

# Das Dao im großen Zeh

## Ein Workshop

Ein Bericht von  
Hildegard Schäfer

**Im Herzen der Toskana, ca. 30 Autominuten von Pisa entfernt, fand vom 5. - 8. Oktober 2006 der Workshop „Das Dao im großen Zeh“ mit Brigitte Ladwig, Eva-Maria Schulte und Patrizia Stefanini statt. „Das Gruppen- und Seminarhaus Podere de Capannacce, auf einem Hügel gelegen, ist von Olivenhainen, Weinbergen und Wäldern umgeben und bietet das richtige Ambiente für alle, die im Grünen und in Ruhe arbeiten und wohnen wollen.“ heißt es im Hausprospekt. Doch nicht nur die Lage und die freundliche Atmosphäre hier sind wohltuend für Körper, Geist und Seele, auch die aus frischen Zutaten bereiteten Speisen sind eine Energie- und Lustquelle. An diesem Ort fließt das Ki, so dass es leicht war, sich beim Shiatsu in diesen Fluss einzuklinken und sich davon tragen zu lassen.**

### Was ist das Dao?

„Das Dao verursacht jeglichen Wandel und ist doch selbst leer und ohne Aktivität. Es ordnet ohne zu herrschen und jedes Wesen und jedes Ding besitzt sein eigenes Dao, seinen eigenen Weg, weshalb es als weise angesehen wird, dem Dao zu folgen, indem man sein Nichthandeln praktiziert, denn das Dao ordnet von selbst und man sollte in diese natürliche Ordnung nicht eingreifen. Das Dao ist am ehesten als ein umfassendes Weltprinzip zu verstehen, rein rational unzugänglich.“ (Aus Wikipedia/Internet)

### Wie kommt das Dao in den großen Zeh?

Shiatsu ist die Begegnung zweier energetischer Felder. Das menschliche Energiefeld ist holografischer Natur, und ist somit von einem angeborenen, ganzheitlichen Wissen durchtränkt und umgeben. So kann auch in kleineren Bereichen des Körpers, zu allen Aspekten der Energie ein Zugang gefunden werden. Selbst wenn wir nur den großen Zeh berühren, haben wir Information über das Ganze.

### Partikel oder Welle?

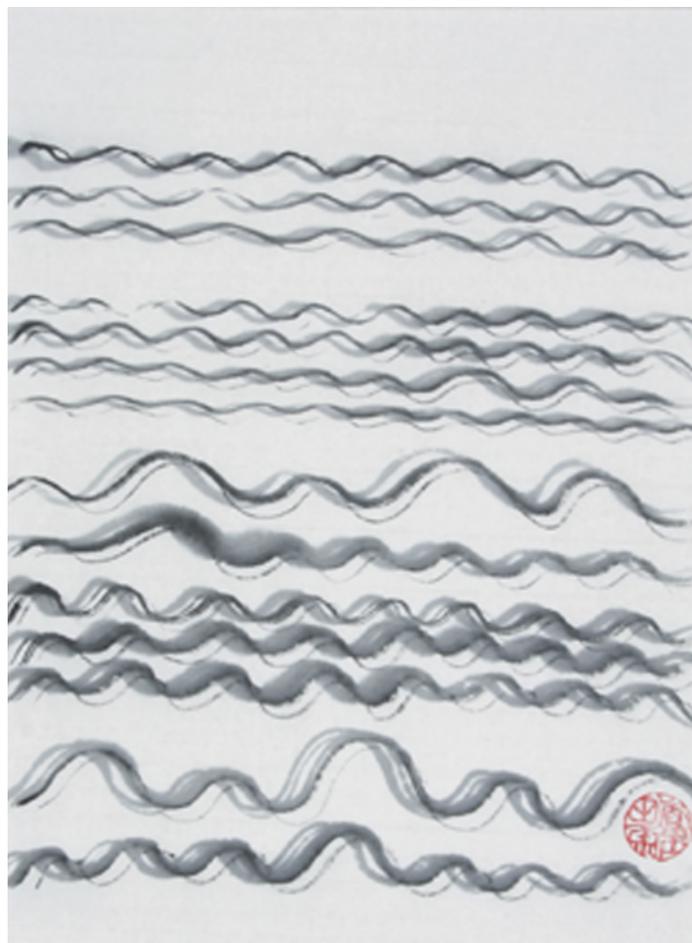
„Nach einem Jahrtausend der Theorien und Thesen, die die Vorstellung untermauern sollten, dass Energie und Materie verschiedene Dinge sind, erhärtet die Wissenschaft heute die alten Vorstellungen, dass beides letztlich dasselbe ist. Die Quantenphysik hat gezeigt, dass physikalische Phänomene Erscheinungsformen der Energie in unterschiedlichen Aktivitätsstufen sind. Die Wände und Böden um uns, die Speisen, die wir essen und die Kleider an unserem Leib sind nichts als Energie in verdichteter, materialisierter Form. Bei der Betrachtung von Energiewellen in Wechselwirkung mit kleinsten subatomaren Partikeln haben Forscher festgestellt, dass Welle und Teilchen, die zwei verschiedene Dinge zu sein scheinen, in Wirklichkeit Zustände des gleichen Phänomens sind.

