

# DA-SEIN ABER NICHTS-TUN

Bericht von  
Susanne Eichhammer

Wenn ich ein Wort für die Reise nach Japan finden müsste, wäre es „Staunen“. Das, was ich dort erlebte und sah, ließ mich immer wieder staunen. Staunen hat etwas Kindliches, du bist offen und neugierig und denkst nicht, dass du die Welt schon kennen würdest.

Akinobu Kishi hatte in seinen Sei-Ki-Kursen immer wieder gesagt, dass unsere Hände so groß wie „Micky-Maus-Hände“ sein sollten, dass sie so groß „wie die ganze Welt“, ja, wie das Universum“ sein sollten. In den Kursen mit ihm damals klappte das

so lala, aber in Japan, mit Kyoko Kishi, erlebte ich es plötzlich wie einen Moment von „Erleuchtung“. Kyoko beschrieb es als „hand and no hand“ („Hand-und-nicht-Hand“). Auch das ein Begriff für etwas, das ich bis dahin nicht konstant zu fassen vermochte. Es fühlte sich wie etwas an, das du vielleicht in einem Bruchteil einer Sekunde begreifst und das dir dann aber sofort wieder entgleitet, wenn du es ganz fassen möchtest.

In Japan, als wir zusammen Seiki übten, erlebte ich das „Hand-und-nicht-Hand“ plötzlich ganz real. Es war ein besonderer Moment für mich und ich konnte dieses Gefühl, dieses Erleben sozusagen konservieren, so wie du im Sommer Früchte einkochst, damit du im Winter die Marmelade essen kannst. Es geht natürlich mal besser, mal schlechter, wie alles im Leben, aber grundsätzlich kann ich jetzt dorthin gehen wie zu einem wertvollen Schatz.

Den Shintoismus kannte ich vor der Reise nach Japan überhaupt nicht, beziehungsweise wurde mir dort klar, dass das, was ich schon lange in meinem Leben in der Natur praktiziere, Shintoismus genannt wird. Es ist eine Religion, die Göttinnen und Götter in der Natur „findet“ und verehrt. Ein Baum, ein großer Fels, ein Bach, eine Quelle, das Meer: All' das kann göttlich beseelt sein und angebetet werden. Es kann mir in meinem Leben und mit meinen Sorgen und Nöten, Krankheiten und Problemen helfen. An solchen besonderen Orten in der Natur werden Shinto-Schreine errichtet und Gottesdienste abgehalten.

Der Shintoismus war für Akinobu Kishi eine Quelle, aus der er sein Leben lang schöpfte, die Basis seiner Arbeit. Kyoko, seine Frau, zeigt uns diese Quellen und damit ganz wichtige Pfeiler der japanischen Kultur. In Japan ist der Shintoismus und der Buddhismus weitverbreitet. Shintoistische Schreine stehen neben buddhistischen Tempeln und manchmal findet sich sogar in einem buddhistischen Tempel ein kleiner shintoistischer Schrein. Je nachdem, was ich gerade möchte, kann ich ein buddhistisches oder ein shintoistisches Ritual oder eine Feier machen. Du bist nicht festgelegt. Diese Freiheit finde ich schön!

Um 5 Uhr morgens gehen wir zum Motoise Naigu Schrein. Wir führen dort eine shintoistische Gebetspraxis durch: OHYAKUDO: O= Ehrerbietig, hyaku= 100 und do= mal. Wir gehen an 3 aufeinanderfolgenden Tagen 100 Mal eine bestimmte Strecke zum Schrein. Jedes Mal verbeugen wir uns dort und klatschen in die Hände, um „Kami“, den Gott, die Gottheiten zu rufen. Es geht hier nicht um Wünsche, sondern darum, in den „Spiegel“ zu



Alle Bilder ©Susanne Eichhammer

schauen. Ich sehe mich selbst. Ich bin hier und so jetzt. So bin ich.

– *Bitte beschütze mich so, wie ich jetzt hier bin.* –

Während des Gehens ist jede:r für sich, aber drumherum sind alle anderen 29 Menschen der Gruppe. Wir rezitieren unaufhörlich die 1. Strophe des „Amatsu Norito“-Gebets, jede:r in ihrem:seinem Rhythmus. Das soll uns Kraft geben und uns zu einem leeren Geist verhelfen. Stattdessen nervt es mich erst einmal, die anderen Stimmen mal lauter, mal leiser neben mir zu hören. Ich verstehe die Bedeutung der japanischen Worte nicht. Erst später erfahren wir, dass es lediglich die japanischen Worte für die Zahlen von 1 bis 10 sind.

