

ゆらし

YURASHI

ゆらし

1

YURASHI



Newsletter No. 31 (Februar 2026)



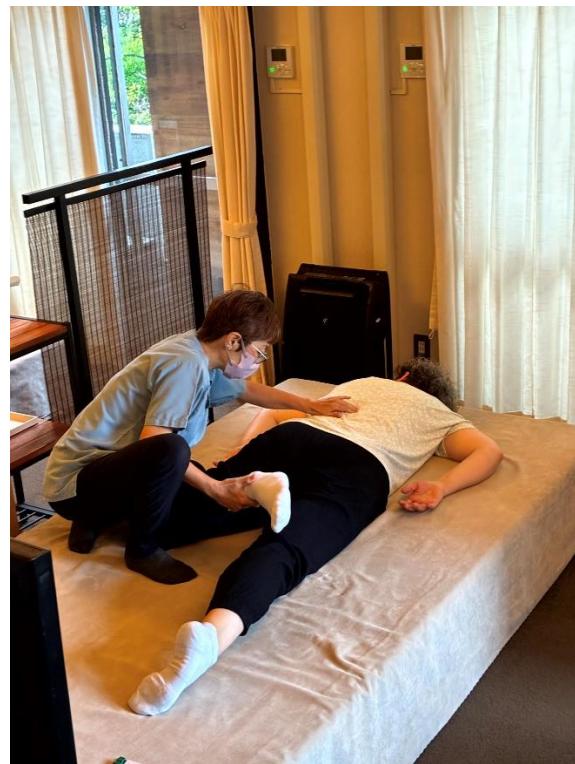
**Wertvolle
Begegnungen in
Tokyo:**

**Zu Besuch im
Yurashi Lab Shinagawa**

(Silke Klönne)

Im Oktober letzten Jahres haben mein Mann und ich uns einen Traum erfüllt und Japan bereist. Meine Reise nach Japan führte mich dabei an einen ganz besonderen Ort der Ruhe inmitten des quirligen Tokyo: das Yurashi Lab Shinagawa Takanawa.

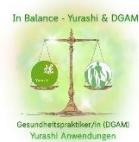
Dort traf ich auf Chie Oyama, eine sehr sympathische, japanische Therapeutin, die mich mit der traditionellen „Therapie der sanften Berührung“ behandelte. Die Therapeuten in der Praxis nutzen dabei in der Regel keine Liege, sondern eine ca. 30 cm hohe Behandlungsmatte und haben dabei einen ganz anderen Körpereinsatz, als das was ich bisher kannte.



Das Besondere an diesem Besuch war nicht nur die professionelle Behandlung, sondern der tolle Im Oktober letzten Jahres haben mein Mann und ich uns einen Traum erfüllt und Japan bereist. Meine fachliche und menschliche Austausch. In einer Atmosphäre von gegenseitigem Respekt durfte ich Chie Oyama im Gegenzug ebenfalls behandeln. Obwohl uns die Sprache trennte, konnten wir dank Google Übersetzer und mit Händen und Füßen viele Barrieren überwinden und uns intensiv über unsere Techniken und Erfahrungen austauschen. Es war sehr bereichernd und ich bin Chie sehr dankbar für diese Eindrücke!

Herzlichen Dank ...

- a) an die Kollegin **Chie Oyama** in Tokyo für ihr großzügiges Willkommen, - und
- b) an die Yurashi-Therapeutin und Heilpraktikerin, AK-Mitglied **Silke Klönne** für die Schilderung ihrer Eindrücke und Erkenntnisse während ihrer Japan-Reise und für die tollen Fotos.



UND WEITER GEHT ES MIT

Yurashi Newsletter No. 31 - Februar 2026 (verantwortl. i.S.d.P.: R. F. Spieß)
 Yurashi-Akademie, Königsberger Straße 47, D-42277 Wuppertal, Tel.: 0202 - 76 98 0 98
 Website: www.shinjinko.de / E-Mail: shinjinko@gmx.de

Das Berufsbild des Gesundheitspraktikers und seine Bedeutung für Yurashi

Corinne Adolph

Yurashi ist eine sanfte, achtsame Methode, die auf Entspannung, Wahrnehmung und Selbstregulation ausgerichtet ist. Um diese Qualitäten professionell, verantwortungsvoll und klar im Gesundheitsbereich anzubieten, ist ein passender beruflicher Rahmen von großer Bedeutung. Hier bietet das Berufsbild des Gesundheitspraktikers nach der Deutschen Gesellschaft für Alternative Medizin (DGAM) eine wertvolle Orientierung.

