

von Astrid Kind de Mercedes

PartnerIn Sein ... ist eine der Grundregeln in einer Shiatsu-Begegnung

In meiner praktischen Arbeit mit den KlientInnen habe ich Wege gesucht, wie ich die Haltung „wir sind PartnerInnen“ auch im Rahmen von Shiatsu-Wissen-Vermitteln leben kann. Neben den Aspekten Achtsamkeit, Freude und Respekt ist mir wichtig, den Menschen mit adäquaten Worten zu erklären, was Shiatsu ist, was Meridiane sind, wie und was ich behandle, etc... Für den ersten Einstieg erzähle ich gerne, dass die energetischen Qualitäten uns bestimmte Möglichkeiten im Leben-(salltag) zur Verfügung stellen, z.B.: Ma-M: Energie um nach vorne schreiten / nehmen, was da vor mir liegt. Lu-M: ja zum Leben, den Rhythmus annehmen. HK-M: Fähigkeit zu Kontakt mit anderen Menschen, Lust auf Umarmung, etc...

Manche KlientInnen haben oder hatten keine Ahnung von Shiatsu, häufig kein Körpergefühl (mehr), und sind neugierig, möchten Infos haben über das, was da passiert; zumal wir im Rahmen „Shiatsu als Gesundheitspflege“ nicht über Krankheiten im üblichen Sinne sprechen; also wie schaffe ich da eine neue / andere Möglichkeit der gleichen Kommunikationsebene, die das Fühlen in den Körper, in den Alltag, ins Leben, integriert; letztendlich das Geschehen auch in einem sprachlichen Kontext so vermittelt, dass es dem Klienten geläufig ist.

In den Gesprächen vor der jeweiligen Behandlung lasse ich mir von den KlientInnen erzählen, was ihr Leben gerade so bietet, wie der Beruf, das Hobby, die Familie, etc. sich entwickeln.

Ihr Lebensumfeld bestimmt **meine** Worte, mit denen ich versuche, ihnen z.B. eine Shiatsu-Behandlung zu erklären, eine bestimmte energetische Meridian-Qualität zu beschreiben oder das Wissen um die Fünf Wandlungsphasen zu erläutern.

Aus der Praxis:

Der Schmuckfotograf ist Chef im eigenen Unternehmen; er hatte mir von einem anstrengenden Shooting erzählt und auch Bilder der Arbeit auf dem Laptop gezeigt (O-Ton: damit sie sehen, warum ich so erschöpft bin). Ich gebe ihm als Beispiel: „Sie bestimmen an einem solchen Tag den Ablauf und legen bestimmte Dinge fest und geben Anweisungen (Gb-M); zuvor hatten Sie die

Idee, die Vision mit dem Schmuck auf dem Körper (Le-M)“. Er konnte gut nachvollziehen, dass für seine Pläne und Handlungen Energie notwendig ist; und auch dass sie sich an anderer Stelle erschöpft zeigt. Gleicher Klient, andere Situation: Starres Brustbein, auch beim Atmen wenig Bewegung. Ich erinnere mich an ein Foto mit einer Halskette mit einzelnen Gliedern, die er in einer Kniekehle fotografiert hatte und die sich feingliedrig in das Bein schmiegte. Dieses Bild führe ich ihm vor Augen und bat ihn, diese Beweglichkeit der Kette auf sein Brustbein beim Ein- und Ausatmen zu übertragen. Zwei Sätze, mehr nicht, er war körperlich im Geschehen.

Ich beziehe ihn mit dem Bezug zu seinem Umfeld mit ein. Die manchmal noch unbekannte Welt der Energien wird haptisch, realistisch, bekommt ein Bild, ist weniger diffus.

Humor öffnet Tore, Herzen und Meridiane...

Ähnliche Erfahrung machte ich mit einer Musikpädagogin, die der Auslöser dafür war, weiter mit den Worten in den Behandlungen zu experimentieren: Sie sagte: „rechte Seite ist anders, irgendwie immer rechts, links habe ich nie Probleme“, etc...“wie fühlt sich rechts denn an, was ist anders?“, fragte ich, ihr fehlten die Worte, kann sie nicht beschreiben. Hmm, so kam mir die Idee mit der Musik: „Wenn ihre rechte Seite eine Musik wäre, wie würde sie klingen?“.....Ihre schmunzelnde Antwort: „wie heavy metal“. Wir lachten. Ich fragte auch nach der linken Seite: „Irgendwas mit Geigen“. Meine Antwort: „Auch ihr Körper hat eine Stimme, eine Musik, die zu Ihnen klingt“. Dann habe ich mir von ihr heavy metal mit Aspekten der Musikwissenden beschreiben lassen. Beim Beschreiben änderte sich schon der Lu-M den ich in diesem Moment behandelte und sie sagte ebenfalls, dass nach ihren ersten gesprochenen Sätzen das Gefühl schon anders war. Zum Schluss kam der Satz von ihr: „Wie eine Sonate fühlt die Seite sich noch nicht an, aber besser. Meine Frage: Und Sonate ist das Ziel? Ach, sagte sie, das weiß ich gar nicht. „Vielleicht ist ja auch etwas in mir heavy metal“.....

