

## Lebendige Meridiane

Wilfried Rappenecker

Im Verlauf der Behandlung eines Meridians wird man feststellen, dass sich verschiedene Abschnitte eines Meridians sehr unterschiedlich anfühlen. Ja, jede berührte Stelle unterscheidet sich von jeder anderen Stelle auf diesem Meridian sowie auf jedem anderen.

Dabei ist es nicht nur der Meridian bzw. das zugrunde liegende energetische Organ, welches die Berührungsqualität dieser Stelle und ihre Reaktion auf Berührung beeinflusst. Ebenso sind alle anderen relevanten Faktoren im Leben des Menschen von Bedeutung. Dazu gehören beispielsweise die Funktion, welche die berührte Stelle z.B. im Bewegungsapparat, den physiologischen Funktionen oder im seelischen Erleben des Menschen hat.

Wenn ich nun mit meiner Aufmerksamkeit eindeutig im Meridian bin (was eine Voraussetzung für die Arbeit mit einem Meridian ist), bin ich auch mit der energetischen Funktion des Meridians / Organs verbunden. In diesem Fall treten alle anderen oben erwähnten Bedeutungen einer berührten Stelle in den Hintergrund. Sie gehen jedoch in der Wahrnehmung und in die Arbeit mit dem Meridian ein, und Berührung wirkt auf diese ebenso wie auf den Meridian.

Nun ist nicht jede Stelle im Meridianverlauf für die Behandlung von gleicher Wichtigkeit. Die sind von besonderer Bedeutung, die quasi eine Unterbrechung im Schwingungsfeld oder Verlauf eines Meridians darstellen. Um dies verständlicher zu machen, möchte ich auf das Wesen

von Meridianen zu sprechen kommen.

Meridiane sind Räume, schwingende Räume, in denen im „Idealfall“ jede Stelle sich mit allen anderen Stellen in freier Kommunikation befindet. Der Situation und den Anforderungen im Leben des Menschen entsprechend wird er an verschiedenen Stellen in unterschiedlicher Weise schwingen können. An einigen Orten wird er frei sein, an anderen wird sein Schwingen eingeschränkt sein bzw. in eine bestimmte Richtung ausgerichtet sein. Diese Prinzipien gelten nicht nur für den Meridian sondern ebenso für den energetischen Körper als ganzes, der ebenfalls einen schwingender Raum darstellt. Der Meridian ist in diesem Sinne eine Struktur des energetischen Körpers.

Die Gestaltung des energetischen Raumes in Muster unterschiedlicher Schwingungsfreiheit ist für die vielen verschiedenen Erfordernisse im Leben notwendig und deshalb normal und gesund. Die entstehenden Muster sind immer Ausdruck des Lebens eines Menschen und wirken selber auf das Erleben und die Befindlichkeit des Menschen zurück.

Sie zeigen sich immer auch im physischen Körper, denn energetischer und physischer Körper sind im Grunde eins. In diesem Spiel spiegelt jeder die Situation des jeweils anderen wider. Dabei wirken auf der physischen Ebene energetisch frei schwingende Bereiche ihrer Natur nach unauffällig. Sie entsprechen sozusagen dem Ideal unseres Körpers. Auffällig sind die Orte eingeschränkter Schwingung. Sie können körperlich z.B. als Starre,

Panzerung, Fülle, Leere u.v.a.m. auf-fallen.

Die meisten solcher Manifes-tationen von Einschränkungen der Lebendigkeit sind allerdings nicht sehr auffällig. Wenn sie jedoch z.B. über lange Zeit bestehen, sehr ausgeprägt sind oder sich auf wichtige Funktionen und Lebens-äußerungen eines Menschen bezie-hen, werden sie sich auch körperlich in einer auffälligen Erscheinung und in einer auffälligen Berührungsqualität im Meridianverlauf zeigen.

## Weite und Resonanz – Wahrnehmung und Berührung sind eins

Für die Shiatsu-Behandlung sind diese Bereiche von großer Bedeutung. Denn durch die (teil-weise) Auflösung der Starre und Unlebendigkeit einer „Unterbrech-ung“ durch die Berührung wird das Ki-Feld des gesamten Meridians beeinflusst. Vermag ein unlebendiger Bereich sich wieder besser in das größere Ki-Feld zu integrieren und mit ihm zu schwingen, so wird die leichte Lebendigkeit des ganzen Feldes fühlbar erhöht.

