



Berliner Schule für Zen Shiatsu

Art of Touching

Stress, Burnout & Depression

Beginn: 10.10.2020

Ende: 10.10.2020

Leitung: Ohashi

Teilnehmergebühr: 295,00 €

Hinweise - alle Seminare mit Ohashi in Berlin sind wegen der Einreisequarantäne abgesagt!

Überblick über die Seminare mit Ohashi

09.10.20	Muskel-Meridian-Sedierung	295,- €
10.10.20	Stress, Burnout & Depression	295,- €
11.10.20	Strukturelle Probleme	295,- €
9.-11.10.20	Ohashi's Master Classes Alle drei Seminare als Paket <u>hier buchen</u>	595,- €

Stress, Burnout & Depression (*english version below*)

Schauen wir zurück auf die letzten zwei bis drei Jahrhunderte und vergleichen unsere Jetzt-Zeit damit, dann könnte das 21. Jahrhundert als „Individualisiertes Jahrhundert“ bezeichnet werden. Aufgrund der Entwicklungen in Technologie und Wissenschaft, insbesondere der Computertechnologie, dem Internet und der künstlichen Intelligenz, wurde unser soziales Leben mehr und mehr individualisiert. Diese Individualisierung hat unsere hoch sozialisierte Gesellschaft mehr und mehr in eine isoliertere Gesellschaft verwandelt. Leider konnten wir uns als menschliche Wesen – uns nicht schnell genug anpassen, um mit dieser neuen Entwicklung zu Recht zu kommen. Es gibt eine immer größere Kluft zwischen unseren sozialen Bedürfnissen und den starken Isolationseffekten der schnell fortschreitenden technologischen Entwicklung. Tiefgreifende Auswirkungen auf unser tägliches Leben haben die sozialpsychologischen Probleme unseres individualisierten Jahrhunderts: Depression, Stress, Burnout und Wut.

Ohashi geht davon aus, dass unser Leben die Manifestation physischer und psychischer Energie ist. Trotz vieler Fortschritte in der westlichen Medizin berücksichtigen die meisten westlichen Psychologen den physischen Körper bei der Analyse psychologischer Zustände nicht. Doch unsere Körper geben uns Dutzende von Hinweisen, die unsere psychische Verfassung offenbaren können, einschließlich vergangener Traumata.

In diesem Kurs erklärt Ohashi, wie Gesundheit und Wohlergehen aus der Perspektive der östlichen Medizin und ihrer Philosophie verstanden und beurteilt werden kann. Ohashi konzentriert sich dabei auf die Meridianpunkte. Er wird demonstrieren, wie man KlientInnen anhand ihrer körperlichen Bewegung, ihres Verhaltens und ihrer Sprache einschätzen und eine Diagnose erstellen kann.

Er wird die jeweils betroffenen Meridiane benennen und zeigen, welche Tsubos (Akupressurpunkte) bei der Behandlung genutzt werden können. Ohashi wird zeigen, wie OHASHI Method®-Techniken für diese spezifischen Probleme von Burnout, Überlastung, Wut und Depression angewendet werden können. Die SchülerInnen üben aneinander, um die Techniken von Ohashis Methode zu erlernen. Zum Schluss wird Ohashi an einem Probanden eine praktische Behandlung demonstrieren. In diesem Kurs können Sie das nötige Selbstvertrauen erwerben, um an Ihren KlientInnen, die Unterstützung suchen, ganz praktische OHASHI Method®-Techniken anzuwenden.

In den letzten 50 Jahren lernte Ohashi von seinen KlientInnen in New York und beobachtete sie eingehend. Viele von ihnen waren einflussreich und weltberühmt. Er entwickelte seine OHASHI-Methode® unter Einbeziehung der östlichen Philosophie, der östlichen Medizin, der Zen-Philosophie, der Meridian-Theorie sowie der menschlichen Psychophysiologie und des menschlichen Verhaltens. Dieser Kurs ist für professionelle TherapeutInnen wie PsychotherapeutInnen, HeilpraktikerInnen, PhysiotherapeutInnen, Shiatsu- und KörpertherapeutInnen von Vorteil.

Dieser Kurs richtet sich auch an Familienangehörige und Freunde von Menschen, die an Depressionen, Stress und Frustrationen leiden.

Bitte tragen Sie wegen der praktischen Übungen bequeme Kleidung. Sie benötigen keine Vorkenntnisse.

Kursgebühr:

295,- Euro

Bitte beachtet unbedingt die Hinweise zu der Seminarrücktrittsversicherung.

- Bei einem Rücktritt bis einschließlich zum 31.8.20 werden 50,- € Stornogebühren fällig
- Bei einem Rücktritt ab dem 1.9.20 werden 100% der Kursgebühren fällig

Kurszeiten:

Samstag, 10.10.20 10 - 17 Uhr

Veranstaltungsort:

Berlin - Der genau Seminarort wird spätestens 1.7.20 bekannt gegeben

Weitere Hinweise:

- Zu dieser Veranstaltung bitte ein kleines Tuch sowie bequeme, weiße Kleidung mitbringen
- Die Mittagspause beträgt ca. 1 - 1,5 Stunden, so dass Zeit ist, um in der näheren Umgebung Essen zu gehen
- Wer für ShiatsukollegInnen aus dem Kurs einen Schlafplatz anbieten möchte, bitte an unserer Büro wenden: post@zen-shiatsu-schule.de
- Der Kurs findet in Englisch mit deutscher Übersetzung statt

Ohashi - Zur Person:

Im Japanischen bedeutet der Name "Ohashi" "große Brücke", das perfekte Symbol für jemanden, der sein Leben damit verbracht hat, östliche Heilweisen in den Westen zu bringen. Als Begründer von Ohashiatsu®, einer speziellen Methode der Berührung, abgeleitet von der traditionellen Shiatsu-, Übungs- und Zen-Philosophie, und als Gründer des Ohashi-Instituts, einer gemeinnützigen Bildungseinrichtung, die sich dem Lehren seiner Methoden widmet, überbrückt Ohashi weiterhin die kulturelle Kluft zwischen Ost und West und zwischen Vergangenheit und Gegenwart, indem wir die Relevanz traditioneller Heiltherapien für die heutige Gesellschaft demonstrieren.

