



# Mit sanftem Druck

## Ein Besuch bei der Shiatsu-Therapeutin: Massage gegen Kummer und Stress

**S**o hatte ich sie mir gewünscht, meine Shiatsu-Therapeutin. Mit einem strahlenden Lächeln empfängt mich Christiane Lohmann, eine zierliche Frau mit jungem Gesicht. In dem holzgedielten Raum liegt eine weiße, quadratische Matte, an der Wand blühen Rosen auf einem Bild. „Jetzt gibt's erst mal Tee“, sagt Lohmann. Aus Bechern schlürfen wir Ingwer-Tee und reden über meine Beschwerden. Von Stress erzähle ich, von häufigem Frieren, Schlaflosigkeit und trockener Haut.

Meist führt Lohmann auch noch eine Diagnose durch, indem sie den Bauch abtastet. Nach fernöstlicher Auffassung zirkuliert im Körper ein Energiestrom, der frei fließen sollte. Viele Faktoren, wie etwa Stress, Kummer oder ungesunde Ernährung können ihn blockieren. Wörtlich übersetzt



Foto: Rober

**Damit die Energie wieder frei fließen kann: Shiatsu-Therapeutin Christiane Lohmann (43) kreist den Arm ihrer Patientin.**

heißt Shiatsu „Fingerdruck“, umfasst aber weit mehr. Ich liege auf der Matte, habe leichte Klamotten an – und weil mir etwas kalt ist, deckt mich die Therapeutin auch noch zu.

Und so massiert sie Rücken, Schultern, Arme, Beine, sogar Finger und Zehen. Biegt an mir herum, kreist meinen Arm, alles tut wohl, nie weh. Dann hält sie inne, scheint nur ihre Hand aufzulegen – tatsächlich wird mir an dieser Stelle ganz warm.

Shiatsu basiert insbesondere auf dem aus der traditionellen

chinesischen Medizin stammenden Meridiansystem. Lohmann massiert entlang der Meridiane, die mit den Organen zusammenhängen. Seit acht Jahren macht die 43-Jährige das hauptberuflich, seit 2005 ist sie auch Heilpraktikerin.

Nach der Massage höre ich mir die Bilanz an. Im Rücken werde meine Energie festgehalten, er seit „kalt“. Dafür sei in den Beinen zu viel Energie. Mein Fluss ist gestört, doch das

hat Christiane Lohmann für heute in Ordnung gebracht. Fröstelnd und gestresst hatte ich die Praxis betreten, komplett durchgewärmt und fröhlich verlasse ich sie jetzt.

**WIEBKE TOEBELMANN**

Shiatsu-Therapeutin Christiane Lohmann, Ohlsdorfer Straße 73 c (Winterhude), Tel. 40 16 85 72, 60- bis 80-minütige Massage 60 Euro (Kinder: 35 Euro).

Mehr zum Thema unter: [www.shiatsuhamburg.com](http://www.shiatsuhamburg.com)



### VERLOSUNG

Die **MOPO** und **Christiane Lohmann** verlosen eine Shiatsu-Massage plus eine individuelle Ernährungsberatung.

Teilnahme unter Tel. (0137) 906 02 46 und das Stichwort „Shiatsu“ nennen (0,50 Euro/Anruf aus dem Festnetz). Oder per SMS den Text „MOPO SHIATSU VORNAME NAME STRASSE NR PLZ ORT“ an die Nummer 844 66 schicken (0,59 Euro/SMS; 0,12 Euro VFD2-Trsp.). Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahmechluss: heute, 24 Uhr.