

Iokai Austausch - WE

10.-12.11.2017, Hall i. Tirol

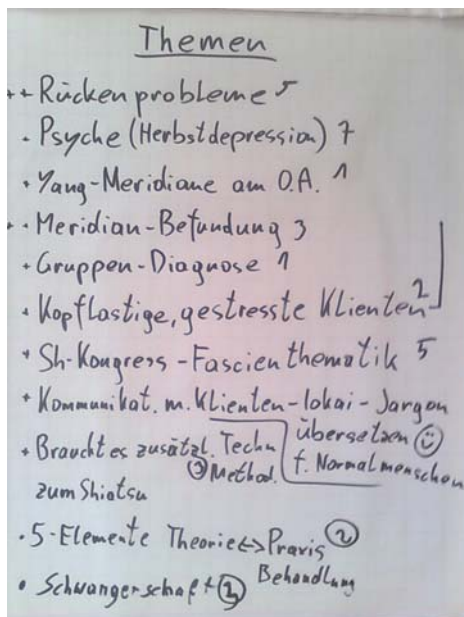


Organisation vor Ort: Matthias

Foto: Günther

Text: Matthias

TeilnehmerInnen (vlnr): Günther, Ute, Karin, Matthias, Johanna, Gernot, Klaus, Gudrun, Silvia, Mark, Christine



Miteinander und voneinander lernen, sich austauschen und gemeinsam das Kai mit Leben füllen. Das war das Anliegen des ersten Austauschtreffens in Tirol.

Gleich zu Beginn haben wir mit einer kurzen Themensammlung die Inhalte für's Wochenende festgelegt: Befunden/Meridianbefundung, Faszienarbeit, Rückenschmerzen, Psyche / Herbstdepression und Schwangerschaft. Weitere Themen wie 5 Elemente, IOKAI Theorie und Kommunikation mit KlientInnen, Yang Meridiane am OA,

kopflastige gestresste Klienten hätten die Zeitmöglichkeiten dann doch weit überschritten. ☺

Ohne viel Geplänkel legten wir am Freitag auch gleich munter drauf los – in 3er Gruppen Befundung und Austausch, Fachsimpelei nichts dagegen.

Nach einer kurzen Meditation am Samstag hat uns Klaus wunderbar durch's Do In geleitet und dabei tolle Anknüpfungsbereiche zu den 5 Elementen eingebracht. Anschließend konnten wir Erfahrungswissen zu den Themen Rückenschmerzen, Psyche / Herbstdepression sowie Faszienarbeit austauschen und jeweils einige Techniken wiederholen.

Und weil beim Essen die Leut z'samm kommen (KAI?) haben wir Samstag Mittag und Abend auch wunderbar in gemeinsamer großer Runde geschlemmt.

Viel zu schnell war's dann auch schon Sonntag und vielleicht waren wir deshalb sehr sehr lange in Meditation versunken, weil wir einfach noch nicht nach Hause wollten. ☺ Mit etwas Glück ist es uns aber dann doch gelungen zum Do In zu wechseln – danke Günther! Im Anschluss haben Sabine und Johanna noch einiges zum Thema Schwangerschaft eingebracht.

Alles in allem ein tolles Wochenende, für viel Rückenwind für die eigene Arbeit. Danke Silvia für die Gastfreundschaft im Therapiezentrum!



F o r t b i l d u n g

Richtlinien für die Anerkennung von Fortbildungsveranstaltungen seit 1.9. 2017 (ÖDS-Homepage):

Die Massage-Verordnung 2009 schreibt für die in sich geschlossenen Systeme eine Fortbildungsverpflichtung von 40 Stunden in fünf Jahren vor. Diese Verpflichtung gilt auch für jene uneingeschränkten Gewerbeberechtigungen lautend auf „Massage“, die vor der Einführung der in sich geschlossenen Systeme (28. 1. 1003) gelöst wurden, und Shiatsu anbieten.

Bei Nichteinhaltung der Fortbildungspflicht wird die/der Gewerbetreibende/r unter Nachfristsetzung von der Behörde zur nachträglichen Vorlage der Fortbildungsverpflichtung aufgefordert. Wird die Fortbildungspflicht bei sorglosem Verstreichen der Nachfristsetzung nicht eingehalten, ist von der Einleitung eines „Gewerbeentziehungsverfahrens“ durch die Behörde auszugehen.

