

# Raum für Vielfalt und Entwicklung



WWW.FOTO-LMPF.DE

»Shiatsu« bedeutet wörtlich übersetzt »Fingerdruck«. Seit den 80er Jahren hat sich diese japanische Körpertherapie, die aus der traditionellen chinesischen Massage entstanden ist, in Europa weit verbreitet. **Beate Küppers** sprach mit **Claudia Per**, die das Europäische Shiatsu Institut in der Schweiz leitet.

» Das Europäische Shiatsu Institut besteht mittlerweile seit über 20 Jahren als kooperativer Zusammenschluss von Schulen aus Deutschland, Österreich, Italien und der Schweiz. Wie kam es zu seiner Entstehung? Ende der 70er Jahre gab Wataru Ohashi die ersten Shiatsu-Kurse in Deutschland, etwas später auch in der Schweiz. Er hatte von Shizuto Masunaga, einem der Urväter des Shiatsu in Japan, gelernt. Viele der Menschen, die damals diese Kurse besucht haben, waren als Pioniere der ersten Stunde sehr idealistisch. Heute zählen sie zu den alten, namhaften Shiatsu-Lehrern in Europa. Im Lauf der Jahre entstand das Bedürfnis, Shiatsu in eine Ausbildung zu fassen. Als Ohashi 1989 den europäischen Lehrern und Organisatoren die Regie für die Kurse übergab, war es eine Gruppe von 15 Menschen aus Deutschland, Italien, Österreich und der Schweiz, die das Europäische Shiatsu Institut (ESI) gründeten. Damals war ein solches Netzwerk völlig neu, und heute ist das im Grund genommen immer noch so.

Shiatsu ist auch in Japan eine relativ junge Behandlungsmethode, die erst zu Beginn des 20. Jahrhunderts so benannt wurde. Wie würdest du den Unterschied zwischen Shiatsu und einer klassischen Massage beschreiben?

Als energetische Körperarbeit basiert Shiatsu auf dem Konzept der Meridiane und der fünf Wandlungsphasen, wie sie in der traditionellen fernöstlichen Medizin beschrieben werden. Es sind im Wesentlichen zwei Japaner, Tokujiro Namikoshi und Shisuto Masunga, die verschiedene Massageformen und Druckpunkttherapien bis zur heutigen Form weiterentwickelt haben. Dieses Shiatsu ist eine sanfte und tiefe Form der Körperarbeit. Sie bezieht sich auf den ganzen Menschen, auf alle seine Lebensaspekte und deren Qualitäten, die sich in den Meridianen zeigen. Außerdem ist sie absichtslos: Sie will weder irgendetwas besser machen, noch etwas wegzaubern. Somit unterstützt und zentriert sie den Menschen in einem ganz einfachen, klaren und herzbezogenen Kontakt zu sich selbst. Das ist die Kunst! Ob man dazu Shiatsu-Massage oder Körpertherapie sagt, ist zweitrangig. Die besondere Qualität liegt für mein Verständnis darin, dass während der Behandlung ein Raum für Begegnung und Dialog entsteht, mit und ohne Worte, in dem es möglich wird, sich selbst zu begegnen und neu wahrzunehmen. Damit werden auch Unausgeglichenheiten im eigenen Leben und im Körper bewusster spürbar. Diese Ausrichtung macht das Shiatsu so lebendig und tief bewegend. Und so ist auch die Ebene des Miteinanders in unserer Schule.

Du leitest seit zweieinhalb Jahren das ESI in der Schweiz. Wie bist du selber zum Shiatsu gekommen?

Ich hatte vor 18 Jahren nach einem Auto-unfall ein schweres Schleudertrauma. Keine der konventionellen Herangehensweisen hat etwas gebracht, selbst die Osteopathie blieb erfolglos. Ein Bekannter empfahl mir, Shiatsu auszuprobieren, und ich erhielt eine

Serie von Behandlungen. Kopfschmerzen und Schwindel verschwanden und sind bis heute in dieser Form nicht zurückgekehrt. Doch das größte Erlebnis für mich war nicht das Thema, mit dem ich gekommen war, sondern dass ich mich wertfrei gesehen fühlte und mich dadurch selbst sehen konnte. Ich war schon vorher in meiner Tätigkeit als Sozialpädagogin, während des Psychologiestudiums und in der Heilpraktikerausbildung auf der Suche nach einem Raum, wo Entwicklung und Entfaltung im besten Sinn geschehen können. Mein Erleben im Shiatsu war wie eine Initialzündung. Diese Form des Miteinanders und die große Wertschätzung dem Leben gegenüber lässt mich seitdem nicht mehr los. Damals habe ich verschiedene Shiatsu-Schulen angesehen und wusste ganz klar, dass ich meine Ausbildung am ESI machen möchte. Dort wird eine große Offenheit und Wahlfreiheit für die einzelnen Abschnitte ermöglicht. Die Schüler können die Kurszentren, aber auch die Lehrer und sogar den Rhythmus, in dem sie die Ausbildung durchlaufen möchten, individuell und je nach ihrer persönlichen Lebenssituation wählen.