Was ist ein Gesundheitspraktiker?

Gesundheitspraktikerinnen und Gesundheitspraktiker arbeiten im freien, nichtmedizinischen Gesundheitsbereich. Sie begleiten Menschen in Fragen von Wohlbefinden, Entspannung, Balance und persönlicher Entwicklung. Im Mittelpunkt steht dabei nicht die Behandlung von Krankheiten, sondern die Förderung von Gesundheit im Sinne der Salutogenese – also der Entstehung und Stärkung von Gesundheit.

Gesundheitspraktiker stellen keine Diagnosen und führen keine Heilbehandlungen durch. Vielmehr verstehen sie sich als Begleiterinnen und Begleiter, die Menschen dabei unterstützen, ihre Körperwahrnehmung, Selbstregulation und Gesundheitskompetenz zu stärken.

Haltung und Werte

Das Berufsbild des Gesundheitspraktikers ist geprägt von einer klaren inneren Haltung. Dazu gehören Achtsamkeit, Ressourcenorientierung, respektvolle Berührung, wertfreie Kommunikation und die Achtung persönlicher Grenzen. Im Zentrum steht die Überzeugung, dass Gesundheit gefördert werden kann, indem Aufmerksamkeit auf das gerichtet wird, was stärkt, entspannt und ins Gleichgewicht bringt.

Ein zentraler Leitgedanke lautet: „Wir richten Aufmerksamkeit auf das, was wachsen darf – nicht auf das, was bekämpft werden soll.“

Die Bedeutung für Yurashi

Yurashi passt in besonderer Weise zum Berufsbild des Gesundheitspraktikers. Die Methode arbeitet sanft, nicht invasiv und ohne manipulative Techniken. Sie unterstützt den Körper darin, in einen Zustand von Entspannung und Selbstregulation zu finden.

Durch den Rahmen des Gesundheitspraktikers erhält Yurashi eine klare berufliche Einordnung. Dies schafft Sicherheit für Anwenderinnen und Anwender ebenso wie für Klientinnen und Klienten. Die Verbindung von achtsamer Berührung, bewusster Sprache und einer salutogenen Haltung macht Yurashi zu einer idealen Methode innerhalb der Gesundheitspraxis.

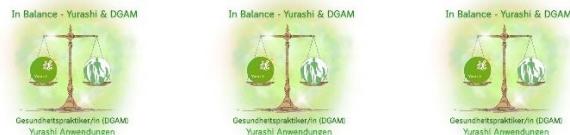
Ein professionelles Fundament

Die Zertifizierung als Gesundheitspraktiker nach DGAM vermittelt nicht nur fachliche Grundlagen, sondern auch rechtliche Orientierung, ethische Leitlinien und kommunikative Kompetenz. Für Yurashi-Anwenderinnen und -Anwender bedeutet dies ein stabiles professionelles Fundament, auf dem die Methode verantwortungsvoll, transparent und authentisch angewendet werden kann.

Das Berufsbild des Gesundheitspraktikers gibt Yurashi damit nicht nur einen rechtlichen und fachlichen Rahmen, sondern auch eine klare Identität im Feld der Gesundheitsförderung.

Corinne Adolph engagiert sich im Leitungsteam des Regionalverbands Berlin / Brandenburg der Deutschen Gesellschaft für alternative Medizin. Und sie ist Mitglied im Vorstand des Arbeitskreises Yurashi e.V..

Sie ist für Absolventen des Therapeuten- oder des Anwender-Kurses mit HP Misao Morota als Dozentin zuständig für die weiterführende Ausbildung Gesundheitspraktiker^{DGAM} Yurashi. Über <https://www.corinneadolph.de/> steht Corinne gerne allen Interessenten mit Rat und Tat zur Verfügung.