Die Arbeit an den meisten solcher Bereiche zeigt dabei in der Regel nur geringe Auswirkungen. Andere jedoch können zu den wichtigsten, den entscheidenden Orten einer Shiatsu-Behandlung werden. Es ist die Reaktion auf Berührung, die eine erfahrene BehandlerIn ahnen lässt, welche der Orte von „Unterbrechung“ für die Behandlung von besonderer Bedeutung sind.

Die Wirkung von Shiatsu besteht darin, durch einfache Berührung, durch einfache Präsenz den Orten eingeschränkter Lebendigkeit die Freiheit zu geben, sich weiter zu entwickeln (die Entwicklung war

zuvor vom „Gesamtsystem“ zur Erhaltung des Gleichgewichtes oder zur Erfüllung bestimmter Aufgaben eingeschränkt worden).

Voraussetzung für eine solche positive Wirkung von Berührung ist zum einen natürlich die Wahrnehmung der energetischen wie körperlichen Phänomene, die solche Unterbrechungen anzeigen, um auch an den richtigen Orten arbeiten zu können.

Ebenso wichtig ist die Fähigkeit, diese – sind sie erst einmal entdeckt - in ihrem Zentrum zu berühren. Dies geschieht zum einen, indem der Behandler physisch einsinkt (Shiatsu ist Körperarbeit), zum anderen auch durch seine Präsenz, seine einfache Anwesenheit in der Tiefe der zu behandelnden Stelle (Shiatsu ist Energiearbeit). Der sogenannte Tiefenrhythmus des Shiatsu und das bewusste und entspannte Berühren im Zentrums des Meridians, das „Raumgeben“ in der „richtigen Tiefe“ (wie im Skript „Innere Techniken“ beschrieben) sind wichtige Techniken auf diesem Weg.

## Lange Finger - Den Meridian „sehen“ bevor man ihn berührt

Mit der Technik der verlängerten Finger wird es möglich, bereits vor der physischen Berührung in Kontakt mit der Tiefe des Meridians zu treten. Wie alle energetischen Übungen ist sie grundsätzlich sehr einfach. Andererseits kann sie zu Beginn auch schwer fallen, wenn die Behandlerin noch nicht die Erfahrung der Weite im eigenen Körper gemacht hat.

Voraussetzung für diese Übung ist eine gute Kenntnis der Meridianverläufe. Man wird nämlich nicht sehen, wo an der Körpe-roberfläche die Meridiane verlaufen.

Vielmehr gilt es zu erkennen, was einen in der Tiefe erwartet, dort, wo man weiß, dass sich der Meridian befindet.

Das Prinzip dieser Technik besteht darin, dass die Behandlerin sich vorstellt, dass die Finger der behandelnden Hand sich um 4-5 cm verlängern. Sie bewegt Unterarm, Handgelenk, Hand und verlängerte Finger, die zusammen ein Hauptinstrument der Übung darstellen, über der Körperoberfläche in querer Richtung zum Verlauf des Meridians hin und her und stellt sich dabei vor, die verlängerten Finger würden durch den Körper des Klienten gehen. Das ist nicht nur eine mentale Vorstellung, sondern bei lebendiger Vorstellung auch Realität. Physisch ist der Körper, sind Rumpf, Arme und Beine zwar feste Gebilde, energetisch jedoch sind sie Räume, durch den man mit seiner Vorstellung reisen und die man so erkunden kann.

Wenn die Aufmerksamkeit der verlängerten Finger an der Stelle eines Meridians durch den Körper geht, wird es sich dort häufig etwas anders „anfühlen“ als in der Umgebung. Nicht selten ist dort ein gewisser Widerstand gegen die vorgestellte Bewegung, manchmal fühlt es sich etwas klebrig an, seltener leichter und leerer. Die Behandlerin „sieht“, in welcher Tiefe all das stattfindet und wo sie berühren möchte.

