

YURASHI



Newsletter No. 21 (Dezember 2021)

Quod erat demonstrandum - Was zu beweisen war - 12. Oktober 2021



Hier, bitteschön, ich kann das auch: Am Ende ihres ersten Therapeuten-Kurses strahlt unsere Lehrtherapeutin und Supervisorin HP Misao Morota ziemlich relaxed in die Kamera. Kurz zuvor hat sie per ZOOM-Konferenz die Glückwünsche von Koji Matsunaga aus Japan entgegengenommen. Damit haben sechs AbsolventInnen den Beginn einer neue Ära in der Entwicklung von Yurashi in Deutschland begleitet: Nico Hoffmann, Ute Schäfer, Ute Reinke, Christa Schöning, Esther Feldmann, Gabriele Piontek. Zufriedene Gesichter sprechen eine klare Sprache. Und der Schulleiter der HPSD strahlt wie immer, wenn mal wieder eine Kuh vom Eis geholt wurde

Yurashi Newsletter No. 21 - Dezember 2021

Heilpraktikerschule Düsseldorf, Kurfürstenstraße 14, D-40211Düsseldorf, Tel.: 0211 – 500 87 80
Website: www.heilpraktikerschule-duesseldorf.de / E-Mail: info@heilpraktikerschule-duesseldorf.de

Hier der Kurs bei der Arbeit

2



..... und Koji freut sich mit den neuen TherapeutInnen, dass dieser Schritt gelungen ist.

ANKÜNDIGUNG des Termins für den nächsten Therapeuten-Kurs:

Montag, 24.10. – Freitag, 28.10.2022

Yurashi Newsletter No. 21 - Dezember 2021

Heilpraktikerschule Düsseldorf, Kurfürstenstraße 14, D-40211Düsseldorf, Tel.: 0211 – 500 87 80
Website: www.heilpraktikerschule-duesseldorf.de / E-Mail: info@heilpraktikerschule-duesseldorf.de

Der Arbeitskreis Yurashi e.V. lädt ein zur



3. Deutschen Yurashi Arbeitstagung

am **Samstag, 30. April 2022, 14.00 – 17.30 Uhr**

und am **Sonntag, 1. Mai 2022, 9.30 – 17 Uhr**

in **Düsseldorf (HPSD)**



(Foto aus dem letzten Therapeuten-Kurs: RFS)

Als Beiträge für die 3. Arbeitstagung sind zugesagt oder angefragt:

HP Annemarie Mitsuyo Ott: Yurashi meets Shiatsu

Dr. med. Dieta Hiller: Yurashi ist eine sehr gute Alternative ... (Erfahrungen und Gedanken)

HP Aki Shimabe-Strassner: Yurashi in der palliativ-medizinischen Betreuung

HP(Psych) R. F. Spieß: Yurashi bei der Behandlung somatoformer Störungen

Und, weil es schon zweimal (vgl. Foto oben) so schön geklappt hat:

ZOOM-Konferenz mit a) Koji Matsunaga

b) Akira Taniguchi

Yurashi-Therapeut „der 1. Stunde“ mit einem Erfahrungsbericht

Wir werden uns wieder viel Zeit und Raum für den Erfahrungsaustausch und zum gegenseitigen Behandeln nehmen. **Anmeldungen bitte formlos bis zum 15.04.2022 an unsere Mail-Adresse** AK-Yurashi-eV@gmx.de

Nicht-Mitglieder zahlen € 100,- . (Das entspricht der TN-Gebühr der früheren Workshops.)

Der jährliche Mindestmitgliedsbeitrag im Arbeitskreis Yurashi e.V. beträgt € 30,-.

Noch-Nicht-Mitglieder (d.h. **Mitglieder in spe**) verwenden bitte zur Anmeldung das Formular auf den Seiten 7 und 8, wenn sie dem Arbeitskreis beitreten möchten: ausdrucken, ausfüllen, unterschreiben, analog / digital an die Geschäftsstelle des Arbeitskreises ... fertig.

