



YURASHI

Newsletter No. 24 (Dezember 2023)

Yurashi – Go West !



Das waren schon organisatorische Klimmzüge – nach zwei Stornos und diversen Unsicherheiten bis zur letzten Minute. Und dann haben wir die Therapeuten-Ausbildung für Vera und Birgit doch noch hinbekommen. Mit tatkräftiger Unterstützung aus dem Arbeitskreis wurden mehrere „Ausbildungs-Patienten“ akquiriert. Und dann strahlten die „Frischgebackenen“ nach erfolgreicher Schulung mit unserer Lehrtherapeutin HP Misao Morota um die Wette. Gut so. Denn: Birgit ist dabei, in die USA auszuwandern. Und sie nimmt Yurashi mit.
Westward ho !

Neue Kurse im Jahr 2024, die jetzt schon terminiert sind:

Yurashi – mit HP Misao Morota Basis-Kurs: Yurashi-Anwender	Oster-Di. 02.04. – Sa. 06.04.2024 (täglich 9.30 – 18 Uhr) NHZD
Yurashi – mit Koji Matsunaga und/oder HP Misao Morota Aufbau-Kurs: Yurashi-Therapeut	Fr. 01.11. – Di. 05.11.2024 (täglich 9.30 – 18 Uhr) NHZD
Yurashi – mit HP Misao Morota Basis-Kurs: Yurashi-Anwender	Fr. 11.10. – Di. 15.10.2024 (täglich 9.30 – 18 Uhr) NHZD



Gründe für die Teilnahme am AK Yurashi Online-Stammtisch

Hallo zusammen,

ich weiß ja nicht, wie es Euch ergeht. aber ich habe durch meine jahrelange Praxis eine Art Routine bekommen; eine bestimmte Herangehensweise und dadurch auch entsprechende positive Rückmeldungen.

Bei den YPTI's merke ich aber auch, dass andere Herangehensweisen auch zu Erfolg führen. Das Tolle ist: es ist ja nichts „falsch“ an meinem Herangehen, alles tut gut und hilft ... aber es ist immer eine Bereicherung, wie es auch noch anders geht...

Bei den Zoom-Stammtischen kann ich ja vorher ein Thema, eine Fragestellung an den/die Moderator:in geben und merke dann im Verlauf des Meetings, dass es anderen auch so geht. Ich bekomme dann ein Update durch die verschiedenen Personen ...

Der regelmäßige Abgleich/Austausch ist für mich immer eine Art Auffrischung, wie ja Yurashi auch immer lebendig ist, da es auch durch Koji-sensei immer wieder neue Ansätze gibt.

Also: Wer auf dem Laufenden bleiben möchte mit seinem/ihrem Wissen oder sich sogar aktiv einbringen (sprich: beteiligen) möchte:

An jedem 2. Mittwoch eines „geraden“ Monats (Februar, April, etc.) ab 20:00 Uhr geht es los, achtet auf den Einladungs-Link ...

CU (see you!)

Susanne Hillringhaus

Ein Beitrag aus der Praxis

(von der Kollegin / Ergotherapeutin Barbara Döll)

Yurashi in Farbe!

Weil es mir selber eine Freude ist, möchte ich euch heute von einem Patienten erzählen, der mir sein Feedback nach einer Yurashi-Behandlung in Bildern beschreibt.

Dieses Bilderleben erfährt er seit einiger jüngerer Zeit und es stellt sich ein, während wir ganz in der Ruhe ohne Nebengespräche arbeiten.

Ein Fallbericht

Vorgeschichte

Der Patient, Herr W. ist 60 Jahre alt. Er ist Ingenieur und programmiert Roboter.

Er liebt das weiche Pelzchen seiner Vogelspinnen, erfreut sich an einem intensiven kobaltblau (z.B. an unserem Lagerungskissen oder Decke), trägt mit Vorliebe gemusterte Socken

zum gemusterten Hemd und entspannt sich an dem lustigen Geräusch von weichen Bällchen, die in eine Holzschale platschen.

