

von Oskar Peter

Punkte, Meridiane, reaktive Areale und der Weg nach Hause

„The map is not the territory“, soll John Franklin 1819 gesagt haben, bevor er, ausgestattet mit den besten Land- und Seekarten der britischen Admiralität, die Nordwest-Passage in die Arktis verfehlte und zusammen mit 197 Mann ums Leben kam.“¹

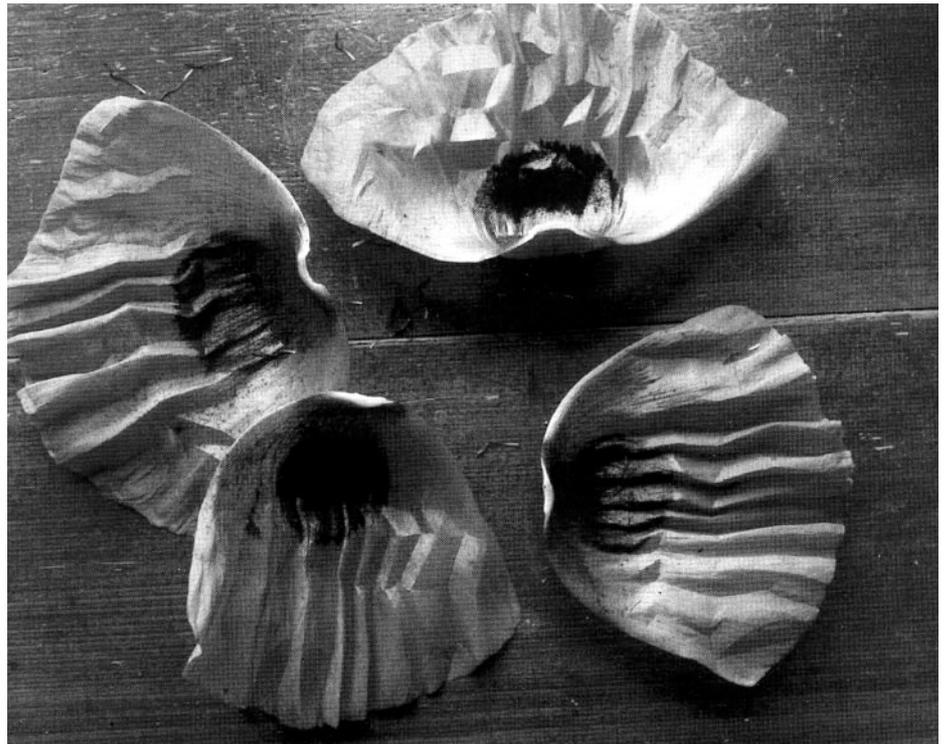
In den letzten Jahren zeigten die weltweit bislang größten Akupunkturstudien² ein verwirrendes Ergebnis. Akupunktur erwies sich in manchen Fällen tatsächlich als wirkungsvoll, in anderen hingegen nicht: Bei chronischen Kniegelenks- und Rückenbeschwerden war Akupunktur der herkömmlichen westlichen Standardtherapie sogar überlegen; bei Kopfschmerzen blieb sie wirkungslos.³

Noch irritierender aber war ein anderer Befund: Egal ob die Nadeln in den Punkten steckten, die auf den klassischen Akupunkturlehrtafeln eingezeichnet sind, oder irgendwo im Körper des Patienten, die Wirkung schien weitgehend dieselbe zu sein.⁴ Nur bei der Behandlung von Schmerzen durch Kniegelenksarthrose machte die Wahl der gestochenen Punkte einen grundlegenden Unterschied.⁵

Je nach Interpretation bestätigen diese Studien die Kritiker, die meinen, bei Akupunktur handle es sich um Humbug, man könne stechen wohin man will oder die Protagonisten, die sagen Akupunktur sei hochwirksam.

Es stellt sich die Frage nach der realen Existenz von Akupunkturpunkten bzw. in weiterer Folge der von Energieleitbahnen (Meridianen) und deren Verläufe.

Gustav Dobos (Inhaber des bislang einzigen deutschen Lehrstuhls für Naturheilkunde und Integrative Medizin mit Schwer-

