

## In gesprek met Johanna Günther

Interview t.b.v. Beroepsopleiding lokai Shiatsu

**Gestart met opleiding:** in 2012  
**Afgestudeerd:** in juni 2016  
**Eigen praktijk:** <http://www.joqi.nl>



---

**Johanna Günther is in 2016 afgestudeerd aan de Beroepsopleiding lokai Shiatsu. Ze heeft een goed draaiende Shiatsupraktijk in Amsterdam en werk daarnaast als docent aan de Hoge School van Amsterdam. Een combinatie die goed past bij deze veelzijdige vrouw die een goede balans belichaamt tussen Oost en West.**

### **Vertel eens: Hoe komt een architect terecht bij de beroepsopleiding lokai Shiatsu?**

“Na mijn studie aan de TU ben ik gaan werken als architect. Eerst bij architectenbureaus maar later ook als zelfstandig ondernemer. Dat ik de beroepsopleiding lokai Shiatsu ben gaan doen, heeft te maken gehad met een combinatie van factoren. Na een ernstig auto-ongeluk kwamen we met ons zoontje in een langdurig revalidatieproces terecht. Dit alles veranderde mijn leven en zette mij ook aan het denken. Deze mensen doen nuttig werk, was mijn gevoel toen ik hen bezig zag met de revalidatie van mijn zoon. Ik miste die zingeving in mijn eigen werk. Het draaide teveel om politiek en geld. Daarom zocht ik naar iets met meer contact met mensen en verdiepte mij in shiatsu. Ik ben gestopt met mijn eigen architectenbureau, maar zit nog wel in het vakgebied. Als docent aan de Hoge School van Amsterdam geef ik leiding aan de afdeling architectuur. Zo valt alle ervaring mooi samen.”

### **Hoe combineer je je verschillende activiteiten?**

“Ik heb altijd een ‘hybride’ bestaan gehad met meerdere werkzaamheden en activiteiten naast elkaar. Dat heb ik ook nodig. De balans is voor mij heel mooi zo. Omdat ik nog steeds onderdeel ben van de corporate wereld, begrijp ik goed waar mijn cliënten mee zitten of tegenaan lopen. Daarnaast zorg ik voor een frisse wind op de Hoge School omdat ik niet volledig opgeslokt wordt door één baan en met afstand naar zaken kan kijken. Dat geldt ook voor mijn werk als shiatsutherapeut. Ik voel me daardoor heel vrij en dat maakt dat ik de mensen kan zien voor wie ze zijn en de problemen voor wat ze zijn. Ik heb geen andere belangen die een rol spelen. Bovendien is het beroep van shiatsutherapeut een fysiek zwaar beroep. Ik zou dat niet fulltime willen doen.”

### **Waarom koos je specifiek voor deze opleiding?**

“Toen ik op zoek ging naar een opleiding, keek ik breder dan shiatsu. Ik kende shiatsu al uit eigen ervaring, maar overwoog ook acupunctuur of fysiotherapie. Ik wilde vooral lichamelijke bezig zijn met mensen, één op één. Toen ik op de open dag kwam van de Beroepsopleiding lokai voelde ik me meteen thuis. En ik werd ook gerustgesteld. Ik had zo mijn ideeën over zweverig gedoe. Ik kan het mij nog goed herinneren dat ik met de gedachte speelde: Ik ben een echte bèta, hoe leg ik dit uit? “Het is een ambacht”, zei Lex Kiers toen, docent in het tweede jaar van de opleiding. Dat kwam aan. Ik kon het met mijn hoofd niet allemaal bevatten, maar dat het bij lokai Shiatsu om vakmanschap gaat, was voor mij belangrijk en trok me over de streep.”

### **Op welke wijze heeft de opleiding jou als persoon veranderd?**

“Ik ben opgegroeid in voormalig Oost-Duitsland en opgevoed door twee dominees. Ik kom echt uit een zwart-witte context. Dat heeft me belemmerd in het waarnemen van de wereld. De opleiding heeft gezorgd voor een ‘mindshift’. Het oosters denken is niet lineair, niet zwart-wit: er zijn veel grijstinten. Een mooi boek is ‘Chinese Medicine - The web that has no weaver’ van Ted Kaptchuk. Waar we in het westerse denken focussen op de spin, focust het oosterse denken zich op het web. Op het zien van samenhang en verbanden. Je wordt in de

opleiding echt getriggerd om alles van meerdere kanten te bekijken. Dat kan ik nu veel beter dan voorheen. Observeren zonder te oordelen. Het was een wens om me te ontwikkelen op dit gebied en dat is volgens mij gelukt. Mijn wereldbeeld is opgerekt. Ik ben er een leuker mens door geworden. Mijn collega's op de Hoge School geven dat ook terug aan mij. Ze vinden mij empathischer, makkelijker in omgang. Ik was altijd een carrièremens, ik vroeg veel van mijzelf en van anderen. Wat ik hoor en merk is dat er nu veel meer rek in zit. Naar mijn collega-docenten, maar ook naar de studenten. Ik begeleid hen niet alleen meer op inhoud maar ook op het 'mens-zijn'."

