

von Gabriella Poli

Was sind Meridiane

und warum sind sie ein nützliches Werkzeug im Shiatsu?

Masunaga hat einen neuen Stil im Shiatsu entwickelt, den er Keiraku Shiatsu nannte, was soviel heißt wie Meridian Shiatsu. Mithin repräsentieren Meridiane einen fundamentalen Aspekt seines Stils. Darüberhinaus können wir sagen, dass Masunaga ein neues Konzept für die Meridiane eingeführt hat: nämlich als Ki, das sich zugleich als yin und yang manifestiert, als Kontraktion und Expansion, seine Meridiane haben eine yin und eine yang Natur, einen eher kontrahierten und einen eher expandierten Aspekt. Der yin Aspekt ist repräsentiert durch ihre Struktur, d.h. dadurch, dass es energetische Kanäle sind mit einem spezifischen Ort in unserem Körper; der yang Aspekt ist repräsentiert in ihrer Funktion, d.h. einer Lebensbewegung und einem Lebensausdruck. Und da im fernöstlichen Verständnis der Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele angesehen wird, manifestieren sich diese Lebensfunktionen auf allen Ebenen unseres Seins: physisch, emotional, mental und spirituell.

Ich zitiere aus Zen Shiatsu:

„...Meridiane und Tsubos gehören zur einfachsten Lebensfunktion, so dass das Studium der Meridiane und Tsubos das grundlegendste Studium des Lebens ist...“
 „...der Grund warum Meridiane und Tsubos wichtig sind um das Leben zu erhalten...ist weil sie das Leben selbst sind...“

Für die Übereinstimmung mit seinem neuen Konzept entwickelt Masunaga eine neue Meridiankarte, auf der alle Meridiane in allen Bereichen des Körpers erscheinen und jede Lebensfunktion sich in jedem Teil unseres Körpers und in unserem gesamten energetischen System ausdrückt.

Masunaga benutzte als eine Metapher einen einzelligen Organismus, die Amöbe, um dieses Konzept von Meridianen und

Funktionen darzustellen und um zu erklären, wie der Meridian die Lebensbewegung repräsentiert.

Der Terminus „Amöbe“ kommt aus dem Griechischen und bedeutet „Wechsel/Veränderung“, entsprechend der kontinuierlichen Wandlung in der Form der Amöbe.

Zitat aus Zen Imagery Exercises:

„...die Zirkulation von Ki ist etwas, das in allen Lebensformen geschieht... Wir können Amöben so betrachten als hätten sie Meridiane, da sie durch die Bewegung des Protoplasmas leben und als selbständige lebendige Einheiten existieren. Amöben zeigen uns die Basislebensfunktionen von Bewegung, Aufnahme, Ausscheidung und Reproduktion und sind auch fähig zu Verteidigungsreaktionen wie höhere Lebensformen - die Menschen z.B.. Alle diese grundlegenden Lebensfunktionen hängen mit der Aktivität der Meridiane zusammen.“

Masunaga zeichnete ein Diagramm, das er „Meridiankonstruktion“ nannte. In ihm sind die sechs Lebensfunktionen mit den zwölf Meridianen als Bewegungen der Amöbe dargestellt (siehe Seite 16), es zeigt, welche verschiedenen Formen sie bei diesen Lebensbewegungen annehmen kann. Dieses Diagramm enthält auch die Aktion der Funktion, was sie repräsentiert, womit sie in unserem System assoziiert ist, sowie den Meridianort - Bein oder Arm - und die Beziehung der Meridiane zu den sechs Energien oder Ebenen.

Ein außergewöhnlich interessantes Dokument - einfach, klar, wesentlich - das wir als Führer benutzen werden, um mit Masunagas Zeichnung und Worten die Aktion und den Ausdruck der Funktionen in unserem Leben im Detail zu erforschen.





