahn Ren Mai verläuft vom Dampfpunkt über die Mittellinie an der Körpervorderseite hinauf bis zum Kinn. Die Leitbahn Du Mai verläuft von der Nasolabialfalte über die Stirn hinauf. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 77  |
| <b>Abb. 6.1</b> | Nach Rogers wird das Leben als Spirale dargestellt, welches auf einer Zeitachse verläuft. Die rhythmische, zyklische Kontinuität im Leben wird von den einzelnen Windungen der Spirale verkörpert. Es ist nie eine exakte Wiederholung, denn nichts im Leben wiederholt sich. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 155 |
| <b>Abb. 8.1</b> | Chakra-Anatomie: Jedes Chakra ähnelt einem kegelförmigen Lichtrad oder Lichtwirbel, welcher   |     |

|                  |   |     |
|------------------|---|-----|
|                  | auf der Vorder- und Rückseite des Körpers ausstrahlt.<br>Jedes der sieben Haupt-Chakren hat sein eigenes<br>Bewusstsein und seine bestimmte Aufgabe.<br>© Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 189 |
| <b>Abb. 8.2</b>  | Überblick zu den Aufgaben der sieben Haupt-Chakren.<br>© Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .   | 190 |
| <b>Abb. 9.1</b>  | Das Selbstfürsorge-Spiralenmodell (Wiederkehr 2020)<br>beschreibt die fünf Phasen Selbstwahrnehmung<br>(Yin-Zustand der Stille), Selbsterforschung,<br>Selbsterkenntnis, Selbsttransformation (Yang)<br>und Selbstüberprüfung (Yin-Zustand).<br>© Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 215 |
| <b>Abb. 9.2</b>  | Die Grundstruktur des Medizinrads mit den<br>vier Aspekten Mind – Body – Emotion – Spirit.<br>© Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 218 |
| <b>Abb. 9.3</b>  | Die Erdenergie und die kosmische Energie fließen<br>durch das feinstoffliche Energiesystem eines jeden<br>Menschen und füllen dieses auf. Das Wurzel-Chakra<br>steht über die Beine mit der Erde in Verbindung.<br>Die Chakren ab dem Kehl-Chakra stehen mit<br>dem Himmel in Verbindung. Im Herz-Chakra<br>vereinigen sich Himmel und Erde in Liebe und<br>Mitgefühl. © Cornelia Maria Gregor 2020.<br>All Rights Reserved. . . . .  | 226 |
| <b>Abb. 9.4</b>  | Ein starkes gesundes Energiefeld ist der<br>beste Selbstschutz vor Leiden und Schmerzen anderer<br>Mitmenschen. © Cornelia Maria Gregor 2020.<br>All Rights Reserved. . . . .   | 231 |
| <b>Abb. 11.1</b> | Die Klientin liegt auf dem Rücken, bequem mit<br>einer Knierolle gelagert. © Cornelia Maria Gregor 2020.<br>All Rights Reserved. . . . .  | 264 |
| <b>Abb. 11.2</b> | Zentrierte Grundhaltung: Die Anwenderin steht am<br>Fußende und zentriert sich. Sie steht hüftbreit mit<br>leicht gebeugten Kniegelenken und achtet auf eine<br>gute Verbindung der Fußsohlen mit der Erde (Erdung).<br>Vor dem Herz-Chakra werden beide Handflächen zwecks<br>Einstimmung auf die Herz-Qualitäten und auf die<br>Energieebene einander zugeführt. So erfolgt die<br>Einstimmung auf das Energiefeld der Klientin und<br>die wertfreie Einschätzung mit den Händen (Scannen).<br>© Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . | 266 |
| <b>Abb. 11.3</b> | Scannen: Das Energiefeld der liegenden Klientin wird<br>mit beiden Händen von den Füßen aufwärts gescannt.<br>Eingeschätzt werden die Symmetrie, Dichte, Qualität und<br>Temperatur des Energiefeldes. © Cornelia<br>Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 268 |



