

Die Würde des Menschen ist tastbar

Eine Annäherung an das Wunderbare im Shiatsu

von
Ulrike Schmidt

(...) Ich erfahre kaum etwas von ihm. Nein, doch! Es ist eigentlich ganz anders. Fast alles, was ich von ihm erfahre, erfahre ich durch und über meine Hände.

Meine Hände lesen die Muskulatur und die Knochen, die Bänder und Sehnen, die Verbindungen, die Wirbelkörper, die Rippen, die Fußknochen, meine Finger spüren sich in die Gelenke hinein, Schultergelenke, Hüfte, Knie, Ellenbogen, Knöchel, Handgelenke.

Ich berühre den Schädel. Wie eine kostbare Schale halte ich ihn zwischen meinen Händen, einen Schädel, der gekrönt wurde. Ich spüre die Dornfortsätze der Halswirbel, halte den Schädelrand, bewege behutsam und leicht den Kopf, als würde ich eine Königskrone in den Händen halten, berühre Ohren, Stirn, Schläfen, Haaransatz. Ich lerne, ihn mit meinen Händen zu lesen. Ich lausche den Geschichten, die mir meine Finger erzählen, Fragmente, meist. Ich berühre ihn und lasse mich berühren von seinem Leben. Zugegeben, manchmal brauche ich die Hälfte der Zeit, um zu vergessen, wer er ist.

Aber dann höre ich auch andere Geschichten. Sie erzählen von seinen Bedürfnissen, Verletzungen und Sehnsüchten. Meine Ohren lauschen seinem Atemrhythmus, tief und gleichmäßig. (...)

Dies ist ein Auszug aus einem Text, den ich über einen meiner Klienten zu seinem 85-ten Geburtstag schrieb. Es handelt sich um einen Mann mit einer bemerkenswerten Vergangenheit, von daher ist der gekrönte Schädel durchaus wörtlich zu nehmen. (Wobei sich natürlich die Krönungen unserer Zeit sehr unterscheiden von den Ritualen unserer Vorfahren.)

Das Besondere an unseren Begegnungen ist, dass wir nahezu nicht und nichts von Bedeutung miteinander sprechen. Wir begrüßen uns, es folgt eine kurze Nachfrage zu seinem Befinden, dann steuern wir die Shiatsu-Matte an und alle weitere Kommunikation verläuft ohne Worte. Nach der Behandlung, ein neuer Termin - und: Auf Wiedersehen. Diese Zeilen schreiben und lesen sich ja nun ziemlich langweilig. Man könnte meinen, dass ich nichts von ihm weiß, da wir so wenige Worte miteinander wechseln.

Im Shiatsu sind wir jedoch darauf trainiert, mit unserer - ich nenne es einmal - erweiterten Wahrnehmung, einem Menschen gegenüberzutreten. Dazu gehört eine Grundhaltung, die zutiefst von Respekt geprägt ist. Dies ist eine innere Haltung, die den anderen nicht bewertet, nicht beurteilt, nichts fordert, sondern die vielmehr von einem offenen Geist getragen wird, einer Wertschätzung all dessen, was uns in dem anderen Menschen begegnet, ein Kontakt mit dem, was in ihm lebendig ist. Und zwar jenseits davon, ob es uns gefällt oder nicht. Es ist wie es ist. Allenfalls nehmen wir Phänomene wahr, wie Mosaiksteinchen, die dazu beitragen, ein individuelles Bild zu prägen. Und das, wie Mosaik es so an sich haben, in einer leuchtenden, bunten, strahlenden Schönheit. Dies ist, was uns Menschen ausmacht. Manchmal ist unsere

Brillanz nicht offen sichtbar, weil wir sie aus guten Gründen nicht zeigen wollen oder können.

Marshall Rosenberg drückt es in einem Song* so aus:



See me beautiful
Look for the best in me
That's what I really am
And all I want to be

It may takes some time
It may be hard to find
But see me beautiful

See me beautiful
Each and every day
Could you take a chance
Could you find a way

To see me shining through
In everything I do
And see me beautiful

Dies ist es, was wir im Shiatsu durch unsere herzöffnende Grundhaltung versuchen. Und damit ist Shiatsu für mich der Inbegriff eines würdevollen Umgangs miteinander. Wir lernen, uns zu erinnern, an unsere Wesenshaltung, die uns innewohnt, bevor wir einen trennenden, beurteilenden Geist entwickelten. Zu der Zeit, als wir noch Kinder waren.

Im dtv-Lexikon lese ich unter Würde: „... die einem Menschen kraft seines inneren Wertes zukommende Bedeutung; achtungsfordernde Haltung“. Wir versuchen, uns im Shiatsu nicht von den nach außen getragenen, sichtbaren, bekannten Tatsachen ablenken (oder blenden) zu lassen, sondern wir versuchen, egal ob Bettler oder König, das tiefste, innerste, unbefriedigte Bedürfnis, die größte Sehnsucht eines Menschen zu erspüren.

Um dann, mit Hilfe von unserem Shiatsu, dazu beizutragen, dass es sich verändern und ausgleichen kann. Was immer es ist, was da gesehen werden möchte.

Wir berühren, bewegen und begleiten.

*Marshall Rosenberg: Live Compassionately, 2002, ExtraordinaryMusic

Ulrike Schmidt
Shiatsu-Lehrerin und
Leiterin der Berliner Schule für Zen Shiatsu