Seine Kindheit ist geprägt von emotionaler Kälte, Depressionen der Mutter, die früh starb und dem Alkoholismus und der Ablehnung des Vaters. So war er früh auf sich alleine gestellt. Zu seiner jüngeren Schwester hat er sporadischen Kontakt.

Herr W. kommt schon seit 2017 in die Ergotherapie, wurde von Kollegen lt. ärztlicher Verordnung zunächst sensomotorisch ausschließlich an den schmerzhaften arthrotischen Gelenken der Hand behandelt. Der Focus lag auf Maßnahmen zur Schmerzreduzierung und der Bewegungserhaltung. Mit Manual-Therapie und Kältebehandlungen konnte schon einige Linderung erreicht werden.

Der Patient hatte auch immer wieder kürzere Behandlungspausen, da Rezepte nicht weiter verordnet wurden und er sich auf seine neue Arbeitsstelle konzentrieren wollte.

Mit der Wiederaufnahme der Ergotherapie fand aus organisatorischen Gründen auch ein Therapeutenwechsel statt. Die Schmerzzustände hatten sich weiter an verschiedenen anderen Stellen am Gelenkapparat, vor allem der Hüfte, manifestiert. Die Muskulatur der Beine wies einen erhöhten Tonus auf und war fest. Die Beine durften nicht stark in die Außenrotation gebracht werden. Der Patient kommt bis heute zu Fuß mit Gehstock, auch unter größten Schmerzen. Seine Schmerzstärke lag häufig bei „8“.

Seine Diagnosen sind multipel: Fibromyalgie, Hüftdysplasie, Depression, Bandscheibenvorfälle, Arthrose.

Yurashi

So kam Herr W. dann mit Yurashi in Kontakt, die ihm von Christina Hübener als schmerzlindernde ganzheitliche Methode angeboten wurde. Dies eröffnete ihm eine neue Dimension der Schmerzreduzierung und das Zulassen von sanften Berührungen.

In dieser Zeit hatte ich Herr W. auch ein paar Mal als Vertretungspatient und lernte ihn schon ein wenig kennen mit seinen ganz speziellen Eigenheiten.

Die Behandlung musste sorgsam, mit Vorbesprechung, danach mit Ansagen, an welchen Körperteil man berühren wird, langsam und sehr sanft durchgeführt werden.

Die Stammbehandlung konnte nur adaptiert in Teilstücken angewandt werden. Z.B. keine Nenten-Rotation an den Beinen.

Für ihn sind gleiche Abläufe wichtig, um sich sicher zu fühlen und Entspannung zuzulassen. Herr W. „scannte“ während der Behandlung seinen Körper mit ab und blieb meist mental im Schmerz hängen und grenzte immer mehr die Bereiche ein, von denen er meinte, dass diese nicht berührt werden dürften. Er gab sofort Rückmeldung, wenn er wieder einen Schmerzpunkt entdeckte und die Berührung somit zu intensiv für ihn war. Dennoch kam er immer wieder und wollte diese Behandlung, da es ihm nach der gegebenen Behandlung für ein paar Stunden oder auch am nächsten Tag psychisch und physisch besser ging.

Yurashi 2022/2023

Nach einer längeren Behandlungspause aus organisatorischen Gründen ist Herr W. seit Oktober 2022 mein Patient und ich wage zu behaupten, dass sich nun eine sehr gute vertrauensvolle therapeutische Beziehung eingestellt hat. Seine Schmerzstärke bewertete er zu Anfang mit 5-6.

Zu Beginn dieses Jahres wurden mehrere Bandscheibenvorfälle im LWS-Bereich diagnostiziert, die seine Mobilität noch weiter einschränken. Seit März 2023 hat er sich auf einen Rollstuhl für weitere Strecken eingelassen. Schmerzen im ISG sind dauerhaft da, quälen ihn schubweise sehr. Das Rezept für die Ergotherapie bekommt er u.a. von seiner Psychotherapeutin, bei der er 14tägig Sitzungen wahrnimmt.

