

Eine kleine Familiengeschichte Oder: Was sind Meridiane?

Teil I: Ein Gedankenanstoß

Teil II: Die Meridiane der ersten Familie (Lunge, Dickdarm, Magen, Milz)

Teil III: Die Meridiane der zweiten Familie (Herz, Dünndarm, Blase, Niere)

Teil IV: Die Meridiane der dritten Familie (Herzkonstriktor, 3facher Erwärmer, Gallenblase, Leber)

Teil I

Shiatsu ohne Meridiane ist wie ein Zug ohne Schienen: Ein gute Idee, die aber nirgendwo hinführt. Meridiane sind unser Fundament, unser tägliches Brot, unsere Schienen. In Shiatsu berühren wir die Meridiane. Wir nehmen sie wahr. Wir behandeln sie. Wir arbeiten mit ihnen. Und treten dadurch mit weit mehr in Kontakt als bloß mit dem Körper eines anderen Menschen. Meridiane sind das Tor, das uns den Zugang zu einem komplexen energetischen Universum öffnet. Über die Meridiane finden wir Zugang zum gesamten Menschen. Zu seinen Emotionen, zum seinen Geist, zu seiner Vergangenheit, zu seiner Zukunft und zu seiner Essenz. Aber trotz dieser großen Bedeutung der Meridiane für unsere Arbeit bleibt die Frage, was ein Meridian eigentlich ist, meist unbeantwortet ...

Von Mike Mandl

Was ist ein Meridian? Selbst erfahrene Praktiker bringen, direkt mit dieser Frage konfrontiert, meist nur ein gestammeltes „na ja, Energielinien“ hervor. Natürlich. Damit haben sie auch Recht. Meridiane SIND Energielinien. Meridiane sind wie Schienen, auf denen Energie verkehrt. Betrachtet man Meridiankarten mit etwas Distanz, dann kann man durchaus eine Ähnlichkeit mit den Zugplänen am Bahnhof erkennen. Wir sehen ein Netzwerk an Linien mit unterschiedlicher Länge und unterschiedlicher Routenführung. Der einzige Unterschied besteht darin, dass die Meridiane auf dem Körper, die Schienen auf dem Land verlaufen. Und dass auf den Schienen Züge verkehren ...

Züge transportieren Energie in Form von Menschen, Produkten oder Rohstoffen von Punkt A nach Punkt B. Nehmen wir Kohle als Beispiel. Kohle wird in einem Bergwerk abgebaut, von dort mit dem Zug zur Weiterverarbeitung gebracht, bis sie schließlich beim Endkonsumenten landet. Selbstverständlich kann man die Züge auch durch LKWs, die Schienen durch Straßen und die Schienenpläne durch Straßenkarten ersetzen, aber das Prinzip bleibt dasselbe. Straßen, Schienen, Meridiane ... alles Linien, die notwendig für die Aufrechterhaltung eines intakten Systems sind, egal ob es sich dabei um einen Menschen, eine Stadt oder einen Staat handelt.

Störungen entlang dieser Linien können zu Problemen führen. Eine der wichtigsten Linien in unserer Kultur ist der Ölmeridian. Der Nachschub mit Rohöl muss konstant gewährleistet sein. Stauungen entlang des Ölmeridians haben sofort ihre Auswirkungen. Die Versorgung wird knapp. Wir müssen beim Heizen sparen. Der

Preis für Brennstoffe steigt. Wir müssen uns nach Alternativen umsehen. Oder frieren. Der reibungslose Tagesablauf ist gefährdet.

Die den Körper versorgenden Linien, die Meridiane, unterliegen dem gleichen Gesetz. Der Verkehrsfunk meldet: „Achtung. Überlastung auf dem Magenmeridian. Mit umfangreichen Verzögerungen ist zu rechnen“ Das Magen-Chi trifft erst drei Stunden später am Arbeitsplatz ein und der Magen krümmt sich bereits vor lauter Wut über seinen unzuverlässigen Mitarbeiter. Der reibungslose Tagesablauf im Energiehaushalt ist gefährdet.

Meridiane sind die Straßen und Schienen in unserem System. Meridiane sind Energielinien. Somit wäre die Frage nach dem „was ist ein Meridian“ auch schon beantwortet. Unser Job als Shiatsu Praktiker besteht darin, die Straßen frei von Stau zu halten, sie auszubessern, wenn sie Ermüdungen zeigen und so für einen flüssigen und stressfreien Verkehr zu sorgen. Wir sind die Straßenmeister für den Energiehaushalt. Punkt. Ende der Geschichte.

