

法 Die Methode ('Fa')

Gua Sha Fa ist eine Form der Massage, die vor allem in ländlichen Gebieten Chinas und Ostasiens weit verbreitet ist: in fast jedem Dorf gab es früher eine oder zwei Personen (oft waren es Frauen), welche diese Methode anwendeten, Kenntnisse und Erfahrungen darin sammelten und sie ihrerseits weiter tradierten.

So entwickelte sich im Verlauf der Jahrhunderte ein beträchtliches Erfahrungswissen, das bei verschiedenen Krankheitsbildern Einsatz finden konnte und es der Landbevölkerung ermöglichte, sich im Krankheitsfall behandeln zu lassen, ohne den meist umständlichen und teuren Weg zu einem Arzt auf sich nehmen zu müssen.

Man vermutet die Ursprünge des Gua Sha Fa – wie die der Akupunktur – in länglichen Behandlungsinstrumenten aus Stein, mit denen in der Frühzeit wohl eine Art Akupressur durchgeführt wurde. Später seien diese einerseits zu Nadeln (Akupunktur) und andererseits zu flachen Schabegeräten (Gua Sha Fa) weiter entwickelt worden.

Während die Akupunktur eingebettet ist in die umfangreiche Theorie der chinesischen Medizin und einen eher gelehrten, akademischen Hintergrund hat, ist das Gua Sha Fa volksnah und erfahrungsorientiert.

Während die Akupunktur Jahre des Studiums erfordert, um gut praktiziert zu werden, ist das Gua Sha Fa vergleichsweise schnell zu erlernen und vergleichsweise einfach in der Anwendung.

Für Behandlungen mit Gua Sha Fa wurden früher Münzen oder abgerundete Bruchstücke von Porzellangefäßen verwendet, auch Schaber aus Jade waren in Gebrauch. Heute bevorzugt man Instrumente aus Wasserbüffelhorn; die Jadeschaber werden vor allem zu kosmetischen Zwecken eingesetzt.

Die Behandlungsinstrumente haben etwa DIN A7-Größe und besitzen eine breitere, abgerundete und eine schmal zulaufende Seite. Mit der breiteren Seite kann man diese Massage auch auf der Bekleidung durchführen, mit der schmaleren Seite arbeitet man direkt auf der Haut.

Als Gleitmittel wurde früher manchmal einfach nur Wasser verwendet, oder - falls vorhanden - auch Sesamöl; heute sind in China hierfür die verschiedensten kosmetischen Öle auf dem Markt: die Methode ist im Bereich der Wellness ebenso einsetzbar wie zu medizinischen Zwecken.

Beim 'Schaben' (刮 'Gua') auf der Haut können sich in manchen Arealen etwa stecknadelkopfgroße Erhebungen von hellroter bis dunkelblauer Farbe entwickeln, die als 痧 'Sha' (etwa: 'akute sandförmige Krankheit') bezeichnet werden. Im Westen nennt man sie Petechien.

Diese Erhebungen und Hautrötungen, die manchmal ineinander verlaufen können und als Blutergüsse oder Einblutungen interpretiert werden, nehmen im Rückbildungsprozess eine bräunlich-gelbe Farbe an, verblassen allmählich und verschwinden innerhalb von ca. 2 bis 7 Tagen.

Man braucht etwas Zeit, um die richtige Technik gut zu meistern, mit der man, ohne dass der Behandelte Schmerzen verspürt, dennoch tief ins Gewebe - auf die Ebene der Meridiane – eindringt.

Es gibt mehrere Varianten des 'Schabens', die je bei verschiedenen Indikationen Anwendung finden. Je nach Druckstärke oder Geschwindigkeit erzielt man je andere Ergebnisse. Blutungen auf der Haut sollten – auch wenn sie nur leicht wären – vermieden werden.

In den 80-er und 90-er Jahren des vergangenen Jahrhunderts bezog Prof. Lü Jiru (Prof. Lu; Aussprache 'Lü'), ein in westlicher und chinesischer Medizin ausgebildeter Arzt, die Anwendungen des Gua Sha Fa auf die Lehren der chinesischen Medizin. Ursprünglich aus Taiwan, lehrte er seine neue Methode seit 1991 in der V.R.China.

