Behandlung mit Meridian-Shiatsu

Symptome und deren Auflösung durch den Ausgleich energetischer Disharmonien

Darius Zorriasatayni

1. Shiatsu-Fall

Eine Klientin mittleren Alters kommt zu ihrer Erstbehandlung in die Shiatsu-Praxis. Sie weiß, dass es sich beim Shiatsu um eine ganzheitliche manuelle Körperarbeit handelt, die bei der Harmonisierung des ins Ungleichgewicht geratenen energetischen Zustandes ansetzt.
Sie erzählte mir ihr Leid bezüglich hartnäckiger Schmerzen im unteren Rücken, vor allem auch im linken Gesäß- und lateralen Beinbereich. Die Seite des ausstrahlenden Schmerzes hätte sich schon einmal geändert, war manchmal kaum wahrnehmbar und dann wieder akut. Außerdem zeigten sich Schmerzen im Leisten- bzw. Übergangsbereich von Becken und Bein. Sie war auch schon zweimal in Osteopathie-Behandlung und hat – wie sich so oft bei Klientinnen und Klienten, die zum Shiatsu kommen, zeigt – eine Odyssee an Besuchen westlicher Schulmediziner hinter sich. Die Befunde eines Facharztes, den sie besuchte, deuteten auf ein Wirbelgleiten und Entzündungen im Lendenwirbelsäulen-Bereich hin, ein anderer ging wiederum von einer Skoliose aus, welche für die Schmerzen verantwortlich sein könnte. Eine begonnene Wirbelsäulentherapie nach Schroth, dessen Ziel eine Verbesserung der Skoliose war, brachte ebenfalls keine Besserung der Schmerzen.

Weiters erzählte mir die Klientin, dass sie auch an Reflux leidet, an einem Aufsteigen der Magensäure, die zu einem brennenden Schmerz hinter dem Brustbein führen kann, oder – gelangt der Magensaft sogar in den Mundraum – zu saurem Aufstoßen. Energetisch deuten diese Symptome auf eine Disharmonie im Erd-Element[1] (Magen und Milz-Pankreas) hin.

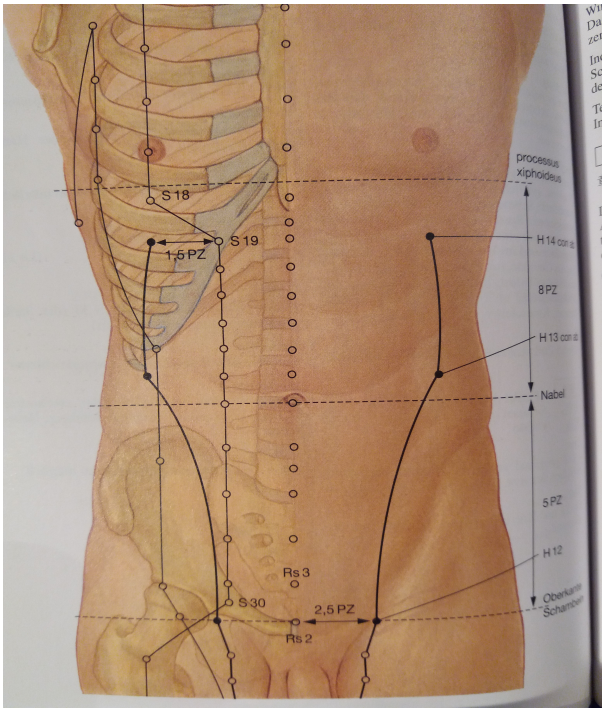
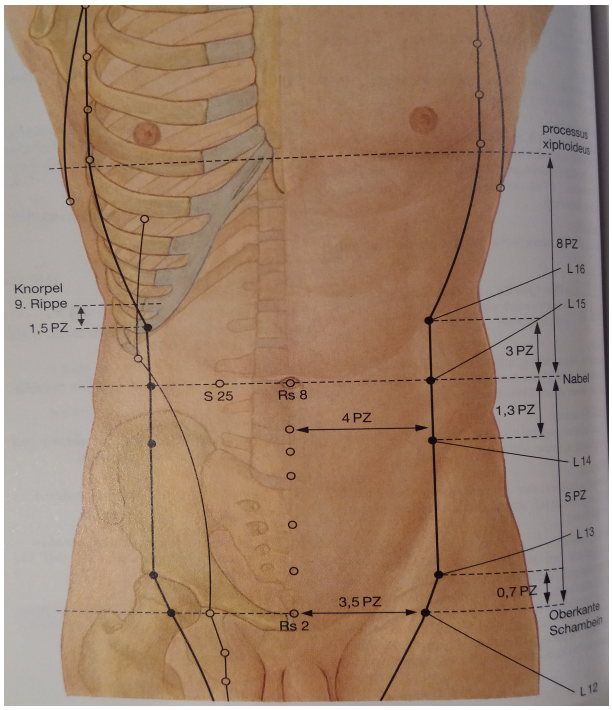
---