Nur-Teilnehmer sind ebenso und ganz besonders herzlich willkommen. Sie melden sich formlos per Mail an und bringen am 30.04.2022 bitte € 100,- in bar mit

Koji Matsunaga: Yurashi für die Psyche

Die Spaltung all dessen, was den Menschen ausmacht, in einerseits Soma (Körper) und andererseits Psyche (Seele), die unterscheidet das Denken und das Menschenbild der so genannten ‚Westlichen Welt‘ (und ihrer Sprachen) von der Mehrzahl der Kulturen auf diesem Planeten. Dass wir damit in den ökonomisch erfolgreichen, ökologisch aber pervertierten Gesellschaften leben, das wird uns gerade in Zeiten von *C* schmerzhaft bewusst: Wir sind wohl auf einem Holzweg. Unsere Wahrnehmungen, unsere Konzepte, unsere Bestrebungen zum Thema „Gesundheit“ (Leitmotiv: Sicherheit) machen die unsere wie keine der anderen Kulturen anfällig für die Übergriffigkeiten des spät- und raubtierkapitalistisch agierenden globalen Digital-Techno-Finanz-Pharma-Blocks. Uns fehlt einfach das Vertrauen in uns selbst – als einem Wesen im Einklang mit allem Lebendigen in der Natur, – auch mit der Welt der Viren.

Voller Neid schielen wir hinüber über das Mittelmeer nach Afrika, reiben uns die Augen: Wie isses nur möglich? Ja, man hat auch von Covid-19 gehört. Flächendeckende Maßnahmen, wie geht denn das? Tote an / mit / im Zusammenhang mit / wegen / trotz Corona: ein Bruchteil der bei uns postulierten Zahlen. Impf-Rate in der Bevölkerung? Im ein- oder weit unten im zweistelligen Bereich. Aber sehr viele indigene Heiler, die Medikamente (Phytotherapie) entwickelt haben, denen die Menschen erfolgreich vertrauen. In den Straßen der Städte sehen wir Deutsche im Exil. Menschen, die weggelaufen sind vor unserem „Infektionsschutz“?

Mit der Spaltung von Soma und Psyche haben wir uns aus dem Lebenszusammenhang der Natur herauskatapultiert. Am Endpunkt dieses Holzweges stehen wir gerade jetzt, - nach etwa zweieinhalbtausend Jahren, in denen wir nach etwa 200.000 Jahren der Entwicklungsgeschichte zum Homo Sapiens das zufälligerweise besonders hoch entwickelte Organ, das uns zwischen den Ohren sitzt, zu einem irrwitzigen Vorwand nahmen: „Macht Euch die Erde untertan.“ Was für eine Hybris, welch grund- und bodenlose, (selbst-)mörderische Frechheit.

In Yurashi ist die Spaltung von Soma und Psyche aufgehoben.
Diesen Satz sollten die Yurashi-TherapeutInnen sacken lassen.
In Yurashi ist die Spaltung von Psyche und Soma aufgehoben.

Und so lade ich ein, das, was Koji Matsunaga dazu geschrieben hat, sehr genau nachzulesen. In seiner Monographie „Homöostase der Muskulatur als Weg und Ziel“ argumentiert er in den Begrifflichkeiten unserer westlichen (Schul-)Medizin, denn er sucht den Dialog mit und die Anerkennung durch TherapeutInnen weltweit. Die Zitate entstammen den Seiten 49 – 54. Zur besseren Lesbarkeit habe ich das Layout des Textes behutsam modifiziert. (RFS)

Aus dem Blickwinkel der Abwehrinstinkte heraus betrachtet macht es keinen Unterschied, ob die Bedrohung physisch oder psychisch ist. Bei beiden Arten von Reiz hat der Organismus nur seinen Körper, den er in einer sofortigen Abwehrhaltung schützen kann.

