

von Cliff Andrews

Shiatsu, wir wissen, dass es funktioniert - aber wie? Die wissenschaftliche Grundlage

Endlich haben wir zuverlässige Beweise - jetzt, da das Forschungsprojekt der ESF (European Shiatsu Federation) formal vorliegt -, dass Shiatsu effektiv ist. Es bleibt jedoch immer noch die große Frage, wie Shiatsu wirklich funktioniert. Wenn wir Shiatsu lernen, tauchen wir ein in einen Prozess, der herausfordernd ist, inspirierend und uns in jeder Hinsicht bereichert. Er umfasst Erfahrungen, die sich einreihen lassen zwischen Meditation und Körperarbeit, Qi Gong und Meridianscannen. Es scheint, als könnte die wissenschaftliche Forschung jetzt wirklich auf mögliche Mechanismen verweisen, die erklären, wie Shiatsu funktioniert, und warum wir Shiatsu auf eine bestimmte Art und Weise unterrichten.

Elektrische Ströme im menschlichen Körper werden bereits seit einiger Zeit erforscht und dokumentiert. Mit Diagnosegeräten können die Aktivitäten des Herzens und des Gehirns gemessen werden. Erst vor kurzem wurden Geräte entwickelt, die empfindlich genug sind, biomagnetische Felder zu messen. Jede Form von elektrischer Aktivität produziert ein entsprechendes elektromagnetisches Feld. Diese Eigenschaft wird bei der Übertragung von Radiosignalen und in Elektromagneten genutzt. Sie findet tausendfach Anwendung in Apparaten, die wir im täglichen Leben gebrauchen. Jedes leitende Medium - sei es ein Leitungsdraht oder der menschliche Körper - ist in der Lage, entweder als Sender oder Empfänger von elektromagnetischen Informationen zu funktionieren. Körper und Geist funktionieren wie eine



zusammenhängende lebendige Matrix, die sowohl Produzent als auch Empfänger von biomagnetischen Feldern ist.

Das biomagnetische Feld des Herzens - das stärkste, das vom Körper produziert wird - kann, wenn man die neuesten Geräte anwendet, in einer Entfernung von drei Metern wahrgenommen werden. Jede physische, emotionale und mentale Aktivität unseres Körpers produziert eine charakteristische Komponente im gesamten biomagnetischen Feld. Es ist faszinierend zu sehen, dass die Art und Weise, wie wir die

Ki-Diagnose machen, dazu führt, die physischen und mentalen Aktivitäten in unserem Körper zur Ruhe zu bringen. Das geschieht in einem Prozess, der den Meditationstechniken ähnelt. Gerade dieser Prozess ist nötig, um unsere eigene lebendige Matrix vom Status des Senders in den des Empfängers von biomagnetischen Signalen umzuwandeln.

Im Shiatsu setzen wir bei der Ki-Penetration das entspannte Körpergewicht ein, um mit den Meridianen Kontakt aufzunehmen, Punkte zu behandeln und eine Ver-



bindung zwischen unseren Händen herzustellen. Jetzt gibt es einen klaren Beweis dafür, dass das, was wir subjektiv fühlen, Realität ist.

Es wurde festgestellt, dass die Stärke des Ki, die wir als ausgebildete Shiatsu-Praktiker tatsächlich projizieren, ungefähr 1000mal stärker ist als das biomagnetische Feld des Herzens, das normalerweise, wie oben erwähnt, das stärkste in unserem Körper ist. Und es ist sogar ungefähr 1.000.000 mal stärker als das biomagnetische Feld, das in unserem Gehirn produziert wird. (James L. Oschman „Energy Medicine“, S. 79)