Viele Leser des Newsletters sind Yurashi-Anwender und -Therapeuten. Das bringt es zwangsläufig mit sich, dass wir immer wieder in die Lage geraten, Fragen zu beantworten:

Yurashi – was ist das eigentlich? Wo kommt es her? Wie ist es entstanden? Wie wirkt Yurashi? Was unterscheidet Yurashi von anderen Körpertherapien?

Da ist meist nur eine kurze, prägnante Antwort gefragt, denn oft fehlt die Zeit für eine lange Schilderung der eigenen Erfahrungen.

Hier zwei Anregungen von **Misao Morota** und **Koji Matsunaga**: Folien aus Präsentationen, die 2014 und 2024 gegeben wurden. Sehr, sehr unterschiedlich! Aber genau darum vielleicht eine gute Anregung für kompetente Antworten auf präzise Fragen von Yurashi-Interessierten ...



Eine alte Methode neu entdecken

- Die Mutter hat ihre Hände auf den Bauch gelegt und die Bauchschmerzen sind weniger geworden.
- Der Kopfschmerz ist weggegangen, als jemand den Kopf sanft gestreichelt hat.

Alte traditionelle Methoden liebvoller Pflege und schlüssige physiologischen Erklärungen haben sich getroffen, ...und so ist Yurashi entstanden.



Koji Matsunga

- Koji Matsunaga hat drei Jahre lang unter Kopfschmerzen gelitten. Die Ärzte konnten ihm nicht helfen.
- Begegnung mit der Vorform von Yurashi-Therapie hat ihn von seinen Leiden befreit.
- Er hat in seiner Praxis monatlich 250 bis 300 Patienten erfolgreich behandelt. Durch Beobachtung, Analyse und Experimente strukturierte er seine Therapie neu und so entstand die heutige Yurashi Therapie.





Anormale muskuläre Verspannungen lösen

- Das Gehirn darf nicht durch die Berührungen oder die Behandlungen in einen Selbstabwehrmechanismus hineinrutschen.
- Wir arbeiten mit dem autonomen Nervensystem und versuchen anormale muskuläre Verspannungen zu lösen.
- Weil wir mit Reflexen arbeiten, können wir auch die Muskeln ansprechen, die vom unwillkürlichen Nervensystem innerviert sind.



Was passiert, wenn muskuläre Verspannungen gelöst werden?

- Oft verschwinden die Schmerzen.
- Die Leistung wird besser, - z. B. beim Sportler.
- Wir können Beschwerden der inneren Organe behandeln oder auch seelische Probleme ansprechen.



Besonderheit der Therapie

- Yurashi wirkt schnell.
- Yurashi ist eine sichere Methode.
- Jeder kann mit Yurashi arbeiten.



Was Yurashi noch mitbringt

- Mit Yurashi können Sie Menschen von 0 bis 100 Jahre alt sicher behandeln.
- Schmerzen und Beschwerden können auf der Stelle lindernd verändert werden.
- Die körperlichen und seelischen Belastungen für die Therapeuten sind gering.



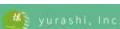
Anormale muskulären Verspannungen können Krankheiten hervorrufen

- Anormale muskulären Verspannungen können Erkrankungen, Schmerzen und Lähmungen hervorrufen. Unsere neuartige Denkweise und deren logische Erklärung haben viele Ärzte überzeugt. Sie können das auch erfahren. Machen Sie mit!
- Information über die Ausbildung:
Heilpraktikerschule Düsseldorf
www.heilpraktikerschule-duesseldorf.de

Unschwer zu erkennen: Das stammt aus der Präsentation von Misao auf einem Heilpraktikertag in Neuss vor mehr als einem Jahrzehnt. Die Heilpraktikerschule Düsseldorf gibt es nicht mehr.

Alle Ausbildungen werden seit 2025 betreut, koordiniert und verantwortet von der Yurashi-Akademie in Wuppertal, die eingebettet ist in eine Praxis für Naturheilkunde und Psychotherapie:
shinjinko.de/yurashiakademie.html
Und nun Koji in Bad Kissingen 2024:

Über uns



Wir bieten eine sichere und sanfte Behandlung an. Wir haben in Japan über Jahre eine Zusammenarbeit mit der universitären Medizin und Ärzten aufgebaut.