Selbst in Situationen, in denen eine körperliche Auseinandersetzung völlig ausgeschlossen ist, zum Beispiel bei einem Telefongespräch, in dem man in ruhigen Worten ermahnt wird, verhärten sich die Gesichtszüge, der Körper versteift sich, man bekommt schwitzige Hände. Alle diese Reaktionen deuten klar darauf hin, dass eine Muskelverspannung auch alleine aus seelischen Reizen heraus entstehen kann.

Unsere psychische und physische Verfassung äußert sich stets im Körper und im Geist. In diesem Sinne spiegeln sich seelische Zustände auch körperlich wider, und körperliche auch seelisch.

Im Umkehrschluss bedeutet das auch, dass seelische Leiden gelindert werden können, wenn man seine körperliche Verfassung verbessert, - und körperliche Leiden können gebessert werden, indem man an seiner psychischen Verfassung arbeitet.

Es fällt auf, dass Menschen mit Depressionen, Angststörungen oder autistischer Veranlagung besonders sensibel auf Berührungen reagieren. Insbesondere auf Berührungen ihrer Vorderseite (Brust, Bauch), unter den Achseln, sowie der Oberschenkelinnenseiten reagieren sie mit einer starken Muskelanspannung.

Eine dauerhafte, irreguläre Muskelverspannung lässt sich nur schwerlich aus eigener Kraft lösen, – man merke: nur schwerlich, nicht aber unmöglich.

Die Gleichwertigkeit der körperlichen und der seelischen Reaktion führt nun dazu, dass die körperliche Abwehrhaltung unwillentlich auch dann eingenommen wird, wenn nur seelischer Stress gespürt wird.

Dabei neigt die Abwehrhaltung, welche durch seelischen Stress ausgelöst wird, dazu, über einen längeren Zeitraum hinaus anzuhalten als eine, die durch körperliche Reize ausgelöst wird. Das liegt daran, dass eine durch seelischen Stress bedingte Muskelverspannung nicht ohne weitere Hilfe verschwinden kann, solange die Ursache des Stresses (der Stressor) nicht beseitigt wird und sich die eigenen Denk- und Vorgehensweisen nicht geändert haben.

Die am besten geeignete Gegenmaßnahme wäre hier eine Behandlung, um die Muskelverspannung zu lösen (...). Auch wenn das Problem seelischen Ursprungs ist, so ist die Verspannung des Muskelgewebes rein mechanischer Natur und kann mit denselben mechanischen Ansätzen gelöst werden.

Wenn man ein seelisches Leiden frühzeitig behandeln möchte, so ist es wichtig, sich nicht nur um die psychologische Betreuung zu kümmern, sondern auch an seinem Körper so zu arbeiten, dass man ihn wieder frei und unbefangen benutzen kann.

Physische Reize werden fast ausschließlich über die Haut aufgenommen, welche die Außenverbindung des Körpers mit seiner Umwelt darstellt. In diesem Fall wird das Reizsignal über Sinnessensoren der Haut aufgenommen und an das Rückenmark weitergeleitet. Dort wird es umgehend zurückgeleitet, mit dem Ergebnis, dass die Muskulatur kontrahiert. Sinnessensoren funktionieren wie Schalter: Im Rückenmark wird augenblicklich eine Reflexreaktion getriggert.

Dem gegenüber stehen seelische Reize, welche über die vier Sinne, das Sehen, das Riechen, das Hören und das Schmecken wahrgenommen werden. Auch hier wird ein Signal an das verlängerte Rückenmark, an den Hirnstamm, gesendet, welches wiederum über eine Reflexreaktion die Muskulatur kontrahieren lässt.

Die Übertragung von Nervenimpulsen geschieht bei einem physischen Reiz viel instinktiver als bei einem seelischen Reiz. Die Übertragungsgeschwindigkeit an das Rückenmark ist hier höher als im Falle der vier Sinne.