|                   |  |     |
|-------------------|--|-----|
| <b>Abb. 11.4</b>  | Das Einschätzen des Energiefeldes kann auch im Sitzen sowie im Stehen vorgenommen werden. © Cornelia Maria Gregor 2020.<br>All Rights Reserved . . . . .   | 270 |
| <b>Abb. 11.5</b>  | Clearing: Das Energiefeld wird mit beiden Händen vom Kopf zu den Füßen geglättet und harmonisiert. Ein neues energetisches Fließgleichgewicht wird angeregt. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 271 |
| <b>Abb. 11.6</b>  | Das Energiefeld kann ebenso im Sitzen mit beiden Händen vom Kopf zu den Füßen geglättet und harmonisiert werden (Clearing). © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved . . . . .  | 271 |
| <b>Abb. 11.7</b>  | Das Nabel-Chakra und Herz-Chakra der sitzenden Klientin werden balanciert. Die Klientin lehnt sich an die Anwenderin an. Diese Position benötigt eine Vertrauensebene. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .  | 273 |
| <b>Abb. 11.8</b>  | Der Gallenblasen-Meridian (Gb 14) wird beidseits im Stirnbereich mit den Fingern beider Hände oberhalb der Mitte der Augenbrauen balanciert. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved . . . . .   | 273 |
| <b>Abb. 11.9</b>  | Beide Handflächen liegen am Rücken an den Nieren der sitzenden Klientin und stärken das Nieren-Qi mit den feucht-warmen Händen. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved . . . . .  | 273 |
| <b>Abb. 11.10</b> | Eine Hand fasst mit einer Art Zangengriff unter dem Kniegelenk und leitet Lebensenergie zur Hüfte. Die obere Hand empfängt und sammelt Energie in der rechten Hüfte. Das ist ein Teilschritt (■Abb. 11.16b) der Ganzkörper-techniken Chelation nach Rosalyn L. Bruyere (siehe ■Abb. 11.14). © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . | 274 |
| <b>Abb. 11.11</b> | Evaluation durch Einschätzung des Energiefeldes: Immer wieder wird zwischendurch sowie am Ende jeder TT-Anwendung das gesamte Energiefeld eingeschätzt. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .   | 275 |
| <b>Abb. 11.12</b> | Die Symmetrie, Dichte und Qualitäten des Energiefeldes werden farbig an den beiden Körpermodellen (Assessment und Evaluation) eingezeichnet und die angewendeten Griffe und Techniken chronologisch dokumentiert. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved . . . . .  | 277 |
| <b>Abb. 11.13</b> | Dokumentationsvorlage für eine energetische Heilarbeit mit <i>Therapeutic Touch</i> mit den Rubriken Assessment, Techniken, Evaluation, Ziele der Anwendung (Zentrum Lebensenergie 2020). © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .   | 278 |
| <b>Abb. 11.14</b> | Die klassische Chelation nach Rosalyn L. Bruyere erfolgt von den Füßen zum Kopf aufwärts und ist ein schrittweiser Prozess des Reinigens und Aufladens des kompletten Energiesystems. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved . . . . .  | 280 |

- Abb. 11.15** **a** Die Hand fasst den rechten Fuß (Fersengriff oder in der Mulde der Fußsohle) und sendet mit leichtem Druck und Muskeltonus Lebensenergie über die Knochen zum Kniegelenk. Die empfangende Hand am Kniegelenk sammelt den Energiefluss. **b** Eine Hand liegt knapp unterhalb des Kniegelenks („Zangengriff“) und schickt Energie mit sanftem Druck den Oberschenkelknochen entlang aufwärts zur zweiten Hand am Hüftknochen. **c** Die Hand am Hüftknochen leitet Energie zum Nabel-Chakra. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 281
