

# Carola Beresford-Cooke Shiatsu

Leseprobe

[Shiatsu](#)

von [Carola Beresford-Cooke](#)

Herausgeber: Elsevier Urban&Fischer Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b13577>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>




## 1

Seit dem Erscheinen der Erstauflage dieses Buches ist die öffentliche Wahrnehmung der vielen Varianten komplexer Therapieformen stark angewachsen. Shiatsu ist zu einer weit verbreiteten und beliebten Körpertherapie geworden ... aber was ist es eigentlich? Was grenzt es von anderen Ablegern der großen südostasiatischen Medizin ab - wie Jin Shin Jyutsu, Ki-Therapie, Akupressur, Jin Shin Do, Seiki, Reiki, Thai-Massage, Qi-Heilung, Tuina, Anma? Worin unterscheidet es sich von Polarity-Therapie, Kinesiologie, Triggerpunkt-Behandlung, Zero Balancing und Spinal Touch? Diese Fragen sind nicht leicht zu beantworten, denn Shiatsu hat über Tausende von Jahren Einfluss auf andere Behandlungsformen ausgeübt und selbst unzählige Einflüsse absorbiert.

Seine Geschichte datiert zurück zu den Anfängen der chinesischen Medizin und angewandt wurde es vermutlich lange davor - allerdings nicht unter seinem jetzigen Namen, denn die japanische Bezeichnung Shi-atsu mit der Bedeutung *Fingerdruck* existiert erst seit dem Jahre 1915. Heute wird es auf der ganzen Welt praktiziert. Es wird von Therapeuten angeboten, die ihre Künste mit Namen wie Zen-Shiatsu, Movement-Shiatsu, Klassisches Shiatsu, Healing-Shiatsu, Barfuß-Shiatsu, Quantum-Shiatsu, Tao-Shiatsu, Ohashiatsu bezeichnen. Die Unterschiede zwischen diesen Stilen sind häufig das Thema heftiger Debatten in Fachjournalen. Es besteht ein langer und beständiger Austausch zwischen Shiatsu und anderen Formen von Körpertherapie, mit der Folge, dass Shiatsu-Techniken Einzug in unzählige andere Berührungsheilverfahren gefunden haben. Genauso wurde Shiatsu mit Techniken aus Chiropraktik, Massage, Kraniosakraltherapie und anderen angereichert. Zu den traditionellen japanischen Heilverfahren, die Shiatsu integriert hat oder womit es in Verbindung gebracht wird, gehören Seitai, ein Verfahren, das mit Gegendruck und Dehnungen arbeitet; Seikotsu, das auf den Techniken der alten Knochenheiler beruht, Kenkujutsu, einer Ausrichtung des Körpers basierend auf der Behandlung des Kopfes, und Shindenjutsu, einer Vielfalt an Behandlungstechniken der Bänder und Gelenke zur Ausbalancierung des ganzen Körpers. Ampuku, die viszerale Manipulation, ist heute ein integraler Bestandteil der Shiatsu-Technik, es wird aber auch als eigenständige Therapieform eingesetzt.

Die größte Schwäche von Shiatsu ist gleichzeitig seine größte Stärke. Als große Stärke gilt die einzigartige Flexibilität der Anwendung: es verfügt über die Tiefe einer Roling-Behandlung oder die Feinheit kranialer Osteopathie; es beinhaltet Mobilisierungstechniken der Thai-Massage oder Chiropraktik, Druck und Gegendruck der Kinesiologie und die magnetischen Prinzipien der Polarity-Therapie. Seine Schwäche besteht in der Schwierigkeit der Definition oder Abgrenzung. Für den Klienten ist das sicher kein Problem. Er ruht selig auf dem Futon in völliger Unkenntnis darüber, ob die Hände, die ihn geschickt von seinen Beschwerden befreien nach den Prinzipien des Fünf-Elemente-Shiatsu arbeiten oder einem integrativen/eklektischen Shiatsu-Weg folgen. Für Lernende oder Shiatsu-Praktiker, die bei der Begegnung mit Kollegen oder der Lektüre von Fachjournalen die sichere Struktur des konzeptuellen Rahmens ihrer Ausbildung infrage gestellt sehen, kann dieser Umstand jedoch ein Problem darstellen. Ein Problem auch für Ausbilder, die durch eigene Praxis Zugang zu einem immer größer werdenden Feld an Sinneserfahrungen erlangen, aber sich verpflichtet fühlen, die Darstellung ihrer Tätigkeit auf ein begrenztes Modell zu reduzieren, damit ihr Unterricht weiterhin den Standards entspricht.

