

Facial Harmony

Die Kaiserin unter den ganzheitlichen Gesichtsbehandlungen

Ursprung und Wirkung Die Facial Harmony Behandlung wurde in ihren Ursprüngen von dem Körpertherapeuten Stanley Rosenberg entworfen, der viel mit Schauspielern arbeitete. Die Methode erlangte sehr rasch als „verjüngende“ Anti-Aging-Methode große Popularität, denn sie bewirkt eine deutlich sichtbare Entspannung des Gesichtsausdrucks, während sie die Muskulatur des Gesichtes harmonisiert und tonisiert – eine Entspannung, die wahrlich aus der Tiefe kommt.

Was auch kein Wunder ist, denn in der Weiterentwicklung der Facial Harmony kann man von einer äußerst effektiven Meridianbehandlung des Kopfes und des Gesichtes sprechen, bei der sich Spannungsmuster, die ihren Ursprung im emotionalen Bereich finden, lösen. Mit der Entspannung der Gesichtsmuskulatur erlangt der Mensch automatisch auch wieder mehr Klarheit und Gefühl für seine allgemeinen Reaktionen und er kann direkt aus seiner Mitte heraus wieder gelassener auf Stressoren in verschiedenen Lebenssituationen reagieren. Facial Harmony zählt zu den ganzheitlichen Behandlungen und wird als Methode entweder direkt von Facial Harmony Practitionern angeboten, findet sich aber auch häufig im Behandlungsangebot kinesiologischer, Qigong- und/oder TCM-Praxen.

Die Gesichtshaut profitiert ebenso von der Behandlung und erlangt ihre Balance zurück: Da sich bereits in der embryonalen Entwicklung Haut und vegetatives Nervensystem aus dem gleichen Keimblatt bilden, besteht hier eine enge Verbundenheit, die ein Leben lang erhalten bleibt.

In der Haut liegen die sensorischen Nervenfasern, welche direkt mit dem Gehirn kommunizieren. Somit besteht eine Wechselbeziehung zwischen Nervenreizen und Gehirn: Alles, was die Haut physisch als Schmerz- oder Lustreize empfindet, wird durch das Nervensystem dem Gehirn übermittelt und umgekehrt; wenn das Gehirn Schmerz oder Lust durch einen emotionalen Zustand wahrnimmt, wird dieses zur Haut weitergeleitet.

Facial Harmony in der ganzheitlich-physiologischen Kosmetik Das Wort Kosmetik leitet sich von dem griechischen Wort „kosmein“ ab, was soviel bedeutet wie „ordnen und harmonisieren“. Es gibt keine andere Methode, welche diesem ursprünglichen Sinn so nahe kommt wie Facial Harmony, da die Harmonie der Gesichtszüge durch den Ausgleich der Meridiane, die durch das Gesicht verlaufen, wieder hergestellt werden und somit die Ordnung im Gesamtsystem wiederherstellen. Behandlungen, die in ganzheitlich-physiologischen Kosmetikpraxen durchgeführt werden, können hiermit in ihrem tiefsten Sinn praktiziert werden.

Über die Haut, an Kopf und Gesicht, erreichen wir die acht Zonen des Gesichtes sowie die sechs Hauptmeridiane (Energieleitbahnen), die aus der Akupunktur und dem „Siang Mien“ (chinesische Gesichtsdiagnostik) bekannt sind.

Die Zonen des Gesichtes unterteilen sich wie folgt: in die Region des Lebens (zwischen den Augenbrauen), die Region der Karriere (über der Lebensregion), die Region des Wohlstands (auf der Nase), die Region der Freundschaft (Haaransatz), die Region der Genetik/Eltern (rechts und links unter dem Haaransatz), die Region der Lebenskraft (in den Augenwinkeln), die Region der Liebe (zwischen Augenwinkeln und Schläfen) sowie die aktivierende, antreibende Energiepunkte (neben den Schläfen).