- Abb. 11.16** **a** Die Hand erfasst den zweiten Fuß (Fersengriff) und leitet über die Knochen Energie bis zum Kniegelenk. **b** Vom Kniegelenk wird Energie zum Hüftknochen geleitet. Mit einem V-förmigen Zangengriff wird unterhalb der Kniescheibe das Kniegelenk gegriffen. **c** Vom Hüftknochen wird Energie ins Nabel-Chakra (das untere Dantien oder Meer des Qi) geleitet. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 282
- Abb. 11.17** Vom Nabel (Emotional-Chakra) wird Energie zum Herz-Chakra geleitet. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 282
- Abb. 11.18** **a** Von der Hand wird Energie zum äußeren Ellbogen geleitet. **b** Vom Ellbogen wird Energie zum Schultergelenk geleitet. **c** Vom Schultergelenk wird Energie zum Herz-Chakra geleitet. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 283
- Abb. 11.19** **a** Von den Hand-Chakren wird Energie zum äußeren Ellbogen geleitet. **b** Von der Innenseite der Ellenbeuge wird Energie zum Schultergelenk weitergeleitet. **c** Vom Schultergelenk wird Energie in das Herzzentrum geleitet. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 284
- Abb. 11.20** **a** Vom Herz-Chakra wird Energie zur linken Seite am Hals (Carotis-Arterie) geleitet. Die Fingerspitzen werden am Hals sanft aufgesetzt. **b** Von der linken Carotis-Arterie wird Energie zur linken Gehirnhälfte geleitet. Der Gallenblasen-Meridian (Gb 7–10) zieht zwei Querfinger oberhalb der Ohrspitzen einen Bogen und wird mit drei bis vier Fingern sanft berührt und stimuliert. **c** Der Energieausgleich wird zwischen linker und rechter Gehirnhälfte über die Punkte des Gallenblasen-Meridians (Gb 7–10) vorgenommen (Brain-Balance nach Rosalyn L. Bruyere). © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 285
- Abb. 11.21** **a** Von der rechten Gehirnhälfte (Gb 7–10) wird Energie hinunter zur rechten Carotis-Arterie am Hals geleitet. **b** Von der rechten Carotis-Arterie wird die Energie wieder ins Herz-Chakra geleitet. **c** Das Herz-Chakra (Sternum) und das Emotional-Chakra (Nabel) werden

- zum Abschluss gehalten und balanciert, bis eine Stabilität geschaffen wird. Nach einem leichten Druck werden beide Hände sanft vom Körper gelöst. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .286
- Abb. 11.22** In Händen und Handgelenken verlaufen die Meridiane des Herzens (He), der Lunge (Lu), des Perikards (Pe). Weiterhin der Dünndarm-Meridian (Dü), Dickdarm-Meridian (Di) und Dreifach-Erwärmer (DE). Der He-7-Punkt in der Beugefalte des Handgelenks eignet sich zur Selbstakupressur bei Panikattacken und Lampenfieber. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .288
- Abb. 11.23** Am Fußballen in der Mitte zwischen großer und kleiner Zehe befindet sich der Anfangspunkt des Nieren-Meridians (Ni 1, die sprudelnde Quelle). © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .290
- Abb. 11.24** Am Fuß findet sich zwischen erster und zweiter Zehe der Leber-Meridian mit Le 2 und Le 3, etwa drei Querfinger oberhalb des Wadenbeins der Gb 39 und vor dem Außenknöchel der Gb 41, zwischen Fußknöchel und Achillessehne Bl 60 und unterhalb vom Fußknöchel Bl 62. Der Gallenblasen-Meridian endet an der kleinen Zehe beim äußeren Nagelfalz. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .291
