

# Energetische Disharmonie im Wasser- und Feuer-Element, mögliche gesundheitliche Beschwerden und deren Behandlung mit Shiatsu

*Darius Zorriasatayni*

Die Elemente Wasser und Feuer stehen, auch bei der Arbeit mit Shiatsu, stark miteinander in Verbindung und beeinflussen sich gegenseitig. Eine starke Tonisierung des Herz- und Perikard-Meridians wird unter Umständen die Wasser-Energie schwächen, und umgekehrt braucht es eine ausgeglichene Kraft des Wasser-Elements, um das Yang des Feuers in Harmonie zu halten.

Ich möchte hier einige konkrete gesundheitliche Beschwerden ansprechen, die insbesondere das Wasser- und Feuer-Element betreffen und mit Shiatsu gut behandelt werden können.

Die Angst ist die Emotion, die das Wasser-Element besonders schädigt, vor allem die Nieren-Energie, die bei starker und länger anhaltender Angst energetisch entleert wird. In Zeiten akuter Angstzustände können sich Panikattacken und Schwindelgefühle entwickeln. Meiner Erfahrung nach ist hierbei neben der Nieren- auch die Herzenergie betroffen (Wasser-Feuer-Achse), welche ein starkes energetisches Ungleichgewicht zeigen. Shiatsu-Techniken, welche die Willenskraft, den Antrieb und die Erdverbundenheit stärken – durch Tonisieren des Nieren-Meridians – werden hier angewandt, aber auch Techniken, die zur Beruhigung des Geistes beitragen (Arbeit am Herz-, Dünndarm- und Perikard-Meridian). Es braucht oft nur wenige tonisierende Behandlungen, um Menschen, die an Panikattacken leiden, wieder in einen weitgehend stabilen Zustand zu bringen.

## »Die Nieren öffnen sich zu den Ohren hin.«

Die Ursache von Schwindel ist ein gestörter Gleichgewichtssinn im Ohr und führt beim Menschen zu einer Desorientierung und geht mit fehlender Erdverbundenheit einher. Eine Tonisierung der Kyo-Stellen am Nieren- und Harnblasen-Meridian, hier insbesondere auch die Aktivierung des Punktes Ni 1

(stärkster Erdungspunkt) zwischen dem Groß- und Kleinzehenballen am Fuß, sind sehr effektiv und können Schwindelgefühle relativ rasch auflösen.

Die Niere regiert das Wasser im Menschen und steuert wie ein »Tor« die Flüssigkeitsausscheidung durch Öffnen und Schließen des Harnleiters. Ein schwaches Nieren-Qi kann die schließende Funktion nicht optimal gewährleisten und zu einer Harninkontinenz oder vermehrtem Harndrang führen. Häufigeres Wasserlassen, z.B. in der Nacht, kann die Folge sein. Shiatsu kann durch einen energetischen Ausgleich des Wasser-Elements – durch Tonisierung der Kyo-Stellen und -Punkte am Blasen- und Nierenmeridian – und anderen Elementen, die mit dem Wasser in Verbindung stehen, die Funktion der Nieren-Energie und das Halten des Harns bzw. den Harndrang deutlich verbessern.

Wenn das Wasser-Element im Menschen energetisch stärker unausgeglichen ist, können sich gleichzeitig auch mehrere typische »Wasser-Symptome« zeigen. Diese zeigen sich i.d.R. entlang des Blasen- und Nierenmeridians. Das können z.B. Schmerzen im Becken- und/oder Kreuzbein-Bereich sein oder Störungen an den Fußfesseln. Ausschlaggebend dabei ist das jeweilige Gesamt-Disharmoniemuster wie es sich gerade zeigt.

Die Shiatsu-Arbeit am Herz- und Perikard-Meridian an der Brust, den Armen und Schultern verfolgt immer auch das Ziel den freien Fluss der Herzenergie vom Thorax durch die Schultern in die Arme zu unterstützen. Sie kann Gefühle von Beklemmung und Druck im Herz- aber auch Halsbereich (wichtiger Punkt: KG17, Perikard-Verlauf vom Brustbein zum Hals) auflösen. Sie verändert auch positiv den Qi-Fluss zwischen Armen, Handgelenken und Händen und kann verfestigte physische Strukturen wieder durchgängig machen (z.B. Metakarpaltunnel-Syndrom).