Die Meridiane arbeiten nach einem ganz bestimmten Rhythmus bzw. Energiefluss, den man mit einem Orchester vergleichen kann: Damit ein Orchester eine harmonische Symphonie spielen kann, müssen alle Instrumente aufeinander abgestimmt werden. Wenn ein einziges Instrument nicht abgestimmt ist, wird der Klang dissonant statt harmonisch. Auf den Menschen übertragen bedeutet das, dass sich eine Blockade in einem Meridian sofort in unserem Energiefeld bemerkbar macht. Es entstehen Dysbalancen, die unser allgemeines Wohlbefinden und unsere Gesundheit massiv zu stören vermögen.

Hat z. B. eine Patientin/Klientin großen Ärger über eine Situation nicht verarbeitet, wird

der Behandler während der Behandlung ein Ungleichgewicht im Gallenblasenmeridian feststellen. Durch die Achtsamkeit, mit der die Behandlung durchgeführt wird, kann dieses Ungleichgewicht wieder sanft aufgelöst werden, denn das geschulte Auge kann im Gesicht anhand von Muskelspannungsmustern solche Dinge erkennen: Herunter hängende Mundwinkel lassen z. B. auf Enttäuschung und Frustrationen schließen. Immer wiederkehrende Emotionen sind in unseren Muskeln, vor allem den Gesichtsmuskeln, gespeichert. Eine Volksweisheit besagt: „Mit 20 haben wir das Gesicht, das uns die Natur geschenkt hat. Ab 40 haben wir das Gesicht, das unser Leben prägt.“

In unseren Körperzellen werden unentwegt unsere Lebenserfahrungen gespeichert. So sind immer wiederkehrende Verhaltensmuster, Stagnationen und ein Festgefahren-Sein im Leben auch und besonders in den Strukturen unseres Gesichtes mit am sichtbarsten. Ein Gesicht lügt nie. Ein zusammengekniffener Mund bspw. zeigt, dass wir uns nicht ausdrücken. Wenn wir alles hinunterschlucken und nicht kommunizieren, zeigt sich das auch bald an einem extrem faltigen Hals. Menschen mit innerem Frieden haben meistens eine schöne Hals- und Mundpartie.

Durch die Spannungslösung der Gesichtsmuskulatur und die achtsame Einbeziehung der Meridiane, die während der Behandlung entlang ihres Verlaufes sanft ausgestrichen oder leicht pressiert werden, wird während der Gesichtsbehandlung ein effektiver energetischer Ausgleich erzielt, der sich natürlich auch auf den Gesamtorganismus positiv ausübt, da das Qi (die Lebensenergie) wieder frei fließen kann. So entsteht wieder Beweglichkeit und Lebendigkeit. Das führt zu strahlenden Augen, einem besseren Turgor (Spannung) der Haut, entspannten Gesichtszügen sowie einem tiefen inneren Frieden und Gelassenheit. Von Cyrill N. Parkinson ist der nachfolgende Spruch, den wir uns zu Herzen nehmen sollten: „Um ein böses Gesicht zu machen, musst du 65 Muskeln anstrengen. Um zu lächeln, brauchst du nur 10. Überanstreng dich nicht.“



© Konstantin Yuganov - Fotolia.com

Hauterkrankungen und Facial Harmony Ich sage es gleich vorab: Facial Harmony ist keine Therapieform. Sie ist lediglich eine Behandlung, die heute auf dem Know-how der TCM aufbaut. Ein Behandler benötigt also keine TCM-Fachausbildung, um Facial Harmony anwenden zu können. Dennoch werden ihm die notwendigen Kenntnisse der chinesischen Medizin vermittelt, die er zur besten Ausübung der Behandlung benötigt, um die Erfolge zu erzielen, welche die Behandlung verspricht.