Merkmale und Stärken



- Langsam einen Druck aufbauen
- Langsam bewegen
- Langsam einen Zug geben

Yurashi ist eine sichere Methode. Patienten fühlen sich gut aufgehoben. Ärzte haben die Möglichkeit, Yurashi mit gutem Gewissen anzuwenden. Durch elastographische Untersuchungen wurde festgestellt, dass der entspannende Effekt von Yurashi sehr hoch ist.

Philosophy of YURASHI



6

Was man von Yurashi lernen kann

- Empathie: harmonisches Miteinander von Patient und Therapeut
- Ausgeglichene und sanfte Handlungen
- Großmut und Demut: alle unterschiedlichen Persönlichkeiten zu akzeptieren



Methode der Berührung und Bewegung



Wichtig:

- Der Druck wird langsam gegeben. Kein Widerstand des Patientenkörpers darf spürbar sein.
- Geschwindigkeit: wie man eine Wiege schaukelt
- Eine Stelle berühren, drei Bewegungen

yurashi, Inc.

Seitliche Dehnung



Wichtig:

- Auf den Muskelfaserverlauf achten
- Beim Ausatmen dehnen, beim Einatmen zurück zur Ursprungposition
- Die Finger dürfen nicht wegrutschen

yurashi, Inc.

Zug-Methode



Wichtig:

- Mit der Hand am Fußrücken wird der Zug geben
- Durch die Verlagerung des Schwerpunktes wird der Zug aufgebaut
- Die Stärke des Zuges bleibt konstant

yurashi, Inc.

Neun Grundregeln, die die drei Grundtechniken von Yurashi begleiten:
Auch nach Jahren der Anwendung tut es immer wieder gut sich zu prüfen, ob ich diese Handlungsleitlinien so verinnerlicht habe, dass sie quasi aus dem Unbewussten heraus mein Handeln steuern.

--*

Bitte unbedingt in den Terminkalender eintragen:

Di. 7. April 2026: AK Yurashi e.V. – außerordentliche MV (Hybrid & Safe)
Fr. 8. Mai 2026: AK Yurashi e.V. – ordentliche Mitgliederversammlung 2026

Beginn jeweils 18.30 Uhr.

Die Termine finden statt in der CVJM-Bildungsstätte in Wuppertal.

Du suchst ein schickes Outfit für Praxis und Freizeit oder ein originelles Geschenk?
Hier wirst Du geholfen:

7

<https://yurashi.myspreadshop.de>

Die Mitglieder im Arbeitskreis Yurashi e.V. wissen bereits, was sich hinter dieser Adresse verbirgt. Einer der ersten Beschlüsse des neuen Vorstands war, ein „Projekt Merchandise“ – so haben wir das genannt – anzugehen, um den Namen „Yurashi“ und unser Logo noch weiter bekannt zu machen. In zwölf Jahren haben wir es geschafft, in allen Suchmaschinen in Deutschland im Internet vom „Status quasi NULL“ wegzukommen und nun auf einer Vielzahl von angezeigten Seiten präsent zu sein.

Das ist auf jeden Fall gut für alle von uns, die wir in unserer täglichen Praxis den Menschen Yurashi anbieten. Und noch mehr davon, das ist auf jeden Fall noch besser.

Also:

17.-24.02.2026, 12.-19.04.2026, 13.-20.05.2026, 08.-15.10.2026, 07.-13.12.2026
bitte in den Kalender eintragen.
In diesen Zeitfenstern ist unser Shop online !

..*

Q & A :

*Aus einer Mail - Anfang Januar 2026 - einer zukünftigen Teilnehmerin, zu den **Inhalten des Therapeuten-Kurses**:*

An: shinjinko@gmx.de

Betreff: AW: Anmeldung zum Therapeuten-Kurs

Lieber Reinhart,

(...)

Dass du bis jetzt Schmerzmittel genommen hast, wusste ich nicht, das ist ja heftig. Du schienst mir im November eigentlich schon auf einem guten Weg der Besserung zu sein. Ich denke, hier hilft nur eine starke Motivation, um die Übungen regelmäßig durchzuhalten. Ich drück dir jedenfalls die Daumen...