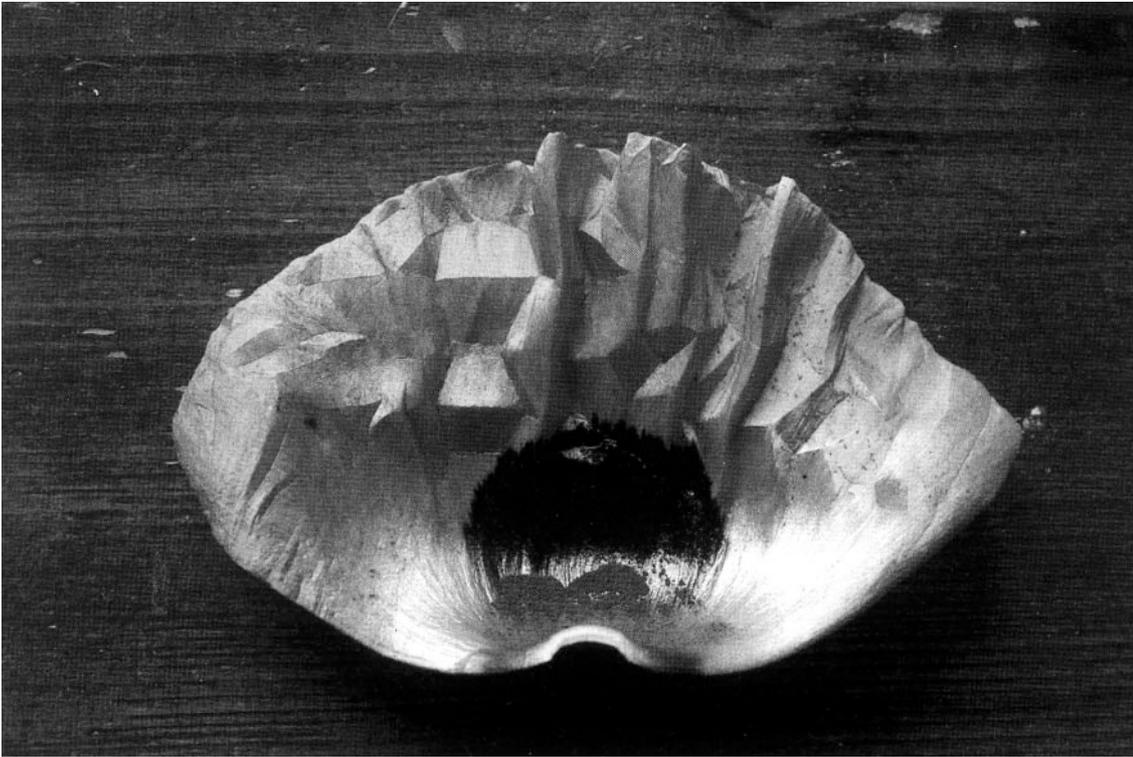


punkt Chinesische Medizin/Universität Duisburg-Essen) meint: „Energiebahnen nach den traditionellen Vorstellungen gibt es wahrscheinlich nicht.“ Doch es käme bei der Nadelung sehr wohl auf „reaktive Areale“ an. Das könnte erklären, warum in den Studien selbst dann eine Wirkung beobachtet wurde, wenn neben die klassischen Akupunkturpunkte gestochen wurde.⁵

Historischer Rückblick

Vieles, was im Westen als „Traditionelle Chinesische Medizin“ („TCM“) und Aku-

punktur gelehrt wird, ist keineswegs uraltes Wissen, sondern ist in Wahrheit ein Kunstprodukt, das in den fünfziger Jahren des 20. Jahrhunderts entstanden ist: „Kurz nach Gründung der Volksrepublik China gab Mao die Parole von der chinesischen Medizin als einer ‚Schatzkammer‘ aus, deren Schätze mithilfe der modernen Wissenschaft zu heben seien. Damals wurden zum Beispiel die Akupunkturpunkte und Energiebahnen festgelegt und die Unschärfe in den alten Lehrschriften wurde durch wissenschaftlich klingende Exaktheit ersetzt“,⁷ erklärt



Paul Unschuld. Der Sinologe und Historiker ist Direktor des 2006 gegründeten Stiftungsinstituts für Chinesische Lebenswissenschaften an der Berliner Charité und einer der tiefsten Kenner der Chinesischen Medizin in Deutschland. „Auf dem Weg in den Westen kam dann noch eine Fülle von Fehlübersetzungen und gezielten Umdeutungen hinzu, die als echte chinesische Wahrheiten weiterverbreitet werden.“⁸

Zu diesem Schluss kommt auch Iven Tao. Der Sohn eines chinesischen Arztes hat selbst Chinesische Medizin, Sinologie und Psychologie studiert und meint: „Aufgrund der Beschreibung in den alten Texten hätte man nie einen Punkt nachvollziehbar finden können. Teilweise lagen die Punkte zehn Zentimeter weit auseinander – von einer Punktspezifität im heutigen Sinne konnte damals keine Rede sein.“⁹

Anatomische Entsprechungen

2002 präsentierten die amerikanischen Anatomen Langevin und Yandow das Ergebnis ihrer Studien über die Beziehung zwischen Akupunkturpunkten, Meridianen und Bindegewebe: „These findings suggest that the location of acupuncture points, determined empirically by the ancient Chinese, was based on palpation of discrete locations or holes where the needle can access greater amounts of connective tissue [...] we propose that acupuncture points may correspond to sites of convergence in a network of connective tissue permeating the entire body, analogous to highway intersections in a network of primary and secondary roads.“¹⁰

Laut Thomas W. Myers (international anerkannte Autorität für Strukturelle Integration) ist eine „Myofaszie“ eine Einheit aus der Verknüpfung von Muskelgewebe (Myo-) und dem, dieses umgebenden bindegewebigen Netzwerk (Faszie). Die durch eine Reihe von miteinander verbundenen Myofaszien entstehenden „myofaszialen Meridiane“ sind für Myers Zugkraftlinien („Anatomy Trains“), die Spannung und Bewegung durch den Körper weiterleiten.

