

GUASHA VOOR MENS EN PAARD

ONTDEK DE WERELD VAN GUASHA-THERAPIE

Human & Horse Academy ©

E-book

GUASHA

Reis mee door
de geschiedenis

AFVALSTOFFEN

Leer de 3 stadia
van Chi kennen

BEHANDELING

Maak kennis
met de theorie

STUDIE

Alle vragen over
de opleiding

PRAKTIJKCASES

Door de ogen
van de paarden

De kracht van Guasha zit in de eenvoud

De eerste keer wanneer mensen het woord Guasha horen, krijg je een frons te zien of een ‘wat?’ te horen. Deze krachtige therapie is voor velen onbekend, ondanks dat deze schraaptechniek door de eeuwen heen zijn diensten al bewezen heeft.

Hoe leg je simpel uit wat Guasha inhoudt? Hoe het is ontstaan? Waarom het zo effectief is? Waarom je met een steen werkt? En waarom je er soms zo bont en blauw uit komt te zien?

In dit E-Book hoop ik de vele vragen die Guasha oproept te kunnen beantwoorden en zo een helder beeld te schetsen over deze bijzondere therapie.

Lichaam en geest in balans, zodat er ruimte is voor ontwikkeling en groei.

Wij staan aan het begin van een mooie ontdekkingsreis en hopen de komende jaren steeds verder te ontwikkelen en veel paarden te mogen behandelen met uiteenlopende klachten en ziekten.

Veel leesplezier!

Greetje Hakvoort

Human & Horse Academy
greetje@humanhorse.nl

Volg ons op Facebook en Twitter
www.facebook.com/greetjehakvoort
www.twitter.com/greetjehakvoort
www.youtube.com/greetjehakvoort24



‘Guasha is een krachtige behandeltechniek, die zich door velen eeuwen heen heeft bewezen.’



“Nadat ik met veel genoeg heb kennisgemaakt met de therapie bij Harris Slegers, wordt het voor het eerst in de historie toepasbaar op paarden.”



‘De therapie op paarden is ontwikkeld in samenwerking met Guasha Opleidingen Santai’.

Een gedachte vindt zijn bron

Elke stap en/of beslissing die men neemt heeft zijn gevolgen tot het maken van meerdere stappen en/of beslissingen. Ook een gedachte kan een bron zijn van inspiratie om tot bepaalde stappen of beslissingen over te gaan. Dit is een tijdsproces wat ten grondslag ligt aan een ontwikkeling.

Overtuigd door mijn ervaringen met Guasha, dat het een geweldige therapie is, ontstond drie jaar geleden bij mij de gedachte dat Guasha veel zou kunnen betekenen voor paarden. Waar deze gedachte bij mij vandaan kwam, is nog steeds de vraag. De gedachte was daar, van het ene op het andere moment. Aangezien ik geen ervaring en omgang had met paarden, maakte dit voor mij het vraagstuk nog groter. Menig keer probeerde ik het te verdringen, maar de gedachte was sterker en bleef aanwezig. Twee jaar lang bleef ik met deze gedachte rondlopen, vertelde het regelmatig aan anderen, maar kon het niet onderbouwen als men vroeg "Waarom bij paarden?" en "Waar baseer je dat op?".

Tot het moment daar was dat de juiste persoon op mijn pad kwam, Greetje Hakvoort. Iemand met interesse in de Guasha therapie en een passie voor paarden. Ze was meteen geïnteresseerd en na enkele testcases was ze zeer enthousiast over wat Guasha voor paarden zou kunnen betekenen. Mijn gedachte had uiteindelijk, na jaren, zijn bron gevonden.

Door de tijd heen heb ik Greetje Hakvoort leren kennen als een zeer gedreven en bekwaam persoon op het gebied van training en omgang met paarden. Ook als docente van de workshops en opleiding die ze geeft, is ze zeer enthousiast en weet ze haar kennis op een vakkundige manier over te brengen.

Hierbij wil ik Greetje feliciteren met dit E-book over "Guasha bij paarden" en ik ben overtuigd dat ook dit werk weer een bron is voor een stroom van nieuwe ontwikkelingen bij Guasha bij paarden.

Ik wens iedereen veel plezier en inspiratie bij het lezen van dit E-book van Greetje Hakvoort.

Harris Slegers

Guasha Opleidingen Santai
Helmond, Januari 2014

www.guashatherapie.nl
www.guasha-opleidingen.nl
www.guashashop.nl



Guasha voor Mens & Paard

01. Wat is Guasha?

Hier vind je alles over het ontstaan van Guasha Therapie
Lees verder > Bladzijde 4.

02. Werkzaamheid van Guasha

Guasha zorgt voor een betere doorstroming van Qi en bloed.
Lees verder > Bladzijde 6.

03. Wanneer kunnen we Guasha toepassen?

Lees hier meer over de toepasbaarheid van Guasha bij klachten en ziekten.
Lees verder > Bladzijde 7.