Wenn nach Kontaktaufnahme und mehrmaligem Hin- und Herbewegen die Qualität in der Tiefe klar erfasst wurde, sinkt sie mit dem Finger oder Daumen ein und berührt genau im Zentrum. Diese Art von Kontaktaufnahme vor der Berührung erhöht die Genauigkeit und Effektivität der Berührung erheblich. Auf gleiche Weise lässt sich auch die Tiefe und das Zentrum eines Tsubos

recht genau ermitteln und „sehen“, bevor man die Tiefe berührt.

Damit diese Arbeit Früchte trägt, sollten noch ein paar zusätzliche Dinge beachtet werden. Zum einen müssen Unterarm, Handgelenk und verlängerte Finger wirklich eine Einheit darstellen. Was sich hin und her bewegt ist immer die Einheit dieser Elemente. Würde der Behandler nur mit der Hand auf und ab wedeln, wäre also diese Einheit im Handgelenk unterbrochen, so wäre es unmöglich, dass die verlängerten Finger sich wirklich durch den Körper bewegen.

Zudem muss die Bewegung stets senkrecht zur Oberfläche des Körpers stattfinden, in deren Tiefe der Meridian verläuft. Mit diesem Hinweis sollte man sehr genau sein. Weicht der Winkel nämlich von der Senkrechten ab, so wird man nicht die Informationen aus der Tiefe des anvisierten Bereiches erhalten, sondern von dem Bereich in der Umgebung, dessen Oberfläche tatsächlich senkrecht zur Bewegung steht.

Die Querbewegung soll ferner großzügig und gleich weit in beide Richtungen über den Meridianverlauf hinausgehen. Wenn der Behandler die spezifische Qualität bei der „Durchquerung“ des Meridians wahrnimmt, so sollte er dieses Gefühl gleich wieder loslassen, sich zügig vom Meridian entfernen und darauf vertrauen, dass er es bei der Rückbewegung wiederfinden wird. Gerade zu Anfang, wenn man sich der eigenen Wahrnehmung noch unsicher ist, neigen viele dazu, froh über das gewonnene Gefühl dieses quasi festhalten zu wollen. Festhalten jedoch führt zur Einengung des eigenen energetischen Raumes und damit zum Verlust der Möglichkeit, mit dem Energetischen in Kontakt zu

treten – man nimmt nichts mehr wahr.

Die eigene Haltung ist für diese Übung von großer Bedeutung. Die Vorderseite des Rumpfes der Behandlerin sollte offen sein und dem untersuchten Bereich zugewandt sein. Nur wenn sie zugewandt ist und der Rumpf zum Bereich des Untersuchten hin offen ist, kann sie den Meridian „sehen“, denn energetisches „Sehen“ findet immer im energetischen und physischen Raum des eigenen Körpers statt. Haltungen, die dies ermöglichen sind meistens sehr einfach.

Häufig ist jedoch der Rumpf gerade im Bereich des Solarplexusbereichs (oder etwas darüber) abgeknickt und der Solarplexus ist zurückgezogen. Solches geschieht, weil die Behandlerin dem direkten Kontakt ausweichen möchte. Um energetisch wahrzunehmen, ist es jedoch unerlässlich, dass wir dem Wahrgenommenen ganz, total begegnen. Das erfordert manchmal Mut. Es mag in diesem Zusammenhang hilfreich sein, sich vorzustellen, dass es nicht nur die Finger sind, die sich dort hindurch bewegen, sondern der ganze eigene Körper, die ganze eigene Person.

Schließlich sollte noch erwähnt werden, dass die Aufmerksamkeit, die hier durch den Partner reist, im ganzen Körper, vor allem dem Rumpf des Behandlers wurzelt. Es ist nicht die Aufmerksamkeit des Geistes. Diese hätte auch kaum die Kraft, ein solches Aufmerksamkeitsfeld aufzubauen, wie es hier benötigt wird. Der Aufmerksamkeit, die aus dem Körper kommt, fällt dies hingegen leicht. Vielen Menschen ist diese Art der eigenen Präsenz zwar fremd, sie lässt sich jedoch erlernen.