Ohashis Erfahrung mit der traditionellen orientalischen Heilung begann in seiner Kindheit. Er wurde 1944 in der Nähe von Hiroshima in Japan geboren und hatte eine schwache Verfassung, die ihn anfällig für Krankheiten machte. Als kleines Kind wurde seine Stärke wiederhergestellt und seither durch die Heilmethoden, die für seine Lehren von zentraler Bedeutung sind, aufrechterhalten. In der Überzeugung, dass der östliche Gesundheitsgedanke den Männern und Frauen des 21. Jahrhunderts zugute kommen kann, hat er sich der Lehre und Praxis dieser Philosophie verschrieben.

Ohashi kam 1970 nach Abschluss der Chuo Universität in die Vereinigten Staaten und studierte mit verschiedenen Lehrern östlicher Heiltheorie und Therapien. In Washington, D. C., wurde er der erste Shiatsu-Therapeut im Watergate Health Club, wo einige der Führer der Nation seine Klienten wurden, aber sein Interesse an der Ausbildung motivierte ihn, mit dem Unterricht zu beginnen. Nachdem er eingeladen worden war, in New York City zu unterrichten, entschied er, dass es ihm mehr Möglichkeiten bot, eine Karriere als praktizierender östlicher Heilkünstler zu machen.

1974 gründete er das Ohashi Institute, eine gemeinnützige Bildungseinrichtung mit vielen internationalen Partnern. Er lehrte und lehrte am Omega Institute, am Esalen Institute und an zahlreichen Colleges, medizinischen und chiropraktischen Schulen, Retreatzentren und ästhetischen Konferenzen in den USA, Europa und Lateinamerika, für L'Oreal Paris und für das Internationale Dermal Institut. Als Meisterlehrer, der Humor und Freude in seinen Unterricht bringt, bereichert Ohashi das Leben aller, denen er begegnet, mit seiner positiven Sicht auf die menschliche Existenz.

Er hat auch eine erfolgreiche Praxis über die Jahre hinweg aufgebaut und so namhafte Kunden wie Liza Minelli, Martha Graham, George Balanchine, Michael York, Stan Getz, Ralph Lauren, Muhammad Ali, Ani DiFranco, Dr. Robert Thurman und Dr. Henry Kissinger angezogen. Ohashi sagt, er lernt von seinen Kunden und seinen Schülern und fühlt sich geehrt, sie alle zu kennen.

Er ist Autor von sechs Büchern, die in acht Sprachen übersetzt wurden, und zehn Videos über seine Technik, die auf einer Matte auf dem Boden und auf einem Massagetisch oder -stuhl ausgeführt werden, wie sie von Spa-Profis verwendet werden. Ohashi wurde in vielen prominenten Kultur- und Fachzeitschriften vorgestellt, darunter die New York Times, die Daily News, Mademoiselle, das New York Magazin, Yoga Journal, Forma Italien, Olis Italien, Asahi Shinbun Japan, Yomiuri Amerika, New York Japion, New York Shyukan Seikatsu, Self, Hoje Em Dia Brasilien, Forum Deutschland, Top Salute Italien, Harper's Bazaar, Vogue, Cosmopolitan, Esquire, Yediot Achronot Israel, Massage und Dermascope. Er wurde mit einem Cultural Bridge Award ausgezeichnet, in Anerkennung seiner Rolle bei der Popularisierung der japanischen Therapie von Shiatsu in den USA und Europa im Jahr 2007.

Ohashis Buch "Körperdeutung" ist als ebook auf dem deutschen Markt erhältlich.

English version:

Ohashi believes our lives are the manifestation of physical and psychological energy. Despite many advances in the technology of Western medicine, most Western psychologists do not consider the physical body when analyzing psychological states. Yet our physical bodies present us with dozens of clues that can reveal our state of mind, including past trauma.

In this class, Ohashi is going to explain how you can understand and evaluate human health and well being from the perspective of Oriental Medicine and its philosophy, while focusing on the meridian points. Ohashi will demonstrate how to evaluate and diagnose clients from their physical body movement, behavior, and speech.

He will identify the meridians and demonstrate which tsubos (acupressure points) to use in treatment, as well as appropriate vocabulary. Ohashi will demonstrate how to give OHASHI Method® techniques for the specific problems of burnout, overstress, anger, and depression. Students will practice on each other to master the techniques of Ohashi's bodywork method. Finally, Ohashi will demonstrate how to give a sample hands-on treatment. In this class, you will study and gain the confidence to give hands-on OHASHI Method® techniques to your clients who are seeking your help.

The following books will be helpful in your class preparations: Beyond Shiatsu, Ohashi's Bodywork Book, Do It Yourself Shiatsu, Reading the Body: Ohashi's Oriental Diagnosis, and Zen Shiatsu.

Over the last 50 years, Ohashi learned from and carefully observed his clients in New York, many of them influential and world famous clients. He developed his OHASHI Method® using Eastern philosophy, Oriental Medicine, Zen philosophy, meridian theory, and human psychophysiology and behavior. This class will be beneficial for professional therapists, such as psychotherapists, heilpraktikers, physical therapists, shiatsu and bodywork therapists. This class is also intended for the family and friend caregivers of people suffering from depression, stress, frustration.

Please wear comfortable clothing