

Shiatsu als Therapie (Peter Itin)

Beschwerden als Gründe des Kommens

Es gibt vielerlei Gründe, Shiatsu in Anspruch zu nehmen. Shiatsu wird zur allgemeinen Gesundheitsförderung, zur Förderung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens und bei Beschwerden in Anspruch genommen. Der vorliegende Artikel bezieht sich auf die Behandlung und prozesshafte Begleitung von Personen, die körperliche Beschwerden oder seelische Probleme haben oder gar im medizinischen Sinne krank sind.

Eine Umfrage bei ca. 800 Shiatsu-KlientInnen in England ergab 1997 folgende Rangfolge der wichtigsten Gründe des Kommens:

- Stress, Depression, Ängste (52%)
- Nacken- und Schulterprobleme (48%)
- Müdigkeit, Energiemangel (38%)
- Rücken und Kreuzschmerzen (31%)
- Schlafstörungen (22%)
- Verdauungsprobleme (18%)
- Kopfschmerzen (15%)

Eine Mitglieder-Umfrage der Shiatsu Gesellschaft Schweiz ergab Ende 2003, dass 75% der Behandlungen in der Schweiz aufgrund von Beschwerden in Anspruch genommen werden. Körperliche Beschwerden in Verbindung mit seelischen Problemen (36%) sind als Beweggründe für die Inanspruchnahme einer Behandlung dominierend. Rein körperliche Beschwerden sind jedoch beinahe gleich wichtig (34%). Rein seelische Beschwerden (6%) und Schwangerschaft (5%) sind im Gesamten gesehen eher von geringerer Bedeutung. Nur gerade 19% der KlientInnen haben einmalige Beschwerden.

Die Mehrheit der Shiatsu-KlientInnen hat chronische, langfristige Beschwerden (43%) oder zyklisch wiederkehrende Beschwerdemuster (30%). Dementsprechend sind bei 42% der KlientInnen mehr als 12 Behandlungen erforderlich. Mehrheitlich beträgt eine Behandlungsdauer 6 – 12 Behandlungen (46%). In 12% der Fälle waren 5 Behandlungen ausreichend.



90% der KlientInnen nehmen Shiatsu auf eigene Verantwortung in Anspruch, 10% auf Überweisung. Ein Viertel aller Shiatsu-KlientInnen befindet sich gleichzeitig in ärztlicher, 10% in naturärztlicher und 10% in psychischer Behandlung (Mehrfachnennungen möglich). Shiatsu wird hier als wertvolle Ergänzung und Unterstützung empfunden.

Die Shiatsu Gesellschaft Schweiz hatte ihre Mitglieder aufgerufen, Fallstudien zu ihren Behandlungen zu verfassen. Sie sind nicht repräsentativ im statistischen Sinne, ergeben jedoch eine beispielhafte Vorstellung über das Spektrum der KlientInnen von Shiatsu-TherapeutInnen.

Die von den 26 KlientInnen angegebenen Gründe des Kommens lassen sich wie folgt ordnen:

Nur einzelne, körperliche Beschwerden

- Kreuzschmerzen
- Verdauungsprobleme
- Hyperaktivität



- Schleudertrauma nach Unfall
- Schmerzen infolge körperlicher Behinderung
- Schmerzen nach Brustamputation
- Menopause
- schmerzhafte Regelblutungen

Kombinationen von verschiedenen, rein körperlichen Beschwerden

- Magenkrämpfe und Nackenprobleme (Verspannungsschmerzen)
- Eisenstoffwechsel und Gelenk- und Nervenentzündungen
- Rheuma und Arthrose in den Gelenken

Körperliche Beschwerden in Verbindung mit seelischen Problemen

- Rückenprobleme / Stress
- Rückenschmerzen / beruflich-persönliche Probleme
- Hyperaktivität / Eheprobleme
- Bauchschmerzen / Kindheitstrauma
- Rückenschmerzen / Gewaltopfer
- Nacken- und Schulter Probleme / Depressionen
- Seelische Probleme durch Körperbehinderung

Rein seelische Probleme

- Prüfungsangst
- Beruflich-persönliche Probleme / Existenzangst
- Depressionen
- Todesfall in der Familie
- Angstzustände

In der konkreten Praxis zeigt sich, dass die Shiatsu-KlientInnen häufig Syndrome aufweisen, d.h. eine Kombination verschiedener Beschwerden. Oftmals werden im Erstgespräch nur ein Teil der Beschwerden genannt, Störungen, die gerade im aktuellen Bewusstsein und besonders auffällig sind. Im Verlauf der Behandlung selber oder in der zweiten und dritten Behandlung kommt dann zum Vorschein, dass noch andere Leiden und Symptome vorliegen.

