

Susanne Erçetin

Teishin – Sanfte „Akupunktur“ für Traumatisierte



© peterschreiber.media - AdobeStock

Die asiatische Heilkunst – vor über 3000 Jahren entstanden – entwickelte ganzheitliche und wirkungsvolle Behandlungsmethoden, von denen die Akupunktur mithilfe von Nadeln hier im Westen am bekanntesten ist. Weniger bekannt ist eine besondere, nicht-invasive traditionelle Variante der Akupunktur, aus Japan kommend: das Teishin



Das Teishin ist ein ca. zehn Zentimeter langes Stäbchen aus Metall, das ausschließlich ganz sanft auf der Körperoberfläche verwendet wird, also nicht, wie bei der klassischen Akupunktur, in die Haut eindringt. Es kann z. B. aus Materialien wie Kupfer, Gold, Silber, Titan, Messing, Jade oder Quarz gefertigt sein. Laut den Praktizierenden dieser Methode profitieren von dieser Behandlung vor allem Menschen mit Ängsten, Depressionen und Posttraumatischen Belastungsstörungen. Besonders bei (Hoch-)Sensiblen, chronisch Kranken, Schmerzpatienten, Kindern, Hospizpatienten und Traumatisierten hat sich der Einsatz des Teishin bewährt.

Ich habe mich auf Teishin und Trauma spezialisiert und biete entsprechende Behandlungen in München, Bad Tölz und Olching an. Teishin empfinde ich besonders deshalb als sehr wirkungsvoll, weil es wenig bis gar nicht retraumatisierend wirkt. Die meisten Menschen haben über Jahre ihre Traumata bearbeitet und wissen, was, wie, wo, wann passiert ist, jedoch ändert es wenig an ihrer Situation. Häufig kommen Ratsuchende zu mir, die von mit Traumata assoziierten Beschwerden berichten – beispielsweise Stress, Schmerzen, Schwindel, Verspannungen, Schlafstörungen, Nervosität, Unruhe und vieles mehr. Was die meisten brauchen ist, dass ihr Körper die Erfahrung integrieren kann und sie so „bei sich selbst ankommen“ können.

Bei meiner Arbeit mit den Patienten entsteht zu Beginn durch Befragen, Bauch- und Pulsdiagnose ein Bild davon, welche Leitbahnen, Organe und Ebenen betroffen sein könnten. Danach folgt die Auswahl der Akupunkturpunkte sowie ihre Behandlung mit adäquaten Techniken.

Traumata stören das natürliche Gleichgewicht

Trauma ist ein Begriff, der zunächst nicht unterscheidet, ob es sich um physische oder psychische Traumata handelt. Der Ursache ungeachtet haben Traumata jedoch meistens eine komplexe und tiefgreifende Wirkung auf den Körper – und damit auch auf die Seele und den Geist. Ein gestörter oder blockierter Energiefluss führt sowohl auf geistiger, emotionaler als auch auf körperlicher Ebene zu unerwünschten Auswirkungen und stört das natürliche Gleichgewicht des Menschen.

In der Chinesischen Medizin werden zwei Arten von pathogenen Faktoren unterschieden: die Inneren (Emotionen) und die Äußeren (klimatische Faktoren, Traumata etc.). Des Weiteren untersucht man durch Puls- und Bauchdiagnose, auf welcher der verschiedenen Leitbahn-Ebenen

sich der pathogene Faktor befindet und behandelt entsprechend der Art der Leitbahn.

Die Energieleitbahnen im Körper, genannt Meridiane, sind vergleichbar mit den Wasserwegen auf unserem Planeten: Es gibt Quellen, Bäche, Flüsse, Seen und Meere sowie unterirdische und verborgene Gewässer – und alles ist miteinander verbunden.

Traumata, die bereits in frühester Kindheit entstanden sind, oder familiäre bzw. kollektive Traumata befinden sich auf den tiefen Ebenen der *Außerordentlichen Leitbahnen* und *Sonderleitbahnen*, in denen unsere kostbare Lebensessenz zirkuliert. Solche Traumata können die Lebensenergie so massiv schwächen, dass man schwere Krankheiten entwickeln oder sogar das Sterben vorziehen kann.

