



Ein Team.

ekorfühlén



Die Kunst des Berührens

Autorin: Kim Henneking

„Die Kunst des Berührens“ wird Shiatsu genannt. Aus dem Japanischen übersetzt bedeutet diese Praxis „Fingerdruck“. Vor mehreren tausend Jahren wurde diese Technik in Japan entwickelt. Einfach gesagt handelt es sich dabei um eine Massagetechnik, die bei Menschen und Tieren angewandt wird und alle Ebenen des Körpers stimuliert – Haut, Faszien, Muskeln und Gelenke – aber auch ausgleichend auf die Emotionen und die seelische Befindlichkeit wirkt.

„Menschen, die nichts mit Pferden zu tun haben, verbinden sie oft mit etwas Mystischem – der große schwarze Hengst, das märchenhafte Einhorn, eine unzählbare natürliche Kraft. Als Erwachsene verlieren wir diesen Zugang, können es nicht mehr glauben“, sagt die Österreicherin Doris Waldhäusl. Gemeinsam mit der Schweizerin Verena Schläfli unterrichtet sie Menschen in der alternativmedizinischen Technik des Shiatsu und sieht darin eine Rückkehr zur Verbindung zwischen Mensch und Pferd.

Wie Akupunktur basiert auch Shiatsu auf der chinesischen Medizin, bei der die Lebensenergie „Chi“ und die Energieleitbahnen im Körper, Meridiane genannt, im Fokus stehen. Durch eine Stimulation dieser Meridiane sollen körperliche und mentale Blockaden gelöst und Heilungsprozesse angeregt werden. So werden bei der Behandlung sowohl die körperliche als auch die energetische Ebene des Patienten betrachtet.

„Shiatsu ist nicht nur Handauflegen. Es ist eine tiefe Körpermassage und oft auch Aura-Arbeit“, sagt Verena Schläfli. Sie behandelt Pferde, Hunde, Katzen und andere Tiere. Ihre Tier-Shiatsu-Schule AKARI hat sie zusammen mit einer Freundin im Jahr 2006 gegründet und bietet Ausbildungen und Kurse für Shiatsu, Massage, Energie- und Chakra-Arbeit in der Schweiz und in Österreich an.

„Eine Shiatsu-Behandlung beginnt mit der Begrüßung des Pferdes, einer sanften Berührung am ganzen Körper zum gegenseitigen Kennenlernen und einem Wahrnehmen der Befindlichkeiten wie Wärme und Kälte – also Energiefülle und -leere sowie Verspannungen. Zeitgleich erspüren wir den emotionalen Zustand, die psychischen Themen, die das Pferd heute mitbringt“, erklärt sie. Manchmal würden Tiere nicht gern berührt werden. Dann gehöre die Annäherung und Kommunikation zur betroffenen Stelle zu einer Sitzung. „Diese Signale



Bei einer Shiatsu-Behandlung werden Pferde massiert. Der Fokus liegt dabei auf den Energieleitbahnen des Körpers. Foto: Myriam Brunner/my-photo.ch

Expertin

müssen wir wahrnehmen, ernstnehmen und respektieren“, sagt Schläfli. Ziel einer Behandlung sei es, dass der Körper des Patienten in der eigenen Mitte ankommt und so mit Herausforderungen besser umgehen kann.

Die Wirkung einer Shiatsu-Behandlung hat auch Doris Waldhäusl schätzen gelernt. Die Sozialpädagogin betreibt den Steinbacherhof in Niederösterreich, wo sie Persönlichkeitsbildung, pferdegestützte Therapie, Pferdetraining und Pferde-Shiatsu anbietet. Der Steinbacherhof ist auch Ausbildungsort für die Pferde-Shiatsu-Ausbildungen von Verena Schläfli.

