

Durch Berührung wachsen. Shiatsu und Qigong als Tor zu energetischer Körperarbeit

Schrievers, J.

Bern, Hans Huber Verlag, 2004, 415 S., € 29,25

ISBN 3-456-84064-0

Joachim Schrievers hat nach seinem Sportstudium und einer Massageausbildung westlicher Prägung in Japan Shiatsu nach Shizuto Masunaga erlernt. Seine Shiatsu-Erfahrungen aus 20-jähriger Praxis hat er zusammen mit Qi Gong Yangsheng und Zen-Meditation zu einer Synthese geführt, die er «energetische Körperarbeit» nennt. Diese wiederum sieht er eingebettet in ein transpersonales Schwingungssystem, das für ihn durch die Erkenntnisse westlicher Theorien erklärbar wird. Schrievers schreibt aus der Sicht des Behandlers.

Einführend stellt der Autor Shiatsu und Qigong als ganzheitliche Zugangswege zu Körper, Geist und Seele dar. Er erläutert die Rolle von Patient und Therapeut im Rahmen der energetischen Körperarbeit und zeigt Verbindungen auf, unter anderem zur Psychologie von C.G. Jung und Sigmund Freud sowie zur Lehre des Messmer'schen Magnetismus.

Die energetische Berührung des Therapeuten beschreibt er als ruhenden, nicht wertenden Kontakt. Er soll dem Schüler helfen, sich zu öffnen und Zugang zu seinen unbewussten inneren Anteilen zu finden, um so seine Fähigkeiten und Schwächen zu erkennen und sich weiterentwickeln zu können. Wichtig ist dabei die integrierte Verbundenheit *aller* Anteile des Menschen. Schrievers formuliert dies sehr treffend: «Wer nie wirklich bei sich ist, kann auch nicht lernen, sich in seiner Haut wohl zu fühlen.»

Die Shiatsu-Behandlungstechnik wird nach einer kurzen theoretischen Einführung ausführlich dargestellt, unterstützt durch technisch klare, angenehm ruhige und unspektakuläre Schwarz-weiß-Fotos. In seinen Beschreibungen zum Ursprung und Hintergrund der energetischen Körperarbeit zeigt er die Ansätze östlicher und westlicher Traditionen auf und stellt Verbindungen zu Daoismus und Buddhismus her. Seine Ausführungen schlagen einen Bogen zur westlichen Wissenschaft und Medizin von Paracelsus bis zur Quantenmechanik. C.G. Jung hebt er als Brückenbauer zwischen Ost und West hervor. So verweist er beispielsweise auf die Parallelen zwischen der Libido als Lebenskraft und dem Qi. Joachim Schrievers geht auch auf Prinzipien der traditionellen Chinesischen Medizin ein. Das Meridiansystem, das im Shiatsu Anwendung findet, wird mit seinen Energiepunkten beschrieben. Auf we-

nigen Seiten wird der theoretische Hintergrund des Qigong umrissen. Er empfiehlt Qigong jedem Therapeuten, um an die eigenen Kraftquellen angeschlossen zu bleiben und Erschöpfung im therapeutischen Alltag zu vermeiden. Während der Autor das Shiatsu als das «Tor» zur energetischen Körperarbeit darstellt, sieht er im Qigong den «Schlüssel» und das «Licht, das den Raum ausleuchtet». Der Begriff der «energetischen Körperarbeit» wird im letzten Kapitel näher beleuchtet und der Zusammenhang zu Shiatsu als Tor hierzu (vgl. Untertitel des Buches) aufgezeigt. Die Wirkmechanismen werden mit zahlreichen Erklärungen aus der Physik wie z.B. Schwingung und Resonanz untermalt.

Als Resümee seiner eigenen Erfahrungen ermuntert Joachim Schrievers Shiatsu-Behandler, ihren individuellen Weg der energetischen Körperarbeit zu suchen und einzuschlagen. Shiatsu betrachtet er nicht als reine Körperarbeit. Das Ziel der Behandlung sieht er in einer Entwicklung des Patienten zu mehr Freiheit und Selbstbestimmung bis hin zu spirituellem Wachstum. Der Autor ist überzeugt, dass Heilung möglich ist, wenn es zu einer «Verbindung zwischen dem persönlichen, dem nicht-persönlichen und dem transpersonalen Erfahrungsfeld» kommt. Durch das «Prinzip des Mitschwingens» besteht für den Therapeuten die Möglichkeit, einen anderen Menschen in seinen wesentlichen inneren Vorgängen zu erfassen. Der Shiatsu-Therapeut kann den Patienten in seiner individuellen Lebensphase und Entwicklung begleiten und ihn bei seiner Weiterentwicklung unter anderem auch durch Jung'sche Traumarbeit unterstützen.

Das Buch stellt eine breite Palette von Methoden dar. Diese werden in ein weites Netz von logischen Verbindungen eingebettet. Da Begrifflichkeiten an verschiedenen Stellen in unterschiedlichem Kontext dargestellt werden, geht der rote Faden eher verloren, auch entsteht dadurch eine verwirrende Redundanz. Für den interessierten Leser, der bestimmte Themen nochmals nachlesen will, wäre ein Index eine sinnvolle Hilfestellung. Ein kräftigeres Covermaterial wäre bei dem ansprechenden, in gelb gehaltenen Layout ein Gewinn.