Entspannung als Voraussetzung für Selbstheilung

Die Selbstheilungskräfte zu aktivieren, ist die Kernidee der asiatischen Medizin. Nach 26 Jahren Praxis kann ich sagen, dass *Entspannung* eine der wichtigsten Voraussetzungen für die Selbstheilung ist. Entspannen gehört zu den Hauptwirkungen der Teishin-Behandlung. Seitdem ich mit Teishin arbeite, haben sich deutlich schnellere und anhaltendere Behandlungserfolge eingestellt. Daher verwende ich Teishin in fast jeder Behandlung, manchmal sogar ausschließlich. In der Regel wende ich das Teishin am Bauch, am Rücken, an den Unterschenkeln und am Kopf an. Individuell behandle ich auch einzelne Punkte damit.

Patienten berichten nach der Behandlung, dass sie sich *aufgefüllt* oder *leicht* fühlen. In fast jedem Fall setzt eine Tiefenentspannung ein. Der mentale Druck lässt nach, *man fühlt sich viel mehr in seinem Körper*. Und nur hier kann Selbstheilung stattfinden!

Das Ziel meiner Behandlungen ist immer, den natürlichen Energiefluss wieder herzustellen, damit das Erlebte verarbeitet, „verdaut“ und „ausgeschieden“ werden kann. Auf diese Weise stellt sich der kohärente Selbstwert einer Person wieder – oder vielleicht sogar zum ersten Mal – ein.



Kontakt

Susanne Erçetin
Heilpraktikerin
www.einfach-su.de
post@einfach-su.de

Drei Fragen an:



Bob Quinn

DAOM (Doctor of Acupuncture and Oriental Medicine), praktiziert seit 21 Jahren Chinesische Medizin.

Die Säule: Warum eignet sich Teishin als eine Art der Akupunktur besonders gut für Traumatisierte?

Bob Quinn: Nach meiner Erfahrung sind stimulierende Therapien nicht besonders gut für traumatisierte Patienten geeignet. Es ist zwar möglich, sanft zu nadeln, zum Beispiel mit dem Toyohari-Behandlungsstil (*Anm. der Redaktion: Toyohari wurde von blinden Akupunkteuren beeinflusst und verwendet Nadeltechniken, die sehr sanft und zum Teil nicht-invasiv sind.*), aber das, was wir als „normale“ Akupunkturnadelung bezeichnen könnten, ist einfach zu stimulierend. Ich arbeite mit vielen chronischen Borreliose-Patienten. Diejenigen, die es am schwersten haben, wieder gesund zu werden, sind diejenigen, die ein schwerwiegendes Trauma in ihrer Vergangenheit hatten.

Ich lernte den Umgang mit diesen Patienten, als ich in der Hai Shan Clinic von Heiner Fruehauf in Oregon arbeitete, und erfuhr schnell, wie außerordentlich sensibel sie sind. Ihr Nervensystem ist durch die Krankheit gereizt und Akupunktur – egal wie sanft ich sie durchführte – schien nicht sehr hilfreich zu sein. Zu dieser Zeit bildete ich mich im Toyohari-System aus und ein Teil der Ausbildung bestand darin, den Umgang mit dem Teishin zu lernen. Dann studierte ich das Teishin weiter mit Iwashina Anryu Sensei. In den letzten 35 Jahren hat er nur noch den Teishin verwendet.

Bei einigen Patienten setze ich immer noch Nadeln ein, aber die meisten Patienten erhalten von mir nur Teishin-Arbeit sowie die Moxa-Therapie (*Anm. der Redaktion: Therapeutische Erwärmung von speziellen Punkten des Körpers aus der TCM*) und sanfte Körperarbeit. Bei Patienten, die ein Trauma hinter sich haben, verwende ich keine Nadeln. Meine Erfahrungen in dieser Hinsicht sind eindeutig. Ich kann ihnen mehr helfen, wenn ich mich auf Teishin, Moxa und Körperarbeit beschränke.

