

## Gibt es eine unspezifische Wirkung von Shiatsu?

Wilfried Rappenecker

Im Laufe der Jahre bin ich zu der Überzeugung gelangt, dass die Theorie und die Techniken im Shiatsu das technische Instrumentarium dafür darstellen, *einen gemeinsamen Raum zwischen Therapeut und Klient entstehen zu lassen*. In diesem Raum findet Befreiung und Heilung statt – oder wie immer man die als heilsam erlebten Wirkungen von Shiatsu bezeichnen mag.

Dieser Raum ist unabhängig von der Methode, die ich im Shiatsu verwende, ja sogar unabhängig davon, ob ich Shiatsu einsetze oder eine ganz andere Methode wie z.B. Craniosacralarbeit, Rolfing oder eine der vielen Varianten von Psychotherapie. Ich halte ich für die wichtigste Grundlage für die Wirkung des Shiatsu. Darum bin ich der Ansicht, dass es eine unspezifische Wirkung von Shiatsu gibt und dass sie sehr, sehr wichtig ist.

Für diesen Raum ist es entscheidend, wie klar die behandelnde Person in ihrem Kontakt mit dem Klienten und in ihrer Arbeit ist. *Von besonderer Bedeutung ist dabei, ob sie das Grundverständnis der Methode bejaht, ob es Sinn für sie macht bzw. ob sie überzeugt ist, dass dies eine wirksame und sinnvolle Methode darstellt.*

Dadurch, dass etwas Sinn macht, scheint das energetische Feld der Behandlerin klarer, eindeutiger zu werden und einen größeren Effekt auf den gemeinsamen Raum zu haben, den er mit der behandelten Person kreiert. Das hierdurch ermöglichte zielgerichtete und sinnvolle Handeln scheint im gemeinsamen Feld eher einen positiven Einfluss auf das System des Empfängers zu haben.

*Ferner scheint es wichtig zu sein, dass die behandelnde Person das subjektive Gefühl hat, die Methode zu beherrschen und sie gut ausüben zu können.* Eine solche Überzeugung wird sich am leichtesten einstellen, wenn man tatsächlich Technik und Theorie gut beherrscht. Sie kann sich aber auch einzustellen, wenn das nicht der Fall ist, nämlich dann, wenn die Sicherheit aus einer anderen Quelle gespeist wird, beispielsweise aus der Tiefe des authentischen Kontaktes

zum anderen Menschen, welche Technik und Theorie zweitrangig werden lässt.

Mit diesen Worten will ich keineswegs die Aussage treffen, dass es für einen heilenden Effekt in erster Linie darauf ankommt, ob ein Behandler sich einbildet, er mache gutes Shiatsu, und dass die konkrete Anwendung spezifischer Theorie und Technik sekundär seien. Bloße Einbildung allein bringt nämlich ein diffuses Feld hervor, in dem Klarheit und Zielgerichtetheit nicht möglich sind.

Das Feld jedoch, welches entsteht, wenn Sicherheit im Umgang mit Theorie und Praxis zusammen geht mit Offenheit und Klarheit im Kontakt mit einem anderen Menschen, ist ein klares, mitunter sogar scharfes Feld - und auch ein Halt gebendes. In diesem Sinne ist es notwendig, für eine gute Praxis die Theorie und Technik der jeweils angewandten Methode möglichst exzellent zu beherrschen.

In der in Europa gängigen Shiatsu-Praxis wird meist eine Form der Körperdiagnose wie die Hara-Diagnose von Bedeutung sein. Hara-Diagnose ermöglicht es dem Behandler, zu einem klaren Fokus und damit zu mehr Klarheit in der Behandlung zu finden. Ein klarer Fokus wiederum ermöglicht ein Handeln, dass von der aktuellen Situation des Klienten ausgeht und eintretende Veränderungen wahrnimmt. Wenn es gelingt in dieser Weise konkret mit dem Klienten zu arbeiten, stellen sich Sicherheit und Klarheit ein. Diese befruchten die Behandlung im Therapeutischen Raum.

Ein in solcher Weise klares und sicheres Shiatsu ist auch ohne eine Hara-Diagnose oder ähnliche Methoden möglich, wenn dem Behandler ein anderes Instrumentarium zur Verfügung steht, die aktuelle Situation des Klienten – beispielsweise über die Wahrnehmung seines energetischen Raumes – zu erfassen und zum konkreten Ausgangspunkt seiner Behandlung zu machen.