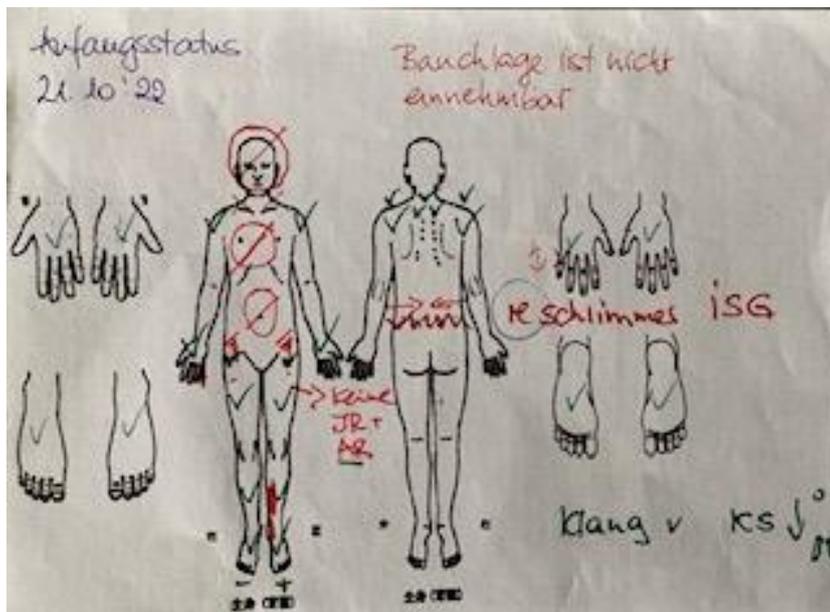


Abb.1 meine Landkarte mit grünen und roten Zonen

Behandlung:

Hier habe ich mir mit unserem Menschenschema meine Landkarte für die Yurashi-Arbeit mit Herrn W. aufgemalt.

Grüne Körperregionen dürfen berührt werden, rote auf keinen Fall oder nur nach Vereinbarung. Die Bauchlage ist für Herrn W. nicht einnehmbar.

Gezackte oder gestrichelte Linien sind auffällige Schmerzbereiche.

Diesen Zettel hatte ich lange Zeit neben mir auf dem Tisch liegen.

Zu Beginn jeder Behandlung machten wir eine „Bestandsaufnahme“, was geht was nicht, ob es Änderungen gab, die ich berücksichtigen konnte. Ab und zu wünscht er sich auch Klang mit einer Klangschale am Ende der Behandlung dazu oder sogar das Aufstellen einer tiefen Klangschale auf den Bauch.

Ganz wichtig für die erfolgreiche Behandlungsstunde ist für Herrn W. und mir das Einhalten von gewissen Ritualen und die gute Lagerung seines Körpers. Auf dem Tisch liegt ein langer Schuhlöffel für das Anziehen der Schuhe nach der Behandlung.

Für den Kopf liebt er ein niedriges Kissen, das mit kleinen Kügelchen gefüllt ist und er sich darauf einrichten kann.

Unter die Knie kommt eine weiche Lagerungsrolle.

Gegen die Außenseiten der Sprunggelenke lehnen Sandsäckchen. Wenn ich etwas vergesse, erinnert er mich höflich daran. Er kann nur in Rückenlage behandelt werden.

Dann können wir starten, anfangs noch mit Ansage: (zur Diagnostik) leichtes Abtasten der Schultermuskulatur, vorsichtiges kurzzeitiges Berühren des Beckens, der Füße.

Die kleinen Pünktchen setze ich auf den linken Arm.

