

## Interview mit Hermann Grobbauer

**29.06.2009, mru.**



Shiatsu-Therapeut SGS, eigene Praxis seit 1992 in Bern; Entwicklung KI DO Shiatsu; Shiatsu-Lehrer und Leiter des „Trommelkreis Cristallo-Arbeit Bern“; Studium im „Centro Cristallo für Yoga-Meditation, spirituelle Heilkunst, schamanische Forschung“

**Hermann Grobbauer, an der Heilpraktikerschule Luzern gibst du die Weiterbildung „Shiatsu Becken Mobile“. Was ist das Besondere an den Beckengelenken?**

Wenn wir davon ausgehen, dass Becken und Hara eine starke Wechselwirkung haben, bedeuten freie Beckengelenke mehr Ki-Bewegung im Hara. Dazu kommt: Das Iliosakralgelenk mit seinen zwei Bändern hat laut Saul Goodman einen wichtigen Einfluss bis zum Hirn. Das wird verständlich, wenn man es bildlich betrachtet. Es ist die einzige Knochenverbindung vom Kopf-Wirbelsäulenkomplex zum Becken-Beinkomplex.

**Welche Leute haben besondere Probleme mit Beckengelenken?**

Menschen mit Bewegungsmangel sind oft sehr eingeschränkt in ihren Gelenken. Ausserdem haben sie häufig zu wenig Energie, um etwas zu verändern. Kann stagniertes Ki Schritt für Schritt aus den Gelenken befreit werden, steht dieses Ki den Lebensprozessen zur Verfügung.

Andere Ursachen von Beckengelenk-Problemen können Unfälle, Geburtskomplikationen sowie fordernde und tiefgreifende Lebensphasen sein. Das ist ebenfalls ein wichtiger Teil von „Shiatsu Becken Mobile“.



### **Warum müssen die Beckengelenke mobilisiert werden?**

Gegenfrage: Warum haben wir Gelenke? Sie geben uns die Fähigkeit zur Bewegung, zur Wendigkeit und Flexibilität. Je besser die Gelenke, desto geschmierter läuft das Leben – und die Gelenksschmiere wäre der Humor.

### **Was für Meridian-Zusammenhänge gibt es bei Beckengelenken?**

Grundsätzlich sehe ich die Wichtigkeit der Wassermeridiane, also den Zusammenhang von Becken und Hormonsystem. Können Körperteile oder Organe nicht an ihrem Platz gehalten werden, wende ich mich den Erde-Meridianen zu. So gibt das Holz-Element Kraft und Ausdauer. Ich behandle also die Meridiane entsprechend der Evaluation von kyo und jitsu.

### **Wie bist du zum Shiatsu gekommen?**

Bei einem Grundlehrgang im Zivildienst hat mir ein Kollege von Makrobiotik und Shiatsu erzählt und mich dann gleich auf eine Schnupperbehandlung eingeladen. Und während dieser Behandlung habe ich gemerkt: Das ist genau das, was ich machen möchte. Und kurze Zeit später besuchte ich einen Einführungskurs bei Thomas Prett in Graz. Das war 1989.

### **Was fasziniert dich an Shiatsu?**

Es ist die Magie der Berührung. Da gibt es so viele Arten und Techniken, doch schlussendlich ist es die Eigenwahrnehmung, auf die es ankommt. Es ist ein Sich-Einfühlen und in Resonanz gehen,

wie gleich gestimmte Stimmgabeln. Schlägst du eine an, schwingt die andere mit. Ist die zweite nicht gleich gestimmt, wird sie nicht mitschwingen. Shiatsu kommt für mich der Musik sehr nah. Es ist, wie ein Saiteninstrument zu stimmen.

### **Durch Ki Do übst du eine spezielle Form von Shiatsu aus. Was bedeutet das genau?**

Ki muss und kann ich hier nicht exakt definieren, da es schlussendlich nur erfahrbar ist, wenn man sich darauf einlässt. Nennen wir es etwas, das einem feinen elektromagnetischen Strom sehr ähnlich ist – zumindest auf der Meridianebene. Und Do ist der Weg, den dieser Strom im System zurücklegt.

Manchmal wechselt dieser Strom die Frequenz und geht zum Beispiel von der Meridian- auf die Organebene. Als Therapeut folge ich diesem Strom und gebe ihm Unterstützung, damit er überall hindurch gelangt. Als Therapeut habe ich die Aufgabe, dem Do des Ki zu folgen: Also mit dem Strom mitzugehen und in diesem Beispiel dem Strom von der Meridian- auf die Organebene zu folgen.

Diese Gedanken stammen zum grössten Teil von Saul Goodmans meisterhafter Form der Körperarbeit. Er war auch für mich der Hauptinitiationsfunken, der mich zur Ausbildung ins Berner Oberland brachte! Das finde ich noch witzig: ein Österreicher kommt in die Schweiz, um von einem Amerikaner ausgebildet zu werden. Gottes Wege sind unergründlich...!

### **Du arbeitest auch mit Klangmeditationen?**

Ja. Mit Vedischer Klangarbeit ist es möglich, gezielt verschiedene Körperbereiche in Schwingung zu



versetzen. Diese Körperbereiche erlebst du dann viel bewusster. Wobei es hier mehr um ein Tönen als um ein eigentliches Singen geht. Auch hier passt das Beispiel mit den zwei Stimmgabeln. In der Körperarbeit ist es genau so. Ich denke, es ist einfach wichtig, das eigene System in all seinen Aspekten immer wieder zu klären, und die Klangarbeit ist dabei sehr nützlich. Das hilft auch, um klar rüberzukommen.

Einmal hat mir eine Physiotherapeutin erzählt, dass sie mit Lungenkranken arbeitet. Nach der Erfahrung mit der Klangarbeit hat sie diese Klangübungen mit ihren Patienten gemacht. Zunächst dachte sie an 10-15 Minuten, doch schlussendlich waren es 45 Minuten. Und die Gruppe wollte dann die Klangarbeit regelmässig anwenden, weil die Teilnehmer ganz deutlich gemerkt haben, wie gut sie auf einmal atmen konnten.

### **Was ist Cristallo?**

Das Centro Cristallo ist Wohn- und Arbeitsort der Medizinfrau und Künstlerin Agnes Nuschka Lanz, ein Ort der Lebenskunst und der Kunst am Lebendigen.

Ich bin seit 1992 in der Ausbildungs- und Forschungsgruppe für Yoga Meditation, spirituelle Heilkunst und schamanische Forschung aktiv dabei. Die Vedische Klangarbeit ist ein wichtiger Aspekt dieser Ausbildung. Interessierte können sich auf der Homepage informieren.

### **Was ist Kriya-Yoga-Meditation?**

Auch hierzu findet man gute Informationen auf der Homepage. Nur soviel sei gesagt, es ist eine sehr alte Technik, die nur mündlich weiter gegeben wird. Der bekannteste Kriya-Yoga Meister bei uns im Westen ist Paramahansa Yogananda. Seine „Autobiographie eines Yogi“ ist ein wunderbares und erbauendes Werk.

### **Lässt du Erkenntnisse aus der schamanischen Bewusstseinsarbeit in deinen Unterricht einfließen?**

Je nach Gegebenheit und Umständen wende ich Klang- und Rhythmusarbeit so wie Visualisierung an.