

Die Evolution der Shiatsu-Berührung

von
Cliff Andrews

Ich lag - es sind inzwischen fünfzehn Jahre her - auf einem Futon in einem Zimmer in Grimstone Manor in Devon und bekam von meiner Lehrerin Pauline Sasaki Shiatsu. Ich verstand nicht, was mit mir geschah. Ich konnte den tiefen, fokussierten Druck ihrer Daumen spüren, aber da war noch etwas, etwas Unerwartetes. Ich erlebte Veränderungen auf anderen Ebenen, erlebte ein Gefühl der Bewegung im Raum innerhalb und außerhalb meines Körpers.

Ich war mit der Zwei-Hand-Technik nach Masunaga vertraut, durch die man lokal und zwischen der arbeitenden Hand und der Mutterhand Veränderungen spüren konnte. Aber das, was ich jetzt erlebte, war etwas ganz anderes. Mir war nicht klar, wie der Druck ihrer Daumen all diese ungewöhnlichen Empfindungen hervorrufen konnte. Ich begriff, dass Pauline die Shiatsu-Berührung transformiert hatte und ich noch viel würde lernen müssen.

Während einer Reihe jährlicher Workshops in Lam Rim in Wales in den achtziger Jahren systematisierte und lehrte Pauline sehr erfolgreich die Masunaga „Zen Shiatsu“-Methode. Diese Workshops haben alle Teilnehmer stark beeinflusst und fast jeder wurde Lehrer oder Schulleiter in Großbritannien.

Nachdem ich nach meiner Lehre in den USA 1986 nach Europa zurückgekehrt war, haben Pauline und ich uns mindestens zweimal im Jahr getroffen, um zusammen Workshops in Europa und den USA zu geben. Die Funken sprühten nur so, als wir uns bemühten, unsere gemeinsamen Erfahrungen in eine verständliche und didaktische Form zu bringen. In den letzten Jahren habe ich daran gearbeitet, diese Durchbrüche, die wir damals erlebten, in eine Art von Ordnung zu bringen. Ich stellte mir vor, dass es möglich sein müsse, sie in einen historischen Rahmen zu stellen, in eine logische Entwicklung der Shiatsu-Theorie und -Technik, kurz, in eine Evolution der Shiatsu-Berührung.

Die physische Berührung

Die grundlegende Art, Berührung im Shiatsu zu erfahren, ist die auf der physischen Ebene. Indem wir uns auf die Empfindung unter unserer Hand konzentrieren, können wir uns in Haut, Muskeln und Knochen einstimmen sowie auf die Energiemenge an dieser bestimmten Stelle. Wir können Techniken anwenden, die uns eine Rückmeldung von der lokalen Stelle geben, an der wir gerade arbeiten.

Das ursprüngliche Namikoshi-System (Toru Namikoshi „The Complete book of Shiatsu Therapy, 1981) basiert auf der westlichen Anatomie und Physiologie. Aus historischen und politischen Gründen wird das Meridian-System nicht als Teil dieses Systems angesehen. Es werden vorwiegend Ein-Hand-Techniken angewendet, während die andere Hand dazu benutzt wird, dass sich der Geber auf dem Boden abstützt. Shizuto Masunaga lehrte zehn Jahre lang an Namikoshis Schule, und sein Studium der TCM und seine Untersuchungen des Ki, verbunden mit seinen umfassenden klinischen Erfahrungen mit Shiatsu, führten dazu, dass er Shiatsu revolutionierte.



Masunagas Revolution

Shizuto Masunaga (Zen Shiatsu, 1977) ist der wohl einflussreichste Shiatsu-Meister auf der Welt. Masunaga machte eine Erfindung, die die Vorlage für die ganze nachfolgende Entwicklung im Shiatsu ist, nämlich, „wie wir durch die Ausrichtung unserer eigenen Energie die Energie des Empfängers mitbekommen können“.

Das Zwei-Punkte-Druck-Experiment (Zen Shiatsu 1977, S. 49) erlaubt uns, Shiatsu als etwas zu erleben, das mehr als nur ein lokales physisches Empfinden ist. Plötzlich fühlen wir nicht nur die physische Anatomie, die Knochen und Muskeln oder die Menge der Energie an einer bestimmten Stelle, sondern, indem wir uns entspannen und unseren Fokus in das eigene Hara bringen, ändert sich unsere Wahrnehmung - wir fühlen die Verbindung zwischen unseren beiden Händen und können so den Verlauf der Meridiane erfahren.