Der Beitrag von Shiatsu gemäss der Shiatsu-Gesellschaft Schweiz

Die Shiatsu Gesellschaft Schweiz (SGS) verwendet im Berufsprofil die folgende Formulierung:



**Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

"Shiatsu-TherapeutInnen unterstützen und begleiten Menschen in ihrem natürlichen Wachstums- und Gesundheitsprozess

- bei körperlichen, seelischen und/oder geistigen Belastungen
- in Lebenskrisen, Stresssituationen und bei Schock/Traumata
- bei Energielosigkeit und Erschöpfungszuständen
- bei Immunschwächen
- bei motorischen und sensorischen Störungen
- bei vegetativen Störungen
- bei länger anhaltenden und wiederkehrenden Beschwerden
- bei Krankheit oder nach Unfall, zur Unterstützung des Genesungsprozesses
- zur Entwicklung des körperlichen, seelischen und geistigen Potenzials
- zur allgemeinen Förderung ihrer Gesundheit."

Diese Formulierung vermeidet es, Shiatsu Heilwirkungen im klassisch medizinischen Sinne zuzusprechen, weil damit die Erwartungshaltung der KlientInnen in eine falsche Richtung geführt würde und dies auch rechtlich unzulässig wäre.

Natürlich wissen Shiatsu-TherapeutInnen und KlientInnen, dass im Anschluss an eine Shiatsu-Behandlung Symptome verschwinden können. Oft verschwinden auch Symptome, die von der KlientIn zuvor gar nicht erwähnt wurde, weil sie nicht daran dachte, sie mit Shiatsu in einen Zusammenhang zu bringen (z.B. Herpes, Gelenkprobleme). Oftmals ist es geradezu wundersam zu hören, was sich im Leben der KlientInnen alles verändert hat, was Shiatsu mit ausgelöst hatte.

Shiatsu-TherapeutInnen verstehen Symptome wie z.B. Schmerzen als Phänomene, die auf ein Problem hinweisen, nicht als das eigentliche Problem selbst. Die oberflächliche Erscheinungsform, das Symptom, ist eine Auswirkung, nicht das Problem selbst oder die Ursache. Kopfschmerzen sind häufig das Ergebnis von körperlich-seelischen Spannungsmustern. Kann die gebundene Energie wieder frei fließen, löst sich auch der Schmerz. Durch tiefes Entspannen und Berührtsein entwickelt sich die notwendige Offenheit für neue, heilsame Lebens-Muster.

Masunaga's Sichtweise

Masunaga betonte, dass sich Symptome zwar in einem speziellen Körperteil manifestieren, dass das Problem in Wirklichkeit den Menschen und sein Dasein als Ganzes betrifft.

In seinem Standardwerk widmete Masunaga dem Einsatz von Shiatsu bei speziellen Krankheiten einen umfangreichen Teil. Er zeigte auf, wie professionelles Shiatsu bei folgenden Störungen einen Beitrag zur Genesung oder zur Linderung leisten kann:

- Bewegungsapparat (Verstauchungen, Schleudertrauma, Nackenverrenkungen, Probleme mit dem Knochenbau, Hexenschuss, Kreuzschmerzen, steife Schultern, Verkrümmungen im Rücken, Arthritis, Rehabilitation)
- Verdauungssystem (Magen-/Darmprobleme, Bruchleiden, Hämorrhoiden, Leberprobleme, Gallensteine)
- Kreislauf und Atmungsorgane (Verspannungen im Herzbereich, Angina pectoris, hoher oder niedriger Blutdruck, Anämie, Husten)
- Nervensystem (Lähmungen, Neurose)
- Stoffwechsel und endokrines System (Diabetes, Gicht, Basedowsche Krankheit, Menopause)
- Urogenitalsystem (Nervenkrankheiten, Blasenentzündungen, Prostata-Probleme, Impotenz, Frigidität)
- Haut (Ausschläge, Pilzkrankheiten)
- Augen- und Ohren (Schmerzen)
- Gynäkologische Probleme (Menstruations-Beschwerden, Schwangerschaftsprobleme, Stillprobleme)

Masunaga formulierte jedoch ganz klar: "Die Shiatsu-Behandlung hängt nicht davon ab, in welche Kategorie der Krankheitszustand eingeordnet wird, sondern davon, ob die entsprechenden Meridiane kyo oder jitsu sind."

