

# Shiatsulla hoidetaan meridiaaneja

Kosketus on hevosille luontainen kontaktimuoto, siksi ne vastaavat shiatsuhoitoon useimmiten myönteisesti. Hevosten kanssa käytetään hoitajan oman kehon lisäksi rotaatioliikkeitä, painalluksia ja venytyksiä. Jokainen hevonen käydään hoidon aikana läpi omana yksilöllisenä kokonaisuutenaan.

teksti: Minna Lindström ja Eira Jääskelä  
kuva: Eira Jääskelä

Susanna Tuisku valmistui ensimmäisenä suomalaisena The Scottish School of Shiatsu for Horses –koulutuksesta keväällä 2010. Hän on useita shiatsukurseja Suomessa pitäneen Liz Eddyn oppilas. (Liz Eddyn haastattelu oli Tunne Hevonen –lehdessä nro. 1/2010.)

”Shiatsussa tuntui yhdistyvän kaikki se, mitä siihen asti olin hevosten kanssa ja elämässäni opiskellut. Kehon käyttö ja omien tunteiden kuunteleminen ja intuitio hevosen kanssa. Shiatsuun tarvitaan kaksi; hevonen ja sinä. Päällimmäisenä ja tärkeimpänä osatekijänä on tunne. Miltä hevonen tuntuu ja sen jälkeen kysymys: miksi? Näihin kysymyksiin hoidon aikana etsitään ja kysellään vastausta hevoselta. Joskus kysymyksen joutuu esittämään useamman kerran, eikä vastausta aina löydy ollenkaan. Siksi haluan opettaa hevosen hoitajalle tiettyjä asioita mitä hän voi tehdä, jotta hevosella säilyisi muisto kosketuksesta ja sen aiheuttamasta hyvästä tunteesta.

”Hevonen kertoo milloin jokin paikka on kipeä ja silloin on etsittävä tie tämän paikan tukalan tunteen helpottamiseen. Joskus täytyy käyttää kierto-tietä: ellei kipeään kohtaan voi koskea, miten voin silti auttaa hevosta?” kuvailee Susanna Tuisku shiatsua.

”Shiatsun suora suomennos tarkoittaa sormillapainelua. Mutta hoidettaessa käytetään lisäksi venytyksiä, rotaatioita ja painelua peukalolla, sormilla tai kämmenillä –joskus jopa kyynärpäällä. Kaiken a ja o on kehonkäyttö: kädet eivät väsy, kun liike lähtee keskivartalosta, alavatsasta eli ”harasta”.

”Shiatsutekniikoilla vapautetaan energiaa virtaamaan eli avataan tukkeutuneita kohtia, olivat ne sitten ”korvien välissä” tai niiden takana. Akupunktio on Suomessa ehkä tunnetumpi hoitomuoto kuin shiatsu. Akupunktiossa painotetaan akupisteiden hoitoa, mitkä sijaitsevat meridiaaneilla eli energiakanavilla. Shiatsussa hoidetaan koko meridiaani, yleensä useitakin niistä. Mielestäni shiatsu on myös turvallisempaa ja jo viikonloppukurssin tiedoilla pääsee alkuun. Varsinainen koulutus kestää kuitenkin kolme vuotta ja työhön harjaantuminen koko loppuelämäni” selventää Susanna Tuisku.

”Shiatsulla ei paranneta syöpää, eikä parantumattomia sairauksia. Sitä ei käytetä hevosen ollessa muutoinkin lääkityksellä tai kuumessa, esim. leikkauksen jälkeisessä. Shiatsulla ei myöskään voi korjata rakennevirheitä, mutta sillä voidaan sen sijaan helpottaa hevosen oloa ja auttaa sen omaa kehoa toimimaan niin hyvin kuin se on mahdollista niillä resursseilla mitkä sillä on. Shiatsua voidaan käyttää muun muassa korjaamaan vinoutta tai tammoilla helpottamaan kiimaoireita, joskus jopa hoitamaan ne olemattomiksi. Stressiä ja ”kuumuuttakin” voidaan helpottaa, koska shiatsu vaikuttaa myös henkiseen tilaan. Hoidon jälkeen Hevosen rentouduttua unta saattaa riittää päiväkin. Joskus on kuin ne nukkuisivat lopultakin kunnolla ja käyvät sen jälkeen virkistyneinä taas hommiin. Toisaalta, kun kipu tai kipumuisto poistuu, virtaa saattaa olla kuin Duracell-pupulla.” Susanna Tuisku tarkentaa.