1 Die **Erde**, welche die energetischen Organe Magen und Milz-Pankreas umfasst, ist das wichtigste Element in Bezug auf die Verdauung und die Gewinnung von Qi aus der Nahrung. Sie wirkt durch ihre zentrale Stellung im Körper auf alle anderen Elemente und kann deren Gesundheit sichern. Störungen im Erd-Element verursachen auch häufig Probleme in anderen Elementen.
Der **Magen** nimmt nicht nur physische Nahrung auf, sondern solche im weitesten Sinne des Wortes. Letztlich kann alles Nahrung sein, was der Mensch in sich aufnimmt und verdaut: Erlebnisse, Erfahrungen, Lernen, Liebe … . Grübeln, das immer wiederkehrende Verarbeiten von Sorgen, ist Ausdruck einer Imbalance im Erd-Element und belastet dieses.

Auch eine ausgeprägte Aufwärtsbewegung der Leber-Energie, die über den Kontrollzyklus (Holz greift die Erde an) die Energie des Magens quasi mit nach oben zieht , ist für die Auslösung der beschriebenen Symptome mitverantwortlich (vgl. Rappenecker 2007, S. 71).

Energetische Einschätzung und Behandlung mit Shiatsu

Das Gespräch und der Ersteindruck, den ich von der Klientin hatte, das Abtasten ihres Bauches (Hara-Diagnose) und vor allem der Körpermeridiane, die im vorderen Übergang von Becken und Bein (Magen-, Milz-Pankreas- und Leber-Meridian – s. dazu Abb. 1,2 und 3) und lateral des Körpers verlaufen (Gallenblasen-Meridian – s. dazu Abb.5), ergaben für mich eine erste energetische Einschätzung ihrer Situation.
Die einseitigen und wechselnden Beschwerden in der Hüfte und die Schmerzen im Leistenbereich deuteten auf eine Stagnation[2] des Leber- und Gallenblasen-Qi hin, die sich