Bei der Messung von Wellengeschwindigkeiten haben Wissenschaftler festgestellt, dass die Teilchen „verschwanden“, bzw.

ihr Aufenthaltsort nicht mehr feststellbar war. Bei der Suche nach den Teilchen war es nicht mehr möglich, die Geschwindigkeit der Welle zu messen, da diese zu verschwinden schien. Dies war der Beweis dafür, dass die Trennung von Teilchen und Welle eine Sinnestäuschung war. Welle und Teilchen sind zur selben Zeit dasselbe. Beim Versuch, die kleinsten Bausteine der Materie zu finden, hat die Wissenschaft entdeckt, dass die physische Welt als Energieform existiert. Nachdem nacheinander atomare, subatomare und präatomare Teilchen als kleinste Materieteilchen galten, fanden die Forscher schließlich heraus, dass in Wirklichkeit Energie und Schwingungen der „Stoff“ sind, der die Welt im Innersten zusammenhält. Man erkannte, dass Materie in unterschiedlichen Zeitabständen stets wieder in das Reich der Energie zurückkehrt und dass alle Phänomene und ihre Bewegungen sich als Welle-Teilchen -Erscheinungen manifestieren.“ (Saul Goodman, SHIATSU; Ein praktisches Handbuch, Aus dem Amerikanischen von Clemens Wilhelm, Verlag Hugendubel)

Auf Grundlage der Quantenphysik kann das Universum mit Hilfe von Partikel oder Welle verstanden werden. Das Eine ist im Anderen enthalten, und es zeigt sich dem Betrachter als Welle oder

Wellen



Partikel, je nachdem aus welcher Perspektive es betrachtet wird. Im Shiatsu definieren wir Meridiane als Wellen; die elektromagnetisch sind. Das Wellenmodell ist dafür geeignet, die Ausdrucksfähigkeit des Lebens nach Masunaga zu veranschaulichen.

Je höher eine Wellenfrequenz ist, desto schneller ist die Energie und befindet sich im Bereich Richtung Dao oder des Feinstofflichen oder der „Nicht-Form“. Je niedriger eine Wellenfrequenz ist, desto langsamer ist die Energie und befindet sich eher im Bereich der 10.000 Dinge, des Materiellen oder der Form.

Wenn wir dieses Wissen übertragen auf die Vibrationslevel, die wir aus der Arbeit mit den Masunaga-Meridianen kennen, dann zeigt sich die körperliche Ebene als langsame Frequenz. Die Höhe der Frequenzen nimmt in der Reihenfolge der emotionalen, der mentalen und der spirituellen Ebene immer mehr zu.

### Wie komme ich mit den Frequenzen der Meridiane in Kontakt, bzw. wie kann ich verstehen, mit welcher Ebene ich in Kontakt bin?