Danach mit Ansage: „Ausstreichen des Armes, linke Seite“, „Ausstreichen des Armes rechte Seite“, „Ausstreichen des Beines, linke Seite“, „Ausstreichen des Beines, rechte Seite“.

Auch da musste ich anfangs beachten, nicht zu sehr die Innenseiten der Ober- und Unterschenkel zu berühren.

Danach kann ich mit der Stammbehandlung an den Armen beginnen und wandere so durch die „grünen Zonen“.

Ich zweifelte zu Beginn schon an der Wirksamkeit der Behandlung und fühlte quasi mit ihm die Eingeschränktheit der Möglichkeiten. Als Variante probierte ich zur Vertiefung der Entspannung Klang mit einzusetzen. Auch da ging nur Ausgewähltes und nach dem Prinzip „Weniger ist Mehr.“ Ich erschreckte mich selbst, wenn ich mal punktgenau eine Schmerzstelle berührte. Also drumherum arbeiten...

Von Woche zu Woche lernten wir uns besser kennen.

Von Woche zu Woche kehrte mehr Ruhe ein.

Von Woche zu Woche trat sein Humor zum Vorschein.

Von Woche zu Woche sprach er weniger über seinen Schmerz

Von Woche zu Woche arbeiten wir in mehr Stille.

Von Woche zu Woche darf ich mehr von den roten Zonen berühren.

Von Woche zu Woche erzählt er mir anschließend von seinen inneren Bildern.



Abb.2 Versuch einer Darstellung in Ölkreide

Herr W. erzählt von Mustern in unterschiedlichen Farben, meist geometrisch, aus Linien, diese 2dimensional. Wir hatten auch schon fliegende Paprikas, strahlende quallenartige Figuren. Oder er blickt von oben, aus lilafarbenen Wolken auf fest umrissene bunte Felder. Er genießt diese intensiv farbigen Traumwelten, die er in einem Alphazustand erlebt und möchte diese auch im Anschluss spontan mitteilen. Ich finde das sehr spannend, da mir bisher noch niemand von solchen Erlebnissen nach Yurashi erzählt hat. Ich kenne das Farbenerleben beim Meditieren oder auch in der Klangentspannung. Doch diese Bilder sind einmalig. Ich habe Herrn W. motiviert, diese einmal in Farbe auf Papier zu bringen.



Habt auch ihr solche oder ähnliche Erfahrungen gemacht?



Abb.3 Wolkenblick auf Felder

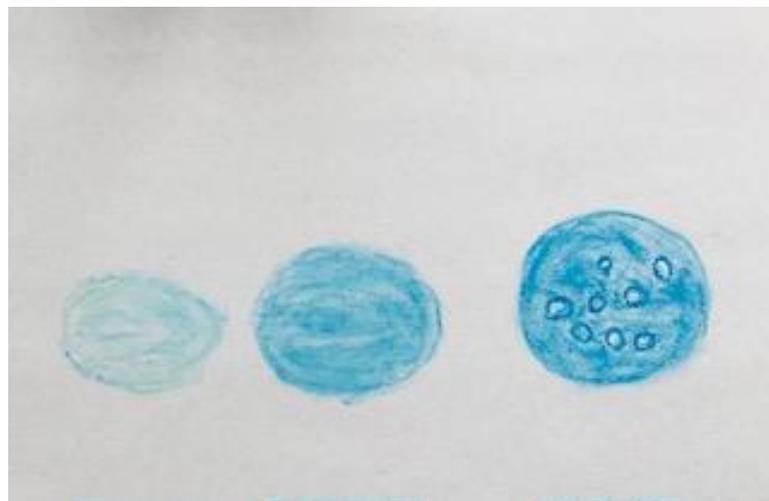


Abb.4 transparente Blasen

Diese Bilder sind ein annähernder Versuch mit Ölkreiden, jedoch ist er nicht ganz zufrieden, da er nicht genau die Farben darstellen kann, die er gesehen hat, weil diese nicht in seinem Farbkarton sind.