Wie lässt sich eine solche Freiheit mit den Anforderungen in Einklang bringen, die für eine Anerkennung der Shiatsu-Ausbildung eingehalten werden müssen?

Das ist tatsächlich ein großes Spannungsfeld! Eine unserer grundlegenden Überzeugungen ist, dass Lernen in einem achtsam geprägten Raum und in freier Wahl am besten gelingt. Gleichzeitig gibt es auch am ESI eine definierte Ausbildungsstruktur.

Ich sehe sie als eine Art Leitplanke, die genügend Möglichkeiten lässt, den persönlichen Weg enger oder weiter, langsamer oder schneller zu gestalten. Leider beobachten wir in den letzten Jahren eine zunehmende Institutionalisierung. In jedem Land gibt es einen Berufsverband, der beschreibt, was Shiatsu ist, was einen Lehrer zum Lehrer macht und eine Schule zur Schule. Die Verbände sind in die jeweiligen nationalen Bedingungen eingebunden und all das beeinflusst unsere Schule. Viele unserer Lehrer engagieren sich aber auch selbst in den Berufsverbänden und bringen ihre Vorstellungen dort ein.

In der Schweiz wird eine landesweite Anerkennung für den Berufsabschluss Komplementärtherapie angestrebt. Das bedeutet mehr Institutionen, mehr Politik, mehr Verschulung. Das Lernen aus Erfahrungen, die Vielfalt und die Entwicklung des größtmöglichen Potenzials jedes einzelnen kann in einer institutionalisierten Umgebung nicht mehr frei, am Leben selbst stattfinden. Meiner Meinung nach zeigt sich Qualität gerade am Lebendigen. Daran, dass ich mit meinen Möglichkeiten in Verbindung komme und bereit bin, mich weiterzuentwickeln. Vielfalt und persönlicher Lebensausdruck lassen sich nicht in einer festgelegten Form beschreiben.

Ich sehe das so ähnlich wie die EU-Norm für die Gurkenkrümmung. Im Garten sieht jede Gurke anders, spannend und toll aus. Und sie schmeckt nach Gurke! Wenn ich in meinem Garten bin, fühle ich eine große Wertschätzung beim Anblick der Gurken. Für uns in der Schule ist das eine tiefe philosophische Frage, was Vielfalt bedeutet im Gegensatz zu ISO-Zertifikaten, die den internationalen Normen für Qualitätsmanagement entsprechen. Wir sind immer wieder mit der Frage unterwegs, wie hier ein Paradigmenwechsel stattfinden kann, wie wir mit dem System des linearen Denkens und gleichzeitig mit dem Leben, das dynamisch, kraftvoll und vernetzt ist, verbunden sein können.

**In der Shiatsu-Ausbildung am ESI geht es also neben der Vermittlung von Wissen und Praxis auch um die Entfaltung des ganz persönlichen Potenzials. Wie kann denn ein in diesem Sinn vielfältiger Weg ganz konkret aussehen?**

Alle Menschen an unserer Schule machen ihre Entwicklung und ihre Erfahrungen – als Lernende, als Lehrende oder in der Or-

ganisation. Die einzelnen Wege können ganz unterschiedlich aussehen. Es gibt kein Richtig und Falsch, kein »Das-darf-Sein« oder »Das-darf-nicht-sein«.