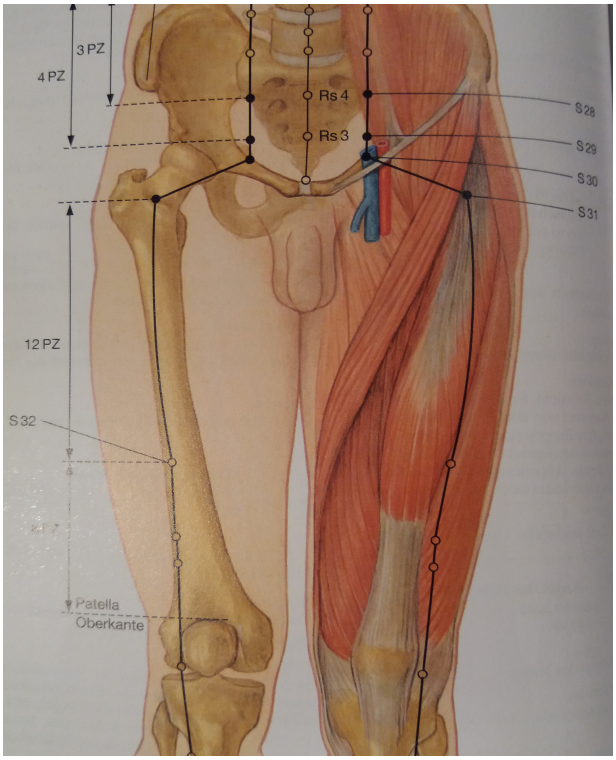
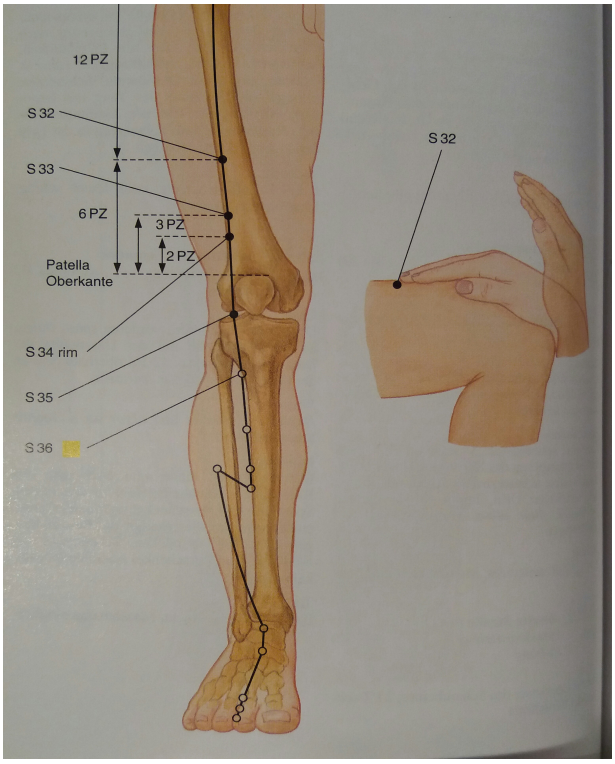
Abb.1: Verlauf des Lebermeridians im Bereich des Oberkörpers	Abb. 2: Verlauf des Milz-Pankreas-Meridians im Bereich des Oberkörpers
	

Quelle: Hempen, Carl-Hermann (2016): dtv-Atlas Akupunktur. München.

2 Ein stagnierendes oder gestautes Qi (Energie) kann leicht zu Schmerzzuständen im Verlauf der jeweiligen Leitbahn führen. Werden diese Qi-Blockaden mit Shiatsu aufgelöst, kommt also das Qi wieder in Bewegung, lösen sich auch die lokalen Schmerzen wieder auf.

auch bei der Berührungsdiagnose zeigte. Das Magen- und Milz-Pankreas-Qi blockierten zusätzlich die Leiste.

Mein Shiatsu konzentrierte sich zunächst auf das Auflösen der Meridian-Blockaden im Übergangsbereich von Bauch, Becken und Bein, in dem ich den Qi-Fluss mit Zweihand-Techniken in diesen Körperbereichen verbesserte. Zudem arbeitete ich entlang der Medioaxillar-Linie, also der Seite des Körpers, entlang des Gallenblasenmeridians (Element Holz[3]) nach unten und „öffnete“ den Übergang von Taille-Gesäß und lateralen Beinbereich. Weiters war es notwendig das Nieren-Qi zu tonisieren, also anzuregen, da sich die Nierenenergie, die stark mit dem Lumbalbereich in Verbindung steht, energetisch leer anfühlte.

Abb.3: Verlauf des Magenmeridians im Bauch-, Becken- und Beinbereich	Abb.4: Verlauf des Magenmeridians im Beinbereich
	

Quelle: Hempen, Carl-Hermann (2016): dtv-Atlas Akupunktur. München.