Auch benutze ich die **Worte des Alltags** der KlientInnen, um zu beschreiben, was ich spüre oder mache, wenn diese danach fragen. Klientin A.H. erzählte mir, dass sie leidenschaftlich ger-

ne aufräumt. Am liebsten würde sie die Wohnungen von allen möglichen Menschen aufräumen und ordnen (wenn man sie nur lassen würde). Auf ihre häufige Frage, was ich denn heute behandelt hätte, antwortete ich: „Ich habe versucht, ihrem Körper einen Impuls zu geben, dass er seine Energien von oben nach unten verteilt und ihre Schubladen gleichmäßig bestückt; damit konnte sie was anfangen. „Ja, meine Füße sind jetzt auch wärmer“, war die Antwort. Eben, sagte ich, die unterste Schublade war ja noch leer gewesen...--) Danach hat sie mir immer wieder mal verschiedene Schränke beschrieben um mir ihr Körpergefühl zu vermitteln. Diese Wortspiele mit ihr belebten den sich entwickelnden Körper-Geist-Seele-Prozess.

Für mich sind diese wortreichen Hilfsmittel praktisch-pragmatisch und vermitteln das, was mir im Shiatsu auch wichtig ist; den Bezug zum Leben, zum Alltag; die Umsetzung für das eigene Leben aus jeder Behandlung mitzunehmen.

Andere Beispiele:

Ich mache einen Rückenbefund und sage einer Shiatsu-unerfahrenen Klientin, die gerade an ihrem ersten Buch schreibt, in der ersten Behandlung, „ich lese erst mal die Buch-Umschlagseite...“. Der nächste Zugang war gelegt...

Ich mache einen Harabefund und bemerke gegenüber der Musikpädagogin: Ich lausche welcher Ton verstimmt ist oder heute leicht zum Klingen gebracht werden kann...

Befund im Stehen oder Liegen beim Schmuckfotografen: Objektbetrachtung zwecks bestmöglicher Belichtung...

Montessori-Pädagogin: „Hilf mir es selbst zu tun“; ist ein wichtiger Satz in dieser Pädagogik. Ihr habe ich viel über Farben der Wandlungsphasen und entsprechenden Meridianenergien erzählt. Mittlerweile wählt sie morgens ihre Kleidung und ihren Schmuck nach ihrem Befinden aus und sagt mir schon bei der Begrüßung einen Spruch zu Ihrer Befindlichkeit: „Wie Sie sehen, brauchte ich heute Metall, ich hatte ein Vorstandsgespräch!

Architektin: „Wenn du diesen Zeh berührst, zieht es durch den ganzen Körper bis in den Kopf“. „Ja, die Leitungen sind bis ins Dachgeschoss gelegt und so laufen auch die Meridiane durch deinen ganzen Körper“. Konnte sie sich vorstellen.

Das Wissen um das Geschehen und das Vertrauen in das Gespürte stärkt die Eigenverantwortung. Die neue Erfahrung ist: Der Körper spiegelt was im Leben ist, er ist kein fremdes Wesen, sondern eingebunden in mein Tun, mein Sein und Denken. Das Verständnis für das Thema „Ganzheitlichkeit“ wächst.

Partner – Sein auf den vielen Ebenen einer Shiatsu-Begegnung ist eine wunderbare Erfahrung. Sich der Worte zu bedienen ist ein für mich weiteres Werkzeug in meiner „Shiatsu-Schatzkiste der Möglichkeiten“. Ich möchte Euch einladen, es selber auszuprobieren und mit mir gerne darüber in den Austausch zu kommen.

Astrid Kind de Mercedes,
Shiatsu Praxis in Wuppertal
Shiatsu-Lehrerin GSD, Büroassistentin und Lehrerin am ISOM Bonn und Wiesbaden