Den meisten fällt es anfangs schwer, wirklich mit der ganzen

Präsenz ihres eigenen Körpers im Körper des anderen zu sein. Aber wie gesagt: physisch ist unser Körper zwar fest, energetisch jedoch ist er ein Raum... Nicht selten auch ist es Angst, die den Ausübenden behindert. Die Präsenz hat nämlich bei aller Offenheit und Weite etwas sehr entschiedenes, ja radikales an sich. Auch baut sie sich im Körper des anderen nicht nach und nach auf, sondern ist einfach dort. Sich dazu zu bekennen bedeutet auch, sich zu sich selber in diesem Augenblick zu bekennen.

Natürlich aber wird auch der Geist für diese Übung benötigt. Denn zum einen ist er es, der die Aufmerksamkeit oder den körperlichen Raum des Behandlers ausrichtet und lenkt. Und zum anderen muss das Wahrgenommene ja bewertet und interpretiert werden, um es für die Behandlung nutzbar zu machen.

## Verbindungen und Unterbrechungen „sehen“

Meridiane sind energetische Räume. Wie bereits gesagt, kann ich mit ihnen nur in Kontakt treten, wenn ich auch in mir Weite und Raum entstehen lasse, wenn ich quasi selber energetischer Raum werde (Techniken, mit denen ich diese Fähigkeit entwickeln kann, werden im Skript „Innere Techniken“ beschrieben). Dann erfahre ich den Raum des Meridians bzw. des anderen Menschen und kann in Resonanz mit ihm treten. Eine solche weite Präsenz und Wahrnehmung des anderen wirkt allein bereits heilend, d.h. befreiend.

Mit Hilfe seiner bewussten Aufmerksamkeit kann die Behandlerin darüber hinaus ihre Präsenz ausrichten und in bestimmte Bereiche im Körper des Klienten lenken.

Sie kann entsprechend den Erfordernissen der Behandlung mit sehr unterschiedlicher aufmerksamer Weite arbeiten und so unterschiedliche Reaktionen ermöglichen.

Wahrnehmung und Berührung werden eins. Im gleichen Augenblick, in dem die Behandlerin „in dem Raum ist“ und ihn wahrnimmt, berührt sie auch und löst Veränderungen aus. Das ist möglich, weil die bewusste weite Aufmerksamkeit ihrem Wesen nach reine Wahrnehmung und damit reine Energie ist. Indem sie in bewusster Weite mit dem Klienten in Kontakt tritt, erhält die Behandlerin auf natürliche Weise Zugang zu relevanten Informationen im Leben dieses Menschen. Indem sie mit dem energetischen Raum des anderen bzw. dem eines Meridians in Verbindung tritt, nimmt sie auch wahr, wie dieser Raum strukturiert ist.

Die gelassene Weite in ihr selber, welche die Verbindung zur Weite des anderen sucht und in Resonanz mit ihr tritt, lässt die Behandlerin Einschränkungen in der Lebendigkeit des schwingenden Raumes spüren, quasi sehen. Das geschieht von selber, ohne jede weitere Anstrengung, durch das einfache „nur da Sein“.

Die Unterbrechungen im Schwingungsfeld eines Meridians werden besonders leicht „sichtbar“, wenn die Behandlerin beide Hände einsetzt, um den Raum sich entfalten zu lassen. Das geschieht, wenn sie sich eine Verbindung der von beiden Händen berührten Stellen im Meridianverlauf vorstellt. Wenn dies nach einiger Übung gut geht, mag sie den Eindruck haben, einen Raum in den Händen zu halten bzw. von zwei Enden her zu berühren.

Anfangs entstehen solche Vorstellungen lediglich aus mentaler Konzentration. Und sicher werden sie

auch später noch überwiegend durch das mentale Bewusstsein initiiert. Kraft gewinnen sie jedoch nur durch die Weite, die sich im Körper des Behandlers einstellt. Im Grunde handelt es sich hier um ein körperliches Bewusstsein, der Intellekt spielt nur eine lenkende Rolle. Man kann solche Räume nicht machen, man kann sie nur zulassen, innerlich zurücktreten und ihnen „Raum geben“.

Dann werden Bereiche eingeschränkter Lebendigkeit plötzlich deutlicher sichtbar. Zunächst ist es nur eine Ahnung wie in einem Traum, manchmal ahnt man nur die Richtung, in der ein solcher Bereich liegen könnte. Da energetische Phänomene grundsätzlich nicht begrenzt (wie die Phänomene der materiellen Welt es sind), sondern im unendlichen Raum des Energetischen mit allem verbunden sind, haftet dieser Wahrnehmung auch eine gewisse Unschärfe an.