Auf der Basis der klassischen westlichen Anatomie bieten myofasziale Meridiane ein Modell zum Verständnis von Haltungs- und Bewegungsmustern. Es gibt einige Überschneidungen zwischen myofaszialen und Akupunkturmeridianen, sie sind aber keinesfalls äquivalent.¹¹

Das Auflösen sogenannter „Triggerpunkte“ ist das Ziel der von Janet G. Travell und David G. Simons entwickelten „Triggerpunkttherapie“. Genau genommen zielen die dabei verwendeten Techniken auf die Behandlung einzelner myofaszialer Einheiten ab.

Zwischen Trigger- und Akupunkturpunkten konnte eine hohe Übereinstimmung gefunden werden; und zwar sowohl bezüglich räumlicher Verteilung als auch der mit den jeweiligen Punkten assoziierten Schmerzmuster.¹²

Biophotonische Darstellung

2005 veröffentlichten diverse Fachzeitschriften eine Studie des Internationalen Instituts für Biophysik in Neuss/Deutschland.¹³ Ein Team rund um Fritz-Albert Popp behauptet, mittels Biophotonik erstmals Meridianstruktur auf der Körperoberfläche

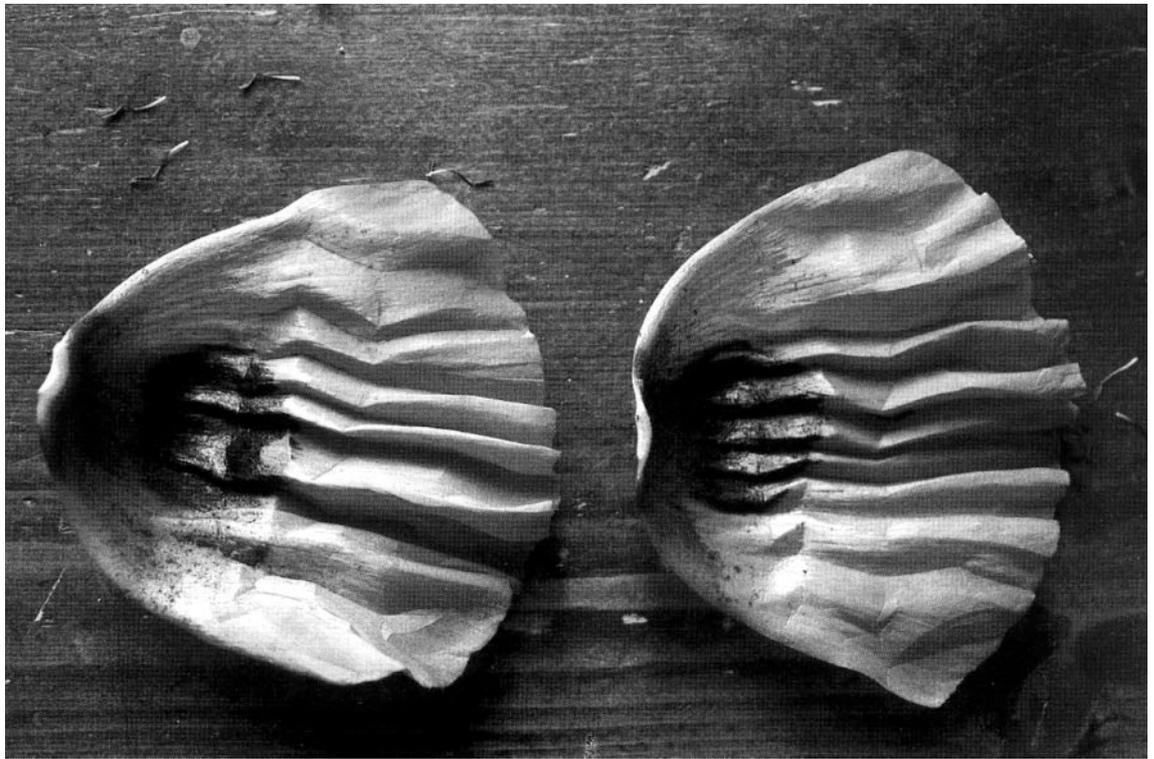
bewiesen zu haben.¹⁴ Das gleiche Experiment brachte an der Medizinischen Universität in Graz/Österreich ein gänzlich anderes Ergebnis: Die thermographischen Bilder zeigten zwar diverse Strukturen. Diese wurden jedoch klar als Artefakte identifiziert. Anzeichen für eine biologische Korrelation konnten nicht gefunden werden.¹⁵

Aus der Akupunkturpraxis

Wie sieht das Problem der Lokalisierbarkeit von Akupunkturpunkten in der täglichen Praxis aus? „Ein erfahrener Akupunkturpraktiker richtet sich ohnehin nicht einfach nach den Punkten, die auf den Lehrtafeln eingezeichnet sind“, sagt Barbara Kirschbaum, Ärztin für Chinesische Medizin in Hamburg und Lehrbeauftragte an der Universität Witten/Herdecke, „denn die Menschen sind nun einmal alle unterschiedlich.“ In ihrer Praxis suche sie daher bei jedem Patienten sozusagen nach reaktiven Arealen, auch wenn sie das selbst so nicht nennen würde.