Lunge und Dickdarm: Atmen und Ausscheiden

Diese Funktion gibt uns die Fähigkeit zum Austausch zwischen unserer äußeren Umgebung und unserem inneren Raum, aufzunehmen und gehen zu lassen; es gibt uns die Möglichkeit, Grenzen zu setzen.

Sie wird repräsentiert durch den ätherischen und stofflichen Austausch.

Masunaga schreibt in Zen Imagery Exercises: „unsere Definition eines lebenden Organismus ist, dass er eine Art von Grenzen hat, die seinen inneren und äußeren Raum trennen.“

Nur wenn wir unsere Grenzen definieren, können wir uns von der Umgebung unterscheiden und mit ihr austauschen.

Und das ist die Fähigkeit, die uns diese Funktion gibt: durchlässige Grenzen zu erschaffen, damit wir uns austauschen können zwischen unserem inneren Raum und unserer äußeren Umgebung.

Diese Funktion gibt uns die Fähigkeit zu atmen, uns zu öffnen und neue Emotionen einzulassen, neue Ideen, neue Erfahrungen und gehen zu lassen, was wir nicht länger brauchen, was nicht zu unserem gegenwärtigen Leben gehört; sie erlaubt uns eine flexible Struktur, um unseren eigenen Raum zu bestimmen.

Es ist ein Einatmen, das uns in dieses Leben bringt, so lassen wir das Leben in uns hinein, und es ist ein Ausatmen, mit dem wir unser Leben gehen lassen.

Magen und Milz: Nahrung aufnehmen und Verdauen

Diese Funktion gibt uns die Fähigkeit, Appetit oder Hunger zu haben und Nahrung aufzunehmen, um unsere Bedürfnisse (etwas wollen) zu befriedigen. Sie ermöglicht es uns auch, die Nahrung zu zerkleinern (Verdauung), so dass wir sie nutzen können, um unser Leben fruchtbar zu machen.

Sie ist verbunden mit allen Verdauungspassagen und allen Verdauungssäften und -Hormonen. Diese Funktion gibt uns die Möglichkeit, uns selbst zu nähren genauso wie alle Aspekte unseres Lebens, für unsere Bedürfnisse zu sorgen und es enthält die Fähigkeit, sich um andere Menschen zu sorgen und sie zu nähren. Sie spricht von Befriedigung, von Konkretheit, vom Transformieren von Ideen und Gedanken hin zu konkreten Handlungen, von unserer Neugier und Hartnäckigkeit, unseren Themen und Zielen, vom letztendlichen Vertrauen, dass alle Bedürfnisse befriedigt werden.

Herz und Dünndarm: Zentrale Kontrolle und Umwandlung

Diese Funktion gibt uns die Fähigkeit, Nahrung und Information in unser Zentrum zu bringen und sie umzuwandeln in Blut bzw. in Handlung, die im Zentrum ihren Ursprung hat.

Dieses innere Zentrum ist verbunden mit der Kontrolle des Geistes und der Emotionen und es empfängt Nahrung und verändert Energie.

Seit alten Zeiten wird das Herz als Sitz der Seele betrachtet (Bewusstsein). Was wir assimilieren und in unser System integrieren, in unser Zentrum, macht uns zu dem, was wir sind in allen Aspekten unseres Seins, von der Qualität unseres Blutes bis hin zu unserem Selbstverständnis, es bestimmt unsere Einzigartigkeit. Auf diese Weise erlaubt uns diese Funktion, uns unserer Selbst bewusst zu werden, zu wissen, wer wir sind, aus unserem Ursprung heraus, und uns selbst und unsere Einzigartigkeit auszudrücken, aus unserem inneren Kern heraus.

Masunaga schreibt in Zen Imagery Exercises:

„Das Ki (Intention) wird im Innern eine Zeitlang gehalten, um sich darauf vorzubereiten, in die aktive Phase zu gehen.“

Eine gute Balance zwischen unserer Fähigkeit uns in unser Inneres zurückzuziehen und unserer Möglichkeit, uns in die Welt hinaus auszudrücken, gibt uns emotionale Stabilität und Ausgeglichenheit (equanimity): die Kontrolle des Geistes und der Emotionen.