«Durch Berührung wachsen» ist ein umfassendes und fesselndes Erfahrungsbuch, geeignet als Grundlage für jede Art ganzheitlicher Körperarbeit, schon deswegen weil hier das Thema «Berührung» auf sensible und verantwortliche Weise thematisiert wird. Es zeigt Parallelen und Kontraste zwischen Ost und West auf. Sehr schöne Zitate von Weisheitslehrern (z.B. vom Dalai Lama) und Schriftstellern bereichern das Buch. Ansprechend dargestellte Modelle der verschiedenen Theorien, z.B. Verschränkung und transpersonale Psychotherapie, machen die schwierige Materie zwischenmenschlicher

Berührung verstehbarer. In einfachen Beispielen aus dem praktischen Alltag und der Physik werden immer wieder die Geschehnisse in der energetischen Körperarbeit erläutert. Einleuchtende Fallbeispiele zeigen die vielfältigen Prozesse auf, die im Rahmen der Shiatsu-Behandlung auftreten können. Die Abbildungen des Shiatsu-Therapie-Teils wirken ruhig und meditativ und sind in schwarz-weiß gehalten.

Das Buch macht neugierig auf die Methoden Shiatsu und Qigong. Es hebt sich ab von einem rein technisch orientierten Shiatsu-Lehrbuch. Mit seiner Aussage, «Mit dem Öffnen des Herzens entfaltet sich eine Energie, die heilsamer sein kann als alles Verstehen», hebt der Autor einen zentralen Gedanken seiner Arbeit hervor. Schrievers wirkt in seinem Buch authentisch, für den Leser wird spürbar, dass er gelernt hat, mit Berührung umzugehen. Das wiederum schafft Vertrauen in seine Arbeit, sei es als Ausbilder oder als Therapeut.

Heilsamer Zauber – Psychologie eines neuen Trends?

Straube, E.R.

Unter Mitarbeit von Schneider, C.; Eidam, F.-M.; Straube, G.J.

München, Spektrum Akademischer Verlag, 2005, 272 S.,

€ 25,-

ISBN 3-8274-1377-X

Innerhalb der Medizin wie auch Psychologie war es über einen langen Zeitraum akademisch absolut salonfähig, positive Effekte von Glauben und Spiritualität mit Schlagwörtern wie «selbsterfüllende Prophezeiung», «Erwartungshaltung» oder «Placeboeffekt» wegzuerklären und diese dadurch (zumindest scheinbar) zu bagatellisieren. Seit einigen Jahren wird jedoch immer deutlicher, dass diese Erklärungsansätze das Wesen solcher Phänomene nicht ausreichend erklären. Mit dem komplexen Thema «Glauben und Heilen» befasst sich Straubes Buch «Heilsamer Zauber – Psychologie eines neuen Trends».

Grundsätzlich ist es sehr zu begrüßen, dass nun im deutschsprachigen Raum eine wissenschaftliche Abhandlung über die Psychologie des Glaubens erscheint. Denn die akademische Psychologie – notabene vor allem die deutschsprachige – stand Religion und Glauben von Anbeginn maximal desinteressiert, häufig aber ungerechtfertigt skeptisch gegenüber. Straube will sein Buch jedoch nicht als Abhandlung über die «Psychologie der Religion» verstanden wissen, sondern vielmehr als Beitrag zur «therapeutische Dimension von Religiosität». Mit dieser Akzentuierung reiht der Autor sein Vorhaben taktisch geschickt in ein gesundheitswissenschaftlich ausgerichtetes Forschungsgebiet ein, das erst nach der salutogenetischen Wende entstanden ist. Empirisch untersucht werden dabei im Sinne des Outcome-Forschungsparadigmas vor allem die psychischen und physischen Auswirkungen persönlichen

Glaubens oder, spezifischer formuliert, die Zusammenhänge von religiösen und spirituellen Überzeugungen und Erwartungen sowie dadurch motivierte Verhaltensweisen wie beispielsweise Meditation oder Gebet auf Gesundheit. Obwohl der rote Faden im Buch der Zusammenhang von Glauben und Heilen ist, hat Straube, um dem komplexen Thema gerecht zu werden, viel Raum für eine umfassende historisch-kultur-anthropologische Betrachtungsweise gelassen.

Diese Vorgehensweise spiegelt sich im Aufbau des Buches mit seinen insgesamt fünf Kapiteln wider. Das erste, kurze Einstiegskapitel beschäftigt sich mit den aktuellen Glaubensszenen in Deutschland und anderen westlichen Ländern. Vor dem Hintergrund der sinkenden Mitgliederzahlen christlicher Kirchen in Deutschland beleuchtet Straube exemplarisch einige alternative Glaubenformen in Deutschland, darunter auch Aberglaube, Alltagsmagie und okkulte Praktiken.