Wird die Fortbildungspflicht erfüllt, werden die Mitglieder des Dachverbandes auf der Website (PraktikerInnen-Suche) entsprechend gekennzeichnet.

Es können keine Fortbildungsstunden auf die nächste Bemessungsperiode übertragen werden.

... näheres auf der ÖDS-Homepage

I O K A I - S h i a t s u und andere Schulen

Was unterscheidet Iokai-Shiatsu von anderen Shiatuschulen

Text: Klaus Ströbinger

Um diese Frage zu klären, müsste man jede/n Schule/Stil getrennt betrachten, was eine intensive Beschäftigung mit allen Schulen/Stilen voraussetzen würde. Da das zu weit führen würde, möchte ich meine diesbezüglichen Erfahrungen der letzten 25 Jahre ohne Anspruch auf Vollständigkeit oder

gar objektive Wahrheit hier einfach beschreiben.

Wesentlich wichtiger als die Aufzählung der Unterschiede, zu der ich später auch noch kommen werde, ist es zu wissen, wofür Iokai-Meridianshiatsu steht. Daraus ergeben sich dann in Kommunikation mit anderen Schulen die Unterschiede von selbst.

Zuerst das Wort *Iokai*.

Iokai ist die Gemeinschaft derer, die Leben und Leiden der Menschen bestmöglich verstehen möchten auf Grundlage des traditionellen Erfahrungswissen des Fernen Osten, um dann mittels Daumen, Finger, Hände, ...-druck so auf den Körper einzuwirken, dass es dem Menschen bessergut geht.

Ki und *Ketsu*

Im Zentrum des traditionellen fernöstlichen Erfahrungswissen steht das Konzept von *Ki* & *Ketsu* – also von Unsichtbarem und Sichtbarem.

unsichtbar:: sichtbar

Geist, Vitalität, Lebenskraft, Information :: „manifeste Realität“, Körper, Blut, Organ, Lebens-Funktion

Sichtbares und Unsichtbares stehen in ständigem Kreislauf und gegenseitiger Beeinflussung wie z.B.:

Ki „macht“ *Ketsu* – Der Geist zeigt sich im Körper bzw. beeinflusst ihn (*shin – shin*)

Ketsu „macht“ *Geschmack/Charakter* – Nahrung hat Geschmack (essentielle Inhaltsstoffe)

Essenz „macht“ *Ki* – Essenz ist die Grundlage der Vitalität

Ki ist die Wurzel unserer Vitalität, die Kraft die hinter den Dingen steckt, das, was das Blut bewegt.

Durch Berührung des Körpers (*Ketsu*) beeinflussen wir die Lebensaktivität (*Ki*).

Der Mensch lebt IN der Natur

Und daher sollte er sich AN die äußeren Einflüsse Anpassen um gut IN/MIT seinem Umfeld (Natur) zu leben. Diese Anpassungsfähigkeit ist ein wichtiger Aspekt von dem, was wir als *Ki* bezeichnen.

Der Mensch soll nicht VON der Natur leben



und sie nach seinem Gutdünken zum persönlichen, maximalen Vorteil verändern/verwenden/ausbeuten. Das ist eine der wesentlichen Wurzeln der Probleme der modernen Gesellschaft.

Meridianverständnis

Alles Lebendige ist durchzogen von einem (mind.) 3-dimensionalen Netzwerk an „Lebens – Ki (Energie) – Organ – Funktionen“ die wir Meridiane nennen. Dieses Meridiansystem wird seit der Iokai-Gründung (S. Masunaga Sensei, 1960) ausgehend von altem Erfahrungswissen für die Shiatsu-Anwendung optimiert und bis heute von K. Sasaki Sensei weiterentwickelt.

Dieses Netzwerk stellt die Pfade dar, auf denen wir unsere Shiatsuaktivitäten ausüben um besagte L-K-O-F in Richtung Natürlichkeit zu beeinflussen und gleichzeitig Informationen über deren Zustand zu erlangen („Meridian-Diagnose“).