Masunaga waren folgende Aspekte besonders wichtig:

- Es geht darum, „das normale Funktionieren des Körpers“ wiederherzustellen, d.h. die Selbstregulierungskräfte des Organismus ganzheitlich zu unterstützen und nicht nur Symptome zu behandeln. „Die natürliche Lebenskraft oder natürliche Heilkraft ist der Schlüssel dazu, ob Sie gesund werden und es bleiben oder nicht“, formulierte er.
- Der Behandlungsschwerpunkt wird von ihm auf das Kyo gelegt (Kyo-Meridiane und -punkte), weil dieses die Ursache repräsentiert, währenddessen die sichtbaren Symptome sich als Jitsu zeigen. „Das Problem löst sich automatisch, wenn man sich mit dem Kyo-Aspekt (der Leere, oder der eigentlichen Ursache) beschäftigt“, so Masunaga. Die Berührung des Kyo vermittele der berührten Person zudem Zuversicht, dass sie geheilt wird, meinte er. Die Berührung dieser Zone legt den Fokus der Aufmerksamkeit auf die Wurzel, nicht das Symptom, auf das Gesunde, nicht auf das Kranke. Das Kyo muss gestärkt werden, damit dem ungelebten „gesunden“ Bedürfnis der Lebenskraft



mehr Zuwendung und „Nachdruck“ verliehen und ein Heil-Werden (Ganz-Werden) möglich wird.

Hintergründe von Beschwerden

Im Verlaufe des Shiatsu zeigt sich, dass die genannten Symptome bzw. Gründe des Kommens oft mit tieferen Problemen in Zusammenhang stehen. Shiatsu-Klientinnen sind insbesondere von drei Ursachen-Bereichen betroffen:

- Stress,
- Lebenskrisen und
- Trauma-Folgen.

Sie wurden in den Fallstudien von den KlientInnen als wichtige Ursachen oder Mit-Ursachen für körperliche Beschwerden und seelisches Leiden genannt. Die Shiatsu-TherapeutInnen hatten sie als die eigentliche, tiefer liegende Ursache angegeben.

Alle drei Arten von Ursachen bringen die Menschen aus dem natürlichen Fluss des Lebens. Sie beanspruchen sein System über die Maßen, sodass das natürliche Gleichgewicht von Spannung/Entspannung, Aktivität/Erholung gestört ist und das harmonische Spiel von Yin und Yang nicht mehr funktioniert.

Folgende Stressfaktoren wurden in den SGS-Fallstudien besonders erwähnt:

- Hoher Zeitdruck
- Generell zu viel um die Ohren
- Arbeitsüberlastung
- Emotionale Belastungen am Arbeitsplatz
- Prüfungsangst
- Arbeitslosigkeit
- Partnerschaftskonflikte

Als Krisensituationen bzw. schwierige Lebensumstände wurden genannt:

- Generelle Sinnkrise am Arbeitsplatz
- Generelle Zukunftsangst und Orientierungslosigkeit
- Entwicklungsverzögerungen in der Kindheit
- Selbstzweifel und Überängstlichkeit
- Negative, selbstzerstörerische Lebenseinstellung
- Trennungsangst



**Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

Mehr als ein Drittel der Fallstudien-KlientInnen litten unter posttraumatischen Belastungsstörungen. Die genannten Traumata waren teilweise aktuell, teilweise weit zurückliegend. Sie betrafen:

- Folgen von Unfällen und Operationen
- Opfer von sexuellen Übergriffen und körperlicher Gewalt
- Tod von Angehörigen
- Von den Eltern verlassen werden in der Jugend
- Geburtstrauma

Behandlungs-Ziele aus Sicht der KlientInnen

Die Fallstudien-KlientInnen hatten klare Vorstellungen, was sie sich vom Shiatsu erwünschen. Folgendes wurde von ihnen angegeben:

Rein körperlich orientierte Ziele:

- Keine Schmerzen mehr zu haben
- Ein Leben ohne bzw. mit weniger Medikamenten
- Körperliche Entspannung zur Lösung von Schmerzen
- Behebung der Verdauungsstörungen/-probleme
- Versteifungen lösen

Kombination von körperlichen und seelischen Zielen:

