



Auszug aus einem Brief an Elmar K., einem Absolventen unserer Schule:

Dein Bericht aus Deiner Klinik hat mich sehr interessiert. Ein wenig beneide ich Dich um die Erfahrungen, die Du dort machen kannst. Ich war immer (und bin immer noch) versucht, auf meinem eigenen Weg eine andere Richtung als die bisherige einzuschlagen. Eine Ausbildung in (körperorientierter) Psychotherapie hat mich jahrelang angezogen.

Aus irgendwelchen Gründen habe ich dem immer widerstanden. Zum einen, weil es schwierig geworden war, so etwas mit meiner Familiensituation zu vereinbaren, zum anderen, weil ich die Dimensionen der Berührung weiter erforschen wollte, bevor ich mich tiefer auf die der "verbalen Interaktion" einließ.

Psychotherapie und Shiatsu lassen sich zwar kombinieren - allerdings ist es nicht möglich, der Natur beider gerecht zu werden, wenn man sie verbindet. Einer von beiden muss dabei deutlich kürzertreten zugunsten des anderen. Einem von beiden fällt die Aufgabe zu, dem anderen, der zum Kern dieser therapeutischen Arbeit wird, zuzuarbeiten. Entweder ist Shiatsu der Kern und der Psychotherapie fällt die Aufgabe zu, Shiatsu zu unterstützen. Oder die Psychotherapie ist der Kern und Shiatsu fällt die Aufgabe zu, diese zu unterstützen. Das ahnte ich damals, heute weiß ich es.

Mittlerweile hat sich vieles verändert und mein Drang in die Psychotherapie ist nicht mehr so stark. Die Konzentration auf Berührung hat sich auch ausgezahlt, ich konnte in den Jahren aufregende Dinge entdecken. Mal sehen, was noch kommt - die Welt ist groß und es gibt unendlich viel zu erfahren.

Du fragst: "Was tun wir im Shiatsu?". Über all den Möglichkeiten der "Energiemanipulation" (wie Du das nennst), die Shiatsu so bietet, bin ich für mich zu dem Schluss gekommen, daß bei aller technischen Raffinesse des Shiatsu im Kern auf die Berührung ankommt. Und zwar, weil die Berührung, die nichts will als einfach nur den Raum oder den Augenblick zu teilen, am meisten bewirkt. Das ist für mich eine gewaltige Herausforderung, und ich sehe mich noch lange nicht am Ziel.

Shiatsu ist eigentlich - so verstehe ich das heute - eine kunstvolle Kombination aus beidem, aus "einfach nur da sein" und dem aktiven und durchaus sehr körperlichen Umgang mit der Situation des Klienten. Und das immer - das ist wichtig - in Kontakt mit der lebendigen Stärke des Menschen und seinen Möglichkeiten zu mehr Freiheit.

Offensichtlich kann ich in einen solchen Kontakt nur mit meiner ganzen Person und auch mit allen meinen eigenen Geschichten und Verstrickungen gehen. Wenn man einmal an diesem Punkt angelangt ist, kann man die eigenen Verknotungen nicht mehr heraushalten, sie sind ein fester Bestandteil der Beziehung, die da entsteht.

Ich habe nun erfahren, dass das völlig in Ordnung geht, dass ich nicht versuchen muss, so zu tun, als würde ich mein Gegenüber nicht ausschließlich durch meine ureigene Brille erkennen. Dadurch würde die Beziehung ja auch unecht, unwirklich. Meine eigenen Fußangeln, die ich mit mir rumschleppe, haben ebenso Anteil an der therapeutischen Beziehung wie die, die mein Klient mit sich herumträgt. Dabei müssen sie die Arbeit gar nicht behindern. Im Gegenteil, sie können sogar eine große Unterstützung, eine Hilfe sein, wie die Hefe im Brotteig.

Das geht allerdings nur, wenn ich brennend interessiert daran bin, meine blinden Flecken kennenzulernen, und wenn ich meine eigene Erfahrung immer wieder hinterfrage, gerade weil ich weiß, daß ich mein Gegenüber - und mich selbst - nur durch diese stark getönte Brille erfahre. Hinterfragen im Sinne von "Was nehme ich wirklich wahr, wie fühlt sich das wirklich für mich an?". Immer wieder, nie damit aufhören. So vermag ich mich der Realität des anderen zu nähern, nie vollständig aber doch so weit, dass meine Arbeit Kraft bekommt und ihm eine Unterstützung sein kann.

Ich nehme an, dieses Prinzip ist auch in der psychotherapeutischen Arbeit anwendbar.

Vielleicht noch ein Wort zum großen Unterschied zwischen Shiatsu und Psychotherapie. Dass in der Psychotherapie vor allem der Weg der verbalen Interaktion gewählt wird, im Shiatsu hingegen der der Berührung ist mehr als nur eine technische Vorgehensweise. Die unterschiedliche Ebene des Kontaktes spricht unterschiedliche Seiten oder Teile des Klienten - und auch der Therapeut-Klienten-Beziehung - an, lässt sie ins Schwingen kommen und ermöglicht es, mit diesem Anteil zu arbeiten. Auf solchen unterschiedlichen Ebenen sind unterschiedliche Dinge möglich oder unmöglich. Es entsteht etwas sehr Verschiedenes, mit dem dann auf unterschiedliche Weise gearbeitet werden kann.

Natürlich wirken beide "Verfahren" auf den ganzen Menschen (sonst hätten sie keine große Wirkung). Das ändert nichts daran, daß sie grundverschieden sind. Man tut gut daran, sie nicht einfach zu vermischen (siehe oben). Interessant finde ich aber, sie zu erforschen in ihrem Anderssein und in ihrer Eigenart. Dabei wünsche ich Dir viel Freude.

Dein Wilfried