„3 Shiatsuprinzipien“

Diesen soll die Aktivität des Shiatsu-Geber weitgehend folgen.

Sie können vielleicht etwas geschmeidiger so beschrieben werden:

Wir lehnen uns mit möglichst wenig Muskelkraft (Gewicht/Schwerkraftsprinzip) im rechten Winkel zur Körperoberfläche (zum Zentrum hin) an den Empfänger an, und warten eine gewisse Zeit, um zu spüren, wie der Mensch darauf reagiert (Konzentration auf die Wahrnehmung). Unsere Bewegungen sollen dabei aus unserer Körpermitte (Bauch, Becken, *Hara*) kommen bzw. davon gelenkt werden. Das *Hara* sollte ungefähr dorthin „schauen“ wo unsere Hände arbeiten.

Antike Texte

Die Quelle für das traditionelle Erfahrungswissen sind die antiken Texte insbesondere *Neijing So Wen* und *Ling Shu*, die wir mit Sasaki Senseis Hilfe immer wieder eingehend studieren, um die tiefen Wahrheiten über das Leben immer besser zu verstehen.

Befundung

Zur Einschätzung des Zustandes des Menschen verwenden wir in erster Linie Berührung (Meridiane, Hara-, Rückenzone, Bo-, Yu-

Punkte, Pulse), Beobachtung (Kopf-Körperformen, Gesichtsöffnungen, -farben) und Befragung.

Unterschiede zu anderen Schulen

Um andere Shiatuschulen zu verstehen, wäre es gut, mehr über die Gründer zu wissen, da sich ihre Vorgeschichte oft sehr deutlich in Ihrer Art zeigt, wie sie Shiatsu ausüben bzw. was sie unter „Shiatsu“ verstehen. Bei vielen Schulen wurde um einen „Kern“ von Shiatsu-Basistechniken ein Gebäude aus Teilen/Techiken/Aspekten verschiedenster westlicher, fernöstlicher, schamanischer, ... Behandlungsmethoden, Künsten und Ideen gebaut. Der Name Shiatsu (oder Teile davon) blieb.

Einige europäische Shiatuschulen haben ihre Wurzeln direkt in Japan (Namikoshi bzw. Iokai) in den 70er Jahren, und sind der Art und Weise, wie Shiatsu damals in Japan praktiziert wurde treu geblieben. Iokai-Shiatsu hat sich aber in Europa seither verändert und an die Gegebenheiten der modernen Europäer angepasst. Insbesondere die Druckintensität erschien Sasaki Sensei für die modernen Europäer nicht angemessen, da sich in unserer Gesellschaft die wenigsten Menschen unter starken Schmerzen tatsächlich entspannen können, was aus Sicht von Iokai für die Verbesserung der Ki-Ketsu-Zirkulation sehr wichtig ist.

Der ÖDS wurde vor etwa 25 Jahren von ca. 10 sehr unterschiedlichen, damals in Österreich etablierten Shiatuschulen in einem langen und mühsamen Prozess gegründet. Um allen Gründungsmitgliedern gerecht zu werden, wurde eine sehr breite Shiatsu-Definition erarbeitet, die mehr oder weniger alles beinhaltet, was an diesen Schulen gelehrt wurde.

Diese Definition war soooo breit, dass Iokai tatsächlich Schwierigkeiten hatte, einige Jahre später überhaupt als Shiatsuausbildung anerkannt zu werden, weil wir eigentlich zu wenig verschiedene Ausbildungsinhalte aus der großen Vielfalt an potentiellen Themen anbieten konnten.

Fast (?) jede Schule meint mit Bezeichnungen wie *Ki*, *Yin-Yang* (Makrobiotisches System?!), *Meridian*, etc. etwas Anderes.



Daher ist bei einer fachlichen Kommunikation mit den unterschiedlichen Schulen immer zuerst abzuklären, was sie überhaupt meinen. Das wird oft genug auch durch die sehr individuelle Verwendung von Ausdrücken aus Physik, Medizin, Psychologie und Esoterik erschwert, und erinnert mich oft an die „babylonische Sprachverwirrung“, wo jeder mit jedem Wort etwas Anderes meinte.