„Pferde übernehmen unsere Spannungen und wir ihre“, sagt Doris Waldhäusl. Manchmal seien mehrere körperliche Probleme auf einen meist psychischen Kernauslöser zurückzuführen – wie bei einer Zwiebel, bei der man Schicht für Schicht ablegen muss, um bis ins Zentrum vorzudringen. „Wenn ich lerne, meine Emotionen bewusst wahrzunehmen, kann ich Pferde und Menschen feiner und intensiver in ihren Prozessen begleiten“, sagt sie. „Regelmässige Shiatsu-Behandlungen erleichtern meinen Pferden ihre therapeutische Arbeit. Sie lernen dadurch, die aufgefangenen Energien rascher abzuleiten, gesunde Resilienz aufzubauen und die Themen der Klient:innen nicht bei sich zu behalten. Die Beziehungen zwischen meinen Pferden und mir als Therapeutin werden dadurch gestärkt und die therapeutischen Prozesse intensiviert.“

Pferde-Shiatsu hilft bei vielen gesundheitlichen und psychischen Problemen, erklären die Therapeutinnen. Dazu gehören Schmerzen und chronische Erkrankungen, beispielsweise im Bewegungsapparat oder in den Atemorganen. Auch bei Allergien, der Stärkung des Immunsystems und Verhaltensauffälligkeiten werde Shiatsu angewandt. „Manche Leute haben Probleme mit dem Verhalten ihres Pferdes oder erleben ihr Pferd als distanziert“, sagt Doris Waldhäusl. Das könne daran liegen, dass Erwachsene zwischen Arbeit, Familie und Pferd hin- und hergerissen sind und sich nicht mehr auf



Doris Waldhäusl lebt mit ihren 13 Ponys und Pferden am Steinbacherhof in Niederösterreich, wo sie gemeinsam mit der Herde Selbsterfahrungsseminare und therapeutische Angebote leitet. Pferde-Shiatsu und kooperative Trainingsmethoden unterstützen Pferd und Mensch in der gemeinsamen Therapiearbeit. *Foto: Steinbacherhof-Foto*

steinbacherhof.at

Expertin



Verena Schläfli ist Tiershiatsu-Therapeutin und -Lehrerin, Marketingfachfrau und Betriebsökonomin KSZ. 2006 gründete sie zusammen mit einer Freundin die Schule AKARI Tiershiatsu in der Schweiz, wo sie den Diplom-Lehrgang Tiershiatsu und Tageskurse anbietet. Seit 2017 unterrichtet sie den Pferdeshiatsu-Lehrgang in Österreich. Sie bietet Unterstützung in den Bereichen Tiershiatsu, Tierkommunikation, Chakraarbeit, Vitalpilze und Verhaltensberatung.

Foto: Myriam Brunner/my-photo.ch

akari-tiershiatsu.ch

die Verbindung zu ihrem Pferd einlassen, wie sie es als Kind so leicht konnten. „Pferde resignieren dann oder fordern die Verbindung ein“, sagt sie. Bei einer Shiatsu-Behandlung des Pferdes komme es daher oft dazu, dass sich Emotionen beim Besitzer lösen. Oder andere Pferde gesellen sich auf der Weide zur Behandlung dazu, weil sie dasselbe Bedürfnis haben wie der Patient.

Shiatsu-Behandlungen fördern Lebensfreude, Beweglichkeit und eine tiefe Bindung zwischen Mensch und Pferd, sagen die Therapeutinnen. Wichtig für einen guten Therapeuten seien die Wahrnehmung der eigenen Emotionen und die Arbeit an den eigenen Themen, um klar und ganzheitlich auf das Pferd einzugehen. Mit ihrer Kooperation wollen Verena Schläfli und Doris Waldhäusl ein achtsames Miteinander zwischen Menschen und Pferden vermitteln. Bei ihren zweijährigen Lehrgängen zum Pferde-Shiatsu-Therapeuten lernen die Teilnehmer neben der Theorie und den praktischen Massagegriffen auch, wie man die Körpersprache des Pferdes liest und mit emotionalen Herausforderungen umgeht. „Wir glauben, wir sind nur unsere Körper. Aber wir sind viel mehr – die Pferde lassen uns das erleben“, sagt Verena Schläfli. „Wir erleben in der Ausbildung oft diese zutiefst berührenden Momente, wenn Menschen die Verbindung mit dem Einhorn oder dem schwarzen Hengst ihrer Kindheit wiederfinden. Pferde-Shiatsu ist der Beginn einer wunderbaren Reise zu sich selbst und zu den Pferden.“

AKARI
TIERSHIATSU



Wenige Plätze für die Ausbildung 2023/2024 zum Pferdeshiatsu-Therapeuten am Steinbacherhof sind noch frei. Mehr Informationen unter akari-tiershiatsu.ch und steinbacherhof.at.