Dies gilt für alle energetische Wahrnehmung und wird zu Anfang nicht selten als Unsicherheit oder gar fehlerhafte Wahrnehmung interpretiert. Mit mehr und mehr Erfahrung wird die Behandlerin diese Unsicherheit allerdings ablegen und erkennen, dass die relative Unschärfe im Gegenteil ein Hinweis auf eine treffende Wahrnehmung ist. Dann werden gerade in der Arbeit mit beiden Händen Unterbrechungen im schwingenden Raum deutlich sichtbar und direkt behandelbar.

Nun wird klarer, dass energetische Unterbrechungen sich immer auch körperlich zeigen – und körperliche Auffälligkeiten immer eine energetische Entsprechung haben. Ein leerer Milz-Pankreas-Meridian beispielsweise mag durch ein physisches Aufgequollensein auf seinen Zustand hinweisen. Gleichzeitig fühlt sich die körperliche

Verquellung auffallend energielos und inaktiv an und „sieht auch so aus“!

Die Wahrnehmung diskreter körperlicher Auffälligkeiten beispielsweise in der Oberflächenbeschaffenheit der Haut weist auf Besonderheiten in der energetischen Struktur des an dieser Stelle im Körper verlaufenden Meridians hin. In der Wahrnehmung des Meridians befindet sich dort vielleicht eine Leere, die sich körperlich in der Haut durch einen rauen und etwas dunkleren Flecken andeutet.

Dies sind nur Versuche, die energetisch-körperliche Einheit zu beschreiben. Worte werden hierbei immer unzulänglich bleiben, letztlich ist die Einheit nur unmittelbar zu erfahren. Die Wirkung von Shiatsu allerdings beruht darauf - Shiatsu ist eben Körperarbeit und Energiearbeit in einem. Eine erfahrene Shiatsu-Behandlerin wird entsprechend sowohl den physischen als auch den energetischen Ausdruck der Einschränkungen oder Unterbrechungen wahrzunehmen.

## Zügig und mit großer Leichtigkeit

Mit einer weiteren einfachen Technik lassen sich die Orte der Unterbrechung im Verlauf eines Meridians noch leichter lokalisieren: Indem der Behandler mit der Rückseite der Hand (ich ziehe die Rückseite vor, es ist aber auch mit der Handinnenfläche möglich) 2-4 cm über der Haut den Meridian entlang geht, fallen ihm Stellen auf, die „anders“ sind.

Die Bewegung sollte relativ rasch, mit entspannter Hand und Handgelenk, vor allem aber mit einem weiten und gelassenen Geist durchgeführt werden. Ist die

Intention des Suchens und Finden-Wollens zu stark, wird man nichts wahrnehmen, weil die Intention des Suchens den eigenen Raum einengt. Der weite, gelassene Raum im Behandler ist die Voraussetzung für den Kontakt zum Energetischen.

Die Technik sollte auch nicht zu hastig oder zu langsam durchgeführt werden. Zügig und mit großer Ruhe und Leichtigkeit ist die richtige Art. Immer dann, nachdem die Hand über einen ausgewählten Bereich entlang gegangen ist, „sieht“, „fühlt“ oder „ahnt“ man auffällige Bereiche. Wohlgemerkt, nicht während sie entlanggeht, sondern hinterher, unmittelbar danach. Unser Alltagsbewusstsein ist sich dann oftmals nicht so ganz sicher, wo diese Stellen sich genau befinden. Erst wenn ein Behandler seiner „Intuition“ freies Spiel gewährt, wird es ihm mit einem Mal möglich, mit dem Finger eine Stelle rasch und leicht zu lokalisieren.

Nachdem so ein Punkt gefunden wurde, schaut er sich ihn genauer an. Seine energetische Wahrnehmung, die immer auch eine körperliche ist (die körperliche Wahrnehmung, die immer auch eine energetische ist) lässt ihn viele erstaunliche Dinge entdecken. Da wirken einzelne Stellen voll, leer, kraftlos oder kraftvoll, verquollen, hoffnungslos/ hoffnungsvoll, laut, leise, stark, schwach usw.usf. Die Liste möglicher Qualitäten, die potentiell im Verlauf eines Meridians zu finden sind, und der Worte um diese zu beschreiben, ist unendlich.