Noch faszinierender ist die Tatsache, dass dieses biomagnetische Feld, das von unseren Händen ausstrahlt, wenn wir arbeiten, nicht auf einer einzigen Frequenz bleibt, sondern durch ein Spektrum von Frequenzen scannt, wodurch die Heilung der verschiedenen Arten von Körpergewebe erhöht wird. Es ist tatsächlich so, dass Maschinen, die die biomagnetischen Frequenzen unserer Hände simulieren, bereits hergestellt und regelmäßig in einigen Krankenhäusern eingesetzt werden, um den Heilungsprozess bei schwer heilenden Wunden in Gang zu setzen. (Oschman, S. 74) Wir haben jetzt keinen Grund mehr, daran zu zweifeln, dass die Meridianbahnen tatsächlich existieren. Bill Palmer schrieb in einem „Newsletter“-Artikel (Winter 2008, Ausgabe 108): Die Fotografien von kohärenten Biophoton-Emissionen von Fritz-Albert Popp haben uns eindrucksvolle Bilder der Meridianbahnen - im Infrarot-Spektrum illuminiert - gezeigt. Wie diese kohärenten Photonenbahnen mit den Meridianfunktionen in Zusammenhang gebracht werden können, ist ein anderes Rätsel. Bei einer Tagung über Quanten-Kohärenz und Meridiane befragten Patrizia Stefanini und ich den Quantenphysiker Emilio Del Giudice nach genau diesem Phänomen. Seine Antwort war: Es ist Eure Sache, das herauszufinden. Die wahrscheinlichste Erklärung, die wir gefunden haben, liegt in der embryologischen Entwicklung der Faszien und des Bindegewebes.

Aber wie steht es mit der Diagnose? Ich habe eine Lieblingstechnik, um dieses wichtige Moment der energetischen Komponente der Haradiagnose im Unterricht zu demonstrieren. Ich suche zunächst einen Kyo- und Jitsu-Meridian im Hara und spanne meine Hände und Arme dann so an, dass die Unterschiede zwischen den Harazonen verschwinden und sich die Bauchdecke überall gleich anfühlt. Die Diagnose verschwindet geradewegs vor unseren Augen. Das ist ganz einfach - probiert es selber aus. Aber welcher Mechanismus ist hier am Werk? Wohin verschwinden Kyo und Jitsu im Hara? Und warum könnte dieses Experiment uns helfen zu verstehen, wie wir eine Haradiagnose machen können?

Es scheint, als sei die tatsächliche physische Berührung des Hara nur Teil einer Meta-Wahrnehmung, die es uns erlaubt, das Hara zu „diagnostizieren“ oder deren „Energie zu lesen“. Physische Berührung ist nicht einmal nötig, da es möglich ist, die Unterschiede in den Harazonen ohne Berührung der Körperoberfläche herauszufinden, wenn man die „ätherische“ Diagnose, auch „off the body“-Technik (körperferne Technik) genannt, anwendet. Pauline Sasaki veränderte Masunagas Original-Hara-Berührungstechnik dadurch, dass sie eine leichtere Art der Berührung einführte und die Ausrichtung und Durchlässigkeit der Wirbelsäule mehr betonte. Sie hat damit das ganze Feld als wichtige Komponente einbezogen, wie sie es in den siebziger Jahren bei Akinobu Kishi gelernt hatte. Die Logik dieses Ansatzes besteht darin, dass er den physischen „Input“ aus der direkten Verbindung zur lebendigen Matrix über die Berührung der Körperstruktur mit Informationen aus dem weiteren biomagnetischen Feld ausgleicht. Wenn wir das Hara berühren, fühlen wir den Körper oder genauer gesagt die lebendige Matrix, also ein verbundenes Ganzes. Wir fühlen etwas Physisches, das weich, hart etc. sein kann. Durch die Ausrichtung und die leichtere Art der Berührung bekommen wir aber auch Informationen aus dem biomagnetischen Feld des Klienten. Wenn wir unsere Hand z.B. auf die Herzzone des Hara



legen, stimmen wir im wesentlichen unser Feld - das Bindegewebe fungiert als Medium - auf bestimmte Frequenzen des biomagnetischen Feldes ein. Je leichter die Berührung und je betonter die Ausrichtung, desto mehr Informationen können wir von den Auswirkungen der Meridiane auf das Feld aufnehmen und desto weniger von den inneren Organen.

