

A Shiatsunak helye kell hogy legyen a társadalomban - de milyen?

A GSD (Német Shiatsu Társaság) fennállása óta feltett szándékunk elérni, hogy a Shiatsu elfoglalhassa végre azt a helyet a társadalomban, ami megilleti. Még mindig jelentős különbség van azonban aközött a két érték között, amit nekünk gyakorlóknak jelent a Shiatsu, és amit a társadalomban és az egészségügyben tulajdonítanak neki. De mi ennek az oka? Miért sikerült az oszteopátáknak megvetni a lábukat és nekünk miért nem?

Jó néhány évvel ezelőtt beszélgettem egy kolléganőmmel, aki évtizedeken keresztül tanított Shiatsut. Kérdésemre, hogy mit jelent számára a Shiatsu, a spontán válasza az volt, hogy „ezt nem olyan könnyű elmagyarázni.” Arra kérdésre, hogy a kezelés elején meg tudja-e mondani, hogy mi lesz a végére, egyértelmű „nem” volt a válasz. Ha magamnak teszem fel ugyanezeket a kérdéseket, ugyanezekre a válaszokra jutok.

Természetesen megválaszolható és definiálható, hogy mi a Shiatsu. Leírhatjuk a történetén keresztül, a kezelés technikáján keresztül, amit külső szemlélőként figyelhetünk meg, de a lényegiségét, azt a mély megélést, amibe a kliensünkkel együtt belemerülünk, azt, ami olyan magával ragadó a Shiatsuban, hogyan akarjuk ezt szavakba foglalni? És ami nem kézzel fogható, illetve nem egzaktul leírható, annak nehéz dolga van egy olyan társadalomban, ahol lehetőség szerint pontosan meg kellene mondani, hogy mit milyen céllal teszünk, és mennyi ideig tart elérni ezt a célt. Ezzel szemben sokkal könnyebb helyzetben vannak az oszteopáták: ők a fasciák szintjén lévő letapadásokat oldják, és olyan zavarokat hárítanak el, amik ezekből a letapadásokból eredeztethetőek. Természetesen meg tudjuk határozni a Shiatsut a Hagyományos Kínai Orvoslás alapjain, hatásait is el tudjuk

magyarázni a meridiánok rendszerén keresztül, de akkor is egy tudományosan nem megragadható és közvetlenül nem is mérhető területen mozgunk. A fasciákat lehet látni és tapintani is, ezzel szemben a meridiánokat nem – legalábbis nem úgy, ahogy a fasciákat. Ezáltal – és ezt ki kell mondani nyíltan – nincs esélyünk arra, hogy belátható időn belül helyet találjunk a Shiatsu számára a német egészségügy ún. „első vonalában”. És úgy gondolom, hogy ez jól van így, hiszen az egészségpiac természetesen az egészségről szól, a Shiatsu viszont lényegesen többről: a kapcsolatról önmagunkkal, annak megéléséről, akik bensőnk legmélyén vagyunk. Behunyjuk a szemünket és egész máshogy éljük meg magunkat a kezelőnk érintéseiben, mint ahogy azt a hétköznapiakban megszoktuk. Elhagyjuk a megragadható, a kézzel fogható szintjét és belépünk a megfoghatatlanba. *Hartmut Rosa* szociológus „nem rendelkezésre állóról” beszél, amely alatt egy olyan térbe való belépést ért, ahol nem célirányos eljárással haladunk kívánságunk vagy elképzelésünk megvalósítása felé, hanem amelyben készek vagyunk hagyni magunkat megajándékozni és meglepni mindazon dolgok által, amik adott pillanatban még „nem állnak rendelkezésünkre”.