*”Jokainen haluaa rapsutella ja etsiä hevosestaan ”namipaikkoja”, jokainen voi siis oppia koskettamaan niin, että sillä on merkitystä. Moni tätä jo tietämättään tekeekin ajatuksella että kun teen näin, niin Hevonen tekee noin. Jo se on hyvä alku.”*

# Shiatsuhoitaja, Susanna Tuiskun päiväkirja

**Asiakkaan kuvaus;** Tilastohevonon, oikea nimi Ship, kutsutaan Sipsiksi, tarkkaa ikää ei tiedossa, 16 v – 20 v. Ollut tullessaan todella laiha ja lihasköyhä. Ostettu ratsastuskoulukäyttöön, minne ei ole soveltunut. Viime aikoina hevonen on ratsastuskoulukäytössä muuttunut vihaiseksi, ja vaikeaksi käsitellä. Nyt ollut heillä muutamia vuosia, käytös ok, mutta kaikenlaista vaivaa koko ajan, ei kumminkaan mitään jatkuvaa ongelmaa. Juo koko ajan ja pissaa niin, että karsina siivottava kahdesti päivässä. Tarhataan yksin. On yllättäville asioille säikky.

teksti: Susanna Tuisku

Kuvat: Kirsti Helminen

## Minun ajatukseni:

”Vesimeridiaaneilla on häikkää, munuainen todennäköisesti täynnä, rasittunut. Rakkomeridiaanivarmaankin osittain täysi ja tyhjä... Luultavasti Sappirakko-md esittäytyy myös ja Ohutsuoli.”

”Kun teen matkaa Hevosen luo ensimmäistä kertaa mietin kuten edellä ja toisaalta pyrin tyhjentämään mieleni ja keskittymään kaikkein tärkeimpään; miltä Hevonen näyttää ja tuntuu. Ja minkälainen tarina sillä on kerrottavanaan ja haluaako se sitä kertoa.”

”Tämä hevonen odottaa käyträvällä molemmin puolin riimustaan kiinni. Pyydän omistajaa viemään Sipsin karsinaan ja katselemme toisiamme aprikoiden. Tänään on ollut tuulinen sää ja hevoset on otettu aiemmin sisään. Sipsille saa jättää riimun ja narun asettelen kaulalle. Hevonen voi ottaa askelaita tai vaihtaa asentoaan hoidon aikana. Mikään meridiaani ei minulle huuda ”tee minut, tee minut!”, sivelen hevosen kauttaaltaan, pyörittelen etuset ja takaset ja ihmettelen itsekseni miten tasapainoiselta Sipsi vaikuttaa.. Välillä se työntää päänsä vesikippoon ja pesee hampaansa muttei varsinaisesti juo, lähinnä läträä vaan. Päädyn Rakkomeridiaaniin, se on 99 % :sti varma valinta.”