Blase und Niere: Reinigen und Antrieb

Diese Funktion gibt uns die Fähigkeit alle Organe zu regulieren und zu balancieren, in unserem Leben Aktivität (Impetus, Lebensantrieb und Ruhe (Regeneration, Reinigung) auszugleichen und so unsere Vitalität zu sichern.

Diese Funktion ist verbunden mit hormoneller Steuerung und dem autonomen Nervensystem.

Das endokrine Drüsensystem und das autonome Nervensystem sind große Regulatoren unserer Körperfunktionen. Wenn wir diese Regulierung auf alle Aspekte unseres Lebens ausdehnen, spricht diese Funktion von Stimulation und Inhibition auf allen Ebenen, von unserer Fähigkeit, uns selbst im Leben anzutreiben und uns durch Ruhe wieder zu regenerieren. Sie gibt uns den Antrieb zu Mut, zum Losgehen trotz Furcht, unseren Überlebensinstinkt, und zur gleichen Zeit unsere Fähigkeit, anzuhalten und auszuruhen und unsere Energie zu reinigen, sodass wir wieder bereit sind für die nächste Aktion. Diese Funktion spricht von der

Energie, die von den Vorfahren kommt (die Nieren bewahren das Jing), von unserem Gefühl, vom Leben selbst getragen zu werden, von Weisheit und davon, unseren eigenen Weg im Leben zu gehen.

Es ist interessant, dass diese Phase der Amöbe, die mit Regulation und Balance zu tun hat, als perfekter Kreis dargestellt ist, ohne jegliche Verkrümmung.

HerzKreislauf und Dreifacher Erwärmer: Zirkulation und Schutz

Diese Funktion gibt uns die Fähigkeit, unser Blut, unser Leben zu zirkulieren: Hauptkreislauf und Schutz für unser „Zentrum“ durch die äußere, periphere Zirkulation: das Blut zirkuliert vom Herzen zu allen Teilen unseres Körpers und hält ihn so geschützt, lebendig und warm.

Sie repräsentiert die Haupt- und die periphere Zirkulation.

Diese Funktion erlaubt uns, unser Leben vollständig und in allen seinen Aspekten zu leben: das Blut, die Emotionen, Gedanken und Meinungen frei in unserem System zirkulieren zu lassen und zur gleichen Zeit unser Zentrum, unsere Integrität zu schützen.

Sie spricht vom Schutz, der daher kommt, dass wir in allen Aspekten unseres Systems präsent und aktiv sind.

Die Amöben für das absolute und das ergänzende Feuer haben dieselbe Form: zwei konzentrische Kreise jedoch mit 2 unterschiedlichen Aktionen: im absoluten Feuer geht die Bewegung zum Zentrum hin und vom Zentrum weg, wenn die Umwandlung stattfindet, während im ergänzenden Feuer die Bewegung zirkulär ist sowohl für den inneren wie den äußeren Kreis: Zirkulation und Schutz.

Gallenblase und Leber: Speichern und Verteilen

Diese Funktion erlaubt uns, Energie zu speichern und Entscheidungen für Aktionen zu treffen. Sie ist verbunden mit der Planung der Energie/Verteilung der Nährstoffe.

In der TCM ist die Leber „ein Armeegeneral, der die Strategie bestimmt“ und die Gallenblase „der erste Offizier, der die Entscheidungen fällt“. Und das sind die Fähigkeiten, die wir dieser Funktion verdanken: sie erlaubt uns eine klare Vision, eine klare Richtung, eine Vision über die Gegenwart hinaus, dass wir in der Lage sind, Pläne zu machen und Lebensstrategien auf allen Ebenen zu entwickeln. Sie gibt uns die Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen, um diese Pläne und Strategien umzusetzen. Wir verdanken ihr die Freiheit der Bewegung, die Freiheit der Wahl, die Freiheit, unseren „Lebensplan“ zu vollenden.

