

von Christine Reinert-Bohne

## *Shiatsu und Klang*

### *in Resonanz mit Menschen mit Behinderungen*

#### **Wenn Frau S. in meinem Terminkalender steht, warte ich nicht auf die Türklingel.**

Zur vereinbarten Zeit öffne ich die Tür und Sorge dafür, dass die drei Stufen zu meiner Praxis kein unüberwindliches Hindernis für sie darstellen. Genau im richtigen Moment die Hand reichen, vom elektrischen Rollstuhl, den sie wegen der Spastik in den Beinen zur Fortbewegung braucht, zum Treppengeländer führen, loslassen, wenn sie selber zugegriffen hat, den Rollator bereitstellen, den ich, durch sie inspiriert, angeschafft habe. Es ist eine eingespielte Choreographie. Sie leitet mich an, zu tun, was nötig ist, genau das, was sie braucht, was zu ihr passt; beim Jacke ablegen, Schuhe ausziehen, Lagern für eine bequeme Sitzposition mit hochgelegten Beinen. Die ist ihr zur Zeit angenehm für die Behandlung mit einer Kombination aus Shiatsu und Klangtherapie mit Stimmgabeln. Das Hinlegen und Aufstehen vom Futon war für sie sehr anstrengend. Manchmal liegt sie auch auf der Liege.

Ich spreche mich mit ihr ab, dazu habe ich in der Pandemie eine Maske mit Sichtfenster gekauft. Frau S. trägt eine FFP2-Maske. Sie muss meine Lippen lesen können, sonst kann sie mich auf Grund ihrer Hörbehinderung nicht verstehen. Ihr Anliegen ist ein entspanntes Körpergefühl zu erleben; dass die Spastik mal nicht so stark im Vordergrund steht, sie den Kopf auch mal anlehnen kann, das Zwerchfell sich entspannt und ihr eine tiefere Atmung ermöglicht. In der Behandlung muss sie mal nichts tun, nichts trainieren, wie in der für sie sehr wichtigen Physiotherapie. Sie darf einfach sein. Wertvoll ist für sie auch, dass sie als ganzer Mensch im Fokus steht, ihre aktuelle Lebenssituation und Befindlichkeit, alles findet Raum in der Behandlung und in unserem Vor- und Nachgespräch. Wie wird es sein mit dem Umzug in die barrierefreie Wohngemeinschaft? Alleine möchte sie als geselliger Mensch nicht mehr leben, nachdem

ihr kranker Freund nach vielen gemeinsamen Jahren zu seinen Eltern gezogen ist. Wie geht sie damit um, dass der Vater nicht so gut nachvollziehen kann, dass sie älter wird und nicht mehr alles mit Physiotherapie erreicht werden kann, wie in jüngeren Jahren?

Wir arbeiten schon viele Jahre zusammen und haben auch erprobt, was ihr gut tut. Mit ebenso viel Ernsthaftigkeit wie Klugheit und Humor hat mir Frau S. vieles beigebracht über die Resonanz, die in der Behandlung wirkt.

Manchmal schienen Shiatsu-Berührungen einfach nicht zu helfen und eher zur Verstärkung der Spastik zu führen, besonders in ihrem stark betroffenen linken Arm. Einige Überlegungen brachten mich zur Kombination von Shiatsu und Klangtherapie, die sich als sehr hilfreich erwiesen hat: Im Multidimensionalen Shiatsu nach Pauline Sasaki arbeite ich im energetischen Feld, in dem es unterschiedlich dichte Frequenzbereiche gibt. Die Resonanz kann mit On- und Offbody-Techniken erreicht werden. Frequenzen schwingen auch beim Anschlagen von Stimmgabeln im Feld und erreichen den Bereich, der empfänglich ist. In der Klangbehandlung nach Peter Goldmann lernt man sich konsequent auf das gesamte energetische Feld zu beziehen, dass in jedem Moment neu ist. Nach jedem Schritt wird es geklärt und verankert. Jeder Impuls ist neu.

#### **Wie haben sich unsere Begegnungen dadurch verändert?**

Shiatsu und Klang gehen Hand in Hand, ich lasse mich von der Resonanz führen. Die Berührung beginnt über das Mindset im energetischen Feld, die Aluminium-Stimmgabeln ,C' und ,G' helfen, in streichenden Bewegungen geführt, das energetische Feld zu klären. Nach und nach wird der Klang klarer. Stahlgabeln in der Stimmung der C-Dur-Tonleiter im Feld gehalten oder an hilfreichen Zugangspunkten aufgesetzt – zum