Gerade beim Begriff *Ki* gibt es sehr unterschiedliche Deutungen.

Oft wird von „feinstofflicher“ Energie gesprochen, die vom Geber vor allem durch Gedankenkraft („Fokus“), oder jegliche in der Esoterik beheimateten Methode beeinflusst, harmonisiert und ausbalanciert werden kann/soll.

Bei Iokai wird *Ki* eher als „normaler“ Vitalität bzw. Lebenskraft bezeichnet (der Begriff „Energie“ wird wegen seiner Beliebigkeit eher nicht verwendet), die an sich gar nicht so genau definiert werden kann. Auch ist es nicht so sehr der Geber, der das *Ki* des anderen lenkt, sondern durch den Druck auf den Empfänger (*Ketsu*) wird die Vitalität des Empfängers „trainiert“ um sich besser an die Einflüsse des Lebens anpassen zu können.

Da ist viel Einfühlsamkeit, Geduld, Offenheit, Respekt(!) und ein gutes Fundament in der eigenen Tradition nötig, auch wenn es aus Iokai-Sicht oft absurd erscheint, was da behauptet wird.

Ein weiterer Punkt für die Vielzahl an Ausbildungsinhalten ist die ständig steigende Anzahl der Ausbildungsstunden, die mit möglichst interessanten Inhalten gefüllt werden sollten, um die Schüler „bei der Stange“ zu halten. Der Ansatz der ständigen Vertiefung des Wissens und das unentwegte Sammeln von Erfahrung im traditionellen Iokai-Sinn sind da eher uncool. Wer zahlt heute gerne Geld für's Wiederholen und Vertiefen? Infotainment ist angesagt!

Einige Ausrichtungen von Shiatsuschulen sind im Folgenden angeführt:

Psychologie

Sie berufen sich meist darauf, dass S. Masunaga Psychologie studiert hatte und stellen auf Grund dessen meist die psychologischen Aspekte des Lebens in den

Vordergrund.

Verschiedenste Techniken aus der Psychologie/-therapie werden angewendet. Gesprächsführung ist besonders wichtig, NLP wird verwendet, Visualisierungstechniken, Arbeit mit Emotionen, Traumata, etc.

Aber auch fernöstlichen Formen der Psychotherapie (Naikan) sind Teil mancher Shiatsuausbildung.

Massage, TCM

Es werden Massagetechniken (Querfraktionen, Triggerpunkte), rhythmische Techniken („Rocking“), Aromaöle, Thaimassage, Thaiyoga, Narbenentstörung, ... und es wird auch am unbedeckten Menschen gearbeitet. Shiatsu wird ähnlich Akupressur vor allem an den klassischen Akupunkturpunkten ausgeführt. Indikationen, Qualifikationen, Funktionen der einzelnen Punkte werden intensiv unterrichtet. Zusätzlich zum manuellen Arbeiten wird Moxa, Gua Sha (Schaben), etc. angewendet.

Ernährung

In manchen Shiatsuschulen wird auf bestimmte Ernährungslehren (5-Elemente-Ernährung, Makrobiotik) großer Wert gelegt, bzw. ist/war sogar Voraussetzung für die Ausbildung.

Ayurveda, Schamanismus, Esoterik

Da Shiatsu teilweise ab den 1970er Jahren auch über indische Ashrams nach Europa gelangt ist, finden sich oft Inhalte aus diesem Kulturkreis, wie z.B. die Chakren, Mantrasingen, Kundalini-Energie, Sexualenergie („Tantsu“), Schüttelmeditationen und andere spirituelle Inhalte in Shiatsuausbildungen.

„Physik“, Metaphysik

In letzter Zeit ist es populär geworden, auch Ausdrücke aus der Physik im Shiatsu zu verwenden.

Worte wie „Schwingung“, „Frequenz“, „Magnetismus“, „elektromagnetisches Feld“, „Quantenenergie“, „feinstofflich – grobstofflich“, „energetische Felder“ usw. lassen sich zur Erklärung von so ziemlich Allem verwenden. Wer weiß schon was die Ausdrücke wirklich bedeuten?