Wenn die Ki-Muster der Meridianfunktionen durch charakteristische Komponenten im ganzen biomagnetischen Feld repräsentiert werden, sollte es möglich sein, diese zu fühlen. Folgendes Experiment habe ich kürzlich in einem Workshop ausprobiert. Ich bat die Studenten, sich einen Partner zu suchen und ihn in einer Entfernung von ungefähr zwei Metern mit geschlossenen Augen zu spüren. Der Partner machte dann die Meridian-Ausdrücke nach Masunaga (also die Übungen, die den inneren energetischen Zustand physisch zum Ausdruck bringen, z.B. für den Magenmeridian die Bewegung nach vorn, für den Gallenblasenmeridian die Bewegung zu den Seiten etc.), um eine Änderung im eigenen biomagnetischen Feld hervorzurufen. Es war faszinierend zu sehen, dass die Studenten keine Probleme hatten, mit geschlossenen Augen die Unterschiede im Feld ihrer Partner zu erspüren und zu beschreiben.

In der Diagnose verbinden wir die Wahr-

nehmung unserer direkten Berührung einer Zone mit der erweiterten Wahrnehmung des biomagnetischen Feldes. Unsere Erfahrung als Shiatsu-Praktiker fungiert dann als Filter, der es uns ermöglicht, unser Bewusstsein über die Meridianfunktionen zu nutzen.

Wahrscheinlich ist es so, dass wir dies dann zu einer Meta-Wahrnehmung verbinden und somit in der Lage sind, Kyo und Jitsu zu interpretieren. Eine der genialen Qualitäten des Masunaga-Systems ist es, dass es den kinästhetischen¹ Ansatz beim Lernen der Meridianfunktionen durch die oben erwähnten Meridian-Ausdrücke betont. Dies verwandelt die Theorie in eine unmittelbare Erfahrung der charakteristischen biomagnetischen Muster.

Das erste, was wir im Shiatsu lernen, ist die Zentrierung und Ausrichtung. Wir lernen, uns mit dem universellen Ki zu verbinden, so dass wir das Ki eines anderen spüren und unseren Empfänger effektiver behandeln können. Wie aber kann das nachvollziehbar funktionieren?

Eine mögliche Erklärung mag in der sogenannten „Schumann Resonanz“ liegen. Bestimmte Frequenzen im Magnetfeld der Erde - tausendmal stärker als das biomagnetische Feld, das von unserem eigenen Körper produziert wird - haben, was faszinierend ist, Ähnlichkeit mit den Alphawellen unseres Gehirn. Dies hat un-

ter Wissenschaftlern zu der Annahme geführt, dass unsere Ausrichtung und die Einstimmung auf das universelle Ki die Alphawellen unseres Gehirns resonanzfähig macht, das heißt, dass sie mit der Schumann Resonanz schwingen oder in sie hineingezogen und potenziert werden. Die „Schumann Resonanz“ ist ein Pulsieren im elektromagnetischen Feld, das durch stehende Wellen (als Folge von Blitzschlägen) verursacht wird. Es befindet sich überall um uns herum. Wenn zwei Frequenzen dicht beieinander liegen, haben sie die starke Tendenz zu verschmelzen, es kann aber auch sein, dass die schwächere Frequenz der stärkeren folgt. Diesen Vorgang kann man als Einschwingung bezeichnen. Dies könnte auch erklären, warum wir in der Meditation das Gefühl haben, mit einer größeren Energiequelle als wir selbst es sind verbunden zu sein.