Um nochmal auf den Therapeutenkurs zurückzukommen: Werden da Behandlungen/Griffe bei bestimmten Krankheitsbildern bzw. spezifischen Beschwerden besprochen/gezeigt ? Falls ja, kannst du mir da ein paar Stichworte geben ?

Ich danke dir und wünsche dir eine gute Zeit,

H.

Das war mir eine Gelegenheit zu einer ausführlichen und grundsätzlichen Antwort:

Liebe H., (...)

Zum Inhalt des Therapeuten-Kurses:

Im "Anwender" hast Du die drei Grundprinzipien der muskulären Entspannung kennengelernt und eingeübt: Berühren und Bewegen, Seitliche Dehnung, Zug-Nenten-Rotation. Dies an

"großen" Körperteilen und über den ganzen Körper verteilt. Ausgewählte "Griffe" zu einer Standard-Reihenfolge zusammengestellt, mit der wir schon etwa 80% der Beschwerdebilder "erwischen".

Diese drei Grundprinzipien können jedoch auch Anwendung finden im Handeln des Therapeuten an unendlich vielen anderen Stellen am Körper! Voraussetzung dafür ist, dass er die Grundprinzipien verinnerlicht und eine innere "Yurashi-Haltung" dem Patienten und sich selbst gegenüber entwickelt hat, weil diese ihm in Fleisch und Blut übergegangen ist. So dass seine Hände "gar nicht mehr anders können".

Deshalb mag ich das Wort "Griff", so, wie es in anderen manuellen Therapien verwendet wird, überhaupt nicht.

Es geht also über weite Strecken a) um Bewegungseinschränkungen und Schmerzen, die bei bestimmten Bewegungen irgendwo und egal wo am Körper auftreten, wenn eine Bewegung über einen bestimmten Punkt hinausgeht, - und b) darum, diese 'Meldungen' des Körpers zu verstehen aus einem größeren Zusammenhang von Körper und Psyche (Lebensführung und -gewohnheiten) heraus. (So gesehen befindet sich mich momentan in dem umfangreichsten Selbstexperiment, das ich je erlebt habe ... Und ich lerne all die Dinge über mich, die die Ärzte niemals interessieren (dürfen)).

Nach dem Therapeuten-Kurs wirst Du Deine ur-eigene "Yurashi-Welt" aufbauen ... und ganz naturgemäß und sehr dankbar immer wieder auf die Standard-Reihenfolge zurückgreifen, so, wie Du sie unter Misaos Anleitung 'eingepaukt' hast. Das gibt Dir die Möglichkeit, mit Yurashi Patienten zu helfen, die Dich mit Beschwerden aufsuchen, die weder Koji, noch Misao, noch sonst je ein erfahrener Therapeut zu Gesicht bekommen hat. - Ich bezeichne Yurashi manchmal als ein nach oben offenes, unbegrenztes System, das sich in jeder Anwendung neu erfindet und erweitert.

(Also etwas zutiefst Menschliches, das in seiner guten Absicht jeder AI oder KI immer haus-hoch überlegen sein wird. Das Einzige, was KI vermutlich besser und effizienter kann als der Mensch, das ist die Selbstauslöschung. Aber da betreten wir ein weites, vermintes Feld ...)

Auch Dir eine gute Zeit, herzliche Grüße,

Reinhard



(Grafik: Misao Morota
& Esther Spieß,
Copyright 2025)

YURASHI DO der Weg, der auch das Ziel ist

ゆらし

YURASHI

ゆらし

Aufnahmeantrag

2-seitig / für Fensterumschlag geeignet
ausdrucken, ausfüllen, 2 x unterschreiben, und ab die Post

9

gerne aber auch - ganz im Trend der Zeit - als Scan an:
AK-Yurashi-eV@gmx.de

Arbeitskreis Yurashi e.V.
Geschäftsstelle
Königsberger Straße 47
42277 Wuppertal

1. Aufnahmeantrag

Hiermit beantrage ich die Aufnahme in den gemeinnützigen Arbeitskreis Yurashi e.V.

Name: _____ Vorname: _____
Geb.- _____ Straße: _____
Datum: _____
PLZ/Ort: _____ Beruf: _____
Telefon: _____ E-Mail: _____

Durch meine Unterschrift erkenne ich die mir bekannte Satzung des Vereins in ihrer jetzt gültigen Fassung an (nachgelesen auf der Homepage des Vereins www.yurashi.de).