Aus diesem Grund ist es nicht von Bedeutung, ob man zu *dem richtigen Ergebnis* der Hara-Diagnose kommt. In der Tat existiert ein solches objektiv richtiges Ergebnis nicht. Unterschiedliche Behandler werden – zumal wenn sie ihre Ausbildung an unterschiedlichen Schulen erhalten haben – werden in einem gegebenen

Augenblick an dem gleichen Hara sehr häufig zu unterschiedlichen Ergebnissen kommen. Auch macht die Hara-Diagnose keine objektive Aussage darüber, welches der energetischen Organe und Meridiane in einer gegebenen Situation behandelt werden *müssen*. Der Wert der Hara-Diagnose (oder anderer Körperdiagnosen) im Shiatsu liegt vor allem darin, dass sie die Möglichkeit bietet, einen eindeutigen Behandlungsfokus zu finden sowie subjektiv Zusammenhänge zu fühlen und zu verstehen und so leichter in einen lebendigen Kontakt zum Klienten zu kommen.

In einem meridian-orientierten Shiatsu ist ferner naturgemäß die Arbeit mit den Meridianen von großer Bedeutung. Wie aber arbeitet man richtig, wenn einige Behandler mit dem klassischen Meridiansystem der TCM arbeiten, andere mit dem erweiterten Masunagas; wenn wieder andere dem Masunaga-Schüler Endo folgen, demzufolge 24 Verläufe an jedem Arm und Bein zu beachten sind oder Ted Saito, der neben den normalen Verläufen zwei verschiedene Grade der energetischen Störung unterscheidet, welche die Meridiane jeweils einen teilweise völlig anderen Verlauf nehmen lassen? Wer hat denn nun Recht und was braucht es, um gutes und richtiges Shiatsu geben zu können?

Die Antwort ist, dass alle Recht haben und dass mit jeder der Methoden gut gearbeitet werden kann – wenn sie dem jeweiligen Behandler einen konkreten Zugang zum anderen Menschen anbietet. Es ist dann nicht so wichtig, für welche der vielen möglichen Wege man sich entscheidet, wohl aber, dass man den Weg, den man wählt, gut beherrscht.

Entscheidend für eine gute Behandlung, die dem Klienten die Freiheit anbietet, in einer schwierigen körperlichen, seelischen oder sozialen Situation andere Wege zu beschreiten ist demnach, dass dem begrenzten Geist des Behandlers klare Theorien und Techniken zur Verfügung stehen, die ihm Sinn machen und die er gut beherrscht. Innerhalb eines jeden Systems ist es darum zwingend, dass man die spezifischen Anforderungen des Systems erfüllt und seinen Vorgaben und Regeln folgt. Wird der Blick aber mit den Jahren der Erfahrung weiter, so erkennt man, dass es nicht wichtig ist, welchem System man folgt

so lange man eine klare Orientierung in seiner Arbeit findet.

Wenn man so über die Methode hinausblickt, erkennt man, dass ganz andere Dinge entscheidend für ein gutes und hilfreiches Shiatsu sind als bestimmte von bestimmten LehrerInnen propagierte Methoden. Hierzu gehört vor allem die Fähigkeit zu Offenheit und Innerer Ruhe, zu Zentrierung und Gelassenheit. Die Fähigkeit der behandelnden Person, sich selber in ihrem Körper zu spüren, zu erfahren, denn nur das macht es möglich, sein Gegenüber zu erfahren. Wichtig sind Authentizität, größtmögliche Ehrlichkeit und Liebe zum Leben. Wichtig ist, dass man den anderen nicht als ein gestörtes System ansieht, das kunstvoll repariert werden muss, vielmehr als einen Menschen, der schon perfekt ist, und den ich auf seinem Lebensweg ein Stück begleiten und ggf. unterstützen kann.

Für mich persönlich ist dann noch der Kontakt in der Tiefe wichtig, sowie die Fähigkeit, dem Klienten in seinen tiefen Räumen zu begegnen. So zu arbeiten, stellt allerdings schon wieder ein besonderes System dar, dem man folgen mag oder auch nicht, je nach dem, ob man diese Art, den anderen Menschen zu erfahren, als sinnvoll, unterstützend und befriedigend erlebt.