Wie nun sieht es mit dem entspannten Körpergewicht aus? Warum ist es so wichtig, dieses zu nutzen, um mit dem Meridian-Ki in Verbindung zu kommen? Muskelkontraktion hat viele Auswirkungen; sie schafft nicht nur ihr eigenes Muster im biomagnetischen Feld, sondern hat auch eine Auswirkung auf das Bindegewebe und das Nervensystem. Wenn wir unseren Körper bei unserer Arbeit entspannen, hat das zwei Auswirkungen: Wir erhöhen damit unsere Empfindsamkeit für das biomag-

netischen Feld unseres Klienten, und zwar dadurch, dass wir unser eigenes Feld beruhigen, außerdem erhöhen wir unsere Intention und unsere Fähigkeit, Ki zu projizieren - das verbessert auf perfekte Weise die Wirkung unserer Behandlung und darüber hinaus unsere Fähigkeit, uns auf das einzustimmen, was während unserer Berührung geschieht.

Intention, manchmal auch „geistige Ausrichtung“ genannt, wird von manchen Lehrern als ein wichtiger Teil der Shiatsu-Technik betont. Aber wie ist es möglich, unseren Geist zu gebrauchen, um zu verändern, was wir wahrnehmen und zu spüren, welche Auswirkung das auf unsere Berührung hat? Im Gehirn wird tatsächlich ein biomagnetisches Feld geschaffen, bevor eine Handlung überhaupt stattfindet (Oschman, S. 36). Der berühmte Satz aus dem klassischen Tai Chi „Der Geist leitet das Ki und Ki leitet das Blut“ kommt der Beobachtung sehr nahe, dass tatsächlich ein biomagnetisches Feld im Gehirn entsteht, bevor irgendeine Bewegung stattfindet.

Und warum üben wir Druck aus? Warum benutzen wir Rhythmus und Tiefe? Worin besteht der Unterschied, wenn wir einen Punkt drücken oder ihn nur halten? Die Antwort liegt in der piezoelektrischen² Eigenschaft des Bindegewebes. Wenn wir einen Gasanzünder benutzen und das „klickende“ Geräusch hören, bevor der Funke das Gas anzündet, dann hören wir, wie ein Kristall zusammengepresst wird. Durch diesen Prozess, der Piezo-Elektrizität genannt wird, wird ein elektrischer Funke abgegeben. Eine der bemerkenswertesten Eigenschaften unseres Bindegewebes ist es, dass es eine flüssige Kristallstruktur hat und die selben piezo-elektrischen Eigenschaften wie oben beschrieben (Oschman, S. 55). Wenn wir einen Meridian „drücken“, wird das dazugehörige Bindegewebe einen elektrischen und einen biomagnetischen Puls kreieren. Diesen können wir als eine Veränderung unter der Mutterhand, also der lauschenden Hand, spüren. In der Praxis arbeiten wir in einem bestimmten Tempo und einer bestimmten Tiefe, um die Veränderung im Meridian zu optimieren. Dies „überwachen“ wir mit der Mutterhand. Wenn wir einen Punkt über eine längere Zeit halten, werden die piezo-elektrischen Wirkun-

gen verringert, und die Wirkungen der Ki-Projektion werden dominanter.

Es ist interessant, dass piezo-elektrische Substanzen in vielen Geräten als empfindliche Detektoren benutzt werden, weil die elektro-physischen Eigenschaften der Piezo-Kristalle umkehrbar sind und Veränderungen in den physischen Dimensionen hervorgerufen werden, wenn sie elektrischen Strömen ausgesetzt sind. Dies könnte das Phänomen erklären, von dem „Energiearbeiter“ berichten, dass sie physische Empfindungen haben, welche die Symptome ihrer Klienten in ihrem eigenen Körper widerspiegeln.