Wenn einer der vier Sinne Sehen, Riechen, Schmecken oder Hören verloren geht, so vermag man mithilfe des Tastsinns das eingebüßte Sinnesempfinden im Gehirn auszugleichen.

Bei Verlust der universellen Empfindung des Tastens verlieren auch die anderen vier Sinne an Realitätsbezug. Die eigenen Möglichkeiten des Empfindens und der Bewegung werden stark eingeschränkt.

Die Sinnessensoren der Haut sind in der Lage, Dinge wahrzunehmen, die man weder sehen, riechen noch hören oder schmecken kann. Sei es die Temperatur, ein Druck, die Luftfeuchtigkeit oder der Wind - ständig „erfühlt“ die Haut Informationen.

Gelingt es einem, das Hautempfinden zu stärken und ganz genau darauf zu achten, bis die Wahrnehmung intuitiv geschieht, kann man lernen, die wichtigen Dinge um einen herum wahrzunehmen.

Muskelverspannungen lassen sich mithilfe verschiedener Methoden lösen. (...) Alle diese Methoden haben etwas gemeinsam: Sie vermitteln dem Gehirn und dem Körper, dass er sich in einem Zustand befindet, in dem es ihm gut geht und er sich entspannen darf. Wenn eine Muskelverspannung durch Abwehrinstinkte ausgelöst wird, entspannt man die Muskeln am besten, indem man die Abwehrinstinkte ausschaltet und eine Atmosphäre der Entspannung schafft.

Der Tastsinn (...) ist dafür bekannt, dass er bei allen Menschen quasi gleich funktioniert. Jeder empfindet Schmerz, wenn er sich mit einer Nadel in den Finger sticht und jeder verbrennt sich die Finger, wenn er einen heißen Topf berührt. (...)

Aus diesem Grund konzentrieren sich die meisten Therapeuten auf diese Sinneswahrnehmung, die der Berührung. Der Therapeut setzt sich zum Ziel, in Geist und Körper des Patienten eine Veränderung herbeizuführen. Dazu berührt er in seiner Behandlungsmethode den Körper des Patienten gezielt, effizient und auf eine standardisierte Art und Weise.

Es ist die Berührung, die heilt.

Und mit diesen verschiedenen Methoden ist Yurashi geeignet, das gesamte System (die Einheit von Soma und Psyche) eines Menschen für jede gezieltere verfahrensspezifische psychotherapeutische Intervention empfänglich zu machen.

Yurashi aktiviert nachhaltig die Selbstheilungskräfte in den Bereichen, die wir als psychisch wahrnehmen, Yurashi stärkt auch die Resilienz. Psychogene Reaktionen unter einer Yurashi-Behandlung geben uns zudem wichtige Hinweise für ein ganzheitliches Verständnis unseres Angebotes an unsere PatientInnen. Das gilt es zu erweitern und noch viel mehr zu nutzen

(R. F. Spieß)

Arbeitskreis Yurashi e.V.
Geschäftsstelle
Königsberger Straße 47
42277 Wuppertal

1. Aufnahmeantrag

Hiermit beantrage ich die Aufnahme in den gemeinnützigen
Arbeitskreis Yurashi e.V. - mit Wirkung zum 1.01.2022

Name: _____ Vorname: _____
Geb.-Datum: _____ Straße: _____
PLZ: _____ Ort: _____
Telefon: _____ E-Mail: _____

Durch meine Unterschrift erkenne ich die mir bekannte Satzung des Vereins in ihrer jetzt gültigen Fassung an (nachgelesen auf der Homepage der HPSD).

Ich bin damit einverstanden, dass meine Kontaktdaten den anderen Vereinsmitgliedern bekanntgegeben werden. Ich verpflichte mich, die mir auf diesem Weg bekannt werden den Kontaktdaten streng vertraulich zu behandeln und nur zu Vereinszwecken zu nutzen.