Das Gefühl der Verbindung oder der Bewegung der Energie zwischen den Händen in der Masunaga-Technik wird zur dominanten Erfahrung, das Fühlen der Energie an einer bestimmten Stelle bekommt eine sekundäre Bedeutung. Die Technik, mit zwei Händen zu arbeiten, das System von Kyo und Jitsu sowie die Möglichkeit zu tonisieren und sedieren, brachte Yin und Yang sowie Ki wieder sicher zurück zum Kern der Shiatsu-Erfahrung.

Das Kyo Jitsu Paradox

Du berührst Blase im Hara. Die Zone ist Jitsu, Dickdarm fühlt sich am leersten an. Herz und Dünndarm sind die Meridiane, die am zweit-leersten sind. Du hältst die Blasenzone und überprüfst zwei oder drei Kyo-Zonen. Der Herzmeridian reagiert zusammen mit dem Blasenmeridian - Du fühlst, wie das Blasen-Jitsu „aufleuchtet“ und sich dann auflöst. Die Diagnose lautet also Blase Jitsu und Herz Kyo.

Dies ist die Grundtechnik nach Masunaga. Aber hast Du Dir schon einmal die Frage gestellt, warum wir diese Methode benutzen, um das Kyo auszuwählen? Warum ist das reagierende Kyo nicht immer der leerste Meridian? Dies ist das Kyo Jitsu Paradox. Die Lösung dieses Paradoxons führt uns zu mehr Wissen über die Natur des Ki, sie ist das Tor zu anderen Dimensionen.

Sicher, wenn Tonisieren bedeutet, die Energie aufzufüllen und Sedieren, sie zu mindern, und es unser Ziel ist, die Energie des Empfängers wieder in die Balance zu bringen, würden wir immer die größte Veränderung von den „vollsten“ und „leersten“ Meridianen bekommen? Wenn der reagierende Kyo-Meridian auf der physischen Ebene nicht der leerste Meridian ist, dann muss es eine andere nicht-physische Qualität des Kyo-Meridians geben, der ihn mit dem Jitsu „reagieren“ lässt. Wenn wir uns auf die nicht-physischen Aspekte des Ki konzentrieren, führt uns das aus dem physischen Körper heraus und hinein in das ätherische Feld.

Kishis Lösung

Shinmei Kishi sitzt bewegungslos an seinem Platz, er zentriert sich, man kann sehen, wie er seine Energie sammelt. Er faltet seine Hände vor der Brust und fährt dann mit ihnen schwungvoll über den Körper des Empfängers. Er wird zu einem Punkt hingezogen, nimmt Kontakt mit dem Körper auf und zieht, mit einer scharfen Ausatmung, seine Hände wieder zurück. Die Behandlung ist beendet. Ein spannendes, unvergessliches Erlebnis. Aber was ist da passiert? Warum arbeitet er auf diese Weise?

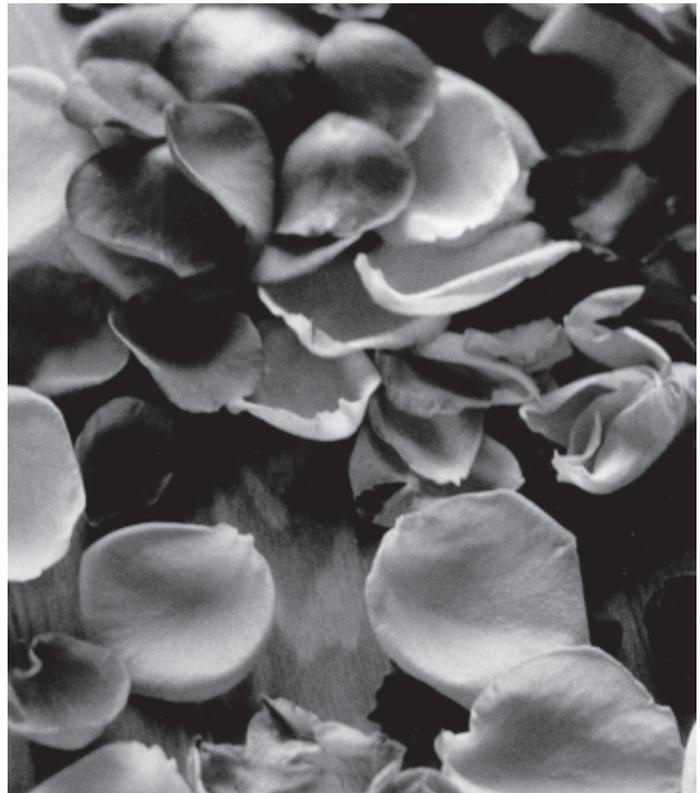
Kishi war Masunagas erster „Schüler“. Er war derjenige, den Masunaga ausgesucht hatte, seine Arbeit im Shiatsu fortzusetzen. Warum also hat er die Shiatsu-Form aufgegeben? Kishi hat das Kyo Jitsu Paradox gelöst, indem er den Fokus veränderte. Er entfernte sich von dem physischen Körper und der Dualität von Kyo und Jitsu, indem er das ganze Energiefeld behandelte. Er bewegte sich ins ätherische Feld hinein, weil hier die Antwort zum Kyo Jitsu Paradox liegt.