- Abb. 11.25** In der Mitte der Fußsohlen (Ni 1) befinden sich die Fuß-Chakren. Diese können mittels Streichung geöffnet werden, bevor die Energie aus den Hand-Chakren von den Fußsohlen aufgenommen und hinauf zum Kniegelenk geleitet werden kann. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .292
- Abb. 11.26** Die Finger der rechten Hand liegen am Gallenblasen-Meridian (Gb 14–15). Die linke Hand liegt am Schultergelenk und berührt die Lungenpunkte (Lu 1+2). Am Rücken den Dünndarm-Meridian (Dü 10+12) und den Dreifach-Erwärmer (3E 14+15). Danach werden die Seiten gewechselt. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .293
- Abb. 11.27** Unter dem Hinterhauptbein liegt der Gb 20 („Wind-Teiche“). Hier wird die Leber besänftigt und sanfte Akupressur hilft bei stressbedingten Spannungskopfschmerzen. Gemeinsam mit dem LG 14 und Bl 10 hilfreich bei Verspannungen im Nacken und Wetterfühligkeit. In der Vertiefung unter dem Schultergelenk liegt der Dü 10, knapp daneben Dü 14. Bl 11–13 liegen 1,5 Querfinger neben der Wirbelsäule, hilfreich bei fieberhaften Infekten der Atemorgane und Schmerzen in der Halswirbelsäule. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .293
- Abb. 11.28** Eine Hand wird über das Kronenzentrum (LG 20) gehalten und die zweite Hand liegt mittig am Übergang der Halswirbelsäule zur Brustwirbelsäule (Lenkergesäß 14, das „Tor der Belastungen“). © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . .294

- Abb. 11.29** Die Hände umfassen am rechten Oberbauch die Leber (Le 13, Le 14) und Gallenblase (Gb 24, Gb 15), zwischen den Händen wird Energie balanciert. Der Leber-Meridian wird an beiden Körperseiten behandelt. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 294
- Abb. 11.30** Das Herz-Chakra kann non-touch und mit Berührung am Sternum (KG 17) und am Rücken zwischen den Schulterblättern (LG 8–11) sowie an den Seiten-Chakren unter den Achseln behandelt werden. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 294
- Abb. 11.31** Magen und Milz/Pankreas. Mit den gebündelten Fingerspitzen einer Hand wird Magen-Qi harmonisiert. Die zweite Hand kann entweder an der Rückseite des Magens oder am Magen-Meridian unterhalb des Kniegelenks (Ma 36) liegen. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 295
- Abb. 11.32** Lungentechnik: Beide Handflächen liegen unterhalb der Clavicula (Schlüsselbein) am Lungen-Meridian (Lu 1 + 2). © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 295
- Abb. 11.33** Dickdarm: Die rechte Handfläche liegt am Colon ascendens (aufsteigenden Dickdarm) und die linke Hand am Dickdarm-Meridian (Di 10–11) am Ellbogengelenk. Diese Technik reguliert Qi im Darm und ist ein Meisterpunkt für die Behandlung des Immunsystems. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 295
- Abb. 11.34** Nieren und Blase stärken: Zwei Anwenderinnen oder Anwender füllen gleichzeitig die Nieren und Blase mit wässrig-wärmender Lebensenergie. Ein gestärktes unteres Dantien (Emotional-Chakra) stärkt das Immunsystem. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 295