Was also geschieht, wenn wir eine Blockade in einem Meridian lösen? Das Bindegewebe ist in einer gelartigen Substanz „verankert“, die sich durch Stress, Verletzung und das Älterwerden verfestigt. Druck verändert die Qualität des Gels, es wird wieder flüssiger, das heißt, das Gel wird unter Druck wasserhaltig und somit leitfähiger für Elektrizität. Das erklärt, wie wir eine Blockade im Meridian fühlen können, die durch den Zustand des Bindegewebes, in welchem sich das Gel befindet, dargestellt wird. Die Erhöhung der Verbindungsfähigkeit, die physischen Veränderungen im Meridian und auch das subjektive Gefühl, dass der Klient sich wieder mehr verbunden fühlt, resultiert aus dieser Umwandlung von Gel in eine Lösung. Das vertraute Gefühl, das wir zwischen den beiden Händen spüren und das stärker wird, wenn die Blockade im Meridian sich löst, ist also eine Folge von erhöhter elektrischer Leitfähigkeit des Gels, das wieder flüssiger geworden ist.

Masunaga war der Ansicht, dass das Gefühl der Verbindung zwischen den beiden Händen durch die Funktion des sympathischen Nervensystems erklärt werden könnte. Jetzt wissen wir, dass dies wohl nicht die ganze Erklärung ist. Die Übertragungsgeschwindigkeit des Nervensystems ist einfach nicht schnell genug, um die Wirkungen des Ki im Körper zu erklären.

Eine Studie über Veränderungen in der Sehrinde des Gehirns - hervorgerufen durch die Stimulierung von Blasenpunkten am Fuß, von Andrew Ahn (Medizinische Fakultät in Harvard) für die Behandlung der Augen indiziert - zeigt, dass die Übertra-

gung durch das Nervensystem einfach zu langsam ist, um die Verbindung zu erklären. Elektromagnetische Signale durch die Matrix des Bindegewebes sind eine wahrscheinlichere Erklärung.

Die Halbleitereigenschaften machen das Bindegewebe möglicherweise zu einer großen Datenbank von Erinnerungen - sozusagen zu einer Festplatte. Erinnerung kann stark kinästhetisch sein, so dass wir, wenn wir zum Beispiel an eine belastende Situation oder einen Schockzustand zurückdenken, oft fühlen können, wie sich unser Körper physisch zusammenzieht. Das mag eine Teilerklärung dafür sein, warum es über das Meridiansystem möglich ist, an „festgehaltenen“ emotionalen Mustern zu arbeiten. Jetzt wissen wir also nicht nur, dass Shiatsu effektiv ist, sondern haben auch eine Vorstellung davon, wie Shiatsu wirkt. Da das Studium von Shiatsu immer auch ein Studium über das Leben selber ist, werden dennoch Fragen offen bleiben, aber wir können darauf vertrauen, dass vieles von unserer Arbeit als Shiatsu-Praktiker im Lichte der gegenwärtigen Forschungen verständlicher wird. Die Wissenschaft hat endlich aufgeholt.

Zusammenfassung:
Mögliche Erklärungen für die unterschiedlichen Stufen und Erfahrungen in der Shiatsu-Energiearbeit

Ausrichtung und Zentrierung

Resonanz zwischen Alpha-Rhythmen und der Schumann-Resonanz, ein Beruhigen des biomagnetischen Feldes des Praktikers, um das biomagnetische Feldes des Klienten wahrnehmen zu können.

Hara-Diagnose

Komplexe Meta-Wahrnehmung, die darauf basiert, die verschiedenen Aspekte des sich verändernden biomagnetischen Feldes des Klienten - je nach Tiefe - herauszufiltern und zu interpretieren, verbunden mit einer Berührungskommunikation der lebendigen Matrix über eine lokale viszerale Verbindung.

Ki-Projektion

Eine beabsichtigte Erweiterung der biomagnetischen Emission (Ausstrahlung) von



den Händen in einen Meridian oder in andere Körperstrukturen, durch die Schumann-Resonanz erweitert und 1000fach stärker als das normale biomagnetische Feld unseres Körpers.