Innerhalb der Ausbildung gibt es immer wieder Momente des Innehaltens und der Reflexion. Im Tutorium gibt es Anregungen, in welche Richtung eine weitere Entwicklung gehen könnte. Denn um andere Menschen in ihrem Prozess achtsam und wertfrei begleiten zu können, bedarf es besonderer Kompetenzen der eigenen Person. Bei einer alleinerziehenden Mutter, die an unserer Schule ihre Ausbildung begonnen hatte, stellte sich zum Beispiel irgendwann heraus, dass es gut wäre, diese Fähigkeiten zu erweitern. Aus der gemeinsamen Überlegung, wie ihr individueller Weg dahin aussehen könnte, kreierte sich unter anderem die Empfehlung, für die nächste Ausbildungsstufe an ein anderes ESI-Institut zu gehen, um dort andere Sichtweisen und Impulse zu erfahren. Die junge Frau meldete sich in München an, und nach ihrer Rückkehr war es, als hätte sich eine Tür in ihr geöffnet. Sie war auf einmal in einem unmittelbaren Kontakt zu sich selbst und damit in der Lage, sich auch in ihrem Umgang mit anderen Menschen weiterzuentwickeln. An diesem Prozess waren viele Menschen beteiligt: die Familie, Mitlernende, Lehrende, ich als Schulleiterin und schließlich ein anderes Land mit ganz anderen Menschen. Das ist das Besondere am ESI, dass so etwas möglich ist.

Irgendwann wird diese Frau ihr Diplom bekommen, sozusagen als Sahnehäubchen oben drauf. Das Wesentliche war und ist aber der Weg dahin. Die Erfahrung, mit den eigenen ungeahnten Möglichkeiten in Kontakt zu kommen, möchte sie selber nicht missen. Selbstverständlich sind ein solcher Weg und auch die Begleitung dabei sehr aufwendig, aber andererseits ist gerade das für alle Beteiligten auch lebendig und vielfältig.

**Ist das der Grund, warum auch »Kommunikation« als Ausbildungsfach im Lehrplan verankert ist?**

Shiatsu ist keine Psychotherapie. Gleichwohl begegnen wir in der Behandlung dem ganzen Menschen und begleiten ihn auf seinem individuellen Lebensweg. Dazu bedarf es Kompetenz in der Kommunikation, die geschult werden will. Einfach nur zu sagen: »Ich weiß schon, was Sie meinen«, ist kontraproduktiv. Es geht auch darum,

als Therapeut zu erkennen, wo die eigenen Möglichkeiten und Grenzen liegen, z.B. im psychopathologischen Bereich, wenn jemand dort gezielte Betreuung braucht.

Hier kommt die Verschiedenheit der Kulturen deutlich zum Ausdruck. Die Menschen in Berlin sind kulturell anders geprägt als die in der Schweiz. Die klassische »Berliner Schnauze« zum Beispiel ist gerade und direkt heraus. Die Schweizer dagegen haben eine besondere Seelentiefe und Sorgfalt im Benennen der Dinge. So basiert therapeutische Kommunikation in den verschiedenen Ländern zwar auf ähnlichen Grundlagen, doch wird sie unterschiedlich vermittelt.

**Wie funktioniert unter diesem Aspekt die Kommunikation zwischen den einzelnen ESI-Instituten?**

Wir arbeiten seit einiger Zeit mit einer Supervisorin, die uns dabei unterstützt, unsere eigenen systemischen Verbindungen zu klären. Das Curriculum des ESI sichert einerseits die Gemeinsamkeiten und die dichte Vernetzung der einzelnen Institute. Doch diese Strukturen haben sich mit der Zeit verfestigt, was Auswirkungen auf unser Miteinander hat. Durch den wertfreien Blick auf das, was ist, kommen dieselben Personen, die sich gerade noch in den kristallisierten Strukturen und Rollen bewegt haben, wieder in Verbindung mit dem Lebendigen und mit ihrem ureigenen Potenzial. Nach einer solchen Arbeit beginnt unsere Kommunikation sich zu verändern und das Miteinander gestaltet sich neu. Was am ESI nach all den Jahren immer noch Kraft hat, ist die Vision von Lebendigkeit, Freiheit und größtmöglicher Offenheit. Und was uns als Schule wichtig ist, bleibt auch für jeden einzelnen ein Weg. Wohin der uns führt, wird sich zeigen – aber ganz sicher bleibt es lebendig!

**Das klingt spannend! Vielen Dank für das schöne Gespräch. ●**

**Claudia Per (42)** ist Schul- und Geschäftsleiterin des Europäischen Shiatsu Instituts Schweiz und in eigener Praxis tätig. Sie lernte und studierte Sozialpädagogik und Psychologie an der Universität Köln und absolvierte Ausbildungen zur Heilpraktikerin und Shiatsu-Therapeutin.

#### **Druckpunkte im Netz:**

[www.shiatsu-stitut.ch](http://www.shiatsu-stitut.ch), [www.shiatsu-institut.eu](http://www.shiatsu-institut.eu)  
[www.shiatsu.de](http://www.shiatsu.de)