„Die ursprüngliche chinesische Medizin hat ja viel mit Anfassen zu tun, man sucht nach Spannungen, Vertiefungen auf der Haut und spürt so, wo der rechte Punkt sitzt.“ Ein schematisches Vorgehen [...] liefere da notgedrungen widersprüchliche Ergebnisse.“¹⁶

Dazu auch der an den eingangs erwähnten Akupunkturstudien beteiligte Düsseldorf Orthopäde Albrecht Molsberger: „Die chinesischen Punktlandkarten zeigen, mit welchen Akupunkturstellen man gut zum Ziel kommt, man kann jedoch auch andere Wege gehen. Das Prinzip ist entscheidend.“¹⁷



Und wie ist das im Shiatsu?

Laut Peter Itin (Berater der Shiatsu Gesellschaft Schweiz) geht der Begriff „Shiatsu“ auf Tenkei Tamai zurück und wurde 1919 in Japan erstmals öffentlich verwendet. Tamai verband westliches Wissen mit traditionellen Behandlungsformen und bezog sich in seinen theoretischen Ausführungen auf die westliche Anatomie und Physiologie. Zudem soll Tamai betont haben, dass man, um mit den Händen heilen zu können, „spirituelle Kraft“ brauche.¹⁸

Auch Tokujiro Namikoshi, für viele der Begründer von Shiatsu, setzte die Reflexpunkte, auf die Druck ausgeübt wird, in Bezug zur westlichen Anatomie und Physiologie: zu den Funktionen von Gelenken, Haut, Muskeln, Knochen, Nervensystem, Blutkreislauf, Verdauungsapparat und Hormonsystem.¹⁹

Hingegen bezieht sich das Shiatsu des großen Revolutionärs Shizuto Masunaga nicht auf anatomische Gegebenheiten, sondern auf das energetische System. Masunaga verankerte Shiatsu somit in der fernöstlichen Philosophie und Tradition und verband diese mit westlichen Erkenntnissen und Techniken. Die Behandlung richtet sich auf Energieleitbahnen (Meridiane) in ihrem – von Masunaga erweiterten – Verlauf und nicht auf isolierte Reflex- oder Akupunkturpunkte.²⁰

„In Japan ist das westlich-medizinische Shiatsu von Namikoshi auch heute noch weitaus stärker verbreitet als das an der fernöstlichen Philosophie orientierte von Masunaga. Die Situation im Westen ist genau umgekehrt.“²¹

Neben dem traditionellen Meridiansystem und dem erweiterten System nach Masunaga gibt es seit dessen Tod 1981 eine unübersichtliche Vielfalt von diversen Entwicklungen und Konzepten: So arbeitet man z.B. im „Tao-Shiatsu“ von Ryokyu Endo mit „Supervessels, Ring- und Spiralmeridianen“ oder im „Shin So Meridian Shiatsu“ von Tetsuro Saito mit „tieferen Meridianen“. Andere, wie der international anerkannte Meister Akinobu Kishi, propagieren ein Arbeiten ohne vorgefasste Konzepte.²²

Darstellungen und Beschreibungen von Meridianverläufen

Das traditionelle Meridiansystem im Shiatsu entspricht dem Konstrukt für Akupunktur aus der Chinesischen Medizin (zwölf Hauptmeridiane und ein Konzeptions- und ein Lenkergesäß). Als Standardwerke im deutschsprachigen Raum bzgl. Darstellung und Beschreibung der Meridianverläufe gelten das Taschenbuch „Atlas Akupunktur“²³ sowie das von Wilfried Rappenecker (deutscher Arzt und Shiatsu-Lehrer) 1990 verfaßte „Yu Sen – Sprudelnder Quell – Shiatsu für Anfänger“.²⁴