- Körperliche Schmerzen vermindern und emotionale Ausgeglichenheit verbessern
- Eine gute Lebensqualität ohne Schmerzen
- Körperliche und seelische Entspannung und Verbesserung der Situation
- Den Körper bewusster wahrnehmen um sich psychisch zu stabilisieren und die Frage zur beruflichen Neuausrichtung zu unterstützen
- Körperlich/energetischen Zugang zu den seelischen Problemen finden, nicht-analytisches sondern intuitives Verstehen und Bearbeiten der eigenen Situation
- Dass es ihr besser gehe und sie Übergewicht abnehmen könne
- Körperlich und seelisch mehr spüren zu können

Ziele, die sich auf die primär seelischen Probleme beziehen:

- Beruhigung zur Unterstützung für die Prüfung
- Sich Erden, wieder mehr bei sich sein können
- Mehr innere Freiheit, Gelassenheit und Freude

- Aus der Depression herauskommen, sich besser fühlen, weniger leiden
- Mehr Klarheit
- Angst abbauen, ruhiger werden

Als generelle Ziele wurden zudem genannt:

- Stabilisierung der Gesundheit
- Sich generell besser und entspannter fühlen

Folgendes lässt sich aus diesen Ergebnissen herauslesen: Die KlientInnen haben nur bedingt ein einfaches, klassisch-medizinisches Verständnis, dass ihnen Shiatsu die Symptome entfernen soll. Natürlich ist der Wunsch auch da, von Schmerzen und Leiden befreit zu werden. Es zeigt sich aber, dass die KlientInnen schon bei der Zielformulierung recht gut einzuschätzen vermögen, was und wie der Beitrag von Shiatsu zu ihrer Gesundheit sein könnte. Man kann Shiatsu-KlientInnen folgende Kompetenzen zugestehen:

- Wissen um die Bedeutung der Selbstregulierungskraft: sie beziehen sich z.B. darauf, dass Gesundheit nur über eine tiefe Entspannung oder ein gutes Körpergefühl (mit innerer Weite, Klarheit usw.) wieder zu erreichen ist.
- Wissen um die Bedeutung der Körper-Selbstwahrnehmung als Basis der Selbstverantwortung, d.h. der Fähigkeit, für die eigene Gesundheit zu sorgen.
- Wissen um die Bedeutung der ganzheitlichen Herangehensweise, die den Zusammenhang von körperlichem und seelischem Befinden einbezieht und den tieferen Ursachen der Symptome begegnet statt wichtige Informationen zu unterdrücken.

Wirkungen des Shiatsu aus Sicht der KlientInnen

Aussagen zu den gespürten Wirkungen direkt nach den Einzel-Sitzungen betreffen körperliche wie auch seelische Effekte. Wir finden von den Fallstudien-KlientInnen Aussagen wie folgende:

Ich

- hatte jeweils für ein paar Tage keine Schmerzen mehr
- fühlte mich körperlich trotz vieler Arbeit gut
- fühlte mich tief entspannt
- hatte das Gefühl, weinen zu müssen
- kam zur Ruhe
- empfand den Magen wieder als belebt und neu durchblutet
- hatte bessere Blutwerte nach Shiatsu-Behandlungen
- spürte wie die Energie im Körper wieder fließt
- spürte, wie Energie bewegt oder befreit wurde

- fühlte mich kraftvoll und aktiv
- spürte den Körper bewusster
- hatte nach kurzer Phase der Verschlechterung eine Verbesserung des Befindens („wie bei der Homöopathie“)
- spürte, dass es etwas herausgeschafft hat
- spürte mich leichter, freier und weiter im Körper, „richtig gut“
- fühlte mich als Ganzes
- konnte drehende Gedanken besser loslassen, bin klarer
- hatte das Gefühl von Wohlbefinden, Frieden und Vertrauen.