Ich bin damit einverstanden, in Zukunft auf der Website www.yurashi.de namentlich und im Bild zu erscheinen.

Als Jahresbeitrag leiste ich (Bitte das Zutreffende ankreuzen.):

- den Mindestbeitrag von € 30,-
 einen Beitrag von € _____ (incl. Spende)

Bei jährlichen Zuwendungen bis zu € 200,- reicht der Überweisungsbeleg für die steuerliche Berücksichtigung, bei Zuwendungen über € 200,- stellt der Arbeitskreis Yurashi e.V. eine Spendenquittung aus.

0 Ich melde mich zur Arbeitstagung am 30.04./01.05.2022 in Düsseldorf an.

0 Ich erteile an den AK Yurashi e.V. die Erlaubnis, meinen jährlichen Mitgliedsbeitrag per SEPA-Lastschrift jeweils im Januar von meinem Konto einzuziehen. Diese Einwilligung kann ich jederzeit schriftlich widerrufen.

IBAN: _____

Ort, Datum

Unterschrift des neuen Mitglieds

Yurashi Newsletter No. 21 - Dezember 2021

Heilpraktikerschule Düsseldorf, Kurfürstenstraße 14, D-40211 Düsseldorf, Tel.: 0211 – 500 87 80
Website: www.heilpraktikerschule-duesseldorf.de / E-Mail: info@heilpraktikerschule-duesseldorf.de

2. **Datenschutzrechtliche Einwilligung in die Verarbeitung personenbezogener Daten**



Hiermit erteile ich meine **Einwilligung** in die Verarbeitung meiner oben stehenden personenbezogenen Daten im Rahmen meiner Mitgliedschaft im Arbeitskreis Yurashi e.V..

Ich **bestätige** Folgendes:

- Ich bin darauf hingewiesen worden, dass die Verarbeitung meiner Daten zum Zweck der satzungsgemäßen Arbeit des Arbeitskreises Yurashi e.V. erforderlich ist.
- Ich bin darauf hingewiesen worden, dass die Einwilligung zur Verarbeitung deren Mitteilung an andere Vereinsmitglieder mit der o.a. Verpflichtung zur Verschwiegenheit umfasst.
- Die zur Informiertheit erforderlichen Angaben habe ich vor der Datenerhebung vom Verantwortlichen (Geschäftsstelle des Vereins, s.o.) mitgeteilt bekommen.
- Meine Einwilligung erfolgt freiwillig. Mir ist bekannt, dass ich nicht verpflichtet bin, diese Einwilligung zu erteilen. Erteile ich diese Einwilligung nicht, entstehen mir hierdurch keine Nachteile. Ohne diese Einwilligung kann jedoch grundsätzlich niemand Mitglied des Vereins sein.
- Den Inhalt der unten abgedruckten Widerrufsbelehrung habe ich vor der Erteilung der Einwilligung zur Kenntnis genommen. Mir ist bekannt, dass der Widerruf einer Austrittserklärung gleichkommt und meine Mitgliedschaft beendet.
- Ich habe mir eine Kopie dieses Einwilligungstextes angefertigt oder eine solche erhalten.

Ort, Datum

Unterschrift des neuen Mitglieds

Widerrufsbelehrung

Diese Einwilligung kann jederzeit und ohne Angabe von Gründen widerrufen werden. Die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung wird dadurch nicht berührt. Gesetzliche Erlaubnistatbestände bleiben von einem Widerruf der Einwilligung unberührt. Im Falle des Widerrufs ist eine Fortsetzung der Mitgliedschaft im Arbeitskreis grundsätzlich nicht möglich. Da der Widerruf einer Beendigung der Mitgliedschaft gleichkommt, ist die Einwilligung schriftlich (Post, Mail, Datenträger) zu widerrufen. Der Widerruf ist zu richten an die Geschäftsstelle des Vereins (Anschrift s.o.).

3. **Mitteilungen / Anregungen / Fragen**
