



Am Geburtstagsfest meiner Freundin kam ich mit meinem Tischnachbarn ins Gespräch und fragte den pensionierten Psychologen, was er denn im Ruhestand so mache. Seine Antwort: «Unter anderem auch Handauflegen». Statt lange Erklärungen abzugeben, lud er mich in die Lukaskirche in Luzern ein, wo mir seine Kollegin die Hand auflegte. Die Erfahrung war interessant, spannend und auch sehr entspannend, sodass ich Joseph danach einige Fragen gestellt habe.

«Handauflegen»

Beatrice Birnbaum

Chefredaktorin PraxisArena

Was ist Handauflegen, was bewirkt es?

Grundsätzlich ist Handauflegen nichts Neues, sondern uralte und eine urmenschliche Geste.

Wenn sich z.B. ein Kind verletzt, legen Eltern die Hand auf die schmerzende Stelle und sagen etwas (z.B. heile, heile, Säge). Bei einem Todesfall werden den Trauernden Hände aufgelegt oder sie werden umarmt. Im Altersheim wird eine traurige oder verwirrte Person oft berührt.

Auch in der medizinischen Praxis berühren Sie ja die Patienten sehr oft. Spannend wäre zu diskutieren, wie es Ihnen dabei geht. Meistens ist es ja eine Handlung, die einem bestimmten Zweck dient. Es wird unterschieden zwischen Handauflegen als Berührung und Handauflegung als symbolische Geste und als religiöses Ritual.

Wir legen eine oder beide Hände auf den Körper (z.B. am Rücken, auf die Schultern, an schmerzende Stellen), falls dies gewünscht ist. Sonst halten wir die Hand ca 5 cm vom Körper an dieser Stelle.

Es gibt auch andere Funktionen von Handauflegen: Beim Übertragen von Besitz, einer Funktion oder Verantwortung wie König, Priester, zum Segnen, zum Heilen.

Was Handauflegen bewirkt? Weil dieses Handeln nicht nach dem Kausalitätsprinzip funktioniert, kann man es nicht voraussagen. Ich erlebe aber sehr oft eine Beruhigung oder Entspannung.

Der französische Arzt Le Payne hat für die Palliativ-Medizin folgende Formel vorgeschlagen, die ich gerne fürs Handauflegen übernehme: «Heilen manchmal, lindern öfters, trösten immer.»

Wie kamst Du zum Handauflegen?

Das hat eine längere Vorgeschichte mit verschiedenen Erfahrungen im Grenzbereich des Lebens z.B. eine Nahtoderfahrung mit 20 Jahren. Mit ungefähr 60 Jahren begannen mich die Hand-innen-Flächen zu schmerzen und brennen. So habe ich mich entschieden, damit etwas anzufangen. Ich besuchte Kurse – angefangen von Matrix-Energetics (2-Punkt-Methode) über Trance Healing bis zum Geistigen Heilen.



Joseph Bendel, Psychologe, Handaufleger.

Welche Ausbildung befähigt Dich dazu?

Gute Frage!! Keine – würde ich sagen. Denn es gibt ernsthaft kein «Billet» (eine offiziell anerkannte Ausbildung), das fürs Handauflegen befähigt. Es ist einerseits ein Prozess für den man sich einmal entscheidet und einen langen Weg geht, oft brach gelegene Fähigkeiten wie Intuition schult, Wahrnehmung schult. Andererseits ist es eine Haltung, es ist ein ständiges sich auseinandersetzen mit Grenzfragen des Lebens und entsprechenden Wahrnehmungen in Kursen, Austauschgruppen und persönlicher Begleitung. Das setzt Respekt vor den andern Menschen voraus, Sorgfalt im Anwenden des Handauflegens und Demut (dass man die Wirkung nicht sich selber zuschreibt, sondern einer «höheren Macht» – wie man diese auch nennen mag).

Kann jedermann Handauflegen?

Im Prinzip ja (siehe erste Antwort)

Welche Leute nehmen aus welchen Gründen das Angebot Handauflegen wahr?

Sie meinen unser Angebot in der Lukaskirche Luzern (www.handauflegen-luzern.ch). Es heisst ja grund-

sätzlich «Handauflegen und Gespräch». Von jungen Menschen, die dies als willkommene Pause während des Lernens nutzen über Erwachsene mit oder ohne Probleme, kranke Personen (physisch und psychisch) bis zu schwerwiegenden Problemen wie Krebs, Depression usw...

Gibt es «Stammkundschaft»?

Tatsächlich – es gibt einige Personen, die sich über Jahre gestützt fühlen durch unser Gratis-Angebot (und das nicht durch die Beziehung zu einer speziellen Person!). Ein Zitat aus einem Dankesbrief kann dies verdeutlichen: «Für mich war das erste Halbjahr 2018 sehr intensiv und anspruchsvoll und ich danke Euch ganz herzlich für die feinfühligke, intensive und herzliche Unterstützung und Anteilnahme an meinem Leben, ich schätze es sehr und bin dankbar.»