Diese Methode integriert die Vorzüge beider Herangehensweisen und weist verschiedene Vorteile auf: sie ist eine Massage ohne direkte Berührung durch die Hände, Akupunktur ohne Verletzung der Haut und mobilisierende Physiotherapie in Einem. In manchen Fällen wird dieses 'erneuerte Gua Sha Fa' sogar wirksamer als die Akupunktur eingeschätzt (z.B. beim Schulter-Arm-Syndrom).

Lü Jiru machte das Gua Sha Fa in der chinesischen Öffentlichkeit und Ärzteschaft v.a. durch seine Kurse in Peking bekannt und seine Arbeit motivierte weitere Mediziner, in dieser Hinsicht eigene Forschungen zu unternehmen.

Die Methode ist zwar in der V.R. China bis heute nicht offiziell als medizinische Therapieform anerkannt, doch wird sie dort in verschiedenen therapeutischen Ambulanzen und auch in kleinen privaten Massagestudios gerne eingesetzt.

In der chinesischen Bevölkerung wird das Gua Sha Fa sehr geschätzt - mittlerweile auch in den Städten.

Im Westen wurde das Gua Sha Fa in den letzten 10-15 Jahren schnell vom vielversprechenden Geheimtipp zu einer recht bekannten Anwendungsform im Umfeld der TCM und wird heute an verschiedenen Einrichtungen gelehrt.

Das Gua Sha Fa beinhaltet sehr viel historisch gewachsene Erfahrung. Über diese verfügte in China nicht die gesamte Landbevölkerung:

es waren zwar Laien, die es anwendeten, doch waren sie ausgiebig in der Methode geschult.

Das 'neue' Gua Sha Fa beinhaltet außerdem Kenntnisse der chinesischen Medizin und Akupunktur. Diese tragen zu einer großen Bereicherung seiner Anwendung bei.

Zielgruppe

Diese neue, im Jahr 2014 erstmalig von der Dao Yuan Schule angebotene Fortbildung wendet sich an Ärzte, Heilpraktiker und Personen aus den Gesundheitsfachberufen. Kenntnisse in chinesischer Medizin können hilfreich sein, sind jedoch keine Teilnahmevoraussetzung.

Der Lehrer

Meister Guo Bingsen hat das Gua Sha Fa nach Prof. Lü Jiru bei einem chinesischen Arzt in Dalian erlernt und im Anschluss in dessen medizinischer Ambulanz mehrere Monate hospitiert.

Auf der Basis seiner Kenntnisse entwickelte er das seit längerem von ihm an der Dao Yuan Schule gelehrt, energetisch-präventiv orientierte 'Dao Yuan Gua Sha Fa'.

Die von ihm nun erstmals angebotene Fortbildung für Personen in medizinischen Berufen umfasst die Vermittlung der für diesen Anwendungsbereich relevanten theoretischen Kenntnisse ebenso wie die praktische Anleitung zu flüssigem Arbeiten ohne Krafteinsatz oder besondere Anstrengung. Der praktische Erfahrungshintergrund des Gua Sha Fa wird in vielen Facetten überzeugend nachvollziehbar, die Vermittlung der Theorie ist auf das Wesentliche beschränkt.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich an für folgende/n Kurs/e:

- 1) Einführung ins Gua Sha Fa
26.-27.04.2014 (250 Euro / 300 Euro)
- 2) Theoretische Grundlagen des Gua Sha Fa
07.-09.06.2014 (390 Euro / 470 Euro)
- 3) Behandlung mit Gua Sha Fa nach Lehrtafeln
08.-09.11.2014 (250 Euro / 300 Euro)
- 4) Für alle drei Kurse (890 Euro)
- 5) Ich melde mich vor dem 25.03.2014 für alle drei Kurse an und zahle den ermäßigten Gesamtbetrag in Höhe von 820 Euro.

Ich bin Arzt/Ärztin Ich bin Heilpraktiker/in

mein Beruf:.....

Unterschrift:.....

Name:.....

Straße:.....

PLZ und Wohnort:.....

Telefon:.....

Email:.....