Nach Abschluss der ganzen Shiatsu-Therapie (d.h. nach mehreren Behandlungen) ergaben sich folgende Aussagen der KlientInnen:

- Ich habe gelernt, mehr auf mich selber zu hören (Körper, Inneres)
- Der Schulter geht es nun recht gut
- Ich nehme Medikamente nur noch selten und bei Bedarf
- Ich spüre Stress schneller und versuche mehr Pausen zu machen
- Ich kann mich selber besser akzeptieren und habe innerlich zur Ruhe gefunden
- Ich suche neue Wege, weil ich spüre, dass Gesundheit vom psychischen Wohlbefinden abhängt, und dass der Rückfall in alte Muster schmerzhaft Symptome verursacht
- Der Menstruations-Zyklus hat sich eingependelt, ich habe keine Zyklus-Schmerzen mehr
- Ich habe generell ein viel besseres Wohlbefinden
- Der linke Arm fühlt sich wieder integriert an
- Die Rückenschmerzen sind nur noch vereinzelt und nicht mehr störend
- Ich mache erfolgreich Körperübungen gegen Schlafstörungen
- Ich fühle mich in der eigenen Haut zuhause
- Shiatsu ist der Auslöser gewesen, mich mit gewissen persönlichen Problemen zu beschäftigen
- Ich fühle mich ausgeglichener
- Ich fühle mich zuversichtlich
- Ich habe mehr Selbstvertrauen, das Leben ist wieder lebenswert geworden
- Ich habe mehr Mut
- Ich habe weniger Hemmungen
- Ich merkte, dass ich mehr Zeit und Ruhe für mich brauche
- Ich kann das Leben gelassener nehmen
- Ich habe abgenommen und brauche den Bauch nicht mehr als Schutzpanzer
- Seit einem halben Jahr habe ich keine Kopfschmerzen und Hautausschläge mehr
- Das Magenproblem hat sich verbessert

- Ich bin nun offener für andere Personen und habe weniger hohe Ansprüche an andere und mich
- Mein Körper ist geschmeidiger, meine Ängste haben sich verringert
- Ich kann das Leben gelassener angehen und esse bewusster
- Ich bekam eine gute Selbstwahrnehmung
- Ich kann inzwischen auch mal richtig Nein sagen und mache mir weniger Sorgen
- Die Einstellung zum Schmerz hat sich verändert, ich kann besser auf ihn als „Berater“ hören statt ihn weghaben zu wollen
- Ich mache Übungen gegen Stress und unternehme Vorkehrungen, um meine Lebensansichten zu verbessern
- Ich konnte alte Ängste auflösen und meine Beziehungsbasis zum Mann und Männlichen wiederherstellen
- Shiatsu hat den „Angst-Knoten“ genommen, wodurch ich Frieden in mir selber gefunden habe.

Das subjektive Wohlbefinden hat sich während der Therapie kurzfristig und nachhaltig verändert. Salutogenetisch wichtige Aspekte wie Selbstwahrnehmung, Selbsterkenntnis, Ruhe und Kraft, Selbstvertrauen, Zuversicht und Übernehmen von Selbstverantwortung stechen als wichtige Wirkungen der Shiatsu-Therapie hervor.

Arbeitsziele der TherapeutInnen

Von den Shiatsu-Praktizierenden werden im Rahmen der Shiatsu-Behandlung oftmals mehrere Arbeitsziele verfolgt. Auf einer rein energetischen Ebene sind dies beispielsweise

- In Bewegung bringen, beleben von gestauter Energie
- Stärken von Kyo
- Ausgleichen von energetischen Ungleichgewichten
- Verbindungen herstellen
- Beruhigen, Harmonisieren von Energie
- Mit den energetischen Funktionen und Meridian-Qualitäten in Verbindung treten.

Darüber hinaus können aber auch weitere Themen zum Arbeitsfokus werden, beispielsweise:

- Muskuläre Spannungen lösen (z.B. Becken-/Hüfte, Schultern, Bauch/Organe)
- „Erden“ (Kontakt, Verbundenheit mit Erde und Bauch bei zu starker „Vergeistigung“)
- Mehr Klarheit und Kraft in den Tonus bringen
- Freude im Körper spüren
- Innere Weite geben



**Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

- Urvertrauen, Selbstvertrauen stärken
- Grenzen ins Bewusstsein bringen
- Ressourcen statt Negatives ins Bewusstsein bringen
- Körperwahrnehmung bewusst machen mit Ziel, entspannen zu lernen, zu „spüren was gut tut“
- Vermitteln von innerer Ruhe, Raum/Weite, Aufrichtung, Klarheit
- Loslassen von Altem, Ausscheiden von Schadstoffen, innere Reinigung
- Den Fluss der Körpersäfte anregen.

Basis für jedes Behandlungskonzept bilden das Gespräch und die energetische Evaluation.