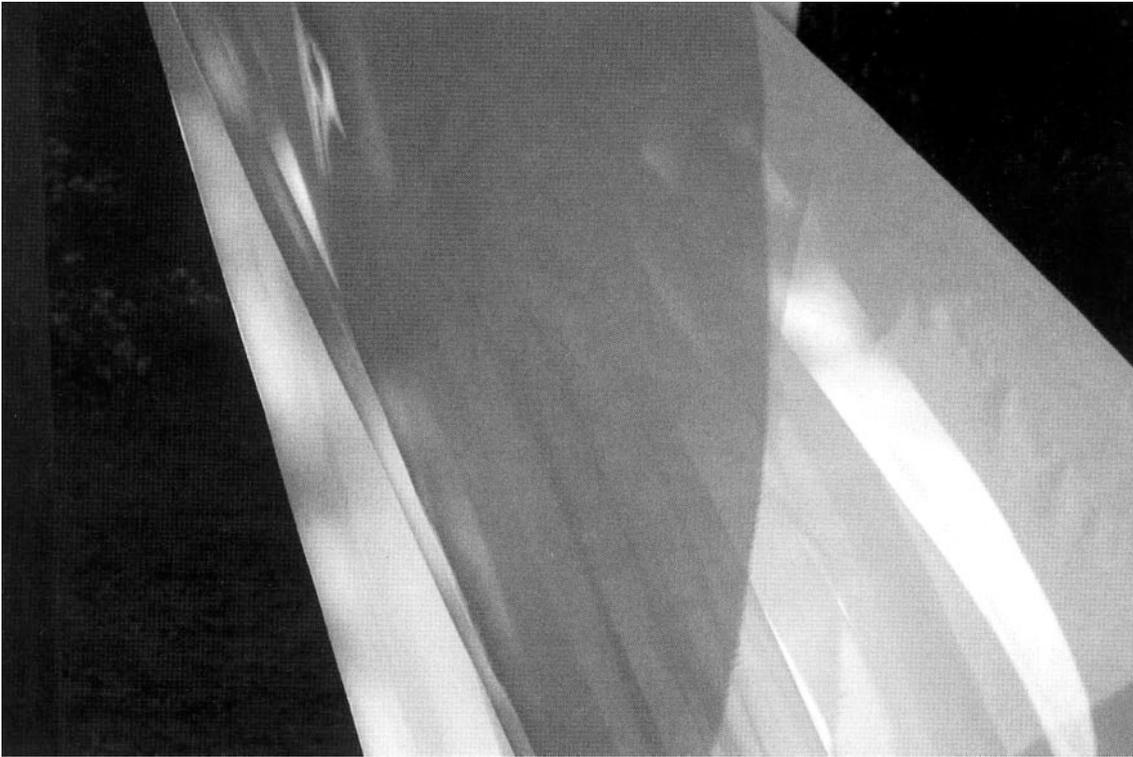
Während sich im traditionellen System die Hauptmeridiane in je sechs Arm- und Beinmeridiane aufteilen, finden sich im erweiterten Meridiansystem nach Masunaga alle Leitbahnen sowohl in Armen und Beinen. Einige Meridiane verändern bei dieser Gelegenheit auch ihren traditionellen Verlauf.

Masunaga lieferte 1970 gleich eine Meridiankarte dazu: Relativ dicke Striche bieten dem Shiatsu-Praktiker eine mehr

oder minder genaue Orientierung. Der abstrakte Charakter der Darstellung ist nicht zu übersehen. Hier geht es nicht um anatomische Exaktheit sondern um ein energetisches Konzept. Masunaga selbst hat sich zum Verlauf „seiner“ Meridiane nicht schriftlich geäußert. Es ist wohl anzunehmen, dass er sich deren veränderlicher Natur bewusst war und er eine schematische visuelle Darstellung bevorzugte, da jede exakte anatomische Beschreibung bzgl. der energetischen Natur zu einer Kontradiktion per se führen muss.

Dessen ungeachtet gibt es seit 2007 einen „Atlas Shiatsu – Die Meridiane des Zen-Shiatsu“.²⁵ Der Versuch von Meike Kockrick (Heilpraktikerin und Shiatsu-Lehrerin in Hamburg) und Wilfried Rappenecker (siehe oben) die Meridiane anatomisch genau zu beschreiben, ruft Erinnerungen wach, wie unter Mao in China die Akupunkturpunkte und Energiebahnen festgelegt wurden: Hier wird jetzt die Unschärfe der Meridiankarte Masunagas durch feine, anatomisch exakt beschriebene Linien ersetzt. Rappenecker konterkariert selbst den Hauptteil des Werks in seiner Einleitung mit der Betonung, dass es „keine festen Linien gäbe“ und er es „vorziehe, Meridiane als ‚schwingende‘ Räume anzusehen.“

Pauline Sasaki (langjährige Mitarbeiterin und Assistentin von Masunaga) bezieht sich in dem von ihr entwickelten „Quantum Shiatsu“ auf Erkenntnisse der Quantenphysik und postuliert, dass im Shiatsu sowohl auf der Teilchen- als auch auf der Wellenebene gearbeitet wird.²⁶ Ihr ehemaliger Schüler Cliff Andrews (Leiter des Shiatsu-Zentrums in Norwich/Groß-



britannien) spricht von sieben Stufen der energetischen Wahrnehmung.²⁷ Er beruft sich auf neueste wissenschaftliche Erkenntnisse und meint, dass Bindegewebe, Meridiane und Chakren über das biomagnetische Feld miteinander verbunden seien.²⁸