Ich betone diesen Aspekt besonders, weil chronische Hauterkrankungen wie Psoriasis vulgaris oder Neurodermitis (das atopische Ekzem) heutzutage recht häufig bei Klienten vorhanden sind, die eine Facial Harmony Behandlung bekommen. Denn Fakt ist, dass sich auch Hauterkrankungen durch Facial Harmony spür- und sichtbar zur Erleichterung des Klienten verbessern und positiv ausgeglichen werden können.

Die Haut fällt in der TCM der Wandlungsphase Metall und dem Funktionskreis Lunge zu. Die Lunge kontrolliert die Haut und verteilt die Feuchtigkeit. Aber: Der Funktionskreis Milz kontrolliert das Blut (Xue) und versorgt die Haut ebenfalls mit Nährstoffen und Feuchtigkeit. Der Funktionskreis Milz verwandelt Schleim und sollte bei sämtlichen Hauterscheinungen mit Schleim-, Sekret- oder Flüssigkeitsbildung berücksichtigt werden.

Der Funktionskreis Herz wird dem Element Feuer zugeordnet und hat damit Bezug zu Hautirritationen, die als Hitze gedeutet werden können, wie z. B. Rötungen. Das Herz steht weiterhin in Verbindung mit emotionalen Belastungen. Diese können nach Auffassung der asiatischen Medizin zu Hitze im Körper führen, die bis in die Ebene des Blutes vordringen kann. Diese Hitze strahlt dann häufig in die Haut aus, welche mit entsprechenden Symptomen reagiert.

Eine Diagnose nebst Therapie sollte hier individuell auf jeden einzelnen Patienten zugeschnitten durch einen erfahrenen TCM-Therapeuten erfolgen.

Dennoch vermag eine Facial Harmony Behandlung, die überwiegend an Gesicht und Kopf bis zum Brustkorb erfolgt, eine sehr gute Beruhigung der jeweiligen Hauterkrankungen zu erzielen, die durch eine begleitende Qigong-, Kräuter- oder Akupunkturverordnung eines TCM-Therapeuten vertieft werden kann. Denn die fehlende Balance im Gesamtorganismus und zwischen den einzelnen Funktionskreisen wird wieder harmonisiert. Im Mittelpunkt steht dabei immer im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes, den Körper und seine energetischen Funktionen zu regulieren, die Ursachen der Beschwerden zu beseitigen und eine dauerhafte Gesundheit zu unterstützen.

Im fünften Kapitel des „Nèi J ng Su'Wen“, dem ältesten Standardwerk der chinesischen

Medizin, finden wir folgende Beschreibung des Funktionskreises Lunge: „Im Himmel tian entspricht dies der Trockenheit jin, auf der Erde di, dem Metall und beim Menschen der Haut und dem Körperhaar. Unter den Speicherorganen ist es die Lunge. Trauer schadet der Lunge, aber Freude bezwingt die Trauer. Hitze schadet der Haut und den Körperhaaren, aber Kälte bezwingt die Hitze.“

Dauer und Kosten der Facial Harmony Eine Facial Harmony Behandlung wirkt sofort und ist sicht- und fühlbar. Um das effektivste Ergebnis zu erzielen, werden insgesamt sieben Behandlungen in einem Abstand von ein bis zwei Wochen empfohlen. Eine Behandlung dauert ca. 60 Minuten und die Kosten variieren in der Regel zwischen 50,- und 75,- €.

Oft wird die Facial Harmony Behandlung in der ganzheitlich-physiologischen Kosmetik auch als „Asiatische Akupunktur-Gesichtsmassage“ bezeichnet, da dies klar ausdrückt, in welchen Bereich die Behandlung fällt. Es ist Klienten anzuraten, sich vorher explizit zu erkundigen, ob es sich hierbei um die Facial Harmony Behandlung handelt.



C.-Andrea Lippert

Autorin, Dozentin an der Paracelsus Schule Kiel, Zhineng Qigong Master, TCM-Therapeutin

info@wellnessundgesundheit.com