”Sipsi on fyysisesti Jang –Hevonen, sisäisesti Jing. Kosketukseni tulee olla vahva voidakseni vaikuttaa juuri oikeaan kohtaan, mutta myös pehmeä, houkutteleva; saadakseni Sipsin vakuuttuneeksi. Ja yksinkertaisesti ottamaan hoitoa vastaan. Sipsin oikea puoli on jäykempi ja kipeämpi eikä minulla vielääkään ole varmuutta muista meridiaaneista. Käytän takapäin lihaksiin, jalkojen venytyksiin ja pyörytyksiin melkein liian kauan aikaa ja Sipsi alkaa ärsyntyä. Ja minulle alkaa selvitä miksi se läträä veden kanssa. Siirryn kylkien käsittelyyn ja käsittelen Perna-meridiaanin molemmin puolin. Keskustelen Sipsin kanssa tovin vasemman lavan avaamisesta ja lopulta saan luvan; hevonen pistää päänsä alas ja vielä kääntää oikealle ja venyttää. Näistä selvityämme Sipsi ottaa asennon ja pissaa. Käytän ajan pohtien etuosan linjoja ja päädyn Triple Heateriin, mikä on myös Sipsin mielestä hyvä juttu. Se vaipuu unen maille ja minä painelen ja venyttelen linjani hiljaa hyräillen kunnes ”lopetan hevosen!”

## Omistajan ajatus:

”Suuri toive olisi, että ylenmääräinen juominen ja pissaminen vähentyisivät. Mahtaako meidän ADHD ollenkaan pysähtyä kuuntelemaan, mutta kummasti se rauhoittuu ja selvästi nauttii. Hevosen silmiin tulee rauhallinen ja unelias katse. Hoidon jälkeisenä päivänä se on edestä tosi jäykkä, mutta vertyy muutamassa askeleessa. Alkaa ratsastaessa pysähtyä takajalat tasan, ennen aina jalat peräkkäin. Juokse se hiukan vähemmän? Nyt tehdään kotitehtävät hyvin ja huolella.”

## Minun ajatukseni hoidon jälkeen:

”Nyt kun elämä on taas Sipsillä kivaa, sillä on tekemisenpuute (veriarvot jne. hiljattain otettu). Veden ”juonti” on vastine ruohon tms. nypimiselle ja leikille. Omistajan jatkuva murhe mitä hevonen on joutunut kokemaan, kulkee mukana ajatuksissa kokoajan. Kun hevonen peilaa omistajansa huolta, onkin muna vs kana yhdistelmä valmis. Apua, se on huolissaan! tässä täytyy olla jotain kauheaa... jne. Kotiläksyksi MÄÄRÄSIN heille rentoutumista, hauskanpitoa ja harjoituksen ”rock the baby?”

### JING-hevonen, mentaalisesti

Herkkä perhonen, hoitaa omat asiansa ei halua olla esillä

### JANG-hevonen fyysisesti

Vahvarakenteinen, hyvä luusto ja runko. Kaunis, tuuhea harja ja häntä

### RAKKO-md

Vesi-meridiaani, epätasapainossa Hevonen ei liiku, toisaalta kärsimättömän ja juoksee kuin pääton kana.

### PERNA-md

Hevosen levottomuus, ja huoli. Meridiaanin vuodenaika MYÖHÄISKESÄ.

### TRIPLE HEATER-md

Suojelu meridiaani, temperamentin tasoittaja + lavan ongelmat .



”Kun hevosella on kontakti hoitajaansa, se saattaa muokata esimerkiksi venytyksen itselleen sopivaksi, omien tarpeidensa mukaan.”



”Vetämällä korvista autetaan hevosta ravistelemaan. Joskus saadaan myös hali.”



”Kallonpohjan käsittelyn jälkeen hevonen haluaisi ravistaa päätään ja rentouttaa lihaksensa.”

Shiatsuhoitossa käsitellään meridiaaneja (energiakanava), samoja kuin akupunktiossa. Shiatussa ei käytetä neuloja, vaan omaa kehoa, painalluksia, sormeilua, kämmenämistä, pyörytyksiä ja venytyksiä saadaksemme energian virtaamaan taas. Jokaisella meridiaanilla

on ”omansa” sisäelin mihin myös pystytään vaikuttamaan. Ja jokaisella sisäelimellä on omansa tunne, pelko, ilo jne. Ja on myös Jina ja Jang-voimat ja Viiden elementin teoria. Niistä ensi lisää kerralla.