Im Prinzip können wir mit dieser Philosophie hervorragend arbeiten. Wir können durch einen Ausgleich im Meridiansystem ein breites Spektrum an Symptomen beeinflussen. Von konkreten körperlichen Beschwerden bis hin zu psychologischen Problemstellungen. Wir können kleine Kinder und alten Menschen behandeln. Wir arbeiten mit Schwangeren und solchen, die es werden wollen. Wir sorgen dafür, dass es auf den Energielinien nicht zu unnötigen Unfällen kommt, die eine schwere Störung und einen noch schwereren Eingriff bedingen. Müssen wir daher wirklich verstehen, was ein Meridian ist? Nein. Und ja. Nein in Bezug auf unsere tägliche Arbeit mit den Meridianen. Ja, wenn wir nicht nur behandeln, sondern unseren Klienten den Schlüssel für ihr Wohlbefinden selber in die Hände legen wollen.

Westen versus Osten

In meiner Shiatsu Ausbildung bin ich noch sehr japanisch unterrichtet worden. Unser Lehrer behandelte einen Hüftschiefstand, wir schauten eine Stunde lang zu und anschließend hieß es: „Jetzt mach es selber“ Wir mussten genau beobachten und unsere Beobachtungen selber umsetzen. Erklärt wurde wenig bis nichts. Warum und wieso eine Behandlungstechnik so funktionierte, wie sie funktionierte, war uns lange ein Rätsel. Allerdings war es auch nicht notwendig, das Rätsel zu lösen. Denn in der Praxis hat sich dieser Zugang, der mehr auf Spüren und die direkte Reaktion darauf setzte, sehr bewährt.

Einzig der Kopf wehrte sich dagegen. Schließlich sind wir im Westen darauf konditioniert, alles verstehen zu wollen. Oder besser: Verstehen zu müssen! Wir brauchen Erklärungen, Zusammenhänge, Logik und System. Ansonsten fällt es uns schwer, etwas anzunehmen und zu glauben. Es erscheint paradox, dass wir diesen inneren Drang, alles verstehen zu müssen, nicht einmal beiseite legen können, wenn wir uns mit einer Philosophie auseinandersetzen, deren Essenz es ist, beim Erfassen der Dinge den rationalen Verstand in den Feiertag zu schicken.

Eine kleine Geschichte macht den Unterschied deutlich: Ein Forscher wird in Japan von einem Pfeil im Fuß getroffen. Sofort sammelt sich das Team um den Verletzten. Es herrscht große Aufregung, wilde Diskussionen brechen aus. Warum wurde der Pfeil abgeschossen? Werden noch mehrere folgen? Ist die Wunde gefährlich? War der Pfeil vergiftet? Sollte man den Verletzten zuerst in Sicherheit bringen? Ist ein Arzt im Team? Ruhe kehrt erst wieder ein, als einer der japanischen Träger ohne etwas zu sagen zum Forscher schreitet, dass Bein abbindet, den Pfeil herauszieht und die Wunde versorgt. Anschließend nimmt der Träger das Gepäck wieder auf, als wäre

nichts gewesen. Die Kraft der asiatischen Philosophie liegt mehr im Tun als im darüber Reden.

Als engagierte Shiatsu Praktiker haben wir uns dieser Philosophie natürlich schon angenähert und den Spagat zwischen Kopf und Hara einigermaßen akzeptabel aufs Parkett gelegt. Wir können damit leben, wenn uns Dinge ohne Erklärung vor den Latz geknallt werden. Wir fühlen intuitiv um was es geht. Nur: Wir können von unseren Klienten nicht erwarten, dass sie Misosuppe zum Frühstück essen, auf Tatami-Matten schlafen und vom Zen Geist beseelt durch den Alltag schweben. Und: Wir sollten endlich aufhören, dem Westen und seiner rationell gefärbten Kultur einen Osten gegenüberzustellen, in dem wir nicht aufgewachsen sind und ihn trotzdem zu repräsentieren versuchen. Unsere Aufgabe sollte darin bestehen, eine Brücke zu bauen und einen Ausgleich zwischen den Kulturen zu schaffen. Yin und Yang im Gleichgewicht. Ration und Bauch in konstanter Interaktion. Diese Brücke können die Meridiane sein, wenn wir in ihnen mehr als Energielinien sehen.