Der Naturheilpraktiker Peter von Blarer zeigte am Shiatsu Kongress im Kiental/Schweiz 2007 Infrarotaufnahmen, auf Grund deren er vermutet, Meridiane seien eine Art von Lichtleitern.²⁹ (Bei den Bildern handelt es sich um die umstrittenen biophotonischen Darstellungen von Popp.) (s. Shiatsu-Journal No. 50/2008 P.v. Blarer)

Die Verläufe der Meridiane sind nicht konstant

Tetsuro Saito behandelt, unterrichtet und forscht seit rund 30 Jahren in Toronto/Kanada und hat festgestellt, dass sich die Lage der Hauptmeridiane je nach energetischem Zustand verändern kann. Energie fließt demnach nicht in festen Bahnen, sondern bahnt sich in einem unregulierten Bett ihren Weg. Wie die TCM unterscheidet auch Saito drei verschiedene Grade von energetischem Ungleichgewicht. Laut Saito zeigen die klassischen Akupunkturtafeln die Meridiane im Grossen und Ganzen im ersten Grad des Energieungleichgewichts, während Masunagas Karte meistens einen grossen Teil des Meridianverlaufs im dritten Grad darstellt.³⁰

Die Lebensenergie Qi

„Das chinesische Schriftzeichen für Ki

beinhaltet sowohl den Wortstamm von ‚Dampf‘ als auch von ‚Reis‘. In seiner feineren Erscheinungsform bewegt sich das Ki genau wie Dampf nahezu unsichtbar. In seinen dichteren Aspekten fließt es langsamer oder nimmt Gestalt an, z.B. die von Reis.“³¹

Dazu Iven Tao: „In vielen alten Kulturen, beispielsweise Griechenland und Indien, hat es die Suche nach einer so genannten Lebensenergie gegeben. Zahllose Konzepte wurden entwickelt, um zu erklären, was es genau mit dieser Energie auf sich hat. [...] Trotzdem ist die – wenn auch gut gemeinte – Begriffserklärung von ‚Qi‘ als ‚Lebensenergie‘ wieder keine korrekte Übersetzung, sondern nur eine Anpassung an unsere moderne Zeit.

Vor 2000 Jahren gab es den Begriff ‚Energie‘ überhaupt nicht! Trotzdem ist diese Übersetzung nicht schlecht, denn so können sich viel mehr Menschen darunter etwas vorstellen. In der klassischen Literatur jedoch ist das Qi viel komplexer.

Der Begriff oszilliert dort zwischen einem feinenergetischen Etwas bis hin zu tast- und sichtbarer Materie.“ Und Tao weiter auf die Frage, ob „es also nur ein philosophischer Begriff sei?“. „Nein, das Gefühl des Durchströmterwirdens ist ja auf jeden Fall real. Zumindest kann es jeder, der Tai Chi macht oder meditiert, spüren. Irgendetwas fließt da in unseren Körpern – das können wir von mir aus gerne Qi nennen.“³²

Fazit

Ein zentrales Element im Shiatsu ist

das Konzept der Meridiane. Die Behandlung verläuft im Normalfall entlang dieser Leitbahnen, in denen sich die Lebensenergie Qi ausdrücken soll. Zwar gibt es andere Formen von Shiatsu, doch ist Meridian-Shiatsu („Masunaga-Shiatsu“, „Zen-Shiatsu“) die verbreitetste in der westlichen Praxis.

Die Frage nach dem „Wo?“ eines Punktes oder eines Meridianes wird ergänzt durch die Frage nach dem „Was?“. Bei der Beantwortung davon verknüpft man mit dem Objekt (Punkt, Meridian) bestimmte Merkmale, die durch die persönliche Sichtweise bzw. durch das individuelle Bewusstsein vorgegeben – also subjektiv – sind. Die Entscheidung für ein Modell determiniert somit das gesamte Konzept der Arbeits- und Wirkungsweise des jeweiligen Shiatsu.

Punkt- und Meridiansysteme sind Konzepte, um im Shiatsu einen Zugang zum Menschen (Patienten, Klienten) in seiner Gesamtheit aus Körper, Geist und Seele zu finden. Es sind Konstrukte, die sich zum Teil aus der Beschaffenheit des Menschen ableiten. Darüber hinaus dienen diese Systeme im Shiatsu-Alltag dem Shiatsu-Praktiker als topologische Krücken zur persönlichen Orientierung (bzw. Shiatsu-Schulen und -Lehrern als tragende Säule ihres didaktischen Konzepts). Nicht zuletzt beziehen sie ihren Wert durch Bedeutungserteilung im Shiatsu als Ritual.