Pauline Sasaki und die Quantum Shiatsu(tm) Revolution

Die neunziger Jahren waren eine Zeit der atemberaubenden Veränderungen in der Entwicklung von Shiatsu. Die Grenzen des Masunaga-Systems wurden verschoben, Shiatsu so transformiert, dass ein Zugang zu einem erweiterten energetischen Feld möglich wurde.

In den siebziger und achtziger Jahren war Pauline Sasaki die wohl führende Zen Shiatsu Lehrerin der Welt. Sie hatte das Buch Zen Shiatsu übersetzt und ausgiebig bei Masunaga in den USA und Japan studiert. Sie wurde wegen ihres systematischen und tiefgehenden Verständnisses seiner Arbeit in ganz Europa berühmt. Aber während dieser Zeit ihrer Praxis stieß sie an die Grenzen seines Systems. „Ich begann, Dinge in meinem Shiatsu zu erfahren, die mir niemand erklären und bei denen mir niemand helfen konnte“, erinnert sich Pauline, „zu der Zeit fand ich Kishi und ging bei ihm in die Lehre.“

Paulines Auftrag war es, Kishis hohe Energie-Wahrnehmung wieder in die Shiatsu-Technik zu integrieren. Um das zu erreichen,



musste sie die Art, wie Shiatsu-Techniken ausgeführt werden, wieder neu erfinden, und das Ergebnis ist, dass sie einen neuen Shiatsu-Stil entwickelt hat. Die Herausforderung des Quantum Shiatsu(tm) liegt darin, die Verbindung mit der Information im ätherischen Feld oder den nicht-physischen Aspekten des Ki aufrechtzuerhalten, während gleichzeitig das Körpergewicht benutzt wird, um die Shiatsu-Techniken anzuwenden.

In einer ähnlichen Weise, wie Masunaga das Shiatsu durch den Gebrauch des Hara transformiert hatte, um die Verbindungen im Körper zu fühlen, hat Pauline das System weiterentwickelt, indem sie die Wirbelsäule oder den mikrokosmischen Kreislauf des Konzeptions- und Lenkergefäßes als neues Zentrum für den Geber benutzte. Die Technik, unser Energiefeld auszudehnen, indem wir die Wirbelsäule öffnen und unseren peripheren Blick weiten, während wir unser Körpergewicht nach vorn bringen, gibt uns Zugang zu dem erweiterten energetischen Feld - und zwar selbst dann, wenn dieses entspannte Körpergewicht benutzt wird, um senkrecht in den physischen Körper des Empfängers einzudringen. Pauline hat Shiatsu also erneut revolutioniert und ein neues Kapitel in der Evolution der Shiatsu-Berührung aufgeschlagen.

Aus dem Englischen von Anne Frederiksen

Cliff Andrews, ist einer der führenden Shiatsu-Praktiker und -Lehrer Europas. Er ist Mitbegründer des Shiatsu College UK und Direktor des www.shiatuscentre.net - der weltweit führenden neuen Medienquelle für Shiatsu. Erreichbar ist Cliff über email cliff@shiatuscentre.net oder Telefon 0044 (0) 1603 - 632555.