Meridiane als Lebensprinzip

An dieser Brücke hat Shizuto Masunaga bereits kräftig gebaut und das mag auch der Grund dafür sein, warum gerade sein Stil im Westen so populär geworden ist. Masunaga hat versucht, das Prinzip von Energie und Meridianen in ein Modell zu verpacken, das sich von uns Westlern leicht nachvollziehen lässt. In diesem Modell repräsentieren die Meridiane für Masunaga weit mehr als nur Energielinien. Er sah die Meridiane als Ausdruck elementarer Lebensprinzipien, die sich anhand der Entwicklungsstadien von Amöben nachvollziehen und auf den Menschen übertragen lassen. Dieses Modell ist die Grundlage für eine umfassendere Definition von Meridianen. Darüber hinaus lässt sich mit diesem Modell auch logisch nachvollziehen, warum Meridiane genau dort liegen, wo sie liegen.

Betrachten wir als Beispiel den Magenmeridian. Der Magenmeridian beginnt unterhalb der Augen. Warum? Weil wir, wenn wir auf Nahrungssuche gehen, uns zuerst mit den Augen orientieren. Sie haben Hunger? Sie gehen zum Kühlschrank? Gut. Kühlschranktür auf und mal gucken, was für Leckereien sich darin verborgen halten. Ihr Auge bleibt an den Tofuwürstchen hängen, die zwar lecker aussehen, aber bereits vor zwei Wochen abgelaufen sind. Was tun? Zur Sicherheit einmal riechen und es ist kein Zufall, dass der Magenmeridian mit seinem Verlauf zur Nase hinunter zieht. Dort kreuzt er sich mit dem Dickdarmmeridian, der, sollte uns der Geruch des Tofuwürstchens nicht behagen, sofort mit einem energischen Nein antwortet. Besteht das Würstchen den olfaktorischen Test, kommt es zuerst in die Pfanne und dann in den Mund, wo wir es 50mal kauen und einspeicheln. Dabei hilft uns der Ast des Meridians, der über unsere wichtigsten Kaumuskeln zieht, und zwar über den M. masseter und den M. frontalis. Anschließend wird geschluckt. Der andere Ast des Magenmeridians zieht über den vorderen Halsbereich. Das Würstchen landet im Magen, über den auch der Magenmeridian läuft.

Normalerweise könnte der Meridian hier enden. Er hat seinen Job erfüllt. Zumindest auf körperlicher Ebene. Es ging darum, Nahrung auszuwählen, zu prüfen, zu kauen, zu schlucken und vorzuverdauen. Es ging darum, die Nahrung so aufzuschlüsseln, dass sie verwertbar wird. Die Funktion der Meridiane geht aber weit über die körperliche Ebene hinaus. Der Magenmeridian nimmt jede Form von Nahrung ein, auf die wir Appetit haben und die wir verdauen wollen, egal ob in materieller, oder immaterieller Form. Im weiteren Sinn geht es um Informationen. Um Energie. Man könnte sagen, dass der Magenmeridian dafür verantwortlich ist, Energie, die einen Nährwert für uns hat, aufzunehmen und so aufzuschlüsseln, dass sie für uns

brauchbar wird. Daher ist es nahe liegend, dass der Verlauf des Magenmeridians nicht beim Magen endet, sondern über unsere wichtigsten Erdungsgelenke (Hüfte, Sprunggelenk) weiter nach unten verläuft. Immaterielle Energie ist für uns dann von nutzen, wenn wir sie auf die Erde bringen, wenn wir sie materiell machen. Die beste Idee ist wertlos, wenn sie nur im Kopf bleibt. Der Magenmeridian hilft uns Ideen, Informationen und Energie zu verarbeiten und am Boden der Tatsachen zu bringen. Das ist seine Aufgabe. Das ist das Lebensprinzip, das er verkörpert.

Ausgehend von diesem Modell, würde sich folgende Definition für einen Meridian anbieten: Ein Meridian verbindet alle Körperteile, Sinnesorgane, Organe, Emotionen und psychischen Komponenten, die mit einem bestimmten Lebensprinzip in Verbindung stehen.