Die Schwierigkeit Shiatsu zu definieren führte zu Meinungsverschiedenheiten innerhalb der Profession und behinderte die weltweite Anerkennung von Shiatsu. In den frühen Tagen seiner Verbreitung im Westen brachte der Status einer *Akupunktur ohne Nadeln* in den 70er Jahren große Erwartungen bezüglich seiner Heilkräfte mit sich; sowohl von Praktikern wie auch Klienten wurde davon ausgegangen, dass es eine deutlich wirksamere Heilmethode als andere Massage-Therapien darstelle. Als festgestellt wurde, dass die Heilwirkung mitunter tiefgreifend, aber ein anderes Mal weniger evident war, wie es bei Praktikern vorkommt, die noch relativ neu in ihrem Metier sind, wandten sich die Hoffnungen dem nächsten trendigen Verfahren zu und Shiatsu wurde nacheinander von Aromatherapie, Fuß-Reflexzonentherapie, Reiki und der Bowen-Technik verdrängt ... Gleichzeitig ignorierten Ärzte, die Akupunktur vorsichtig (im begrenzten Bereich der Schmerztherapie) in ihre schulmedizinischen Praxen mit aufnahmen, Shiatsu völlig. Es schien als könne dieses Verfahren keine gute Darstellung seiner Vorgehensweise und Wirkungen liefern.

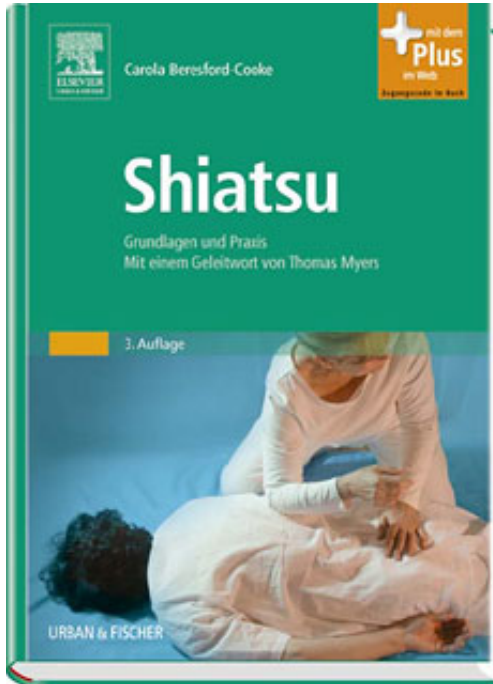


Dieser Umstand war vielleicht Glück im Unglück. Die Öffentlichkeit informierte sich selbstständig über die jeweiligen Vorzüge der verschiedenen Angebote im Bereich Komplementärmedizin und der Blick der Menschheit auf sich selbst wurde umfassender; die Wissenschaften drangen weiter vor in die subtilen Verbindungen zwischen Bewusstsein und Materie. Die unterschiedlichen Traditionen innerhalb der Shiatsu-Gemeinschaft können alle von einem Schritt in das 21. Jahrhundert profitieren. Sie haben die Möglichkeit die Verschiedenheiten, deren Wurzeln weit in die Geschichte zurückreichen, zu verstehen und zu akzeptieren. Ein gemeinsames Ziel könnte die Zusammenführung von Shiatsu-Praxis und heutiger Wissenschaft bzw. den Bedürfnissen einer modernen Welt sein.

Der gemeinsame Nenner der vielen voneinander abweichenden Stile wäre die Anerkennung ihrer Grundlage in der **Wissenschaft des Qi**, diesem erstaunlichen, intuitiven Verstehen der energetischen Eigenschaften

von Materie, das im China der zweiten Hälfte der Handynastie vor 2500 Jahren zum ersten Mal schriftlich aufgezeichnet worden war.

In vielen Aspekten des ostasiatischen Lebens hat die Wissenschaft des Qi die Jahrhunderte in kodierter oder symbolischer Form überdauert. Ihre Spuren findet man in so verschiedenen Bereichen wie Selbstverteidigung, Kunst, Literatur, Kochkunst, Blumenstecken und Architektur. Aber das Feld in dem die praktische Anwendung der Wissenschaft des Qi am meisten geprüft, erprobt und aufgezeichnet wurde, ist die Medizin. In der anspielungsreichen und poetischen Weise der chinesischen und japanischen Medizinklassiker, die in den dazwischen liegenden Jahrhunderten bewahrt und kommentiert wurden, liegt eine Wahrheit, die heute an einem Zeitpunkt zu uns gekommen ist, an dem ihr die moderne Wissenschaft, mit entsprechender Bereitwilligkeit, Berechtigung und Sinn verleihen kann.



Carola Beresford-Cooke

## Shiatsu

Grundlagen und Praxis. Mit einem Geleitwort von Thomas Myers - mit Zugang zum Elsevier-Portal

424 Seiten,  
erschienen 2012



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

[www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)