Ob die Sichtweise von Meridianen als quanten-physikalische bzw. biomagnetische Phänomene oder als Lichtleiter zur

sinnvollen Entwicklung von Shiatsu beiträgt sei dahin gestellt. Jedenfalls wird dadurch eine Auffassung von Ganzheitlichkeit, wie sie charakteristisch für die New-Age-Bewegung im Westen ist, reflektiert; weit von dem Glauben mancher Shiatsu-Praktiker entfernt, dass diese japanisch, historisch oder von zeitloser Gültigkeit sei.³³

Für mich stellt der Mangel an wissenschaftlichen Nachweisen für die Existenz von Meridianen die Brauchbarkeit des Modells in der Praxis nicht in Frage. Meine Sichtweise ist nicht die eines Physikers. Um ehrlich zu sein: Sie ist weder natur- noch sonst irgendwie wissenschaftlich. Und ich komme in meinem Shiatsu sehr gut ohne Bezug zu Quanten-Physik oder zu biomagnetischen Feldern aus.

In Ludwig Wittgensteins berühmten Traktat heißt es: „Wir fühlen, daß selbst, wenn alle möglichen wissenschaftlichen Fragen beantwortet sind, unsere Lebensprobleme noch gar nicht berührt sind.“³⁴ Was aber sind unsere Lebensprobleme? Ich denke, dass diese mit der Spannung zwischen kognitivem und emotionalem Erleben zu tun haben, zwischen einem Innen und einem Außen, zwischen subjektiv und objektiv. Dianne Connelly (Expertin für fernöstliche Heilweisen in Laurel/USA) meint dazu: „Heimweh ist die Sehnsucht, in sich selber zu Hause zu sein. Alle Heilung ist Heimkehr [...] Alles Weh ist Heimweh.“³⁵

Dieses zu Hause ist unsere individuelle, subjektive Wirklichkeit. Es ist unsere persönliche Welt, wie wir sie über unsere Sinnesorgane erfahren und wahrnehmen. Dieses zu Hause ist keine objektive Wahrheit und hat nichts zu tun mit einem Funktionieren(-Müssen?) in einem dualistischen Lebenskonzept mit einem Richtig und Falsch. Es ist ein Heim frei von Dissoziationen.

Shiatsu ist für mich Begegnung und Begleitung auf diesem Weg nach Hause. Geht der Shiatsu-Praktiker selbst diesen Weg, so lernt er, seinen Sinneseindrücken mehr zu vertrauen als jeglichen Konzepten. Die Sehnsucht „in sich selber zu Hause zu sein“ erfüllt sich in der Transzendenz. Die Frage, ob es Punkte und Meridiane gibt, stellt sich dort nicht.

Epilog

Meister Akinobu Kishi: „All nature is active; in movement – and the movement of energy in a human is no more, no less than the shifting of clouds in the sky.“³⁶

Oskar Peter
Shiatsu-Praktiker in Wien
shiatsu@oskarpeter.at

1. „Die Landkarte ist nicht das Gebiet.“ (Deutsch: O.P.) – Hontschik, Bernd: Körper, Seele, Mensch. Versuch über die Kunst des Heilens. Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main 2006, S.135.
2. Gerac (German Acupuncture Trials), online unter www.gerac.de (31.7.2009)
3. Vgl. Schnabel, Ulrich: Hauen ums Stechen. In: Die Zeit 51/2008, Hamburg, online unter <http://www.zeit.de/2008/51/M-Akupunktur> (31.7.2009)
4. Vgl. ebd.
5. Witt, Claudia M.; Brinkhaus, Benno; Jena, Susanne; Selim, Dagmar; Straub, Christoph; Willich, Stefan N.: Wirksamkeit, Sicherheit und Wirtschaftlichkeit der Akupunktur. Ein Modellvorhaben mit der Techniker Krankenkasse. In: Deutsches Ärzteblatt 103/2006, Deutscher Ärzte-Verlag, Köln, S.196ff.
6. Vgl. Schnabel, Hauen ums Stechen.
7. Ebd.
8. Hackenbroch, Veronika: Sehnsucht nach Yin und Yang. In: Spiegel special 4/2006, Hamburg, S.128f.
9. Schnabel, Hauen ums Stechen.
10. „Diese Entdeckungen lassen vermuten, dass sich die Lage der von den Chinesen im Altertum empirisch bestimmten Akupunkturpunkte aus dem ertasten von eigenständigen Stellen oder Öffnungen ergab, an denen eine Nadel Zugang zu größeren Mengen an Bindegewebe finden kann [...] Wir bringen ein, dass Akupunkturpunkte in einem Netzwerk von Bindegewebe, das den ganzen Körper durchzieht, Schnittstellen entsprechen können – analog zu Autobahn-Knotenpunkten in einem Straßennetz von Haupt- und Nebenstraßen.“ (Deutsch: O.P.) – Langevin, Helene M. und Yandow, Jason A.: Relationship of Acupuncture Points and Meridians to Connective Tissue Planes.

