

Shiatsu als Weg in eine Achtsamkeitspraxis

Kurs und Schulung für die Studie „Shiatsu und Achtsamkeit“

Jede erfahrene Shiatsu-Praktiker*in weiß, wie bedeutsam die Achtsamkeit in der Behandlung ist: die Achtsamkeit, in der sich die Praktiker*in ihrer Klient*in zuwendet, die Achtsamkeit in der Berührung, in der sich so vieles jenseits von Worten auf die Klient*in überträgt und nicht zuletzt die Achtsamkeit im Raum, die als eine gute Atmosphäre ihren Teil zum Gelingen der Behandlung beiträgt.

Was wir aber oft übersehen, ist die Achtsamkeit, die die Klient*in in die Behandlung einbringt. Auch die schönsten Musikstücke, von den besten Musikern dargeboten, haben nur wenig Wirkung, wenn die Zuhörer nicht gelernt haben, sich der Musik mit ganzem Herzen und ganzer Aufmerksamkeit zu öffnen. Wenn wir unsere Klient*innen die Kunst einer shiatuspezifischen Achtsamkeit einführen, so verstärkt und vertieft dies zum einen die Wirkung unserer Behandlung und gibt den Klient*innen gleichzeitig die Möglichkeit, in den Zustand der Achtsamkeit einzutreten und sich so aus eigener Kraft einen Teil der Wirkungen unserer Behandlung zugänglich zu machen.

Dieses Wochenende wird als Schulung für die an der großen Studie „Shiatsu und Achtsamkeit“ teilnehmenden Shiatsu-Praktiker*innen wie auch als Fortbildung der GSD anerkannt. Sie beinhaltet eine Einführung in eine einfache und sichere Achtsamkeitspraxis und zeigt die Besonderheiten einer shiatuspezifischen Achtsamkeitspraxis auf.

Der Kurs beinhaltet außerdem die Einführung in das Forschungsprojekt und den Evaluierungsteil der Studie.

Vita Achim Schrievers



Geb. 1955, Studium der Sportwissenschaften, während eines zweijährigen Studienaufenthalts in Japan (1979 – 1981) bei Shizuto Masunaga in Tokio Shiatsu gelernt; entwickelte seinen Ansatz auf der Grundlage einer langjährigen Zen-Schulung und der Praxis von Taiji und Qigong.

Autor der Bücher „Durch Berührung wachsen“ (Bod 2019) und „Schätze des Shiatsu“ (Bod 2018)

Vita Karin Koers



Geb. 1972, Diplom-Wirtschaftsinformatikerin, B.Sc. Komplementärtherapie, Shiatsu-Praktikerin (GSD) und Coach (FH).

Als Er-Lebens-Begleiterin nutzt sie ihre vielfältigen Erfahrungen, um Menschen bei der Entfaltung ihrer Potentiale zu unterstützen. Seit 2012 beschäftigt sie sich mit der Erforschung von Shiatsu.

Autorin mehrerer Studien, u.a. zu Shiatsu und Coaching bei Stress (Grin 2016) und Beteiligung an Shiatsu-Forschungsprojekten.