



# Berliner Schule für Zen Shiatsu

## Art of Touching

### Mit Shiatsu in Krisen begleiten - Mike Mandl

**Beginn:** 12.09.2025

**Ende:** 14.09.2025

**Ort:** Wittelsbacherstr. 17, 10707 Berlin

**Leitung:** Mike Mandl

**Teilnehmergebühr:** 490,00 €, minus 10% Frühbucherrabatt, nutzbar bis zum 14.07.2025.



### Mit Shiatsu in Krisen begleiten (**Hinweis - es gab eine Terminänderung!**)

Shiatsu besitzt das Potenzial, die ganzheitlichste und effektivste Begleitmöglichkeit für Menschen in Krisensituationen zu sein. Dazu müssen wir verstehen, wie sich Krisen auf unser System auswirken, welche Dynamiken sich dabei manifestieren und wie wir diese bestmöglich adressieren können.

In diesem Kurs wirst Du die grundlegenden Phasen eines Krisenprozesses kennen lernen und wie man diese in die Sprache von Shiatsu übersetzen kann. Denn auch wenn eine Krise eine individuelle Angelegenheit, gibt es doch klare Muster und Strukturen, die sich entfalten. Mit diesen können wir hervorragend arbeiten. Als Orientierung hilft uns dabei das H.O.P.E. Konzept. Dieses basiert auf vier Säulen:

**H(elping)** - Hilfestellung, um von Verunsicherung, Ängsten, der Vergangenheit und limitierenden Verhaltensmustern loszulassen

**O(rganizing)** - Neuorganisation des gesamten Energiefeldes, um mit Veränderung und Herausforderung umgehen zu können

**P(rotecting)** - Bewahrung und Beschützen des Seelenkerns und dessen Werte

**E(merging)** - Das Entstehen von neuen Möglichkeiten und Richtungen

Einen besonderen Schwerpunkt wird dabei die praktische Arbeit mit den jeweils spezifischen Meridianen und Akupunkturpunkten sein. Dabei orientieren wir uns am Prinzip der Oppositionszeiten und den Dynamiken der Fünf Elemente.

### **Schwerpunkte:**

- Die Beziehung zwischen Nieren-Meridian und Dickdarm-Meridian im Krisenverlauf
- Die Bedeutung von Leber- und Gallenblasen-Meridian als Katalysatoren für den Veränderungsprozess
- Die Konsolidierung der Shao-Yin-Achse (Herz & Nieren) zur Stabilisierung des inneren Kerns
- Die Rollen von Lungen-Meridian und Baucharbeit
- Die wichtigsten Akupunkturpunkte inklusive umfassender Erklärung
- Spezifische Symptome während eines Krisenerlebnisse

Kurszeiten: Freitag 14 bis 18.30 Uhr, Samstag je 10 - 18 Uhr, Sonntag 9 bis 17 Uhr

### Veranstaltungsort:

Wittelsbacherstr. 17, 10707 Berlin

Die Mittagspause beträgt Sa., So. ca. 1,5 Stunden, so dass Zeit genug ist, um in der näheren Umgebung Essen zu gehen.

- Mike Mandl: Meridiane - Landkarte der Seele
- Mike Mandl: Die Fünf Elemente
- Mike Mandl: Ich Yin - Du Yang
- Mike Mandl: Unser Körper - Ausdruck, Haltung und Körpersprache
- Mike Mandl: Die Leber und die Laus.: Was unsere Organe zu sagen haben
- Mike Mandl: Du bist, was du isst: Karma a la Carte. Die Ernährungsformel der TCM für deinen Typ



### **Mike Mandl**

ist professioneller Shiatsu Praktiker, Autor und Vortragender.

Seine Schwerpunktthemen sind Burn Out und Beschwerden des Bewegungsapparates.