Erre néhány Shiatsu kezelő joggal közbevetetheti, hogy de hiszen sikerrel alkalmazzuk a Shiatsut gyógyító és terápiás eljárásként, célzottan tudunk befagyott vállakat „kiolvasztani” és mozgékonytá tenni, mozgásszervi panaszokat enyhíteni vagy feloldani, embereknek segíteni ellazulni és ezáltal új utat mutatni az élet kihívásaival szemben. Természetesen adhatunk Shiatsut ilyen szellemben, és ebben nincs is semmi helytelen. A Shiatsu titka mélyebb szinten azonban csak akkor nyilvánul meg, ha a célzott és konkrét szándék által vezérelt cselekvésünket magunk mögött hagyjuk és átadjuk a teret a „kí”-nek (közismertebb nevén „csí”-nek), és magának az életnek, hogy az a maga útján bontakozhasson ki. Ha ezt megengedjük, sokszor csodálkozva és lenyűgözve állunk, és láthatjuk, ahogy

kibontakozik egy folyamat, amelyet magunktól soha nem tudtunk volna kigondolni, és amivel a „nem rendelkezésre álló” megajándékoz bennünket.

Amikor a társadalmunk átalakul olyanná, ahol egy ilyen történés értékkel bír és megbecsülésnek örvend, akkor fogja a Shiatsu megtalálni a méltó helyét – valószínűleg anélkül, hogy különösebb erőfeszítést kellene tennünk ennek érdekében. Talán a sok tapasztalat, amiket az emberek a Shiatsu-kezelések közben szereznek, hozzájárul ehhez a társadalmi átalakuláshoz...

Amikor a Shiatsut palliatív (fájdalmat és szenvedést enyhítő) osztályokon és halálos betegek részlegein alkalmazzák, olyankor nem a felépülés a cél, hanem gyógyulás a legmélyebb értelemben: gyógyulás a lélek szintjén, megbékélés önmagunkkal és a világgal, a halál – életünk legnagyobb kihívásának – árnyékában.

Különböző Shiatsu-fajtákat kellene tehát megkülönböztetnünk? Lenne tehát egyrészt egy gyógyító-terápiás célzatú Shiatsu, másrészt egy szándékmentes Shiatsu, melynek során minden alkalommal „hagyjuk meglepni magunkat”, és amire az emberek bizonyos tekintetben luxusból járnak? Lehet így nézni, én azonban nem így látom. A Shiatsu a *kí*-vel való kapcsolatra épül és a *kí*-t a tudásunk és tapasztalatunk által irányítani, vagy rábízni magunkat a *kí* áramlására, hagyni magunkat vezetni általa, olyan, mint a *jín* és a *jang*, vagyis egy nagy egész két pólusa. Egyféle Shiatsu van csak, de ezt az egyféle Shiatsut különféle belső hozzáállással gyakorolhatjuk – saját képességeinknek és érdeklődésünknek megfelelően. Nem merítenénk ki a Shiatsuban rejlő potenciálokat, ha elvárásaink és kívánságaink mindig teljesülnének, csak mert pl. rendelkezünk az ennek megvalósításához szükséges tudással és technikákkal, mivel ilyen esetben csak a „rendelkezésünkre álló”, „elérhető” szintjén mozognánk. Hiszen ha a „nem rendelkezésünkre állót” magunkévá tesszük/megragadjuk, és kizárólag a

„rendelkezésünkre állónak” szenteljük magunkat, akkor elhagyjuk a „nem rendelkezésre álló” terét. Szintén nem merítjük ki a Shiatsu lehetőségeit, ha kizárólag csak a „nem rendelkezésünkre álló” terében mozgunk és nem vonjuk be a kezelésbe az idővel megmutatkozott, elérhetővé, megragadhatóvá vált dolgokat.

A Shiatsu az oszthatatlanból és az időtlenből táplálkozik, és az oszthatatlan „nem áll rendelkezésre”. Mindig csak időlegesen tudunk megmerítkezni az oszthatatlanban és „nem rendelkezésre állóban”, és ilyenkor erőt, tudást és talán egy kis bölcsességet is szerezhetünk ezekből a merülésekből. Végső soron talán nem is az a kérdés, hogy hogyan kellene megváltoznia a Shiatsunak, hogy megtalálja méltó helyét a társadalomban és az egészségügyi rendszerben, hanem hogy hogyan kellene megváltoznia a társadalomnak és az egészségügyi rendszernek, hogy a Shiatsu potenciáljai a társadalom javára még inkább kibontakozhassanak.

Shiatsu Journal 108/2022, 30. évf.

(Achim Schrievers cikkét németről magyarra fordította: Varsányi Krisztina, Siopi Shiatsu)