

von Chris McAlister

Lebe was du liebst

Shiatsu existiert, über den Daumen gepeilt, seit etwa 100 Jahren. Hier im Westen gibt es Shiatsu seit ungefähr der Hälfte dieser Zeit. Einige haben das Gefühl, dass die Dinge zu langsam vorangehen und dass Shiatsu nicht den Durchbruch in Herz und Gedanken des Durchschnittsmannes und der Durchschnittsfrau geschafft hat, den man mittlerweile erwarten würde.

Wir betrachten den enormen Gewinn, der uns auf unserem Weg zur PraktikerIn zu Teil geworden ist, wir beobachten jeden Tag die Wirkungen der Behandlungen, die wir geben, wir schwelgen in den Veränderungen, die wir bei unseren Klienten auf vielen Ebenen regelmäßig miterleben, und wir fragen uns: warum wollen das nicht mehr Leute haben? Wie kommt es, dass wir nicht gebeten werden, jeden Tag im Frühstücksfernsehen, in Radioprogrammen und Web-Podcasts auf der ganzen Welt aufzutreten, um den Menschen von dem Wunder in unseren Händen zu erzählen?

Wie kann es sein, dass Reiki dabei ist, ein allgemein bekannter Begriff zu werden? Warum ist Massage und selbst Thai-Massage alltäglicher Gesprächsstoff, nicht aber Shiatsu? Wie kommt es, dass Akupunktur regelmäßig diskutiert wird (wenn auch mit viel Skepsis), Shiatsu aber weiterhin ein Schattendasein führt?

Auf all diese Fragen gibt es gute Teilantworten, und einige von ihnen liegen völlig außerhalb unserer Einflussmöglichkeiten. Wir können die Tatsache nicht ändern, dass Akupunktur seit Tausenden von Jahren existiert und für medizinisches Personal und NaturheilkundlerInnen auf eine Weise attraktiv ist, wie Shiatsu es niemals sein wird. Wir können die Tatsache nicht ändern, dass Millionen in den Urlaub nach Thailand fahren und dort Behandlungen erhalten – eine kostengünstige Sitzung

im örtlichen Massagesalon ist eine wunderbare Möglichkeit, um Urlaubserinnerungen zurückzubringen. Dies ist ein Vorteil, den Shiatsu mit ziemlicher Sicherheit nie auch nur annähernd haben wird.

Wie kommt es, dass SchülerInnen vom Shiatsu abfallen? Sollten sie nicht in Scharen in unsere Schulen drängen, gegen die Tür hämmern und verlangen, an unserem speziellen und geheimnisvollen Wissen teilzuhaben? Nun, lasst uns das ganz schnell durchrechnen. Grundlegendes Thai-Massagetraining kann zu einem Bruchteil des Preises und in sehr kurzer Zeit durchgeführt werden. Das Gleiche gilt für Massage. Reiki kann in wenigen Monaten „gemeistert“ werden, wenn du über die finanziellen Mittel verfügst. Shiatsu dauert drei Jahre. Realistisch und zurückhaltend gesehen, dauert es drei Jahre und noch einige mehr, wenn du ein verbürgtes Shiatsu-Diplom von einer angesehenen Schule haben möchtest, – und genau so haben wir uns entschieden. Genau so wollen wir es.

Wir haben uns bemüht, in jedem Land und sogar europaweit aus unserer Sicht realistisch hohe Standards für die Shiatsuausbildung festzulegen. Man könnte sogar behaupten, dass die Standards bei weitem nicht hoch genug sind. Auf europäischer Ebene sind die Bemühungen auf einem recht guten Weg, den Beruf des Shiatsu offiziell zu etablieren. Das Ausbildungsniveau, auf das wir uns einigen müssen, wird mit ziemlicher Sicherheit höher sein als heute. Ein Grund dafür ist, dass wir, sobald wir einen richtigen Beruf etabliert haben, darauf bestehen können, dass das erforderliche Ausbildungsniveau wirklich den beruflichen Status widerspiegelt, nach dem wir uns sehnen und den wir behaupten zu verdienen. Wir werden in der Lage sein, das Sagen zu haben, und die Schulen werden voll sein von Leuten, die Schlange stehen, um ihren Platz in einem Beruf



einzunehmen, der aufrecht und groß dastehen und etwas gelten kann.

Wir sind jedoch noch nicht ganz da angekommen, daher bleibt die Diskussion interessant und fruchtbar. Was braucht es, um Shiatsu zu einem allgemein bekannten Begriff zu machen?

Die Arbeit in den nationalen und europäischen Shiatsu-Gesellschaften dauert seit mindestens dreißig Jahren an. Langsam aber sicher mehren sich die Anzeichen dafür, dass sie in absehbarer Zeit Früchte trägt. Was kann in der Zwischenzeit am anderen Ende des Spektrums getan werden – an der Basis, sozusagen?

Jede einzelne SchülerIn, PraktikerIn und LehrerIn des Shiatsu kann in dieser Hinsicht eine wertvolle Rolle spielen. Manche sind weniger interessiert als andere – das ist in Ordnung. Nicht jeder möchte, dass Shiatsu ein bekannter Begriff wird, und das ist eine durchaus vernünftige Auffassung. Viele ziehen es vor, unter dem Radar, unauffindbar und außerhalb des Rampenlichts zu bleiben. Dafür gibt es sehr gute Gründe, und dieses Thema braucht nicht diskutiert zu werden.