Das zweite Kapitel widmet sich der Frage, ob bestimmte Arten von religiösen Lebensbewältigungsstrategien als Konstanten in der Menschheitsentwicklung identifiziert werden können und ob diese einen spezifischen Überlebensvorteil besitzen. Im Anschluss gibt Straube einen gerafften Überblick auf die Geschichte des Heilens in Europa durch magische und religiöse Rituale. Deren kultur-anthropologische Entwicklung wird schlaglichtartig von den frühen Hochkulturen über die hellenistische Zeit bis hin zum Christentum dargestellt.

Im umfangreichen dritten Kapitel mit dem Titel «Christlicher Glauben und Magie heilen – Hinweise, Beweise?» unternimmt Straube den Versuch, christliche und alternativ-esoterische Heilrituale so zu behandeln, «als handle es sich um eine psychologische oder medizinische Behandlungsform» (S. 88). Ein einleitender Abschnitt widmet sich zunächst der Problematik der Heilungswunder, die den Papst häufig dazu veranlassen, eine Person mit rechtschaffenem Lebenswandel in den Stand eines Seligen oder Heiligen zu erheben. Anschliessend wird auf Orte christlicher Wundererwartungen eingegangen. Straube führt darüber hinaus jedoch einige neuere Befunde an, die die gesundheitspsychologisch relevanten Aspekte von Beten und Gottesdienstbesuchen vor allem für gesunde Personen belegen, und referiert die wichtigsten Doppelblindstudien zur Untersuchung der Effekte von Beten wie z.B. die bekannt gewordene Studie des Internisten William Harris und Kollegen [1]. Im zweiten Teil des Kapitels kommt der Autor auf neuere Formen der Religiosität zu sprechen und behandelt dabei exemplarisch einige neu in Mode gekommene Lehren, beispielsweise geistiges und schamanistisches Heilen, Feng Shui, Reiki, Qigong, Yoga oder auch einige transpersonale Ansätze.

Im vierten Kapitel werden religiös bedingte Heileffekte und Befunde der Therapieforchung gegenübergestellt, um eine psychologische Antwort auf die Frage, warum Glauben heilt, geben zu können. Die Bedeutsamkeit von symbolischen Heilritualen wird betont, was durch einige Arbeiten zur Wirksamkeit von Pseudooperationen und Scheinbehandlungen eindrucksvoll belegt wird. In einem fünften, abschliessenden Ka-

pitel zieht der Autor sein Resümee: Das Ritual sei «eigentlich die Kunst, aus dem Nichts Heil-Macht zu erzeugen» (S. 240). Straube hat ein Buch vorgelegt, das auf 272 Seiten ein schwieriges und komplexes Thema behandelt. Positiv fällt auf, dass er sich dem Thema so unvoreingenommen wie möglich widmet und dabei doch gleichzeitig wissenschaftlich solide zu argumentieren vermag. Daher nimmt er auch nie direkt zu ontologischen Fragen Stellung, die bei dem Thema «Glauben und Heilen» naturgemäss früher oder später anfallen. Stattdessen beschränkt er sich auf die psychologisch erklärbaren Komponenten der dargestellten Phänomene, ohne dabei jedoch den Fehler zu begehen, Religiosität in toto psychologisch erklären zu wollen. Wenngleich manchem Leser diese Vorgehensweise, die Auswirkungen von Glauben auf Gesundheit letztlich als rein psychologischen Effekt zu erklären, zu zaghaft erscheinen mag, ist diese doch legitim und angemessen, denn es handelt sich explizit um eine psychologische, und nicht um eine theologische, philosophische oder auch parapsychologische Abhandlung. Das Buch ist insgesamt interessant, kurzweilig und leicht verständlich geschrieben. Besonders hervorgehoben werden muss meiner Ansicht nach der umfangreiche kulturanthropologisch-historische Teil, der sich wohltuend von den ansonsten zumeist ahistorisch ausgerichteten Beiträgen der Psychologie abhebt. Straube vermag seinen Lesern einen zwar unvermeidlicherweise nur schlaglichtartig, aber dennoch aufschlussreichen Einblick in die Entwicklung und Evolution der Heilsrituale in der menschlichen Kulturgeschichte zu vermitteln. Es ist ihm gelungen, eine ausgewogene Abhandlung zum Thema Psychologie des Heilens vorzulegen. Aufgrund einer wissenschaftlich sauberen Argumentationsweise und der Tatsache, dass Straube der Neigung, in spekulative Fahrwasser zu geraten, diszipliniert widersteht, ist das Buch sowohl «Mainstream»-kompatibel als auch offen für die zu untersuchenden Phänomene. Insofern ist ihm zu wünschen, dass es viele Leser findet. Denn globale Dringlichkeit eines gleichberechtigten Diskurses zwischen Religion und Wissenschaft dürfte angesichts der zunehmenden weltweiten Konflikte, die im Namen von Religionen geführt werden, deutlich genug geworden sein.

N. Kohls, Northampton

Literatur

- 1 Harris WS, Gowda M, Kolb JW, Strychacz CP, Vacek JL, Jones PG et al.: A randomized, controlled trial of the effects of remote, intercessory prayer on outcomes in patients admitted to the coronary care unit. *Arch Intern Med* 1999; 159:2273–2278.