Die Säule: Welche Rolle spielt die Polyvagal-Theorie bei der Behandlung von Traumatisierten mit Teishin?

Bob Quinn: Ich bin kein ausgebildeter Psychologe, deshalb möchte ich bei meiner Antwort vorsichtig sein. Ich habe die Arbeit von Stephen Porges, Ph.D. und seine polyvagale Theorie gelesen, und so, wie ich seine grundlegende Botschaft für die Arbeit mit traumatisierten Patienten verstehe, betont er, dass uns hierfür einige effiziente Instrumente zur



Verfügung stehen. Er schreibt und lehrt, dass wir mit unserem Gesichtsausdruck Sicherheit und Engagement signalisieren sollten. Die Patienten müssen sich unbedingt sicher fühlen, bevor sie Fortschritte machen können.

In ähnlicher Weise ist unsere Stimme ein wichtiges Instrument – sowohl die Wortwahl als auch der Ton spielen eine Rolle – insbesondere sollten wir keine monotone Stimme verwenden.

Porges hat in seinem Frühwerk nichts über Berührung geschrieben. Soweit ich weiß, war er anfangs skeptisch gegenüber Berührungen. Im Laufe der Zeit hat er ihre legitime Rolle bei der Traumaheilung erkannt. Unsere Berührungen müssen von der Qualität sein, dass sie Sicherheit, Kompetenz, Vertrauen und Mitgefühl signalisieren.

Das Teishin spielt hier eine Rolle, einfach, weil es im Vergleich zum Nadeln so sanft ist. Mit einem Teishin ist es einfacher, eine Botschaft der Sicherheit und Sanftheit zu vermitteln.

***Die Säule:** Können Sie ein Beispiel aus der Praxis nennen und kurz schildern, was bei der Behandlung einer traumatisierten Person im Ungleichgewicht lag und wie sich es sich mit Teishin auflösen ließ?*

Bob Quinn: Ich kann eine Patientin beschreiben, die eine schwierige Kindheit hatte. Die Beziehung zu ihrem Vater war höchst problematisch, obwohl es keinen sexuellen Missbrauch gab. Wegen ihrer chronischen Borreliose musste sie die Highschool abbrechen und schaffte es nie, die Schule wieder zu besuchen und ihre Ausbildung abzuschließen. Als sie zum ersten Mal zu mir kam, saß sie in einem Rollstuhl. Sie konnte nur ungefähr 50 Meter weit gehen und war danach total erschöpft. Es handelte sich um einen fortgeschrittenen Fall von neurologischer Borreliose.

Wie bei allen Patienten mit chronischer Lyme-Borreliose waren ihr Nacken und ihr oberer Rücken eine Katastrophe an Muskelverspannungen. Im oberen Rückenbereich konnte ich Moxa als Ergänzung zum Teishin verwenden, aber im Nackenbereich verwende ich normalerweise keine Moxa-Therapie. Dort verwende ich den Teishin und den Enshin.

Diese Patientin hatte so wenig Geld, dass sie sich kaum alternative Medizin leisten konnte. Sie machte Moxa bei sich zu Hause und kam jede Woche zu mir in die Universitätsklinik. Nach zwei Jahren regelmäßiger Behandlung kam eine Woche, in der sie drei Sechs-Meilen-Wanderungen in den Bergen bei Portland unternahm. Mit anderen Worten: Sie war genesen.

Sie absolvierte eine Berufsausbildung und zog einen Sohn auf. Ich stehe immer noch in regelmäßigem Kontakt mit der Familie, obwohl ich sie nicht mehr behandle. Das frühere Trauma ist jetzt Weisheit, würde ich sagen. Sie hat inzwischen ein gutes Verhältnis zu ihrem Vater und besucht ihn jedes Jahr in Kalifornien.