医王会

Osteopathie, Craniosakrale Ost., Fascienarbeit

Auch hier gibt es in vielen Ausbildungen Überschneidungen, weil diese Methoden in den letzten Jahrzehnten einen großen Boom erlebt haben und technisch oft sehr ähnlich dem Shiatsu sind.

Sondergefäße, andere Meridiansysteme

In der Arbeit mit Schwangeren gibt es Ausbildungen, die mit den Sondergefäßen der TCM arbeiten.

Darüber hinaus gibt es Schulen, die je nach Zustand es Klienten mit unterschiedlichen Meridiansystemen arbeiten (klassisches System, „Masunagameridiane“, Oceanmeridiane, usw.) und dafür ausgeklügelte Testverfahren entwickelt haben.

Auch von „meridianfreiem“ völlig „intuitivem“ Shiatsu ist manchmal die Rede.

Überhaupt fällt auf, dass viele Schulen formal das Iokai-Meridiansystem verwenden aber immer unter der Bezeichnung „erweitertes Meridiansystem nach Masunaga“. Sie beziehen sich dabei meist auf die ersten Karten des Iokai Meridiansystems 1970.

Manche lehren, dass die „Masunagameridiane“ immer vom Hara zur Peripherie behandelt werden sollen bzw. dass die Akupunkturmeridiane für physische Probleme und die „Masunagameridiane“ für psychische Probleme verwendet werden. Es wird von „feinstofflicherer“, „höher-schwingender“ Meridianqualität gesprochen und überhaupt den Meridianverläufen an sich, egal wo und wie man sie berührt eine gewisse „Schwingung“ oder „Berührungsqualität“ zugeordnet, die immer spürbar ist. Außerdem behaupten die meisten Schulen, dass sie Ki spüren ... wenn man „hoch“ genug entwickelt ist!

Darin unterscheidet sich der Iokai-Ansatz, wo beim Meridian nicht eine „Punktqualität“, sondern in erster Linie die Verbindung zwischen korrespondierenden Körperbereichen gesehen wird, die im „gesunden“ Zustand nicht unbedingt spürbar sein muss.

Auch eine aquatische Körperarbeit bezieht

sich auf Shiatsu (Watsu).

Bei der praktischen Arbeit gibt es eine ungeheure Bandbreite:

- einfach nur dasitzen und mit Gedankenkraft den Menschen mittels Visualisierung von „Ki“ behandeln
- mit den Händen die Umgebung (1-2m) des Menschen „Aura“ behandeln + Visualisierungstechniken + Tönen
- Geringste (wenige Gramm Druck) meist länger (bis zu mehrere Minuten lange) gehaltene Berührungen mit/ohne Visualisierungstechniken.
- Leichte Berührungen, die je nach „Punktqualität“ mit verschiedenen Atemtechniken verknüpft werden
- Techniken aus der Craniosacralen Osteopathie
- Intuitives Berühren des Menschen ohne besondere Regeln
- Streichtechniken
- Massage- und Schütteltechniken
- Techniken nach den 3 Shiatsu-Prinzipien, die wir im Iokai-Shiatsu meist anwenden
- Sehr dynamische bzw. schnelle Druckfolgen mit den Daumen (im Takt von wenigen Zehntelsekunden, ähnlich Iokai Klopftechnik
- Fasciale Korrekturtechniken zur Gelenks- und Organmanipulation
- Sehr tiefe, bzw. sehr schmerzhaft Techniken mit Ellbogen und Knie
- Chiropraktische Korrekturtechniken

Die Grundausrichtung von Iokai ist das immer tiefere Verständnis um das Leben und Leiden des Menschen in seinem Umfeld (Natur und Gesellschaft!) mit Hilfe des traditionellen Erfahrungswissens mit offenem Blick für die moderne Welt, in der wir leben.

Die Ausrichtung vieler Shiatsuausbildungen ist es, ausgehend von gewissen Shiatsu Grundtechniken, die Studenten möglichst schnell zu freier Entfaltung zu führen. Jeder soll SEIN ureigenes Shiatsu entwickeln. Alles was dazu beiträgt wird in *sein* Shiatsu integriert. Jeder macht es so, wie es für ihn „stimmig“ ist: alles ist richtig, was aus Dir kommt!