3 Die **Holzenergie**, die sich im Leber- und Gallenblasen-Meridian wiederspiegelt, sorgt für einen freien Fluss von Qi, Blut und einen ausgeglichen Gemütszustand. Die Leber braucht Raum und kreative Entfaltung, damit sich ihre Funktion optimal entfalten kann. Stress, Druck und emotionale Unausgeglichenheit (Frustration, Aggression, Zorn oder Eifersucht) führen zum Stagnieren des Leber- und Gallen-Qi und können vielfältige Symptome verursachen. Je nach individuellem energetischen Disharmoniemuster können Depressionen, prämenstruelles Syndrom mit Reizbarkeit, Leberschmerzen (rechter Oberbauch), aber auch Schmerzen im Verlauf der Leitbahnen auftreten. Das können Hüft- und Ischiasschmerzen, Leisten- und Flankenschmerzen u.a.m. sein. Eine Gallenblasen-Disharmonie geht häufig mit ein- und wechselseitigen Symptomen (z.B. Migräne) einher, auf der psychologischen Ebene auch mit fehlender Flexibilität und einer Entscheidungsschwäche.

Die erste Behandlung brachte eine Schmerzfreiheit im Leistenbereich und löste auch weitgehend die ausstrahlenden Schmerzen im lateralen Beinbereich auf.
Spannungszustände waren allerdings noch im Gesäß und im Bereich des Kreuzbeins vorhanden, die sich nach zwei weiteren Behandlungen legten. Außerdem lösten sich ihre Reflux-Probleme auf, als das Magen-, Milz-Pankreas- und Leber-Qi in Fluss kamen.

Es zeigt sich an diesem Fall sehr gut wie einerseits im Verlauf der beiden Erdmeridiane Magen und Milz-Pankreas die Leiste lokal blockiert wurde, andererseits aber auch wie deren energetisches Ungleichgewicht, mithilfe des Leber-Qi, die Magensäure nach oben steigen lässt. Umgekehrt aber auch – aus ganzheitlicher Sicht – wie ein Auflösen einer energetischen Disharmonie positive Veränderungen auf mehreren Ebenen auslöst. Zudem muss auch gesagt werden, dass eine Harmonisierung des Erdelements vom „Grübeln“ und belastenden Verarbeiten von Sorgen wegführt und die innere Ruhe und den Schlaf positiv beeinflussen.

2. Shiatsu-Fall:

Ein Klient Ende vierzig, der in seiner Freizeit Kraftsport betreibt, kommt in die Shiatsu-Praxis und klagt über Schmerzen im Leistenbereich sowie entlang der Beininnenseite. Weiters erzählt er, dass er seine linke Hüfte spürt und deswegen auch manchmal nicht schlafen kann. Er spielt sogar mit dem Gedanken eine Operation durchführen zu lassen. Ein Sportmediziner hätte bei einer Untersuchung ein Impingement-Hüfte-Syndrom[4] diagnostiziert. Weiters erzählt er von Schmerzen im Gesäß und unteren Rücken, die er schon seit seiner Kindheit habe. Zudem schmerzten auch beide Kniegelenke.