Wenn wir jetzt dieses weite und alles umfassende Konzept der Meridiane anschauen, sehen wir, dass sie ein grundlegendes, fundamentales und unverzichtbares Werkzeug im Shiatsu repräsentieren, dank ihrer Vielfältigkeit und den unterschiedlichen Möglichkeiten, die sie uns eröffnen, um mit dem energetischen System des Menschen in Kontakt zu kommen:

- sie bieten uns eine klare, einfache und kohärente Struktur für das energetische System, eine „Landkarte“, die uns leitet, wenn wir mit dem „Territorium“ dieses Menschen in seiner Ganzheit und in seinem Einssein Kontakt aufnehmen und interagieren.

- Die energetische Struktur, wie sie durch die Meridiane/Funktionen von Masunagas Shiatsu repräsentiert wird, bilden ein originelles und autonomes System, in dem Theorie, energetische Auswertung und praktische Anwendung kohärent sind, jeder Aspekt die anderen reflektiert und unterstützt.



– Wenn wir die Meridiane behandeln/ lehren, berühren wir einen Lebensausdruck dieses Menschen, der sich in seiner Körper/ Geist/ Seele manifestiert. Wir können deshalb „simultan“ in Resonanz treten und interagieren mit seinem Leben sowohl in seinen kontrahierten Aspekten - Knochen, Muskeln, Organe, Gewebe, etc. - wie auch dem expandierten Ausdruck seiner Energie - Emotionen, Gedanken, Glaubenssystem, Spiritualität.

– In unserem Kontakt mit den Funktionen, können wir wahrnehmen wo, in welchem Teil des Systems ihr Ausdruck stärker ist, und welche Ebene dominiert. Das erlaubt uns, das energetische Muster dieses Menschen tiefer, klarer und weiter zu verstehen und in der Konsequenz wird unser Zugang spezifischer in seinem Fokus.

– Wenn wir die Meridiane als Funktionen betrachten, gibt es keine Beurteilung: wir interagieren mit der Lebensbewegung dieser Menschen, und das Leben ist nichts, das wir werten oder fixieren. Wir können nur die natürliche Bewegung des Ki unterstützen und anregen, das „Leben aufwecken“, damit es all seine Aspekte und Ebenen des Ausdrucks voll lebt.

Wie schon erwähnt, berühren wir die Meridianenergie unseres Empfängers/Klienten, wir nehmen Kontakt auf zu seinem Leben - seinem Leben als Ausdruck seiner vitalen Funktionen - auf allen Ebenen, eingeschlossen der „spirituellen Ebene“. Deshalb können

wir ihm durch unsere Berührung die Möglichkeit anbieten, mit dem am meisten ausgedehnten Ausdruck von Ki zu erfahren und mit ihm in Kontakt zu kommen: mit dem universellen Ki, mit seinem Ursprung und seiner Quelle.

So werden die Meridiane zur Verbindung zwischen dem Endlichen und dem Unendlichen, zwischen Immanentem und Transzendente.

Dieser Artikel ist eine Zusammenfassung der Autorin aus zwei Abstracts für den Europäischen Shiatsu Kongress in Kiental, Oktober 2007 (nachzulesen im Kongress Reader, er ist erhältlich über www.Kientalerhof.ch)

Gabriella Poli ist eine der MitbegründerInnen des Europäischen Shiatsu Instituts und die Gründerin des römischen Zentrums. 1988 diplomierte sie am Ohashi Institut und studierte in den letzten 16 Jahren intensiv mit Pauline Sasaki und Cliff Andrews. Sie ist seit ihrer Gründung 1990 aktiv in der italienischen Shiatsu Föderation (FIS).