Bezüglich des Behandlungsablaufes wird



manchmal von Prioritätsmodellen gesprochen, wo der Empfänger der Reihe nach auf verschiedenen Ebenen vom Geber ausbalanciert wird. Beginnend mit dem „grobstofflichsten“, die Knochen/Gelenke zu „korrigieren“ über Muskeln, Nervensystem, Meridiane, Fascien, Hirnhäute, bis zu den „feinstofflichsten“ wie Chakren, Aura, Psyche und Seele alles harmonisiert werden soll. Dabei kommen auf jeder Ebene andere Techniken zum Einsatz.

Dem gegenüber erscheint der Iokai-Ansatz oft etwas primitiv, für mich ist er aber in sich wesentlich schlüssiger und kommt grundsätzlich ohne modische Zusätze aus.

Ein Problem von manchen modernen Methoden, die laufend unter neuen Namen wie Pilze aus dem Boden wachsen ist die Tatsache, sehe ich darin, dass sie aus Ideen, Denk Konstrukten oder behaupteten Eingebungen entstanden sind, und dann versucht wurde, diese Idee/Vision in der Praxis zu beweisen.

Das ist genau der entgegengesetzte Weg zu traditionellem Erfahrungswissen.

Das Wichtigste für mich ist ein entspannt-offener Zugang zur Shiatsu-Welt, der von einer starken Mitte getragen ist.

Mein Maßstab für die Glaubwürdigkeit jeglicher Methode ist die nüchterne Praxis.

Was bewirkt die Behandlung wirklich? Ohne wenn & aber, einfach nur nüchterne Wahrnehmung ohne Projektionen und Möchtegernheilen.

Wie setzen die Vertreter einer Schule das von ihnen Gelehrte in ihrer eigenen Praxis um.

Welchen Stellenwert hat Do In? Machen es die Lehrer selbst, oder ist es ein Assistentenjob?

In mancher Zen-Tradition wird gesagt:

Jedes gesagte/geschriebene Wort ist im selben Augenblick eigentlich schon falsch!

Termine – Ausblick

Iokai-Shiatsu auf der **BIM/BEST**: 23.-26.11.2017, Salzburg

Weihnachtsfeier 2017:

Jeder Arbeitskreis veranstaltet seine eigene Weihnachtsfeier:

- Salzburg: 10.12.2017 / Abfahrt 13.15 h, Lokal-bahnhof Sbg., Fahrt mit der Nostalgielokalbahn nach Oberndorf/Laufen, Stille Nacht Kapelle ...
- Tirol: Termin/Ort > Klaus
- OÖ: Termin/Ort > Johanna

Jahreshauptversammlung:

voraussichtlich Jän./Feb. 2018

Shiatsu-Tage, Vorbereitungstreffen Regionalgruppe Salzburg: 23.2.2018, WIFI-Salzburg;

Themen u.a.: mögliche Berufszukunft von Shiatsu in Österreich, Vorbereitung von „Shiatsu im Park“

Meditation: Einführung und Praxis

Frühjahr 2019, genauer Termin/Ort in eigener Aussendung, Dauer ca. 3h

Vereinstreffen: ¼ - ½-jährlich (Termine/Treffpunkte werden noch per Mail bekanntgegeben)

IOKAI-Austausch-WE 1/2018:

voraussichtlich 14.-15.4.2018 / GKA, Rif

Österr. Shiatsu-Tage 2018 / Shiatsu im Park:

voraussichtlich Juni 2018, gemeinsam mit ÖDS, Regionalgruppe Salzburg

IOKAI-Austausch-WE 2/2018:

17.-18.11.2018 / Hall i. Tirol

weiteres nach Bedarf ...

weitere Beiträge zu: Shiatsu-Congress Vienna 2017 und Shiatsu-Austauschwochenende Hall i.T. – falls noch Text/Material eintrifft ... ☺ (wir warten !)

I m p r e s s u m

Iokai-Meridian-Shiatsu® Austria - Verein, Charlottenhüttenweg 7, 5400 Rif-Hallein verein@iokai-shiatsu.at

Layout: Gernot Schmauszer / Nov. 2017

© 2017 / Alle Rechte sind vorbehalten.



Die namentlich gekennzeichneten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des Vereins wieder.