Ich hatte mir die „100 Mal“ leichter vorgestellt. Es sind circa 20 Stufen auf dem Weg, loser Kies, gesamt etwa 50 Meter, zudem wird es schnell heiß und schwül, 32 Grad. Mit Strichlisten, Steinen und anderen Zähltechniken haben wir unsere Runden gezählt. Ab 50 habe ich gedacht, dass ich das nicht schaffe. Es wurde zäh und sehr anstrengend. Ich spürte Schmerzen im Bein.

Unsere Lehrerin, Kyoko  
Sie stand zum Schluss des  
mit einem breiten Stoffhut  
Art kleinem „Ofen“ aus

Kishi unterstützte uns.  
Tages am Weg, ausgestattet  
mit Moskitonetz und einer  
Blech am Gürtel um ihre



Hüfte hängend, aus dem vertreibend) stiegen. Sie und Salzbonbons, denn wir Mit einem Kollegen aus ganzen Gruppe. Auch das schaffen. Zum Glück war ich nicht ganz allein, aber das Wissen, dass die anderen alle schon fertig waren, lastete irgendwie auf mir. Das ist die Kunst: Bei sich zu bleiben! Das war es auch, was Kyoko uns zu Beginn mit auf den Weg gegeben hatte und das ich erst jetzt verstand. Am Schluss, bei den letzten 10 Mal, ergriff mich plötzlich eine Gefühlswelle. Ich spürte eine große Dankbarkeit und tiefe Freude, aber auch Erschöpfung und emotionalen Schmerz. Er kam aus der Tiefe und ich konnte ihn nicht fassen. Ich weinte einfach hemmungslos und ließ „alles“ heraus. Was es genau war, konnte und kann ich immer noch nicht benennen, aber ich ließ es geschehen und das tat gut. Der Schrein ist so ein friedlicher Ort. Ich war sehr glücklich, es geschafft zu haben.

Rauchschwaden (Mücken rezitierte mit, gab uns Tee schwitzten enorm.

Berlin war ich die Letzte der machte mir psychisch zu

Am dritten Tag, nach dem Ende des Gehens, laufen wir zum Fluss, wo uns Kyoko erwartet. Es ist ein wunderschöner Ort mit einer besonderen Energie. Hohe Felswände säumen einen kleinen Fluss mit klarem Wasser und hinter einem riesigen Felsen soll sich eine Göttin versteckt haben. Kyoko steht auf einem erhöhten Felsen und leitet uns an. „No swimming!“, ruft sie immer wieder, besonders zu mir, die ich immer tiefer hineinsteige. Wir gehen mit unseren weißen Kleidern ins Wasser und schöpfen mit Plastikgefäßen Wasser über unsere Köpfe. Dabei rezitieren wir noch einmal die Worte und bitten die Götter unser „Geschenk“ (das Gehen) und uns, so, wie wir jetzt hier stehen, anzunehmen. Es ist ein sehr schöner und tiefer Moment.

Das buddhistische Shigisan-Kloster in der Nähe von Nara ist 1.400 Jahre alt. Wir bleiben 2 Nächte dort und nehmen an der morgendlichen Feuer-Zeremonie teil. Das Kloster ist dem esoterischen Buddhismus zugeordnet.

Die Feuer-Zeremonie findet am sehr frühen Morgen statt und besitzt schamanische Elemente. Das Feuer, das in einer festgelegten Art und Weise entzündet und geschürt wird, wird mit Reis und Butter „gefüttert“, denn es wird als „Wesen“ behandelt, das Hunger und Durst hat. Der kleine Raum, die vielen Menschen dicht gedrängt am Boden kauend, die Gesänge, das Trommeln, der Rauch ... all das lässt mich irgendwann in eine Art Trance kommen. Gedanken, Bilder, Gefühle, ich am Sterbebett meiner Mutter, ein heftiger Treppensturz, bei dem ich ein Nahtoderlebnis habe, dann das Wissen um die Nichtigkeit und die Auflösung des Egos. Nichts ist wichtig, alles fließt und kann nicht festgehalten werden. Ich bin so erfüllt, dass ich weine. Tränen steigen aus der Tiefe und fühlen sich reinigend an.

Später erklärt der Priester, dass diese Zeremonie von Egoismus und Anhaftung und von bösen Gedanken reinigen soll.

Es war eine spirituelle Reise, eine Reise zu den besonderen Orten von Akinobu und Kyoko Kishi, eine Reise auch wieder zu mir selbst. Eine Reise zu den Wurzeln von Shiatsu? In Kyoto habe ich immer wieder Werbetafeln für Körpertherapien gesehen. Es war immer von „Massage“ die Rede, nie von „Shiatsu“.



©Svenja Eichhammer

Susanne Eichhammer  
aus München, praktiziert  
Shiatsu in eigener Praxis  
seit 2010.

Sie ist Dozentin für  
Shiatsu und Qigong.

[www.susanne-eichhammer.de](http://www.susanne-eichhammer.de)