Auch Beweglichkeitseinschränkungen des Mittelfingers oder Störungen im Bereich der Handfläche können durch die Arbeit entlang des Perikard-Meridian-Verlaufs verbessert oder gelöst werden.

Gewebeverhärtungen und Starre am Brustbein und zwischen den Schulterblättern (interscapulär) am Oberen Rücken sowie Auffälligkeiten im Bereich der Handgelenke und Hände geben diagnostische Hinweise auf eine Disharmonie im Feuer-Element. Hände und Handgelenke können zum Beispiel kalt, verschlossen, feucht, weich oder hart und angespannt sein. Qi und Blut können im Brustkorb stagnieren und dort zu Schmerzen führen (Angina pectoris), wenn das Herz-Qi geschwächt ist und sich das Blut nicht mehr entsprechend in den Blutgefäßen zu bewegen vermag.

Herz- und Perikard-Energien sind für den Herzschlag, Puls, Blutdruck und die Durchblutung der verschiedenen Körperbereiche und Peripherien (Hände und Füße) zuständig. Energetische Disharmonien können sich z.B. in Puls- und Blutdruck-Anomalien, Herzrasen und anderen Herzschlag-Auffälligkeiten sowie Blässe im Gesicht zeigen bzw. sich durch einen energetischen Ausgleich mit Shiatsu wieder normalisieren.

Durch die Arbeit an den Feuer-Meridianen kann sich stärker die dem Feuer-Element vorgelagerte Holzenergie entfalten (ernährende Zyklus), was sich z.B. in stärkerer innerer Ruhe, mehr Gelassenheit und einem größeren Verständnis gegenüber Mitmenschen auswirkt. Wenn stagniertes Leber- und Gallenblasen-Qi in Bewegung kommt, lassen sich auch sämtliche Symptome leichter auflösen, die mit dem Holz in Verbindung stehen (z.B. Ischias-Schmerzen, depressive Verstimmungen, muskuläre Spannungszustände u.v.a.m.).

### »Das Herz öffnet sich zur Zunge hin!«

Da die Zunge in einer besonderen Beziehung zum Herzen steht, weisen alle Eigenheiten in der Sprache auf eine energetische Disharmonie des Herzens hin. Das kann sich sowohl in einer langsamen, unklaren Sprache, als auch in einem starken, nicht enden wollenden Redefluss zeigen.

Ein ausgeglichenes Feuer-Element wird sich bei einem Menschen also in einer ruhigen und klaren Sprache sowie in einer gesunden Gesichtsfarbe zeigen. Eine stille Freude und Harmonie und ein guter Schlaf werden sein Leben mitbestimmen.

### Über den Autor:

Mag. Darius Zorriasatayni, Dipl. Shiatsu-Praktiker mit 30jähriger therapeutischer Erfahrung, arbeitet in eigener Shiatsu-Praxis in Wien, langjähriger Lehrbeauftragter am Universitätssportinstitut in Wien für Shiatsu, Lehrer und Autor zahlreicher Artikel zu Gesundheitsthemen.

Kontakt: [behandlung@shiatsu-koerperarbeit.com](mailto:behandlung@shiatsu-koerperarbeit.com)

### Literatur:

Beresford-Cooke, Carola (2003): *Shiatsu. Grundlagen und Praxis*. München

Eckert, Achim (2004): *Das heilende Tao. Die Lehre der fünf Elemente*. München.

Hempfen, Carl-Hermann (2016): *dtv-Atlas Akupunktur*. München.

Jarmey, Chris (1998): *Shiatsu. Deutschsprachige Ausgabe*. München.

Rappenecker, Wilfried (2007): *Fünf Elemente und Zwölf Meridiane*. Hamburg.

Zorriasatayni, Darius (2019): *Behandlung mit Meridian-Shiatsu. Symptome und deren Auflösung durch den Ausgleich energetischer Disharmonien*. In: *In Bewegung* 03/2019, S. 10-15.