

Absichtslosigkeit und Wirksamkeit

Wilfried Rappenecker

Verliert Shiatsu etwas Wertvolles, wenn es in therapeutischer Absicht eingesetzt wird zur Linderung von Beschwerden? Widerspricht es dem Prinzip der Absichtslosigkeit, die Möglichkeiten des Shiatsu gezielt einzusetzen, um einen kranken Menschen zu unterstützen? In Gesprächen, an denen ich zum Thema "therapeutisches Shiatsu" teilnehmen konnte, äußerten einige Gesprächspartner solche Ansichten.

Im Folgenden möchte ich mein Verständnis von Absichtslosigkeit und Wirksamkeit im Shiatsu beschreiben und zur Diskussion stellen.

Absichtslosigkeit bedeutet zunächst, dass wir in unserem Shiatsu mit Innerer Weite vorgehen. Das ist recht ungewöhnlich und unterscheidet sich von unserer Vorgehensweise im Alltag. Denn um ein Ziel zu erreichen, konzentrieren wir normalerweise unsere Energie, indem wir uns (physisch und energetisch) anspannen und eng machen. Das erzeugt mehr Durchschlagskraft. Diese Ausrichtung zeigt sich umso ausgeprägter, je stärker der Widerstand ist, den wir erwarten.

Anspannung und Enge sind dann eine sehr wirksame Vorgehensweise, wenn wir glauben, unsere eigenen Vorstellungen durchsetzen zu müssen. Wollen wir jedoch einem Menschen Unterstützung geben auf der Suche nach passenden Lösungen für seine jetzige Situation, wird die durchschlagende Enge zu einem ernstzunehmenden Hindernis in unserer therapeutischen Arbeit. Enge will den Klienten in eine bestimmte uns sinnvoll erscheinende Richtung drängen. Wirkliche Entwicklungsschritte kann ein Mensch jedoch nur machen, wenn sie aus ihm selbst heraus kommen. Die Weite des eigenen Resonanzraumes wirkt sich dabei hilfreich aus.

Innere Weite der behandelnden Person bietet dem Klienten einen solchen Resonanzraum an. Meist lassen sich unsere Klienten im Shiatsu auf dieses Angebot ein und erlauben selber mehr Weite in ihrem Körperraum. Für mich als Behandler bedeutet diese Weite, dass ich die Wirklichkeit meines Klienten annehme, wie sie mir entgegentritt und dies zur Grundlage meiner Arbeit mache. Und das nicht nur, wenn alles glatt läuft, sondern vor allem, wenn es schwierig wird.

Jedwede Reaktion sehe ich als authentische Äußerung meines Klienten auf meine Berührung. Ich beobachte, versuche zu verstehen, folge und unterstütze u.U. die Bewegung, die sich in diesen Reaktionen andeutet. Ich schlage mögliche Richtungen oder Lösungen vor, werde jedoch der Versuchung widerstehen, den Klienten dabei in eine bestimmte Richtung drängen oder manipulieren zu wollen.

Jede wirkliche Heilung kann nur in dem Raum stattfinden, der entsteht, wenn die Beschwerden, der Schmerz, das Leid da sein dürfen. Durch unsere eigene Weite können wir unsere Klienten darin unterstützen. Steht eine TherapeutIn aus welchen Gründen auch immer unter dem Druck, dem Klienten seine Beschwerden nehmen zu müssen, verliert therapeutische Arbeit einen Teil ihrer Wirksamkeit.

Keinesfalls bedeutet Absichtslosigkeit jedoch, dass ich ohne Orientierung einfach nur Shiatsu mache, in der Hoffnung, dass es schon irgendetwas Gutes bewirken

wird. Im Gegenteil, eine klare Orientierung, Wahrnehmung der Situation und des Weges, den ich in meiner Arbeit einschlagen will, ist Voraussetzung für wirksames Shiatsu.

Keineswegs bedeutet Absichtslosigkeit also, dass ich darauf verzichte, mein theoretisches und praktisches Wissen, meine Erfahrung nach bestem Wissen und Gewissen zum Wohl meiner Klienten einzusetzen. Wenn sie Probleme haben, will ich mein Bestes tun, um ihnen darin zu helfen.

Der Einsatz von Shiatsu zur Linderung von Beschwerden stellt eine der großen Herausforderungen in der Shiatsu-Praxis dar. Auch nach vielen Jahren der Tätigkeit als Shiatsu-Therapeut bin ich immer noch gelegentlich versucht, das Ziel, das ich anstrebe, rascher durch das alte Engwerden zu erreichen. In diesem Sinne ist ein gezieltes therapeutisches Arbeiten in gewisser Weise der Test, ob ich nicht nur in meinen Wünschen und Fantasien sondern auch in der Wirklichkeit der alltäglichen Praxis in der Lage bin, den Schwierigkeiten mit Inneren Weite zu begegnen.

