

von Achim Schrievers

Antwort auf Mike Mandl „Wieviel Wissen braucht Shiatsu?“ (Journal Nr. 96)

**Lieber Mike,
gleich nachdem ich deinen Artikel „Wieviel Wissen
braucht Shiatsu?“ Im Journal Nr. 96 gelesen habe,
hat es mir in den Fingern gekribbelt dir zu antworten.
Leider komme ich erst jetzt dazu.**

Du machst die Erfahrung, dass Shiatsu trotz ganz unterschiedlicher Stile von Schulen und Praktiker*innen funktioniert und fragst nach dem übergeordneten Prinzip, das das erklärt. Das berührt eine Frage, die ich mir schon lange stelle: Was sind eigentlich die Wirkfaktoren im Shiatsu? Du suchst die Antwort auf diese Frage in einem vertieften und erweiterten Studium der TCM und ich bin froh, dass es Menschen wie dich gibt, die zusätzlich zu den bereits bekannten Schätzen der TCM noch weitere zutage fördern. Du schreibst, dass sich „der Überschuss eines Meridians über viele Koppelungen in einen anderen Meridian ergießen kann“ und dann „der gesamte Körper zum Resonanzfeld werden kann“. Dass der Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele ein Resonanzfeld ist, in dem nicht nur „überlaufende Meridiane“, sondern alles, was den Menschen ausmacht, miteinander schwingt bzw. schwingen sollte, entspricht auch meiner Erfahrung. Im Meridian-System spiegelt sich ein Teil dieses Resonanzgeschehens wider, aber eben nur ein Teil. Du schreibst, dass man, wenn man die Zusammenhänge kennt, weniger überrascht ist, wenn man „die Herzenergie plötzlich am medialen Kopf des Quadrizeps spürt“. Meine Erfahrung ist, dass alles mit allem in Resonanz steht und wir folglich überall mit allem in Kontakt kommen können – viel zu komplex, um es mit dem Verstand zu erfassen. Wie viel auch immer wir

wissen, es ist nur ein Bruchteil dessen, was das Leben ausmacht, und das gilt für körperliche wie für energetische Vorgänge, für westliche Wissenschaftler*innen wie für heilkundige Chinesen. Wie scharfsinnig und umfassend auch immer wir denken, mit dem Denken ist das Ganze nicht zu erfassen. Von meinem Qigong-Lehrer, Prof. Jiao Guorui, habe ich gehört, dass in China zwei Wege nebeneinander existierten, an das Wissen zu kommen, mit dem Menschen kompetent behandelt wurden: das umfängliche Studium der chinesischen Medizin und ein ausgeprägtes Gespür. Beide wurden gleich bezahlt und gleich geachtet. Leider habe ich nicht mehr in Erinnerung, ob er über das alte oder moderne China sprach.

Der Verstand, also das, was wir mithilfe des Denkens begreifen, gehört zu unserem Oberflächenbewusstsein. Wenn das Oberflächenbewusstsein, unser alltägliches Denken und Fühlen, zur Ruhe kommt und wir nicht einschlafen, öffnen sich die Tore ins Tiefenbewusstsein. In den Berührungen des Shiatsu betreten wir das Tiefenbewusstsein über das Spüren, einen sich immer weiter verfeinernden Tastsinn. Am Ende führt uns das in Kontakt mit unserem Schwingungsbewusstsein und damit mit dem ganzen Wissen, das unserem Schwingungsfeld innewohnt. Aber dieses Wissen ist quasi eingefaltet und es ist ungebrosen. Der Verstand, wenn er es zu greifen versucht, zerlegt es in seine Bestandteile, er sieht einzelne Aspekte und einzelne Zusammenhänge, aber er ist nicht in der Lage das Ganze zu erfassen. Er bricht das Erleben wie ein Prisma das weiße Licht in die Spektralfarben. Auch ich bin davon überzeugt, „dass Shiatsu DIE Methode

des 21. Jahrhunderts ist“, aber aus anderen Gründen als du. Ich glaube, dass der größte Wert des Shiatsu im Betreten eines Erfahrungsraumes liegt, der tiefer ist als unser Verstehen reicht, in dem Heilsein erfahren werden kann selbst in Situationen, in denen kein Arzt – weder westlich noch östlich – noch helfen kann. Der Arzt kann dem Körper helfen und vielleicht Beschwerden lindern, durch Shiatsu können Menschen Frieden finden, selbst wenn die Lage hoffnungslos ist. Shiatsu berührt die Seele.