Die Berührung auf die verschiedenen Meridiane einstimmen

Dazu gehören Pauline Sasakis „Geistige Ausrichtung“ und Bill Palmers „6 Formen der Berührung“. Möglicherweise eine durch Biofeedback erzeugte Angleichung des biomagnetischen Feldes des Praktikers, um mit Aspekten des Feldes - bezogen auf verschiedene Funktionen - in Resonanz zu treten.

Meridian-Funktionen

Auf die Meridiane bezogene charakteristische Komponenten des erweiterten biomagnetischen Feldes, verbunden mit den Organfunktionen und anderen Körperprozessen.

Meridianverläufe

Verbundene Verläufe, die zusammenhängende Biophoton-Emissionen abgeben, charakterisiert durch niedrigeren Hautwiderstand, verbunden mit Meridianfunktionen, die sich möglicherweise durch embryologische Muster im Bindegewebe ergeben.

Verbindung zwischen den Händen

Subjektive Erfahrung der Verbindung mit der lebendigen Matrix - möglicherweise elektrische oder biomagnetische Verbindung, die in die Meridiane über das Bindegewebe und/oder das Peri-Nervensystem (ein primitiver Teil des Nervensystems) übermittelt werden, möglicherweise bezogen auf

die verstärkte Kohärenz der Wassermoleküle im Bindegewebe.

Tsubos

Besondere Punkte auf den Meridianen innerhalb der lebendigen Matrix, die durch den geringeren elektrischen Hautwiderstand bewiesen werden können. Sie bilden Knotenpunkte dort, wo die piezo-elektrischen Eigenschaften des komprimierten Bindegewebes auf die Meridianverläufe übertragen werden.

Rhythmus und Tempo

Wiederholte piezo-elektrische Stimulierung durch Kompression des Bindegewebes, Rhythmus und Tempo werden angepasst, um eine optimale Veränderung unter der lauschenden Hand zu bewirken.

Tiefe

Eine Kombination der biomagnetischen Stimulierung über das Einsinken und das Komprimieren des Bindegewebes, was zu einer unmittelbaren elektrischen und elektromagnetischen Stimulierung des Bindegewebes und somit des Meridiansystems führt. In der Praxis wird dies angepasst (durch die Geschwindigkeit), um die Veränderung in der lauschenden Hand zu optimieren.

Ki-Fluss

Ein Meta-Konzept, umfasst die Verbindung auf einer Vielzahl von Ebenen innerhalb der legendigen Matrix, einschließlich der Bindegewebs-Gel-Lösung, der Wasserkohärenz und des bio-magnetischen Feldes des Empfängers.

Weitere Informationen:

Ergebnisse des Europäischen Forschungs-Projekts:

http://www.shiatsusociety.org/public/downloads_public.shtml#Research
Über das gesamte Gebiet der Photonenforschung:

<http://www.lifescientists.de>

Über Popp's Photonenforschung:

http://www.lifescientists.de/ib0203e_1.htm

Über die Forschungen zur Heilwirkung von Qi Gong:

http://www.yinyang-institute.com/qigong/effects_ms.htm

Weiterführende Lektüre:

James L. Oschman: Energiemedizin, Urban & Fischer, 2009

¹ Kinästhetik: Kunst/Wissenschaft der Bewegungswahrnehmung

² Piezoelektrisch bedeutet, dass Kristalle durch Druck oder Verdrehung eine elektrische Ladung aufnehmen

Aus dem Englischen von Anne Frederiksen

Cliff Andrews BSc PGCE (PCE) MRSS ist einer der führenden Shiatsu-Lehrer. Er studiert, praktiziert und lehrt Shiatsu seit 1998. 1986 absolvierte er ein Vollzeitstudium bei Pauline Sasaki. Er war Mitbegründer des Shiatsu College UK und ist dort Leiter des Postgraduate-Programms. 2000 gründete er mit www.shiatsu-centre.net die weltweit aktivste online Shiatsu Kommunikationsbörse. Er lebt und arbeitet in Norwich. cliff@shiatsucentre.net