Energetische Einschätzung und Behandlung mit Shiatsu

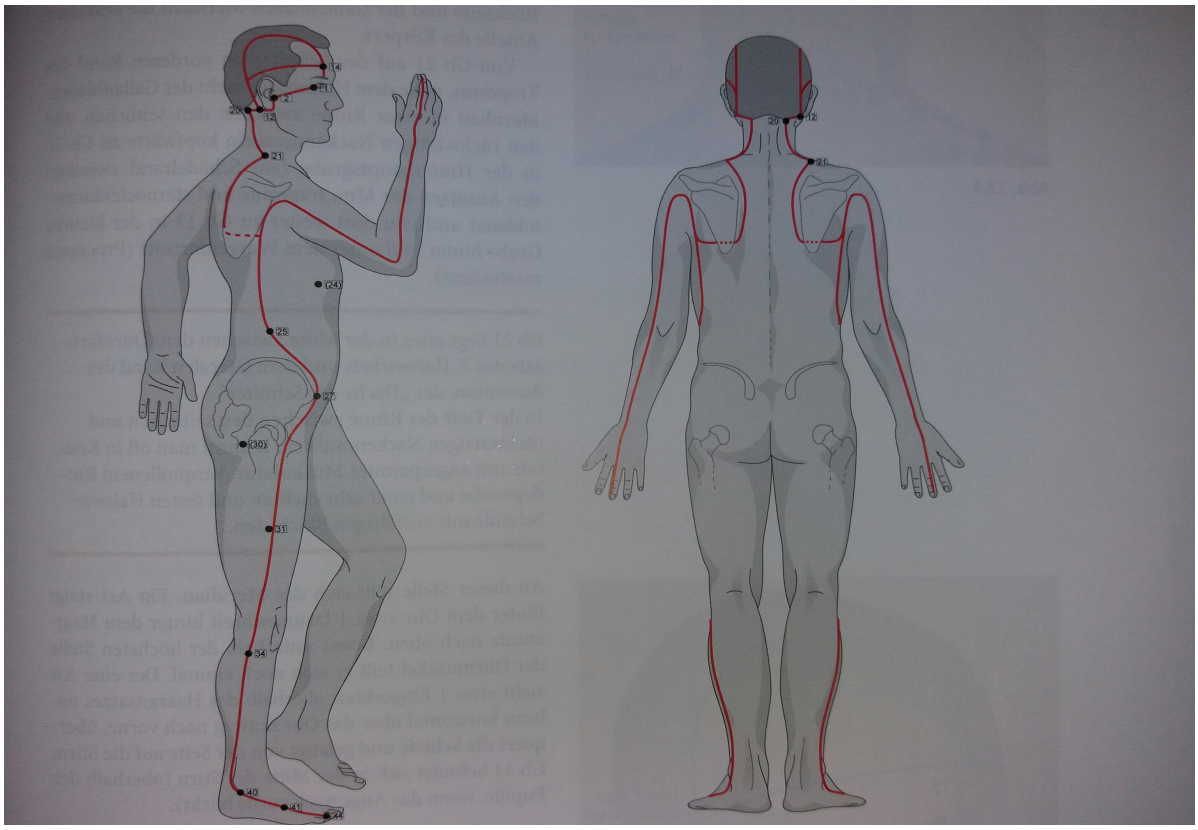
Der Klient wirkte bei der Betrachtung auf mich spannungsgeladen, wies härtere Gesichtszüge auf und schien emotional nicht sehr ausgeglichen zu sein. Ein Abtasten der energetischen Zonen des Bauches (Haras) sowie der Meridiane, die über die Leiste beziehungsweise entlang der Beininnenseite ziehen (Leber, Magen und Milz-Pankreas), zeigten eine starke Qi-Fülle im Leber- aber auch im Magenmeridian.

4 Das Impingement-Hüfte-Syndrom bezeichnet eine schmerzhafte Verengung des Hüftgelenkspaltes. Knöcherne Veränderungen des Oberschenkelhalses oder des Beckenknochens verursachen dabei eine schmerzhafte Behinderung des Gelenks.

Die Informationen aus der durchgeführten Berührungs-Diagnose ergaben für mich mit dem Erstgespräch und der Betrachtung des Klienten ein umfassenderes Bild, das in den Behandlungsansatz einfloss. Weiters konnte ich auf körperlicher Ebene eine Beinlängendifferenz von rund zwei Zentimeter feststellen.

Ein genaues Arbeiten im Übergangsbereich von Becken und Bein – indem der Qi-Fluss des Magen-, Milz- und Lebermeridians angeregt wurde sowie entlang des Gallenblasenmeridians an den Körperseiten – linderte bereits nach ein bis zwei Behandlungen die Schmerzen im Leisten- und Hüftbereich. Nach der dritten Behandlung war die Hüfte fast schmerzfrei und der Klient konnte bereits gut schlafen. Das Ausgleichen der genannten Leitbahnen bewirkte zudem, dass sich die Beinlängendifferenz unmittelbar aufhob! Das Phänomen mit den starken Längenunterschieden zwischen rechtem und linkem Bein zeigt sich bei Klientinnen und Klienten in der Praxis sehr häufig und hat nichts mit der (Knochen-)Struktur an sich zu tun,

