

Seiki-Workshop

und der achtsame Umgang mit psychischem und körperlichem Schmerz

in Basel, 2./3. Oktober 2021

Jürg Meier

*Akinobu Kishi**

Akinobu Kishi war ein international anerkannter Meister und Lehrer des Zen-Shiatsu, wenngleich er sich selbst nicht so sehr als Lehrer betrachtete, sondern eher als Erforscher der Menschen in Ost und West, stets neugierig und voller Wissensdrang. Er verbrachte einige Jahre im Ausland und lebte in München, Brüssel und Paris.

Seit seiner Jugend beschäftigte er sich mit bereits etablierten Therapieansätzen in der Körperarbeit und anderen Heilmethoden. Nach einer tiefgreifenden persönlichen Erfahrung und der Erkenntnis, dass er mit der von Masunaga entwickelten Shiatsu-Methode nicht weiterkam, entwickelte er seine eigene Behandlungsmethode – Seiki. Im Jahr 1980 begann er, Seiki zu praktizieren und in Workshops europaweit zu lehren. Die Forschungsarbeit zu seiner eigenen Methode setzte er dabei unermüdlich fort und entwickelte sie über 30 Jahren lang bis zu seinem frühen Tod immer weiter. Kishi lebte von 1949–2012.

Kishi erhielt seine Shiatsu-Ausbildung am Japan Shiatsu College von T. Namikoshi und am Iokai Center in Tokyo von S. Masunaga, dem er für 10 Jahre assistierte. Nebenher machte er seinen Universitätsabschluss in Landschaftsarchitektur. Er lebte bis zu seinem Tod in Japan, doch verbrachte er einen Grossteil seiner Zeit auf Workshops in der ganzen Welt.



Akinobu Kishi

Kursleitung Jürg Meier

Jürg Meier lernte Shiatsu bei Wataru Ohahsi, N.Y.. Schon nach seinem Shiatsu-Anfängerkurs lernte er Kishis Seiki kennen, bei seinem ersten Workshop in Zürich, anfangs der 1980er Jahre. Jürg Meier folgte Kishis Workshops bis 2011 und organisierte Kishis Seiki-Workshops in Basel in der Zeit, als er in den 1990er Jahren eine eigene Shiatsu-Ausbildung leitete.

Er ist ebenfalls Lehrer für MBSR (Stressbewältigung durch Achtsamkeit).

Jürg Meier ist Vater von zwei erwachsenen Kindern.

Seiki

Seiki von Akinobu Kishi basiert vor allem auf **Katsugen Undo** und der eigentlichen **Behandlung**.

Katsugen Undo ist die Selbstheilung durch das Erfühlen und Ausleben der unwillkürlichen und spontanen inneren Bewegungen. Sie werden durch gesellschaftlich konditioniertes und gesteuertes Verhalten und durch unseren Intellekt verdrängt oder gar nicht wahrgenommen.

Mit dem Loslassen des Diktats des Kopfes, wie ich mich zu bewegen habe, gebe ich den spontanen Impulsen und Körpersensationen in Bewegung Raum und entlade mich so, was zugleich eine entspannende und revitalisierende Wirkung hat. Es scheint, dass der Körper eine eigene Intelligenz besitzt. Wenn wir ihr neugierig folgen, führt das zur Harmonisierung von Körper und Geist und entgiftet uns mental und körperlich.

Ich folge der inneren, unsichtbaren Bewegung und lasse sie an die Oberfläche kommen bis sie sich freisetzt und so sich angestaute Blockaden auf natürliche Weise lösen können.

Zur Einstimmung praktizieren wir Katas (3 kleine Übungen), **Gassho-Gyoki** (atmende Hände). Dabei wird das Herz durch die Atmung mit den Händen verbunden und **Gyoki** (atmende Hände in Bewegung).

In einer Seiki-Behandlung stimulieren wir den Körper nicht durch Berührung, sondern wir gehen mit dem Partner in Resonanz. Wir nähern uns dem „kyo“ (Leere) mit Hingabe und erspüren die innere Bewegung, was zugleich dazu führt, dass das „jitsu“ (Fülle) seine beschützende Funktion aufgeben kann und eine Harmonisierung dieser Kräfte stattfindet, was ebenfalls als Katsugen verstanden werden kann. Im Tun ohne zu Tun!



Kishi hat immer wieder auf die Bedeutung der Achtsamkeit im Hier und Jetzt hingewiesen. In diesem Workshop befassen wir uns auch praktisch mit dem achtsamen Umgang von psychischen und körperlichen Schmerzen und auf der anderen Seite mit den positiven Gefühlen resultierend aus Dankbarkeit.

Datum: **2./3. Oktober 2021**

Samstag: 10–12 Uhr und 14–18 Uhr, Sonntag: 10–12 Uhr und 13–17 Uhr.

Kursort: **H95, Horburgstr. 95, 4057 Basel (www.h95.ch)**

H95 ist ein Haus für Kultur mit Kursen, Workshops und kulturellen Veranstaltungen mit Auszeichnung.

Gästezimmer mit Frühstück, Tel. 061 692 02 65, E-Mail: info@h95.ch

Kosten: *Fr. 260.00 bis 15. Juli 2021, danach Fr. 280.00*

PC: CH15 0900 0000 4009 7673 0

Anmeldung und Information:

Anmeldung bitte frühzeitig und bis spätestens 15. September 2021 (Telefon oder E-Mail) und Überweisung.

Tel. 061 692 84 81 oder E-Mail: juerg.meier@shiatsu-basel.ch, www.shiatsu-basel.ch

Es braucht keine speziellen Vorkenntnisse für diesen Workshop.

Die Teilnehmer erhalten eine Bestätigung für 12 Stunden Fortbildung.

** Das verborgene in der Kunst des Shiatsu. In Resonanz mit dem Leben.*

Akinobu Kishi und Alice Whieldon, Pimoni Verlag, ISBN 978-3-9817460-0-6