Wirkt Handauflegen bei medizinischen Beschwerden?

Grundsätzlich ja – lesen Sie dazu die Beispiele in der Bibel, wo Jesus heilt. Natürlich «spielt er in einer anderen Liga». Die Wirkung ist anders als jene durch Medikamente oder eine medizinische Intervention wie

praxisstellen.ch

Das führende Stellenportal
für medizinisches Praxispersonal



Bist du gern unabhängig?

Als Springerin, Aushilfe oder Festangestellte für plötzliche Personalausfälle in Arztpraxen oder Spitälern wird der Alltag bestimmt **nie langweilig**. Und jetzt fällt das Bewerben noch viel einfacher: Auf der komplett neu überarbeiteten Website **praxisstellen.ch** präsentierst du dich und deine Skills mit wenigen Klicks, kostenlos und ganz ohne Verpflichtungen. Und alles auch von unterwegs. Einfach registrieren und Temporärformular aktivieren – wir kontaktieren dich, sobald eine geeignete Stelle frei ist.



**JETZT
INSERIEREN**



Operation. Da wird nach der Logik behandelt: Symptom – Ursache – Behandlung – Wirkung. Beim Handauflegen geht es weniger um «heilen» als vielmehr um «heil werden». Und dies bedeutet: ganz werden, seine Lebensaufgabe erkennen und anpacken (wie es z.B. C.G. Jung mit der Integration von Schatten und anderen nicht gelebten Teilen von uns meint). Ob die Wirkung auf Placebo-Effekt oder aktivieren von Selbstheilungskräften oder geistigen Kräften beruht, bleibt offen.

Untersuchungen zur Wirkung im medizinischen Bereich gibt es schon einige. Unter anderem im Zusammenhang mit «Therapeutic Touch» im Pflegebereich, Reiki und neuerdings laufen Untersuchungen an der Uni Zürich zur Wirkung von Handauflegen bei dementsprechenden Menschen und aktuell über die Wirkung bei Schmerzpatienten.

Gibt es beim Handauflegen bestimmte Energiepunkte, die berührt werden?

Nein – das ist eher in Behandlungsmethoden, die dem Magnetismus nahe stehen der Fall (Therapeutic Touch, Strömen, Bio-Touch usw...).

Die Idee hinter meinem Nein ist die Annahme, dass die Energie (oft als «göttliche Energie» bezeichnet) sowieso da ist – und diese wirkt, nicht ich. Und die weiss schon, wo sie gebraucht wird.

Wie ist es für den Handaufleger – was hat er davon?

Es ist einfach schön, den Menschen die kommen Zeit und Zuwendung zu schenken. Und dann oft erleben zu dürfen, wie sie sich verändern (Atmung, Muskeltonus, Gesichtsausdruck) und entspannen. Es kann sein, dass jemand weinend kommt und lächelnd geht.

Raubt Handauflegen dem Aufleger Energie?

Nein, da wir selber keine Energie abgeben. Ehrlich: Ich fühle mich am Abend oft vitaler als zu Beginn unseres Angebotes. Unser Prinzip ist: den Kontakt zur anwesenden Person aufbauen, ihr mit Respekt begegnen und dann den Kontakt zur «allgegenwärtigen Energie», «Geistigen Welt», «Gott» oder den «spirituellen Heilern» herstellen mit der Bitte, dass sie aktiv werden in diesem ganz konkreten Kontext.

Was war Dein eindrücklichstes und schwierigstes Erlebnis beim Handauflegen?

Da gibt es so viele und jeder Kontakt ist – selbst bei den gleichen Leuten – immer anders.

Kurzes Beispiel:

Ein 75 jähriger weltgewandter, recht angespannter Manager ist sehr besorgt über sein Prostata-Karzinom. Ich sage ihm, dass dafür die Spezialärzte zuständig seien. Ich könnte im Handauflegen anbieten. Zu meiner Überraschung nimmt der sehr kopflastige und rationale ältere Herr das Angebot an. Nachher sagt er: seine Hände und Arme seien schwer geworden und das Besondere: er sei endlich wieder einmal ruhig geworden.

Was wünschst Du Dir für 2019?

Dass Handauflegen im medizinischen und im pflegerischen Bereich als echte Ergänzung wahrgenommen wird zu all den bestehenden Angeboten.

Herzlichen Dank



**Berner
Bildungszentrum Pflege**



**Bisher brauchte ich
bei Notfällen
klare Anleitungen**

**Jetzt leite ich
selber die richtigen
Schritte ein**

**Pflege alle Perspektiven
mpa.bzpflege.ch**

**Weiterbildungen
für med. Praxisassistentinnen**
Endoskopie
Operations-Lagerungspflege
Perioperative Assistenz
Elektrokardiologie
Koronare Herzkrankheit &
Herzinsuffizienz
Berufsbildung