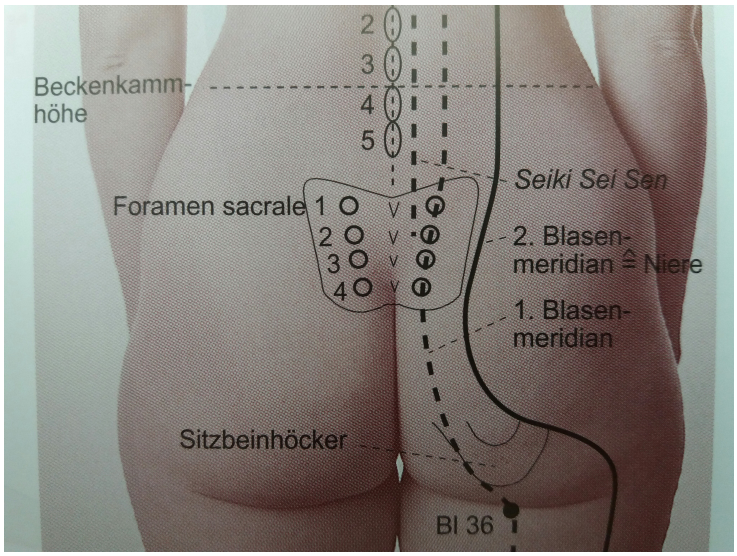
Abb.5: Gallenblasen-Meridian. Körperansicht von der Seite und von hinten.



Quelle: Rappenecker, Wilfried; Meike Kockrick (2016): Atlas Shiatsu. Die Meridiane des Zen-Shiatsu. München, S. 125.

sondern viel mehr damit, dass das Qi im Becken- und Hüftbereich an einer Körperseite stärker blockiert ist und damit eine Hüfte „nach oben hält“.
Die energetische Arbeit am Blasenmeridian 1. Ast, und hier vor allem die Passage vom unteren Rücken über die Iliosakrallöcher am Kreuzbein und entlang des hinteren Oberschenkels (siehe Abb.6), bewirkte im Kontext der Gesamtbehandlung ein Auflösen der Rückenschmerzen und ist für den Ausgleich der Beinlängen ebenso wichtig.

Abb.6: Blasenmeridian am unteren Rücken und Becken



Quelle: Rappenecker, Wilfried; Meike Kockrick (2016): Atlas Shiatsu. Die Meridiane des Zen-Shiatsu. München. S. 86.

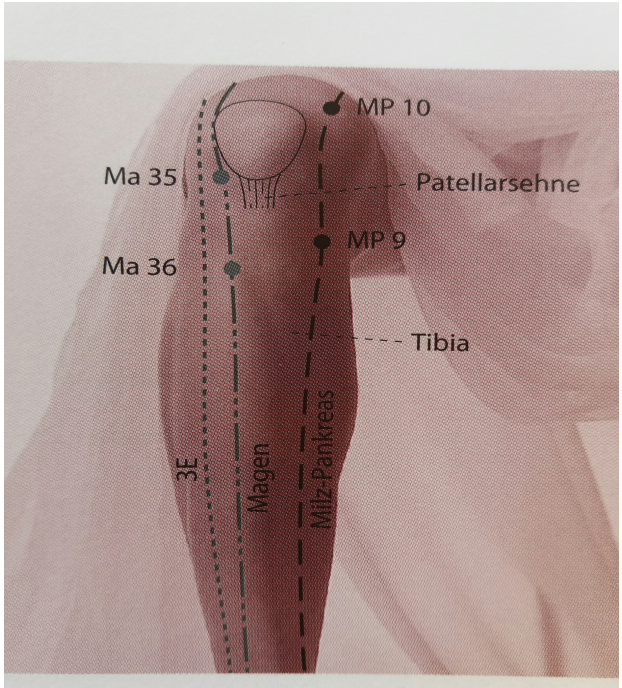
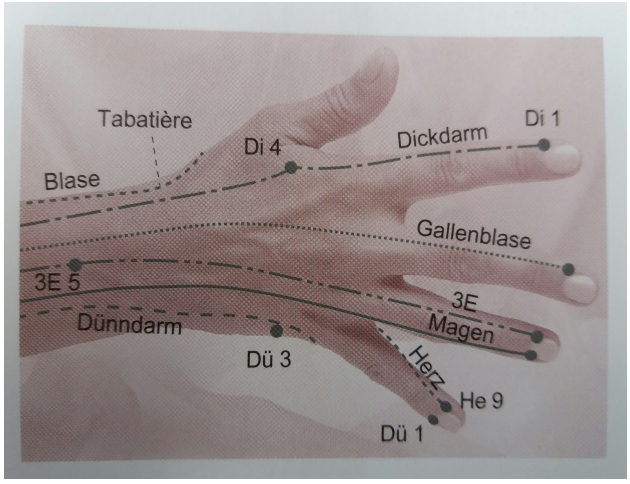
Die folgenden Shiatsu-Behandlungen hatten das Ziel, den Qi-Haushalt des Klienten weiter auszugleichen und zu stabilisieren. Weiters gab es auch Gespräche, die den Klienten zu kleinen Veränderungen in seinem Lebensalltag führen sollten. Auch eine Änderung seiner Sportschwerpunkte – die vom Krafttraining mehr in Richtung moderates Ausdauertraining gehen sollten – wurde angesprochen. Extensives Ausdauertraining bringt ja gestautes Leber- und Gallen-Qi in Fluss und senkt den hohen Muskeltonus ab.

