



### **Wie wird Shiatsu eingesetzt?**

Durch ruhiges Beobachten des Körpers, Palpieren des Hara (Abtasten des Bauches), Befragung und der Betrachtung der Gesamtheit des Klienten (TCM) kommt man zu einem Bild in welchem Energiezustand sich der Klient befindet. Welche Partien sind betroffen? Ist der Körper müde, angespannt, in bestimmten Regionen blockiert? Welche Meridiane befinden sich in der Leere (Kyo) oder Fülle (Jitsu)?

Mit Shiatsu kann man direkt auf diese Befundung eingehen und einen Ausgleich sowie eine nachhaltig stabilisierende, reinigende und belebende Wirkung erzielen.

Eine der wesentlichsten Wirkungen ist dabei eine Aktivierung des parasympathischen Systems. Dies wird von den Klienten als tiefe Ruhe und Entspannung erlebt und erleichtert Änderungen in energetischen, seelischen und physischen Lebensmustern.

Shiatsu ist aus seiner Tradition heraus ein Mittel zur Gesundheitshaltung, es kann Menschen sehr gut in ihrem Alltag unterstützt. Ein subtileres frischeres Körpergefühl stellt sich ein, denn müde Energie wird ausgeleitet. Der Klient kommt bei sich selbst an und lernt sich intensiv zu spüren. Im Idealfall merkt sich der Körper diesen ausgeglichenen Zustand und kann immer öfter in diesen zurückkehren.

Heutzutage kommen Klienten oft erst zum Shiatsu, wenn alle anderen Wege ausgeschöpft sind und Schmerzen oder Beschwerden (zum Beispiel chronische Entzündungen, Kopfweh, Magenprobleme, uvm.) bestehen, obwohl keine medizinisch nachweisbare Pathologie vorliegt.

Die Entfaltung des großen Potentials von Shiatsu-Behandlungen im Umgang mit den Herausforderungen unterschiedlichster Beschwerdebilder durch Berührung, Körperkontakt und Feinfühligkeit faszinieren mich immer wieder.

Durch die Stille, Geduld und Offenheit in der Begegnung können viele Prozesse in Gang gebracht und die körpereigenen Kräfte zu Regulation und Selbstheilung mobilisiert werden.