Das geschieht durch die Ausrichtung. Jeder richtet sich auf seine individuelle Weise aus. Dies ist eine Definition von Ausrichtung:

Zur Ausrichtung gehören eine innere und eine äußere Haltung.

#### Äußere Haltung

Wirbelsäule ist gerade ausgerichtet

Gelöste Gelenke

Gesichtszüge entspannt

Atem fließt gleichmäßig

Hara-Atmung

#### Innere Haltung

Offener Fokus

Wirbelsäule ist wie ein Lichtstrahl

Verbindung mit Himmel und Erde durch die Wirbelsäule

Mit allen Sinnen wahrnehmen

Da sein

In das Feld hinein öffnen

„Ganz Ohr sein“ - Lauschen

Öffnen der Chakren

#### Energie hören

Eine Variante der Ausrichtung kann über das Hören von Energie geschehen. Es geht darum, die nicht hörbaren Töne zu hören. Hörbare Töne sind z. B. Husten oder Atmen. Vom Bo Shin oder Setsu Shin kennen wir bereits eine Art und Weise etwas über die Energie der Partnerin durch das absichtslose Beobachten oder Berühren zu erfahren. Wie beim Bo Shin oder Setsu Shin kann man die Energie auch über Töne wahrnehmen. Man benutzt alle Sinne wie einen Sinn: mit den Ohren sehen, mit den Augen hören... Alles wird eins, als wenn sich ein sechster Sinn entwickelt. So Energie zu hören, öffnet Grenzen zwischen Hörbarem und Unhörbarem, zwischen Materie und Feinstofflichem. Hören ermöglicht einen intensiveren Kontakt mit allen Schwingungen. Man braucht nicht zu denken. Denken ist langsamer als Hören. Es ist alles schon da, bevor wir es gedanklich erfassen können. Die Einstimmung darauf kann unsere Energie befreien.

Energie-Hören kann ein Teil der Diagnose sein, aber auch ein Mittel, um miteinander in Resonanz zu kommen. Dabei ist es wichtig, seiner eigenen Tonwahrnehmung zu trauen. Je mehr man seiner Wahrnehmung traut, umso mehr wird man von einer höhe-

ren Intelligenz geführt, und das Denken wird ausgeschaltet. Energie-Hören hilft auch, mit dem unbegrenzten Ki in Kontakt zu kommen und sich auf die Führung einer höheren Weisheit einzulassen.

Für alle, die Lust haben, das Energie-Hören auszuprobieren, hier eine kurze Anleitung für eine Partnerübung:

- Beh. stimmt sich auf den eigenen Ton ein und lässt ihn hörbar werden
- Beh. tritt dann davon zurück und nimmt eine neutrale Haltung ein
- Beh. stimmt sich auf PartnerIn ein
- Beh. legt eine Hand auf's Hara und lauscht auf den Ton / Töne der liegenden Person
- Beh. bringt den Ton / Töne nach außen
- Beh. führt wie gewohnt die Haradiagnose aus und wählt die korrespondierenden Kyo-/Jitsuzonen aus
- Beh. lauscht auf die Töne der jeweiligen Zonen und gibt sie laut wieder
- Entweder den Kyo- oder Jitsu-Meridian an einem Bein oder Arm behandeln und dabei auf den Ton lauschen. Deckt sich der Ton mit dem Ton der entsprechenden Harazone? Ist er anders oder verändert er sich während der Behandlung?
- Rückkehr zum Hara. Wie klingt die liegende Person jetzt als Ganzheit? Und wie klingt die Zone des behandelten Meridians jetzt?
- Beh. ändert die Ausrichtung und lauscht auf den Ton der gleichen Zone im energetischen Feld.  
Mit dieser Einstellung das zweite Bein oder den zweiten Arm behandeln
- Rückkehr zum Hara. Wie klingt die ganze Person jetzt? Wie klingt die Zone jetzt?

Klang ist sehr präzise. Klang ist mathematisch. In der Mathematik unseres Hörsinns gibt es auch das Wissen um Unendlichkeit, d. h., wir wissen die weiteren Töne eines Klanges, auch wenn wir sie nicht hören können. Das führt wiederum dazu, auf die höhere Weisheit der Führung zu vertrauen, wobei man sich teilweise als dumm und unwissend empfinden kann.