Herr W. hat es geschafft von seinem körperlich belasteten Schmerzerleben in eine tiefere Ebene, eine heilsame psychisch entspannende Ebene seines Körpers zu gelangen und daraus ein Glücksgefühl oder Zufriedenheitsgefühl mit in den Alltag zu nehmen.



Nach dem Auf und Ab von Schmerzzuständen und dem Einhalten von Abläufen gibt es nun eine Stabilität, eine Schmerzreduzierung oder auch ein Tolerieren von Schmerz als Lebensbegleiter. Schmerzstärke 3-4. Wir amüsieren uns über die Sketche von Lorient.

Seine körperliche Landkarte ist nun auch für mich viel „grüner“ geworden. Ich arbeite mittlerweile mit ihm ohne Ansage.

Ich darf Beininnenseiten, Sprunggelenkinnenseiten, die Lendenwirbelsäule/IGS-Bereich rechts und links berühren. Ich darf Teile seines Kopfes und die Stirn berühren. Er ist eine vertrauensvolle Beziehung mit mir eingegangen.

Die Behandlung ist noch nicht zu Ende. Wir machen gerade eine kleine Pause. Ich bin gespannt, wo wir dann stehen.

Ach ja, eins noch: Herr W. hat das Asperger-Syndrom.

Liebe Barbara: Herzlichen Dank für die Genehmigung zum Abdruck! RFS

Für Eure Terminkalender:

Der AK Yurashi e.V. hat in der Planung, im Jahr 2024 auf zwei großen Veranstaltungen vertreten zu sein. Wir werden im Online-Stammtisch darüber beraten:

- a) **Jahrestagung der ACON (Arbeitsgemeinschaft für Chiropraktik/Osteopathie und Neuraltherapie)** vom 07. bis zum 09. November 2024 in Bad Kissingen
- b) **20. Norddeutscher Heilpraktiker-Kongress**, voraussichtlich am 23. und 24..November 2024 in Hamburg

Bei a) sind wir mit einem Tagesseminar vertreten, das entweder von Koji Matsunaga oder von HP Misao Morota gestaltet werden wird.

Von einigen Seiten ist der Wunsch nach unserer Berufskleidung, **Poloshirts und Kasacks mit Yurashi-Logo**, geäußert worden. Gerne können wir da noch einmal eine Bestellung aufgeben. Verschiedene Größen anprobieren, das geht jetzt einmal nicht. Vergleicht Euch bitte mit einem Mitglied des Vorstands im Arbeitskreis, das Ihr kennt und dessen Größe Euch passen müsste, - und dann:

- a) **Bestellung** mit Angabe des „Models“ an: AK-Yurashi-eV@gmx.de. **Nach Bestätigung:**
- b) **Überweisung** an „Arbeitskreis Yurashi“ **IBAN DE87 3425 0000 0001 7838 44** bei der Stadtparkasse Solingen (Absender bitte deutlich, im **Verwendungszweck: SPENDE**)

Die Inflation bedingt: Poloshirt oder Kasack kosten jetzt € 60,-.

Wem das zu kompliziert ist, der muss leider bis zur nächsten Arbeitstagung oder JHV warten.

In der nächsten Ausgabe: Die Yurashi - Bastion am Rand von Düsseldorf: Hotel Land Gut Höhne

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

1. Aufnahmeantrag

**Hiermit beantrage ich die Aufnahme in den gemeinnützigen
Arbeitskreis Yurashi e.V.**

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

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

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 im Yurashi Newsletter und 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.

Meine Kontonummer: IBAN _____

Mit dem Beschluss der MV über SEPA-Lastschrift-Einzug aller Mitgliedsbeiträge bin ich ausdrücklich einverstanden und weise mein Kreditinstitut entsprechend an, solche Lastschriften einzulösen.

Ort, Datum

Unterschrift des neuen Mitglieds

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**