### **Hoe heb je de opleiding ervaren?**

"In begin van de opleiding kreeg ik niet de antwoorden op vragen die ik had. Dat was frustrerend. Wat is yin en yang? Als westerling verwacht je dan een antwoord in maximaal drie begrijpbare zinnen. Zo werkt het alleen niet in deze opleiding. Elk antwoord wordt gegeven met een slag om de arm. Ik zit zelf in het onderwijs en was best kritisch op de wijze van lesgeven, maar heb gaandeweg leren accepteren dat niet al je vragen beantwoord kunnen worden. Sommigen dingen kun je alleen maar ervaren. Wat ik mooi vind aan de opleiding is dat deze een goede balans vertegenwoordigt tussen de westerse en oosterse geneeskunde. De opleiding is ook gefundeerd op een goede techniek en heldere theorie. Het is niet dwingend, ze doen niet alsof ze de wijsheid in pacht hebben. Dat spreekt me aan. Het is allemaal behoorlijk 'down-to-earth'."

### **Je bent al vroeg in de opleiding begonnen met het geven van consults. Hoe heb je dit aangepakt?**

"Aan het eind van eerste jaar ben ik begonnen met het geven van Do-In lessen en heb ik mijn bedrijf geregistreerd. Do-In is onderdeel van de opleiding en ik deed al veel aan yoga, dus toen een kennis van mij die een yogaschool heeft mij vroeg om les te geven, heb ik ja gezegd. Aan het einde van de tweede jaar had ik behoefte om meer te oefenen. Maar thuis praktiseren op vrienden en familie werkte voor mij niet. Ik zocht het buitenshuis. Ik hoorde van iemand anders dat zij shiatsu deed in een bejaardentehuis als vrijwilligerswerk. Samen met een studiegenootje ben ik gaan werken bij een opvangcentrum voor ouderen met alzheimer of een depressie. Dat heb ik een half jaar lang, één keer per week gedaan. Het was een combinatie van shiatsu op een stoel en Do-In oefeningen. In het derde jaar wilde ik mijn eigen ruimte. Dus ben ik wat gaan huren. Via flyereren heb ik een praktijk opgebouwd. Ik begon met 1000 flyers, twee mensen kwamen er op af. Eentje daarvan is nog steeds klant!"

### **Wat voor soort klanten trek je aan?**

"Het merendeel van mijn cliënten is vrouw. Het zijn veelal hoogopgeleide vrouwen die goed voor zichzelf willen zorgen. Die preventief hun gezondheid op peil willen houden. Ook veel vrouwen die specifieke klachten hebben, maar zelf controle willen hebben hoe ze daar mee omgaan. Die niet klakkeloos allerlei medicijnen slikken, maar aanvullende behandelingen zoeken."

### **Wat voor soort therapeut ben je?**

"Ik bied ruimte om te zijn, om los te laten wat er speelt. Als een 'white canvas'. Het is mooi om van anderen te horen dat ik rust uitstraal. Dat herken ik minder van mezelf. In mijn hoofd gebeurt altijd heel veel, maar als ik met patiënten werk voel ik me wel kalm en zelfverzekerd. Ik geloof dat mensen me echt vertrouwen. Zo kwam iemand in mijn praktijk met een groot trauma, die al jaren onder behandeling was bij een psycholoog. Ik zei tegen haar: 'Je hoeft mij niets te vertellen. Je hoeft niet te praten. We hebben een andere ingang.' Haar psychotherapie kwam door de shiatsu in versnelling, er werd beweging gecreëerd. Ik heb niet de wijsheid in pacht, maar ik kan wel iemand helpen om nieuwe wegen te vinden."

### **Wat is het mooiste compliment dat je ooit hebt gekregen van een klant?**

Ik hoor regelmatig mooie dingen, maar een heel mooi compliment vond ik toch wel: "Je hebt een regenboog in mij wakker gemaakt". Een andere cliënt die veel indruk heeft gemaakt, is een vrouw in de 70 die haar hele leven al worstelt met depressies. Ze kan niet goed voelen. Ik sprak met haar over hartenergie. Ze zei: "Ik heb een stethoscoop gekocht om te luisteren of ik wel een hart heb." Ze kan nu vaker wat voelen en ook beter haar emoties tonen. Ze heeft me al zo vaak hartelijk bedankt. Daar krijg ik tranen van in mijn ogen. Ik weet rationeel

niet altijd wat ik doet, maar ik voel wanneer ik echt contact heb met de ander. Je voelt wanneer diep van binnen dingen in beweging worden gezet. En de ander voelt dat ook.”

**Op je website staat: *Johanna's doel is het mensen te helpen meer in balans te komen door deze open, eerlijke en niet invasieve therapie. Wat bedoel je hiermee?***

“Shiatsu respecteert het lichaam en de ruimte van de ander. Je kunt het lichaam geen schade toebrengen. Ik kan geen verkeerde dosering geven van medicijnen of een naald verkeerd prikken. Ook vind ik het prettig dat een cliënt zich niet hoeft uit te kleden. Hoewel je in de communicatie dichtbij komt, laat je iemand volledig in zijn eigen waarde en blijven de grenzen gerespecteerd.”

**Wat wil je studenten nog meegeven?**

“Heb geduld. Dat is soms best lastig tijdens de opleiding. Veel dingen worden later wel duidelijk. Je krijgt niet alle antwoorden tegelijk, het zijn allemaal puzzelstukjes. Voor mij is shiatsu net als duiken: de eerste keer als je de diepte in gaat, blijkt er een universum te bestaan waarvan je daarvoor geen weet had. Alles werkt net een beetje anders onder water. Je moet anders ademen, de zwaartekracht werkt anders. Het is een kwestie van ontdekken en ervaren en je eraan overgeven. De wereld van shiatsu is ook een wereld op zich. Hoe meer je weet wat je allemaal nog niet weet, hoe nieuwsgieriger je wordt. Dat is bij mij nog steeds zo.”