Je tiefer wir einsinken, desto mehr lassen wir die Ebenen differenzierenden Denkens hinter uns und desto mehr nähern wir uns dem Einheitserleben, das in unser aller tiefsten Tiefe verborgen liegt. Weil Shiatsu uns bis in diese Tiefe hinein berühren und die dort verborgene Heilkraft wecken kann, glaube ich, dass Shiatsu eine ganz wichtige Rolle spielen wird. Es öffnet Erfahrungsräume, bei deren Erforschung wir noch ganz am Anfang stehen.

Du propagierst ein tieferes Eindringen in die TCM, um zu einer klaren Diagnostik zu kommen und eine effiziente Behandlungsstrategie zu entwickeln. Das ist gut, wenn wir an die vereiterte Zahnwurzel denken, die am besten gezielt und mit dem nötigen Fachwissen behandelt werden sollte. Aber es wird schwierig, wenn das Problem nicht so greifbar ist, sondern Ausdruck eines diffusen Geschehens, das aus einem modernen westlichen Lebensstil erwachsen ist, den es in der Tradition der chinesischen Medizin noch gar nicht gab. Mir stellt sich die Frage, ob die Antworten der TCM wirklich zu allen Fragen passen, die sich uns in unserer modernen westlichen Gesellschaft stellen. Die Entfremdung von sich selbst, vom eigenen Körper und den eigenen Gefühlen, die sich als Folge von Technisierung und modernem Lebensstil bei uns ausgebreitet hat, gab es in dieser Weise im alten China nicht. Dazu kommt noch eine bis auf die Spitze getriebene Individualisierung, die Asiaten traditionell fremd ist. Diese Entwicklung beeinflusst unseren Geist und unsere Psyche grundlegend, Burnout-Kliniken schießen wie Pilze aus dem Boden und das auch in asiatischen Ländern, die uns teilweise, was die moderne westliche Lebensweise angeht, schon überholt haben.

Ich mache immer wieder die Erfahrung, dass Shiatsu mit seinen unterschiedlichen Berührungsqualitäten Menschen, deren Körper-Geist-Seele-System durcheinandergeraten ist, helfen kann, wieder zu sich zu finden, Körper, Erde und Mitte wiederzufinden und so in einen Zustand grundlegender Ordnung (zurück) zu gelangen. In den dabei stattfindenden Prozessen

scheint mir das Wissen der im Westen entwickelten Psychologie oft hilfreicher zu sein als das der TCM.

Vielleicht habe ich aber auch im Shiatsu einfach ein ganz anderes Klientel als du, eben nicht die mit dem Eiterzahn, sondern Menschen, die sich in den komplexen Kontexten ihres privaten und beruflichen Lebens verloren haben. Oder Menschen, die Shiatsu als einen Weg der Selbstvertiefung erfahren haben und neugierig geworden sind auf die Schätze, die sich in ihrer eigenen inneren Erfahrung offenbaren.

Damit möchte ich das von dir etwas abwertend als „rein modernes Selbsterfahrungserlebnis“ bezeichnete Geschehen wieder aufwerten. Sich selbst bis in die Tiefen hinein zu erfahren, ist ein überaus anspruchsvoller und heilsamer Prozess, in den die Klient*in ganz zentral einbezogen ist.