Das Wissen um die hilfreiche Führung durch das Lauschen auf Klänge kann auch sehr gut bei der Behandlung lokaler Symptome (z.B. Kniebeschwerden) eingesetzt werden. Das Ziel ist es, das Lokale mit der ganzen Person mittels Hören zu verbinden.

Eine Möglichkeit ist, sich zuerst dem betreffenden lokalen Symptombereich zuzuwenden und die Hände auf das Knie zu legen. Wie klingt das Knie? Indem ich auf den Ton höre, bin ich mit dem Knie verbunden, der Klang programmiert sich ein. Danach wird geprüft wie das unverletzte Knie klingt. Dadurch weiß man, wie das verletzte Knie vielleicht klingen möchte.

Zum dritten hören wir auf den Klang der Gesamtperson, indem wir die Hand auf's Hara legen. Während der Behandlung stimmen wir uns auf diesen Grundton ein, während wir hin und wieder sowohl auf den Symptomton als auch auf den des gesunden Knies lauschen.

Im Laufe der Lokalarbeit am betreffenden Knie hören wir darauf, ob der Ton sich bereits im Laufe der Behandlung verändert hat, bzw. wie wir uns hier führen lassen können. Gibt es eine Integration, eine Angleichung oder eine Veränderung?

#### Modelling

Ein wesentliches Element für die Shiatsuarbeit ist das Modelling. Das bedeutet, dass die BehandlerIn sich so ausrichtet, dass sie einen Körperteil „aufleuchten“ lässt und somit der liegenden Person als Impuls anbietet. Auch hier können Töne uns helfen, z. B. die

körperliche, emotionale, mentale und spirituelle Vibrationsebene zu öffnen und „aufleuchten“ zu lassen.

Mit dem Ton „U“ sinken wir ins Sacrum für die körperliche Ebene.

Mit dem Ton „A“ öffnen wir den Brustkorb für die emotionale Ebene.

Mit dem Ton „E“ weiten wir die Kehle für die mentale Ebene.

Mit dem Ton „I“ öffnen wir den Scheitelpunkt für die spirituelle Ebene.

Mittels einer Übung erfuhren einige von uns an sich selbst, dass z. B. der Schmerz eines Körperteils unterschiedlich wahrgenommen wurde. Auf „U“, der körperlichen Ebene, war er am deutlichsten spürbar, während er auf „I“, der spirituellen Ebene zum Teil völlig in den Hintergrund getreten war. Manchmal traten mit einem neuen Ton auch andere Körperteile in den Vordergrund.

Modelling kann aber auch so aussehen, dass die BehandlerIn z. B. den großen Zeh der liegenden Person behandelt, sich dabei mit dem Sacrum der Person verbindet und den eigenen großen Zeh entspannt.

Ausrichtung ist das „A“ und „O“ für unsere Shiatsuarbeit. Sie ermöglicht als Transformator den Wechsel der Frequenz und erlaubt uns durch z. B. Einstimmung, Mind-Set etc. die „Dominanz“ im Feld zu verändern.

In Verbindung mit dem Dao gibt es keine festgelegten Konzepte oder Ideen, man ist Teil vom Sein und vertraut in seinem „Nicht-Wissen“ einer höheren Weisheit oder Intelligenz, die uns führt. Diese offene Haltung lässt Überraschungen zu. Informationen aus dem Dao sind schneller als Denken. Man ist vom ganzen Sein her in Resonanz, und das Wechselspiel von Information und Angebot geschieht unmittelbar, im ungehinderten Fluss. Wenn es gelingt, sich auf diese Weise auszurichten, wird Shiatsu ganz einfach.

Danke an Brigitte, Eva-Maria und Patrizia für diesen erlebnisreichen und lebendigen Workshop.

Das Dao im großen Zeh

Hildegard Schäfer  
seit 1999 Shiatsu-Praktikerin  
Übungsleiterin am E.S.I. Münster