Möglicherweise stellt sich beim Behandler auch gleich ein Impuls ein, wie er diese Stelle berühren will. Das ist gut so und er sollte diesem Impuls folgen, um so Erfahrungen im Umgang mit Unterbrechungen sammeln. Wir haben alle ein natürliches Wissen, wie wir mit

solchen Bereichen in unserer Berührung umgehen möchten (mitunter muss dieses natürliche Wissen erst entdeckt oder unter überlagernden oberflächlicheren Impulsen freigelegt werden).

Welche der Unterbrechungen für eine Behandlung im Besonderen wichtig sind, ist häufig nicht von vorne herein zu sehen. Zwar erhält der Behandler bereits vor der Berührung Hinweise, die sich aus der spezifischen Reaktion auf den bewussten (und damit energetischen) Kontakt mit der Stelle ergeben.

Letztlich wird es aber oft erst in der Berührung klar, welchen Stellenwert ein Bereich für das ganze Schwingungsfeld hat. Zu den Informationen, die den Behandler hierauf hinweisen, zählen z.B. die unmittelbare lokale energetische Reaktion, aber auch die energetische oder auch deutlich körperliche Reaktion des ganzen Menschen, seine Atmung u.a.m. Nicht selten wird man die Bedeutung eines auffälligen Schwingungsbereiches auch rückblickend im weiteren Verlauf oder nach Ende der Behandlung aus der Wirkung auf das Behandlungsthema erkennen.

Ein wichtiges Prinzip dieser lokalen Arbeit liegt darin, immer gleich zum Zentrum einer Unterbrechung, sei sie ihrer Natur nach kyo oder jitsu, zu gehen. Das Zentrum ist der reaktivste Bereich, seine Berührung bewirkt die größte Veränderung. Shiatsu ist die Kunst, die wichtigen Bereiche unmittelbar und direkt zu berühren. Dabei mag das Zentrum unter der Behandlung wandern, manchmal kann man sogar den Eindruck haben, es spiele Katz und Maus mit dem Behandler und wolle sich der Berührung entziehen. Man sollte sich jedoch nicht abschütteln lassen, sondern in der Lage sein, dem wandernden Zentrum

zu folgen – wenn dies das richtige zu sein scheint.

Ziel der Behandlung ist immer, dieser Stelle mehr Freiheit anzubieten, so dass sie sich aus der momentanen Erstarrung befreien und weiterentwickeln kann. Die Weite im Behandler bietet diese zusätzliche Freiheit an. Darum ist es wichtig, diese in der Behandlung einer solchen Stelle beizubehalten, gleich, ob der Bereich nun lange in der Tiefe gehalten, verbunden, mobilisiert, stimuliert, „aufgeweckt“, massiert oder in anderer Weise angesprochen wird.

## Die Möglichkeiten von Kyo und Jitsu nutzen

Es ist sinnlos, zu versuchen, die Möglichkeiten der Arbeit mit der Kyo- oder Jitsu-Situation von Unterbrechungen aufzulisten. Zu vielfältig sind die Möglichkeiten, vor allem aber: jede Stelle braucht ihre eigene Qualität von Berührung. Wie oben bereits erwähnt, haben glücklicherweise Menschen ein natürliches Wissen über die richtige Berührung. Dieses natürliche Wissen muss für gutes Shiatsu wieder entdeckt und genutzt werden.

Es mag jedoch hilfreich sein, einige grundsätzliche Überlegungen hierzu anzustellen und die möglichen Berührungen in eine einfache Übersicht zu stellen. So gibt es immer die beiden Optionen, eine Stelle lokal, quasi für sich alleine zu behandeln oder sie in der Behandlung mit einer anderen Stelle zu verbinden, und den Raum, die Freiheit so konkreter werden zu lassen.