- In: The Anatomical Record 269/6/2002, Maryland USA, S.264.
11. Vgl. Myers, Thomas W. (Autor), Kathmann, Wiebke (Übersetzer): Anatomy Trains. Myofasziale Meridiane. Urban & Fischer Verlag, München 2004, S.4f.
 12. Vgl. Melzack, R., Stilwell, D. M., Fox, E. J.: Trigger points and acupuncture points for pain. Correlations and implications. In: Pain 3/23/1977, Toronto Canada, online unter: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/69288> (31.7.2009).
 13. Siehe z.B.: Schlebusch, Klaus Peter, Maric-Öhler, Walburg und Popp, Fritz-Albert: Biophotonics in the Infrared Spectral Range Reveal Acupuncture Meridian Structure of the Body. In: The Journal of Alternative and Complementary Medicine 1/2005, New York USA, S.171.
 14. Schlebusch, Klaus Peter, Maric-Öhler, Walburg und Popp, Fritz-Albert: Biophotonik beweist erstmals Meridianstruktur (Leitbahnen-Struktur der Akupunktur) auf der Körperoberfläche. International Institute of Biophysics, Neuss, online unter: www.med.biophotonik.de/meridians.pdf (31.7.2009).
 15. Vgl. Litscher, Gerhard: Infrared thermography fails to visualize stimulation-induced meridian-like structures. In: BioMedical Engineering OnLine 15.6.2005, Medizinische Universität Graz A, online unter www.biomedical-engineering-online.com/content/4/1/38 (31.7.2009).
 16. Schnabel, Hauen ums Stechen.
 17. Müller-Lissner, Adelheid: Die Nadelprobe. In: Tagesspiegel 11.11.2008, Berlin.
 18. Vgl. Itin, Peter: Shiatsu als Therapie. Books on Demand GmbH, Norderstedt 2007, S.17.
 19. Vgl. ebd., S.19f.
 20. Vgl. ebd., S.23f.
 21. Ebd., S.27.
 22. Vgl. ebd., S.29.
 23. Hempfen, Carl Hermann (Autor) und Brugger, Ulrike (Illustrator): dtv-Atlas Akupunktur. Deutscher Taschenbuch Verlag, München 1995.
 24. Rappenecker, Wilfried: Yu Sen. Sprudelnder Quell. Shiatsu für Anfänger. Felicitas Hübner Verlag, Waldeck 1990.
 25. Rappenecker, Wilfried und Kockrick, Meike: Atlas Shiatsu. Die Meridiane des Zen-Shiatsu. Urban & Fischer Verlag, München 2007.
 26. Vgl. Itin, Shiatsu, S.30f.
 27. Andrews, Cliff (Autor): Die Entwicklung der sieben Stufen energetischer Wahrnehmung. In: Greinus, Holger (Herausgeber): Shiatsu Grundlagen 2. Kyo & Jitsu. Edition Vitalis, Aachen 2001, S.66ff.
 28. Vgl. Das biomagnetische Feld. Prioritäten in der Shiatsu-Behandlung. Online unter: Europäisches Shiatsu Institut, Schweiz, Fortbildung. www.shiatsu-institut.ch/fortbildungen.php?p1=Diplomiertenfortbildung&id=432 (31.7.2009).
 29. Vgl. Seemann, Frank: Was sind Meridiane. In: Shiatsu Journal 51/2007, GSD, Lindow, S.6.
 30. Vgl. Shinso Shiatsu Zürich. Online unter: www.zsi.ch/web/de/content/C7 (31.7.2009).
 31. Beresford-Cooke, Carola (Übersetzung: Köhler, Kristin Ting): Shiatsu. Grundlagen und Praxis. Urban & Fischer Verlag, München 2001, S.77.
 32. Kersebaum, Sabine: Akupunktur darf nicht zum Fließbandverfahren verkommen! Interview mit Iven Tao. In: Gehirn & Geist 7–8/2005, Spektrum der Wissenschaft Verlag, Heidelberg, S.39.
 33. Vgl. Adams, Glyn: Shiatsu in Britain and Japan. Personhood, holism and embodied aesthetics. In: Anthropology & Medicine 9/3/2002, Routledge, Oxon UK, S.245ff.
 34. Wittgenstein, Ludwig: Tractatus logico-philosophicus. Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main 1963, S.110f. (Erstmals als: Logisch-philosophische Abhandlung. In: Ostwald, Wilhelm [Herausgeber]: Annalen der Naturphilosophie 14/1921, Leipzig, S.185ff.)
 35. Connelly, Dianne (Übersetzung: Endrich, Bruno): Alles Weh ist Heimweh. Verlag Bruno Endrich, Heidelberg 1992. S.U4.
 36. „Die ganze Natur ist aktiv; in Bewegung – und die Bewegung der Energie in einem Menschen ist nicht mehr, nicht weniger, als das Ziehen der Wolken am Himmel.“ (Deutsch: O.P.) – Palmer, Bill: Watching Clouds Shift in the Sky. Akinobu Shinmei Kishi talks. In: Journal of Shiatsu & Oriental Body Therapy 3/1995, Bath UK, S.9f.