Gezielte Veränderungen im Alltag oder eine Neuausrichtung der Lebensführung sind oft wichtige flankierende Maßnahmen, der sich der Klient/ die Klientin stellen muss, damit die neu gewonnene Beschwerdefreiheit und das Wohlbefinden nachhaltig sind.

3. Qi-Disharmonien im Bereich von Gelenken

Auch im Bereich von Gelenken können energetische Disharmonien zu Schmerzzuständen oder Einschränkungen in der Beweglichkeit führen. Ein in der Praxis öfter zu findender Fall ist das **Kniegelenk**, das insbesondere vom Magen- und Milz-Pankreas-Meridian „eingerahmt“ wird (s. Abb.7).

Diese beiden Meridiane verlaufen entlang des vorderen vierköpfigen Oberschenkelmuskels. Genau gesagt verläuft der Magenmeridian am Bein-Abschnitt am lateralen Rand des M. rectus femoris, überquert das Knie lateral der Patella und gelangt über die Mitte des oberen Sprunggelenks (Ma 41) zum lateralen Nagelfalzwinkel der 2. Zehe (Abb. 3 und 4). Der Milz-Pankreas-Meridian verläuft hingegen – von der Innenseite des Fußes kommend – entlang der medialen Tibiakante, überquert das Knie 1 Daumenbreit medial des inneren Patellarands und zieht am medialen Rand des M. rectus femoris über Becken und Rumpf nach oben (s. Abb.7).

Abb.7 : Magen- und Milz-Pankreas-Meridian im Knie- und Unterschenkelbereich	Abb.8: Fingermeridiane im Verlauf der Handaußenfläche
	

Quelle: Rappenecker, Wilfried; Meike Kockrick (2016): Atlas Shiatsu. Die Meridiane des Zen-Shiatsu. München. S. 169 und S.163.

Starke energetische Ungleichgewichte dieser Meridiane können „im Bereich“ des Kniegelenks Schmerzen verursachen, obwohl die Struktur des Gelenks – also Bänder, hyaliner Knorpel, Menisci – meist in Ordnung ist! Meiner Erfahrung nach zeigt sich das, wenn die energetische Qualität des Magen-Qi entlang des vorderen Oberschenkels bis hin zur Patella starke Jitsu-Zustände (energetische Fülle) aufweist, sich bis zum Gelenksbereich ausdehnt und dort richtiggehend „abkapselt“. Die Meridianenergie kommt in so einem Fall dicht an die Oberfläche und fühlt sich eher „spitz“ und „hell“ an und lässt sich mit Erfahrung mit einem Griff erspüren. Das Qi wieder in Fluss zu bringen erfordert allerdings viel Erfahrung und ausgereifte Shiatsu-Techniken!
Da das Meridianpaar Magen (Yang-Meridian) und Milz-Pankreas (Yin-Meridian) über transversale Luo-Verbindungen eng miteinander verknüpft ist, ist in so einem Fall meist auch der Milz-Pankreas-Meridian betroffen.

