

### **Shiatsu mit der Energie des Herzens**

Das energetische Herz ist nicht nur Teil des Kreislaufsystems, und wir nehmen nicht nur viele unserer Emotionen durch dieses energetische Organ wahr. Es ist auch ein zentrales Regulationsorgan des Organismus und das Zentrum unserer Fähigkeit, mit unserer Umgebung in Resonanz zu gehen und über diese Resonanz energetisch wahrzunehmen und zu empfinden.

Ist das Herz frei, fühlt der Mensch sich frei, selbst wenn die äußeren Umstände unfrei sein sollten. Die Gedanken sind klar, und es fällt leicht, sich auf sinnvolle Weise für eigene und die Interessen anderer einzusetzen. Menschen haben eine große Sehnsucht nach diesem offenen Herzen. Ein offenes Herz bedeutet allerdings auch, seinen Schmerz zu spüren. Diese Erfahrung erzeugt den Wunsch, sein Herz zu schützen. Alle Menschen haben darum mitunter recht komplizierte Mechanismen entwickelt, um ihr Herz abzuschirmen. In diesem Spannungsfeld zwischen Sehnsucht und Schutzbedürfnis leben wir selber und auch die Klienten, die zu uns kommen.

Das Herz ist stark, und wir sollten keine Scheu haben, es im Shiatsu direkt und indirekt zu berühren. In diesem Seminar werden wir uns die typischen Schutzmechanismen anschauen und Strategien entwickeln, mit ihnen und mit dem Herzen einfühlsam und direkt zu arbeiten. Shiatsu mit Raum, Mitgefühl und Distanz sind die Schlüssel hierfür. Sie helfen uns auch, einen klaren Blick und ein klares Herz zu bewahren, sollten wir selber in einer Behandlung in unserem Herzen stark berührt werden.

Dies sind wichtige Inhalte dieses Seminars:

- Wahrnehmung des Menschen und der Situation seines Herzens
- Warum wir seelischen Schmerz in unserem Herzen tragen
- Die 6 Richtungen, in welche die Herz-Energie frei schwingen möchte
- Wie wir in der Praxis mit diesen Orten arbeiten können: Solar Plexus / Zwerchfell, Unterarme + Handgelenke, Hals und Nacken und zwischen den Schulterblättern
- Die direkte und lokale Arbeit mit dem Herzen
- Auffinden von Resonanzbereichen
- Die Bedeutung von Raum, Mitgefühl und Distanz
- Wenn wir selbst im Herzen berührt werden
- Umgang mit schwierigen Emotionen und emotionalen Entladungen in der Behandlung

Für AbsolventInnen und fortgeschrittene StudentInnen einer guten Shiatsu-Ausbildung.

Siehe auch den Artikel „Shiatsu mit der Herzenergie“ auf der Website der Schule für Shiatsu Hamburg: [https://www.schule-fuer-shiatsu.de/images/pdf\\_deutsch/WRappenecker\\_Shiatsu\\_Herzenergie.pdf](https://www.schule-fuer-shiatsu.de/images/pdf_deutsch/WRappenecker_Shiatsu_Herzenergie.pdf)