An dieser Stelle muss man sich die Frage stellen, ob es nicht sogar das Lebensprinzip ist, das den Meridian kreiert, sprich die Linie eines Meridians ist nur die Schwingung, die von den Verknüpfungen im Körper ausgeht. In der myofaszialen Arbeit werden im Bindegewebe Strukturen entdeckt, die den Meridianverläufen sehr ähnlich sind, bzw. die exakt einen Meridianverlauf widerspiegeln.

Oder ist zuerst die Energie vorhanden, anhand derer sich die körperliche Entwicklung orientiert? Sind es die Meridiane, um die herum sich unsere Zellen organisieren, so wie sich entlang von Eisenbahnschienen neue Dörfer und Infrastrukturen bilden? Beide Modelle sind richtig, denn eigentlich handelt es sich um eine Wechselwirkung zwischen Materie und Energie.

Meridianevolution

Masunaga hat den Lebenszyklus eines Einzellers verwendet, um die Energetik eines Meridians deutlich zu machen. Wir können aber auch die Entwicklung eines Menschen als Grundlage nehmen, um die von den Meridianen verkörperten Lebensprinzipien darzustellen. Wir sprechen dabei von Meridianevolution, die eng mit der körperlichen, geistigen und emotionalen Reifung eines Menschen einhergeht. Wir gehen davon aus, dass bei der Geburt bereits alle Meridiane im Körper „schlummern“, sie sich aber erst Schritt für Schritt entwickeln müssen. Genauso, wie wir als Baby bereits alle Muskeln besitzen und trotzdem nicht gehen können. Die Energie in den Meridianen muss sich erst aufbauen, die notwendigen Verknüpfungen müssen geschaffen werden. Mit dem Modell der Meridianevolution bekommen wir einen direkten Zugang zu den in den Meridianen verborgenen Lebensprinzipien und die nachfolgenden Artikel werden sich ausführlich damit befassen.

Der wichtigste Punkt ist jedoch, dass wir durch diese Sichtweise einen Zugang zu den Meridianen bekommen, der es uns ermöglicht, mit unseren Klienten intensiver zusammen zu arbeiten. Wir sprechen nicht mehr von kyo und jitsu, nicht von Yin oder Yang, wir sprechen von Lebensprinzipien, die sich je nach Erfüllung dementsprechend im Körper oder in den Emotionen ausdrücken. Lebensprinzipien, die wir unterstützend behandeln können, um die sich die Klienten aber in Eigenverantwortung selber kümmern müssen. Wir sprechen die Sprache von Energie, die universell ist, die wir anhand der Meridiane ablesen und in Worte fassen können, welche auch für unsere Klienten leicht nachvollziehbar sind. Wir lassen die Meridiane Energiebahnen sein. Genauso wie die Schienen, Schienen bleiben werden. Nur sehen wir nicht nur die Schienen, sondern den Geist der dahinter steht. Die Idee, dich sich ausdrückt. Das Streben nach Weiterentwicklung. Wenn wir die Meridiane als Verkörperung von Lebensprinzipien sehen, dann können wir dieses Streben optimal unterstützen. Das ist die Brücke, an der wir bauen sollten.

Nächster Teil: Die Meridiane der ersten Familie

Mike Mandl

Ausgebildet als Heilmasseur wurde Mike in der Praxis mit den Limits der klassischen Massage konfrontiert. Auf der Suche nach neuen Wegen und Zugängen landete er 1995 im Hara Shiatsu Institut von Tomas Nelissen. Inspiriert durch die Einfachheit und Effektivität von Hara Shiatsu und durch die erfolgreiche Zusammenarbeit des Instituts mit verschiedenen klinischen Institutionen nahm Mike nach seiner Ausbildung sofort die Möglichkeit wahr, das Lehrer Curriculum des Hara Shiatsu Instituts zu absolvieren. Seitdem unterrichtet er am Hara Shiatsu Institut von Tomas Nelissen, hat das Senior Qualified Teacher Diplom des österreichischen Dachverbands, arbeitet mit Hara Shiatsu in freier Praxis und ist Autor des Buches „Ich Yin, du Yang. Der Dolmetscher fürs Beziehungschinesisch“ (Bacopa Verlag)

Der Autor würde sich über Anregungen, Kritik, Stellungnahmen zum Thema Meridian sehr freuen: office@mikemandl.net