Manche Klientinnen bzw. Klienten zeigen Beweglichkeitseinschränkungen in den **Fingergelenken** oder haben auch Spannungszustände im Bereich der Handfläche. Nachdem in allen Fingern Meridiane verlaufen kann es auch vorkommen, dass eine energetische Disharmonie in einem bestimmten Meridian – hier sind vor allem die Bereiche von Unterarm, Metakarpaltunnel und der Verlauf über die Handfläche und des jeweiligen Fingers betroffen – die Fingerstreckung und- beugung beeinflusst (s. Abb.8).
Eine Einschränkung der Beweglichkeit z.B. des **Mittelfingers** steht mit einer Gallenblasen-Disharmonie (Zen-Shiatsu-Meridian) in Verbindung und lässt sich mit deren gezielten Behandlung in der Regel auflösen. Manchmal schmerzt in so einem Fall auch der laterale Oberarm und kann im Verlauf des Zen-Shiatsu-Gallenblasenmeridians erfolgreich mitbehandelt werden (s. Abb.5). Empfindungsstörungen in bestimmten Fingern beziehungsweise Fingerkuppen können sich ebenfalls zeigen und stellen meines Erachtens eine Vorstufe einer Beweglichkeitseinschränkung in den Fingergelenken dar.

Der **Daumen** kann z.B. im Grundgelenk manchmal auch „springen“ (sog. „Springdaumen“). Gezieltes Shiatsu im Verlauf des Lungenmeridians (dieser mündet am lateralen Nagelfalzwinkel des Daumens), aber auch des Dickdarmmeridians, kann das Metall-Element harmonisieren und die Fehlfunktion des Daumens aufheben.
Hand- und Fingeroperationen sind in solchen Fällen meist unnötig, weil sie die Qi-Blockaden nicht beseitigen und zudem unnötige Narben verursachen, die wiederum Störungsfelder für den Qi- und Blutfluss darstellen können.

Die lokale Behandlung mit Shiatsu darf aber nicht den ganzheitlichen Behandlungsansatz außer acht lassen, der aufgrund der energetischen Einschätzung zu Beginn gewählt wurde. Sie muss immer auch in einem größeren Gesamtkontext gesehen werden, weil die fünf Elemente nicht isoliert nebeneinander existieren, sondern sich gegenseitig in vielfältiger und unterschiedlicher Weise beeinflussen.

www.shiatsu-koerperarbeit.com

SHIATSU-PRAXIS

Mag. Darius Zorriasatayni
qualified practitioner

Pielachgasse 1/11, A-1200 Wien Tel:+43 699 19677961
behandlung@shiatsu-koerperarbeit.com

Literatur:

Beresford-Cooke, Carola (2003): Shiatsu. Grundlagen und Praxis. München

Brandis, Hans-Joachim (1995): Anatomie und Physiologie.

Eckert, Achim (2004): Das heilende Tao. Die Lehre der fünf Elemente. München.

Hempen, Carl-Hermann (2016): dtv-Atlas Akupunktur. München.

Rappenecker, Wilfried (2007): Fünf Elemente und Zwölf Meridiane. Hamburg.

Rappenecker, Wilfried; Meike Kockrick (2016): Atlas Shiatsu. Die Meridiane des Zen-Shiatsu. München.

www.netdoktor.at/krankheit/reflux-8071 (25.11.2017)

www.netdoktor.de/krankheiten/impingement-syndrom/impingement-huefte (25.05.2018)

www.deutsches-skoliose-netzwerk.de/index.php/ueber-skoliose-de-de/physiotherapie/nachschroth/ (17.09.2017)