

kurz gesagt

Energetische Shiatsu-Arbeit wirkt unheimlich intensiv. Die Berührungskompetenz, die wir mit unseren Händen entwickeln können, ist eine der wichtigsten Merkmale eines tiefgehenden Shiatus. Unsere Hände sind dabei hochsensible Werkzeuge. Sie können, wenn wir sie richtig einsetzen, in direkte Kommunikation mit KlientInnen treten und als heilsame Resonanz fungieren – wir geben Shiatsu, indem Zelle mit Zelle auf gleicher Ebene interagiert, der Geist begleitet die Erfahrung und findet Worte für die Qualität des Gewebes, die energetische Bewegung. In diesem Zustand des Eins-Seins zwischen KlientIn und PraktikerIn, kann Shiatsu zu einem Weg werden, auf dem heilsame Veränderungen möglich werden.



(c) Barbara Binder

Auch am 3. Tag unserer ÖDS-Tage kommen wieder viele Shiatsu-Praktizierende, um an Annelieses Workshop teilzunehmen.

Inhalt des Workshops

Wir können im Shiatsu einerseits manipulative Techniken und andererseits energetische Techniken benutzen. Entscheiden wir uns für energetisches Arbeiten, dann treten wir damit in eine tiefe Resonanz mit unseren KlientInnen ein. Benutzen wir unsere Hände energetisch, dann verweilen sie automatisch bei Stellen im Körper des Empfängers/der Empfängerin, die momentan bedürftig oder schwach sind (der Körper des Empfängers/der Empfängerin gibt automatisch feedback, unser Körper und unsere Hände reagieren automatisch darauf) und lauschen den Botschaften des Gewebes.



(c) Gudrun Horner

Was unsere Hände alles können – Fingerfarben machen es deutlich.

Die Botschaften des Gewebes

Die Hände versuchen die empfangenen Informationen gleich in geeignete Shiatsu-Techniken zu übersetzen und nutzen dabei kleine Gesten, Bewegungen und Impulse – Handsprache also. Wir spüren das feedback des Körpers unseres Klienten/unserer Klientin dann in unserem eigenen Körper, die Grenze zwischen GeberIn und EmpfängerIn, zwischen PraktikerIn und KlientIn verschwimmt, beide Körper werden eins, eine wunderbare Art des Verbunden-Seins, des Austausches, der Kommunikation jenseits der Grenzen unseres Verstandes beginnt.

"... die Grenze zwischen GeberIn und EmpfängerIn, zwischen PraktikerIn und KlientIn verschwimmt, beide Körper werden eins, eine wunderbare Art des Verbunden-Seins, des Austausches, ..."

Sich der Verantwortung der eignen Rolle in diesem „Austausch ohne Grenzen“ bewusst zu sein ist sehr wichtig. Alles was wahrgenommen wird – Schmerz, Gefühle, Ungleichgewichte erfordert einen klaren und achtsamen Umgang einerseits im Gespräch mit KlientInnen, andererseits mit der eigenen Abgrenzung.

Wichtig ist auch, dass wir das, was wir in dieser Verbindung erfahren, benennen können, denn nur so kann es nachhaltig wirken. Für Anneliese ist diese ganz spezielle Kompetenz in unseren Händen das Alleinstellungsmerkmal von Shiatsu.

Raum und Zeit öffnen

Anneliese zeigt uns, wie wir bei unseren Shiatsu-Behandlungen den Raum (Yin) und die Zeit (Yang) öffnen können und gibt uns den Hinweis: je knapper die Behandlungszeit ist, umso langsamer sollte unsere Behandlungsgeschwindigkeit werden, um optimale Ergebnisse zu erzielen und im Körper unserer KlientInnen möglichst positive Resonanz-Reaktionen zu erzeugen.

Anschließend an diese beeindruckenden Erfahrungen von Resonanz, Eins-Sein und Verbundenheit auf einer tiefen, energetischen Ebene, beschäftigen wir uns mit dem Sammeln von Techniken für unterschiedliche Behandlungssituationen:

- Yang fördern: sedieren, vibrieren, bewegend arbeiten, zerstreut arbeiten, mobilisieren, klopfen, schütteln
- neutral: den Raum abstecken
- Yin fördern: halten, lehnen, Sandwich-Technik, tonisieren, langsam arbeiten, tragen, wiegen

Bei manipulativem Shiatsu arbeitet v.a. der Praktiker/die Praktikerin, bei energetischen Shiatsu-Techniken arbeiten - durch die tiefe Verbundenheit - sowohl der Klient/die Klientin als auch der Praktiker/die Praktikerin. So können tiefgreifende Veränderungen stattfinden.

Energetisches Shiatsu ist wirkungsvoller, weil es nicht nur den Körper, sondern das ganze Wesen des Empfängers/der Empfängerin miteinbezieht.

*" Shiatsu ist die beste Begleitung für ein
gesundes, glückliches, langes Leben"*

Praktische Übungen

Anneliese zeigt uns, was unser Körper und unsere Hände vermögen, und wie tief wir Berührungen spüren können, wenn wir uns auf eine tiefe, energetische Ebene einlassen.



(c) Gudrun Horner

Anneliese demonstriert tiefe energetische Shiatsu-Arbeit – wir staunen, was sie dabei so alles fühlen kann.

Wir üben in Zweier-Gruppen wie es sich als Gebende und Empfangende anfühlt, über die Berührung - zuerst Rücken an Rücken, dann über die Hände - miteinander verbunden zu sein. Wir erfahren, dass unsere Hände viel mehr empfangen als andere Körperteile.

Bei einer zweiten Übung behandeln wir uns gegenseitig auf einer tiefen energetischen Ebene, ein kleines Stück Milzmeridian am Oberschenkel unserer Kollegin/unsere Kollegen ermöglicht es uns, den Zugang zu tiefer Verbundenheit zu erfahren und erste Schritte zu einem energetischen Shiatsu auszuprobieren.

Herzlichen Dank liebe Anneliese für deine beiden inspirierenden Workshops. Du hast uns gezeigt, wie tief Shiatsu gehen kann und dass wir mit unseren Händen und unserem Wesen alle Ebenen des Seins unserer KlientInnen erreichen können!

Weiter lernen:

Allen die sich näher mit dem Thema „Handsprache im Shiatsu“ beschäftigen wollen, empfehlen wir Annelieses Seminare: zu finden auf der Website www.kiatsu.at und im Kalender auf der ÖDS-Website <https://oeds.at/kalender/>