Ich bin damit einverstanden, dass meine Kontaktdaten den anderen Vereinsmitgliedern bekanntgegeben werden. Ich verpflichte mich, die mir auf diesem Weg bekannt werdenden Kontaktdaten streng vertraulich zu behandeln und nur zu Vereinszwecken zu nutzen.

Ich bin damit einverstanden, in Zukunft im Yurashi Newsletter und auf der Website www.yurashi.de namentlich und im Bild zu erscheinen.

Als Jahresbeitrag leiste ich (Bitte das Zutreffende ankreuzen.):

- den Mindestbeitrag von € 30,-.
 einen Beitrag von € _____ (incl. Spende).

Bei jährlichen Zuwendungen bis zu € 300,- reicht der Überweisungsbeleg für die steuerliche Berücksichtigung, bei Zuwendungen über € 300,- stellt der Arbeitskreis Yurashi e.V. eine Spendenquittung aus.

Meine Kontonummer: IBAN _____

Mit dem Beschluss der MV über SEPA-Lastschrift-Einzug aller Mitgliedsbeiträge bin ich ausdrücklich einverstanden und weise mein Kreditinstitut entsprechend an, solche Lastschriften einzulösen.

Ort, Datum

Unterschrift des neuen Mitglieds

Yurashi Newsletter No. 31 - Februar 2026 (verantwortl. i.S.d.P.: R. F. Spieß)
Yurashi-Akademie, Königsberger Straße 47, D-42277 Wuppertal, Tel.: 0202 - 76 98 0 98
Website: www.shinjinko.de / E-Mail: shinjinko@gmx.de

2. Datenschutzrechtliche Einwilligung in die Verarbeitung personenbezogener Daten

Hiermit erteile ich meine **Einwilligung** in die Verarbeitung meiner oben stehenden personenbezogenen Daten im Rahmen meiner Mitgliedschaft im Arbeitskreis Yurashi e.V..

Ich **bestätige** Folgendes:

- Ich bin darauf hingewiesen worden, dass die Verarbeitung meiner Daten zum Zweck der satzungsgemäßen Arbeit des Arbeitskreises Yurashi e.V. erforderlich ist.
- Ich bin darauf hingewiesen worden, dass die Einwilligung zur Verarbeitung deren Mitteilung an andere Vereinsmitglieder mit der o.a. Verpflichtung zur Verschwiegenheit umfasst.
- Die zur Informiertheit erforderlichen Angaben habe ich vor der Datenerhebung vom Verantwortlichen (Geschäftsstelle des Vereins, s.o.) mitgeteilt bekommen.
- Meine Einwilligung erfolgt freiwillig. Mir ist bekannt, dass ich nicht verpflichtet bin, diese Einwilligung zu erteilen. Erteile ich diese Einwilligung nicht, entstehen mir hierdurch keine Nachteile. Ohne diese Einwilligung kann jedoch grundsätzlich niemand Mitglied des Vereins sein.
- Den Inhalt der unten abgedruckten Widerrufsbelehrung habe ich vor der Erteilung der Einwilligung zur Kenntnis genommen. Mir ist bekannt, dass der Widerruf einer Austrittserklärung gleichkommt und meine Mitgliedschaft beendet.
- Ich habe mir eine Kopie dieses Einwilligungstextes angefertigt oder eine solche erhalten.

Ort, Datum

Unterschrift des neuen Mitglieds

Widerrufsbelehrung

Diese Einwilligung kann jederzeit und ohne Angabe von Gründen widerrufen werden. Die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung wird dadurch nicht berührt. Gesetzliche Erlaubnistratbestände bleiben von einem Widerruf der Einwilligung unberührt. Im Falle des Widerrufs ist eine Fortsetzung der Mitgliedschaft im Arbeitskreis grundsätzlich nicht möglich. Da der Widerruf einer Beendigung der Mitgliedschaft gleichkommt, ist die Einwilligung schriftlich (Post, Mail, Datenträger) zu widerrufen. Der Widerruf ist zu richten an die Geschäftsstelle des Vereins (Anschrift s.o.).

3. Mitteilungen / Anregungen / Fragen