Hinführung zur Selbstverantwortung

Die Shiatsu-Behandlung kann Impulse geben, Raum für Neues schaffen. Es braucht jedoch letztlich das eigenverantwortliche Handeln der KlientInnen, dass gesundheitsschädigende Muster durch gesundheitsfördernde ersetzt werden. Deshalb maß Masunaga seinen yoga-ähnlichen Makoho-Körperübungen eine große Bedeutung bei.

Häufig werden Shiatsu-TherapeutInnen nach Abschluss einer Behandlung um Rat gefragt. Sie erhalten das Vertrauen als „Gesundheits- und LebensberaterInnen“. Sie müssen deshalb psychologisch-pädagogisch geschult sein, damit ihre Unterstützung wirksam ist und selbstermächtigend wirkt. Viele gut gemeinte Ratschläge verpuffen, wenn dieser ergänzende Teil nicht ebenso kompetent umgesetzt wird wie das eigentliche Shiatsu.

Wir finden in den SGS-Fallstudien z.B. folgende Formen der begleitenden Unterstützung:

Zeigen von Körperübungen, insbesondere aus dem kulturellen Rahmen von Chi Gong / Tai Ji Quan oder Yoga/Makohoübungen:

- Zur Ausrichtung der Wirbelsäule
- Zur Entspannung
- Zur Meridian-Dehnung
- Zur Stärkung von Muskeln
- Gegen Rücken- und Kreuzschmerzen
- Zur Verbesserung des Erdkontakts, der Zentriertheit
- Zur Erhöhung der Flexibilität und Verbesserung der Haltung
- Zur Unterstützung des Atems und der inneren Weite.

Die Hinführung zu neuen Gewohnheiten beinhaltet z.B.:



**Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

- Lernen, Pausen zu machen (bei Rastlosigkeit im Stress)
- Sich nach 5 Elementelehre ernähren (bei unausgewogenem Essverhalten)
- Sich körperlich betätigen (z.B. Gartenarbeit bei zu starkem Grübeln)
- Sich schädigende Einstellungen und Muster ins Bewusstsein bringen und ein Tagebuch des Schönen beginnen (bei Depression)
- Besuch von Freunden (Pflege der Verbindungen, in Kontakt bleiben, bei Trauma)
- Besuch von Ausstellungen als Resultat einer gemeinsamen Suche nach freudvollen Aktivitäten
- Kleine Lernschritte unternehmen, um Konflikte und Probleme anzugehen statt zu vermeiden.

Bedingungen für den Erfolg

Jedes Shiatsu ist einzigartig, individuell, auf die Person und die gegebenen Situation bezogen. „Shiatsu bei Beschwerde X“ kann sich nicht auf schematische Vorgaben beziehen. „Bei seitlichem, stechendem Kopfweh drücke man 20 Sekunden den Punkt Gallenblase 20“ – dies ist nicht das Shiatsu, das ich kenne und schätze. Bei aller Individualität gibt es aber durchaus auch energetisch häufige Muster. Die folgenden Kapitel sollen veranschaulichen, wie Shiatsu bei bestimmten Beschwerdemustern konkret eingesetzt werden kann. Wichtige Bedingungen dafür, dass die Shiatsu-Therapie erfolgreich verläuft, sind unter anderen:

- Gesellschaft: rechtliche Zulässigkeit, finanziellen Bedingungen (Finanzierbarkeit von Shiatsu)
- KlientIn: Motive des Kommens und innere Haltung: besteht eine passive Konsum-Erwartung oder die Bereitschaft zu Selbstverantwortlichkeit und zu Veränderung
- TherapeutIn: Innere Ausrichtung, Erfahrungen, Resonanz mit der Klientin.

Literatur:

Europäischer Shiatsu Kongress, Kiental 2004, Kongressband mit vielen Beiträgen zu allen Themenbereichen

© Peter Itin, Shiatsu-Therapeut und Kursleiter in Basel und Muralto; Ausbildung in Traumaheilung bei Peter Levine (Somatic Experience); Tai Chi-/Chi Gong-Lehrer im Chen Stil; Berater des Vorstands der Shiatsu Gesellschaft



**Berührung ist Begegnung
Shiatsu-Ausbildungen Austria
Dr. Eduard Tripp**

A-1120 Wien, Schönbrunner-Schloss-Str. 21/8
Tel: +43 (676) 61 74 970
tripp@shiatsu-austria.at, www.shiatsu-austria.at

Schweiz; derzeit Präsident des Dachverbands Xund (umfasst 30 Berufsverbände von natürlichen Methoden im Gesundheitswesen)