Aber wie sollen diejenigen unter uns vorgehen, die erleben möchten, dass Shiatsu – endlich – seinen Platz zwischen anderen Berufen einnimmt? Die Antwort mag so einfach wie undramatisch sein: Lasst uns leben, was wir lieben!

Wenn du es liebst, Shiatsu zu geben, sei Shiatsu. Wenn du gern Teil von Shiatsuausbildungsgruppen, -zusammenkünften oder -lehrveranstaltungen bist, werde auch hier Shiatsu mit deiner ganzen Person. Wenn du Shiatsu praktizierst um deinen Lebensunterhalt zu verdienen, Sorge dafür, dass es auch Teil

deines Lebensstils wird. Wenn du Shiatsu unterrichtest, Sorge dafür, dass dein Leben zu einem Lehrstück in angewandten Prinzipien von Shiatsu wird. Wenn du eine Schule leitest, stelle sicher, dass du dein Leben auf die gleiche Weise führst – ganzheitlich und gemäß der Ideen, die die Grundlage für alles bilden, was wir in unsere Unterrichts- und Kurspläne einbauen.

Zur zentralen Frage wird dann: Was ist Shiatsu?

Es gibt eine Million Antworten darauf und sobald wir sie alle berücksichtigt haben, wird eine Million neuer Versionen mutieren. Wir werden die Frage niemals erschöpfend beantworten können, da sie Änderungen und Schwankungen unterworfen ist – genau wie die ihr zugrunde liegenden Prinzipien es vorgeben: Das einzig Beständige ist der Wandel. Wir wissen dies vom ersten Tag unserer Shiatsu-Studien an, als unsere LehrerIn uns das Yin-Yang-Diagramm, das Taiji, zeigte. Der Moment, in dem der Fluss zwischen den Polaritäten zum Stillstand kommt, ist der Moment des Todes. Wir hoffen inständig, dass Shiatsu nicht stirbt und akzeptieren daher, dass wir sein wahres Wesen niemals mehr als flüchtig in Worten oder Konzepten erfassen können: Das Dao, das sich in Worten beschreiben lässt, ist nicht das wahre Dao – und wird es auch niemals sein.

Wie kann man dann diese wunderbare, sich ständig verändernde, facettenreiche Kunst definieren, die wir so sehr lieben? Wenn wir sie nicht definieren können, müssen wir uns offensichtlich gegenseitig erlauben, sie in verschiedenen Begriffen zu beschreiben und

verschiedene Merkmale einzuschließen und auszuschließen. Keine zwei Personen werden in allen Aspekten dessen übereinstimmen, was Shiatsu ist und was nicht. Um des äußeren Eindrucks willen, in den verschiedenen politischen Bereichen und im Umgang mit der „Außenwelt“ prägen wir Beschreibungen und entscheiden über Definitionen. Wir hoffen, dass sie von Organisation zu Organisation nicht zu widersprüchlich erscheinen, aber Unterschiede gibt es und wird es auch weiterhin geben. Wir müssen lernen, damit zu leben, denn das wird immer so sein. Es wird auch weiterhin so einfach sein, weil jeder Einzelne, der sich Shiatsu nähert und es erlebt, dies auf einzigartige Weise tut – jedes Mal – ein lebendiges Wunder, das wir alle tagtäglich feiern.

Zurück zur Hauptfrage, mit der wir uns hier beschäftigen: Wie können wir Shiatsu leben, wenn wir uns nicht auf eine Sprache einigen können ...? Es ist nicht einfach endgültig zu diskutieren. Wir haben alle unsere Grundsätze und dabei ist Freiheit etwas, auf dem wir zu Recht bestehen.

Wenn wir Shiatsu erlernen, lassen wir es in unsere Haut, unsere Bewegungen und schließlich in unser Bewusstsein eindringen. Wenn wir Shiatsu praktizieren, wird es allmählich zum Teil unserer Sichtweise auf die Welt. Je mehr wir mit Shiatsu leben, desto mehr ver-

ändert Shiatsu unser Handeln im Alltag: wenn wir die Prinzipien und Techniken von Shiatsu anwenden und lehren, gestatten wir ihnen, die Wahlen und Entscheidungen zu bestimmen, die wir treffen.

Je mehr Zeit wir mit Shiatsu zubringen, desto mehr werden wir zu Shiatsu.

Dies ist sicherlich der einzige Weg, wie Shiatsu ein Teil des Alltags wird.

Lasst uns Shiatsu mehr und mehr leben und Shiatsu geduldig erlauben, in die Bewegungen, die Gedanken und das Bewusstsein unserer Mitmenschen einzusickern. Das mag vielleicht nicht schnell geschehen. Vielleicht wird es wie ein Gletscher vorangleiten - fast unmerklich. Aber die Bewegung wird so lange weitergehen wie wir es tun.

Chris McAlister
lehrt Shiatsu, Akupunktur, Taiji und Qigong in Schweden, Italien, Israel und den USA. Er ist Präsident des Europäischen Shiatsu Verbandes ESF.