Im Westen hat sich mit Viktor von Weizsäcker die psychosomatische Medizin entwickelt. Bis dahin haben die Ärzte als Fachleute – vornehmlich auf Lateinisch – über die Patienten gesprochen und ihnen gesagt, was gut für sie ist. Mit dem Aufkommen der psychosomatischen Medizin hat man begriffen, dass, was die Patient*in denkt und fühlt, wie sie lebt, entscheidet und handelt, wesentlichen Anteil am Entstehen von Beschwerden und Störungen aller Art hat. Neben dem tieferen Eindringen in die TCM lohnt es sich meines Erachtens auch, in diese Richtung zu forschen. Auch hier zeigt sich für mich die Tiefe und Vielfalt von Shiatsu. Und weil es so viele verschiedene Menschen, Leiden und Motivationen gibt zum Shiatsu zu gehen, finde ich es großartig, dass sich auch so viele Arten und Ansätze im Shiatsu entwickelt haben. Und wenn du nicht so weit weg wärest, würde ich die Klient*innen „mit einem Eiterzahn“ auf jeden Fall zu dir schicken, und das meine ich ganz im Ernst.

Die TCM ist eine Medizin. Selbst wenn das Gerücht stimmt, dass chinesische Ärzte nicht bezahlt wurden, um Patienten gesund zu machen, sondern zu halten, geht es in der Medizin doch zentral um Krankheit und Gesundheit. Shiatsu ist aber viel mehr: Es eröffnet einen völlig neuen Blick auf den Menschen und seine Entwicklung. Shiatsu hilft dem Ki, dem Leben, sich frei zu entfalten und damit dem Menschen, sich seiner Natur entsprechend zu entwickeln. In manchen Lebensphasen auftretende Beschwerden zeigen sich nicht selten als Teil eines Entwicklungsprozesses, der den Betroffenen in eine größere Tiefe führt und seinen Horizont erweitert.

In unserem Tiefeninterview-Projekt, in dem wir 2017 an die 90 Klient*innen nach ihren Erfahrungen im Shiatsu



gefragt haben, hat sich gezeigt, wie tief und umfänglich die Wirkungen von Shiatsu sind. Die Befragten haben nicht primär medizinische Veränderungen beschrieben, sondern Veränderungen in ihrem ganzen Menschsein. Sie beschrieben ein wachsendes Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen, eine vermehrte Selbstfürsorge, eine größere Sozialkompetenz, ja sogar Prozesse von Selbstwerdung, das Gefühl, durch Shiatsu zu dem geworden zu sein, was sie wirklich sind. Andere beschrieben Erlebnisse, die man als spirituell bezeichnen muss, die sie weit über den Erfahrungsraum ihres kleinen Ich hinaus geführt haben. (Eine Zusammenfassung der Interviews kann in meinem Buch „Schätze des Shiatsu“ erschienen beim Bod Verlag nachgelesen werden.) Meine eigenen und die in den Interviews zusammengetragenen Erfahrungen lassen mich zu dem Schluss kommen, dass Shiatsu weit mehr ist als Gesundheitsförderung, Wellness oder Therapie. Und ich glaube ehrlich gesagt auch nicht, dass die beschriebenen Wirkungen mit einer tiefen und umfänglichen Kenntnis der chinesischen Medizin erklärbar sind. Ich glaube vielmehr, dass es die Qualität der Berührung, die Stille, die Achtsamkeit, die Zuwendung und die entstehende Atmosphäre sind, die solche lebensverändernden Erfahrungen möglich machen. Wenn eine

Klientin sagt „im Shiatsu wird über den Körper die Seele berührt“, dann ist dies nicht mehr mit den Funktionen einzelner Tsubos erklärbar.

Der Ursprung von Shiatsu liegt in Japan bzw. in der Tradition der chinesischen Kultur und Medizin. In den letzten 40 Jahren hat sich Shiatsu im Westen auf eine ganz eigene Art entwickelt. Das hängt sicherlich einerseits damit zusammen, dass wir PraktikerInnen anders sind als Japaner und Chinesen, aber andererseits auch unsere Klient*innen als Europäer*innen anders sind als Asiat*innen. Wir leben in einer anderen Kultur, haben andere Fragen und sind auf eine andere Art berührbar. Wir sind völlig anders sozialisiert als die Menschen in Asien und das spiegelt sich in den Erfahrungen wieder, die wir hier im Shiatsu machen. Neben der Vertiefung unserer Kenntnisse der TCM würde ich mir deswegen wünschen, noch viel mehr zu erforschen, was in der Berührung des Shiatsu im Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele geschieht.

Ich danke dir nochmals für deinen Artikel, der mich sehr inspiriert hat!