Entgegen einer weit verbreiteten Ansicht über die Arbeit mit lokalen Kyo- oder Jitsu-Bereichen besteht grundsätzlich für jede Stelle die

Möglichkeit, sie langsam oder zügig zu behandeln. Zwar wird man Jitsu-Bereiche meist rascher behandeln, um das festgehaltene Ki zu überreden, sich in Bewegung zu setzen. Jedoch ist es durchaus möglich, das gleiche Jitsu lange zu halten und ihm - insbesondere in Verbindung mit einem anderen Kyo- oder Jitsu-Bereich - mit Weite quasi als das Gegenteil seiner Natur, der Enge, entgegen zu treten. Wenn man geduldig zuschaut, kann man erleben, wie das Jitsu loslässt und weiter wird.

Ebenso bietet sich für einen Kyo-Bereich das geduldige Halten an, und zwar immer dann, wenn insbesondere ein tiefes Kyo auf diese Weise z.B. genährt, beruhigt oder ermutigt wird und sich in der Folge nicht mehr so stark vom restlichen Feld abgrenzen muss. Für andere (insbesondere nicht ganz so leere) Kyo-Qualitäten kann es jedoch richtiger sein, in der Tiefe zu stimulieren oder gar zu provozieren, um z.B. „Ki anzulocken“. Solche Stimulierungen erfüllen nur dann ihren Zweck, wenn sie in konkretem Kontakt mit der Tiefe des Kyos erfolgen. Oberflächliche Stimulierungen würden Ki

eher zerstreuen und Unruhe erzeugen.

Die Verbindung mit einem anderen Unterbrechungsbereich ergeben für die Behandlung zusätzliche Möglichkeiten. So wird sich Jitsu in Verbindung mit dem richtigen Kyo (es gibt für jedes Jitsu mehrere davon, eines auch immer in unmittelbarer Nähe) seine unterschiedene Energie-Dichte und -Konzentration mehr oder weniger aufgeben. Manchmal schmilzt es richtig gehend dahin.

Verbindet man ein Kyo mit einem anderen Kyo, so ergibt sich daraus die willkommene Möglichkeit, den verbindenden Raum im Tiefenkontakt in der Kommunizierenden Ebene selber entstehen zu lassen. Dies hat nicht selten eine tiefe Wirkung auf den Klienten. Überhaupt besteht die besondere Bedeutung und der Wert von Kyo in der Behandlung ja darin, dass es quasi den Zugang zur Tiefe, zur Kommunizierenden Ebene ermöglicht. Keineswegs bedeutet Kyo etwas negatives, es ist eine Chance!

Im Folgenden möchte ich eine kurze Übersicht über den Umgang mit Kyo- bzw. Jitsu-Unterbrechungen formulieren:

## **Kyo**

### Lokales Arbeiten:

- Im Tiefenkontakt Halten
- „Stimulieren“, „Beleben“

## **Jitsu**

### lokales Arbeiten:

- dynamisches Arbeiten in Kontakt zum Zentrum des Jitsu
- „in Bewegung bringen“



„Ermutigen“ etc.

(immer in konkretem  
Tiefenkontakt)

- Halten mit leichtem präzisiertem Kontakt, dabei Raum anbieten

In Verbindung:

- Kyo mit Kyo verbinden  
(Verbindung in der Tiefe)

- Kyo mit Jitsu verbinden  
(seltener)

in Verbindung:

- Jitsu mit Kyo verbinden  
(Jitsu erhält durch Verbindung zum Kyo mehr Freiheit)

- Jitsu mit jitsu verbinden  
(Behandlerin nimmt sich zurück und wartet)

Diese Tabelle gibt nur eine grobe Orientierung. Nimmt man sie zu wörtlich, verliert sie ihren Sinn. Letzten Endes muss sich die Behandlerin in jeder einzelnen Situation fragen – und das ist durchaus wörtlich gemeint –, was für diese eine Unterbrechung nun die richtige Herangehensweise ist, und dann ihrem Gefühl folgen. Ist man damit noch nicht so vertraut, wird man häufig ausprobieren müssen, um dann an der Weise wie es sich anfühlt bzw. an der Reaktion und

Wirkung der Behandlung zu sehen, was das richtige ist. Aber auch erfahrene Behandlerinnen werden immer experimentieren, Fehler machen, neues entdecken und neue Vorgehensweisen entwickeln. So bleibt Shiatsu auch nach Jahrzehnten der Praxis lebendig und interessant.

*Wilfried Rappenecker 2003*