Teil Akupressurpunkte – unterstützen die Aufnahme der Frequenzen. Wir können beide die Entspannung spüren und beobachten, wie der linke Arm sich streckt, die Spastik in den Beinen sich etwas löst, so dass Raum zwischen den Knien entsteht. Sie atmet auf. Der Ausgleich der Polarität ist wichtig, wenn ich die ‚C‘ und ‚G‘- Gabeln in meinen beiden Händen an Hüfte und Füße halte. Wenn ‚C‘ an der Hüfte platziert ist und ‚G‘ an den Füßen, entspannt sie sich besser, als umgekehrt. Ich beobachte, frage nach, lasse mich von ihr beschreiben, wie sie das empfindet. Dann gehe ich in die Berührung, behandle z.B. sanft BL 57, da sie zu Wadenkrämpfen neigt. Jetzt kann Frau S. in der Entspannung bleiben und von der Shiatsu-Berührung profitieren.

Der linke Arm liegt genauso entspannt wie der rechte und das Einsinken mit Daumen und Fingerkuppen erreicht eine tiefe Entspannung ohne die Spastik auszulösen. Sie schließt die Augen und ich lege ihr ein halbrundes Nackenkissen bereit und unterstütze den Nacken mit einer leichten Dehnung, damit er sich ablegen kann. Meine Hände halten die Querfaszien im Bereich von Zungengrund und Schlüsselbein um die Entspannung zu vertiefen und halte dann im Bereich des Zwerchfells, damit es sich lösen kann. Sie atmet auf.

Ich beende die Behandlung mit dem Klären des Energiefeldes mit Stimmgabeln. Der Klang ist jetzt klar und lang anhaltend. Dann lege ich die Hände auf ihre Füße, verbinde sie wieder mit der Empfindung ihres Körpers im Hier und Jetzt.

Nach einer Zeit des Nachruhens gehe ich wieder zu ihr. Wir besprechen wie es ihr geht, sie konnte sich gut entspannen, während ich ja viel zu tun gehabt habe, meint sie gut gelaunt. Erstaunt freuen wir uns immer wieder darüber, dass ihr besonders verkrampter linker Arm dauerhaft entspannter und ausgestreckter ist, seit wir 2009 mit den Behandlungen angefangen haben.



Beim Schuhe zubinden erinnert sie mich daran, dass ich nur eine einfache Schleife machen darf, die sie abends alleine öffnen kann, sonst müsste ich abends zum Schuhe ausziehen kommen, scherzt sie. Aber dahinter steckt die Tatsache, das alles so sein muss, dass sie möglichst selbständig zurecht kommt. Und dazu muss sie alle in ihrer Umgebung anleiten. Anschließend begleite ich sie zur Toilette. Durch die Entspannung ist das Wasserlassen leichter. Ich schließe die Tür und warte bis sie mich wieder ruft. Jacke an, Tasche nicht vergessen und mit Hilfestellung wieder zum E-Rolli begleiten, unsere eingeübten Handgriffe und Absprachen.

Beim Abschied freuen wir uns immer schon auf unsere nächste Begegnung, die nicht selbstverständlich ist, denn aufgrund ihrer finanziellen Situation ohne berufliches Einkommen ist sie darauf angewiesen, dass ihr ihre Freundin Gutscheine für diese Behandlungen schenkt. „Schade“, meint sie, „dass solche Behandlungen nicht auch von der Krankenkasse bezahlt werden, sie helfen viel besser zu entspannen“.

Die Patientin schreibt:

Ich bin seit der Geburt spastisch gehbehindert. Ich bin 51 Jahren alt und komme seit über 10 Jahren sporadisch zu Ihnen zur Entspannung. Bevor ich zu Ihnen komme – insbesondere im Winter – ist meine Muskulatur ziemlich fest. Wenn ich mich entspanne und die Vibration der Gabeln höre und spüre, lasse ich mich los. Die Muskeln werden locker. Die Arme und Beine strecken sich. Ich kann danach besser auf die Toilette gehen. Mein Blutdruck geht runter. Die Therapie hält genauso wie die Wassergymnastik 2 Tage an.

Christine Reinert-Bohne ist Heilpädagogin und Heilpraktikerin. Nach ihrem Shiatsu-Diplom am Europäischen Shiatsu Institut hat sie Multidimensionales Shiatsu nach Pauline Sasaki bei Brigitte Ladwig, Gabriella Poli, Nicola Ley und Eva-Maria Schulte gelernt, sowie Empty-Touch bei Helmut Bräuer und Faszienarbeit bei Gabriella Poli. Klangtherapie lernte sie bei Brigitte Ladwig und Peter Goldmann, Center of New Directions, Tunbridge Wells, Spiritueller Lehrer und Heiler, Osteopath, Psycho- und Körpertherapeut, Klangtherapeut



© Ulrike Haffke