Absichtslosigkeit ist keine Frage der Moral. Im Shiatsu strebe ich diesen Zustand nicht an, weil er "gut" ist und ich ein guter Mensch sein will. Es ist lediglich sinnvoller, wirksamer (und gesünder), so zu arbeiten. Das ist alles. Absichtslosigkeit ist wirksamer im Shiatsu, weil Ki leichter seine Stagnationen überwindet und Ausgleich findet, wenn es in Weite berührt wird.

Aber was bedeutet Wirksamkeit in diesem Zusammenhang?

Im Shiatsu sollten wir meiner Meinung nach das Wesen von "Wirksamkeit" in einer anderen Weise verstehen als wir es von der Schulmedizin her kennen. Dort bedeutet Wirksamkeit einfach, dass ein Behandlungsverfahren die Symptome eines Leidens statistisch nachweisbar mindert.

Das ist sicherlich ein legitimes Verlangen. Viele unserer Klienten kommen primär aus dem Grunde zu uns, weil sie etwas loswerden wollen, das ihnen Schmerzen bereitet oder sie anderswie beunruhigt. Wenn Shiatsu hier nicht oder nur selten hilft, werden viele sicher nicht wieder kommen.

Die Shiatsu-Praxis zeigt jedoch, dass die wahrnehmbaren Symptome unseres Klienten die Oberfläche eines eher komplexen energetischen Geschehens darstellen. *Es ist diese energetische Dynamik, mit der wir im Shiatsu in erster Linie arbeiten.* In diesem Zusammenhang verstehe ich meine Behandlung als wirksam, wenn als Folge meiner Berührung das Stagnationsmusters, das die Beschwerden hervorbrachte, in Bewegung kommt und sich verändert.

Nehmen wir als Beispiel einen Klienten, der wegen Kopfschmerzen zu mir kommt. Diese mögen z.B. durch Stagnationsmuster der Gallenblasen-, der Blasen- oder der Magen-Energie ausgelöst sein und mit einer Vielzahl von lokalen Stagnationen in Zusammenhang stehen. Eine wirksame Shiatsu-Behandlung wird das Energiemuster in Bewegung bringen, das mit den Kopfschmerzen in Zusammenhang steht.

Überwiegend wird nach (oder schon während) einer solchen Behandlung der energetische Ausgleich eine Linderung der Kopfschmerzen bewirken. Es ist aber auch möglich, dass es vorübergehend zu einer Verstärkung derselben kommt oder

dass keine Besserung eintritt. Ob meine Behandlung wirksam war, erkenne ich nicht daran, ob die Kopfschmerzen sofort verschwinden oder nicht, sondern daran, ob die dahinter stehenden energetischen Muster in Bewegung geraten sind. Dass die Beschwerden verschwinden, entzieht sich jedoch meiner Kontrolle. Darüber entscheidet allein das ‚System‘ des Empfängers.

Im Shiatsu setze ich einerseits alle meine Fähigkeiten und Erfahrungen ein, um meinem Klienten zu helfen. Andererseits akzeptiere ich, wenn unsere Zusammenarbeit keine Linderung der Symptome mit sich bringt und verstehe dies nicht als ein Versagen meinerseits. Ich weiß, dass meine Behandlung auch in einem solchen Fall viel in Bewegung bringen und Wirkungen auslösen kann, die mitunter wichtiger werden können als eine kurzfristige Beseitigung von Beschwerden. Beipielsweise mögen tiefere Themen sich zeigen, die mit den Beschwerden in einem wesentlichen Zusammenhang stehen. Vielleicht kommt es im Verlauf dieses Prozesses zu einer Linderung - oder es geht in eine ganz andere unerwartete Richtung.

Shiatsu ist in erster Linie Prozessbegleitung. Der Verlauf ist zu Beginn meist nicht absehbar. Im Rahmen solcher Prozesse kann Shiatsu unseren Klienten auf zweierlei Weise helfen: Zum einen werden oftmals Beschwerden abnehmen oder völlig verschwinden. Gleichzeitig erhalten unsere Klienten die Möglichkeit, sich mit anderen und möglicherweise tieferen Fragen ihrer körperlichen und seelischen Gesundheit auseinanderzusetzen.

Verstehen wir aber Wirksamkeit auf eine verkürzte Weise als das bloße Beseitigen von Symptomen, dann besteht in der Tat die Gefahr, dass Shiatsu mit dem Verständnis für die "tieferen" Zusammenhänge und das Wesen unserer Arbeit etwas sehr Wesentliches verliert. Dann negieren wir den Prozess, in den unsere Klienten sich begeben, wenn sie Shiatsu in Anspruch nehmen und verschenken die einzigartigen Möglichkeiten, die Shiatsu hierin bietet. Wir vertauschen die Weite des Shiatsu mit der Enge des Zwangs zum raschen Erfolg.

Wilfried Rappenecker 1998 und 2022