- Abb. 11.35** Kämmen: Das Energiefeld wird rhythmisch von oben nach unten und von innen nach außen mit den gewölbten Fingern langsam gelöst und gelockert. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 305
- Abb. 11.36** Ultraschall: Die Daumen, Zeigefinger und Mittelfinger werden gebündelt und Ringfinger und kleiner Finger liegen im Hand-Chakra. Kreisende Bewegungen nach rechts, leiten Energie ein. Kreisende Bewegungen nach links drehen Energie heraus. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 305
- Abb. 11.37** Non-Touch-Technik: Balancierung zwischen Drittem Auge und Herz-Chakra. © Cornelia Maria Gregor 2020. All Rights Reserved. . . . . 306

# Tabellenverzeichnis

---

|                  |  |     |
|------------------|--|-----|
| <b>Tab. 1.1</b>  | Übersicht und Definition der Wirkprinzipien der Theorie der <i>Berührenden Pflege</i> in Verbindung zur klinischen Fertigkeit <i>Therapeutic Touch</i> . . . . .   | 24  |
| <b>Tab. 2.1</b>  | Frequenzen im Hertz-Bereich und deren Wirkung auf diverse Körperstrukturen (vgl. Oschman 2006, S. 80). . . . .   | 36  |
| <b>Tab. 2.2</b>  | Klassifizierung von komplementärmedizinischen Verfahren in Anlehnung an die Weltgesundheitsorganisation (WHO).<br>Quelle: Ergebnisbericht der 3. Nationalen Gesundheitswirtschaftskonferenz Deutschlands (2007).<br>▶ <a href="http://www.gesundheitsforschung.at/sites/default/files/Erlaeuterungen_zum_Begriff_CAM.pdf">http://www.gesundheitsforschung.at/sites/default/files/Erlaeuterungen_zum_Begriff_CAM.pdf</a> [26.08.2020] . . . . . | 58  |
| <b>Tab. 3.1</b>  | Yin und Yang: Ihre Aufgaben, Entsprechungen und Konstitution . . . . .   | 67  |
| <b>Tab. 3.2</b>  | Ren-Mai-Praxispunkte in Verbindung zu den Haupt-Energiezentren (Chakren) und Indikationen . . . . .  | 78  |
| <b>Tab. 3.3</b>  | Energieleitbahn Du Mai (Lenkergefäß – LG) in Verbindung zu Haupt-Energiezentren (Chakren) und deren Anwendungsindikationen . . . . .   | 80  |
| <b>Tab. 3.4</b>  | Die Organuhr mit Maximalzeiten und Minimalzeiten, zugehörigen Monaten und Kontrollorganen . . . . .  | 88  |
| <b>Tab. 7.1</b>  | Forschungsprojekte und Experimente unter Mitwirkung von Rosalyn L. Bruyere und Ken Weintrub vom Jahr 1974 bis heute. . . . .   | 170 |
| <b>Tab. 7.2</b>  | Übersicht der Chakren 1 bis 9 mit den Zuordnungen von Farbe, Lage, Aufgabe, physischer und seelischer Entsprechung . . . . .   | 178 |
| <b>Tab. 8.1</b>  | Das Wurzel-Chakra . . . . .  | 191 |
| <b>Tab. 8.2</b>  | Das Emotional- oder Sakral-Chakra . . . . .  | 192 |
| <b>Tab. 8.3</b>  | Das Mental-Chakra. . . . .   | 194 |
| <b>Tab. 8.4</b>  | Das Herz-Chakra. . . . .   | 196 |
| <b>Tab. 8.5</b>  | Das Kehle-Chakra. . . . .  | 197 |
| <b>Tab. 8.6</b>  | Das Stirn-Chakra (Drittes Auge) . . . . .  | 198 |
| <b>Tab. 8.7</b>  | Das Kronen-Chakra . . . . .  | 200 |
| <b>Tab. 8.8</b>  | Endokrine Drüsen und die Wechselwirkungen mit Nervenplexus und den sieben Hauptenergiezentren . . . . .  | 201 |
| <b>Tab. 9.1</b>  | Duft Qi Gong, Variante I . . . . .   | 227 |
| <b>Tab. 10.1</b> | Überblick zu den Sinnesorganen, Sinnesfunktionen und Wahrnehmungen . . . . .   | 248 |
| <b>Tab. 11.1</b> | Ein Überblick zu Beschwerden und Behandlungstechniken . . . . .  | 307 |
| <b>Tab. 12.1</b> | Persönliche Meilensteine in Verbindung zur Etablierung von <i>Therapeutic Touch</i> in Österreich. . . . .   | 328 |