04. Afvalstoffen- 3 stadia van Chi

Een van de grootste oorzaken van alle klachten/ziekten zijn afvalstoffen. In dit hoofdstuk meer inzicht over de 3 stadia van Qi.
Lees verder > Bladzijde 9.

05. Hoe werkt de schraaptechniek?

Waarom is het mogelijk dat er tijdens de behandeling rode/blauwe plekken ontstaan?
Lees verder > Bladzijde 10.

06. Schraapmethode

We onderscheiden 2 schraapmethoden, die we in dit hoofdstuk bespreken
Lees verder > Bladzijde 11.

07. Wat voor schraapinstrumenten zijn er?

Om een behandeling toe te passen maken we gebruik van speciaal, ontwikkelde schraapinstrumenten.
Lees verder > Bladzijde 12.



08. De behandeling

Hoe gaat een guasha-behandeling in zijn werk? In dit hoofdstuk is dit in beeld gebracht.
Lees verder > Bladzijde 14.

09. Hoe vaak behandelen?

Ieder individu en paard heeft zijn eigen aanpak nodig. Lees alles over de factoren, die deze afweging bepalen.
Lees verder > Bladzijde 17.

10. Preventief

Guasha helpt om mens en paard gezond te houden door het verwijderen van afvalstoffen en toxines. Lees alles over een betere doorstroming.
Lees verder > Bladzijde 19.

11. Wat kun jij doen als eigenaar?

Speciaal hoofdstuk! Een voorbeeld van een versterkende behandeling voor het paard.
Lees verder > Bladzijde 20.

12. Opleiding Guasha Therapie

Lees hier alles over de opleiding "Guasha voor Mens & Paard".
Lees verder > Bladzijde 22.

13. Praktijkverhalen

Kijk en lees meer over paarden en ruiters in de praktijk.
Lees verder > Bladzijde 23.

01. Wat is Guasha?

Guasha is een schraaptechniek en is al meer dan tweeduizend jaar oud. Het is niet zeker of deze therapie daadwerkelijk in China is ontstaan, maar in de Chinese geschriften van zo'n 200 jaar voor Christus, was er al sprake van een schraapmethode om klachten en/of ziekten uit het lichaam te schrapen. Deze methode is niet alleen in China te vinden, maar in geheel Zuidoost- Azië. In de meeste landen wordt als schraapinstrument een koperen munt gebruikt. Maar ook met ander materiaal wordt er geschraapt.



1) Landkaart China

Het is een Volkstherapie, wat betekent dat iedereen schraapt met datgene wat voorhanden is. In China werd er zelfs gebruik gemaakt van porseleinen lepels als schraapinstrument. Maar ook hoorn is een materiaal wat makkelijk te bewerken is om het tot een schraapinstrument te maken. Ook hout en bamboe en zelfs deksels van potjes werden gebruikt.

De meeste dorpen op het platteland van China en andere Zuidoost-Aziatische landen hebben hun eigen Guasha therapeut. Maar voor de vele kleine ongemakjes nam men zelf of een familielid het schraapinstrument ter hand. Er wordt niet alleen geschraapt bij klachten of ziekten maar ook preventief. Elke dag behandeld men hoofd, armen en benen en eventueel de borst om klachten te voorkomen.



2) Bamboe als Guasha-instrument



3) Guasha is een gebruikelijke en regelmatige therapie voor Chinezen



4) Oud instrument

Na verloop van tijd ontwikkelen zich speciale Guasha instrumenten, vanuit hoorn die de boeren uit de horens van waterbuffels maakten tot jade (voor hen die zich het konden veroorloven), de steen waaraan men in China 'geneeskrachtige' eigenschappen toeschrijft. Jade is bijvoorbeeld een gesteente die de energie (chi) goed geleidt.



5) Porselein instrument



6) Modern instrument



7) De bekende Guasha-olie

Al in de vroege Ming-Dynastie (1368-1644) beschreef Chang Ching Yueh in zijn boek enkele voorbeelden van de methode en verklaarde op een simpele manier de werking ervan:

“ Het binnenste van het lichaam staat met het oppervlak in verbinding. Daarom zullen de ziekmakende factoren zich naar beneden bewegen, als men naar beneden strijkt. Dat de gifstoffen zich naar boven bewegen is ongunstig, het niet natuurlijke. Dat ze naar beneden bewegen is het natuurlijke. Het ongunstige (onnatuurlijke) om te zetten in dat natuurlijke proces, dat is wat ziekte heelt”

Proffesor Lu Chi Ru uit Taiwan heeft deze methode die van generatie tot generatie is overgeleverd onder de loep genomen en die via medische studie en doormiddel van praktische toepassingen uitgediept en op een medische wetenschappelijke basis gesteld, waarna het mogelijk werd om in China opleidingen te volgen in de Guasha-technieken. Op dit moment is Guasha weer bijzonder populair in China en wordt in vele behandelingscentra en klinieken toegepast.



8) Behandelcentrum China

02. Werkzaamheid van Guasha

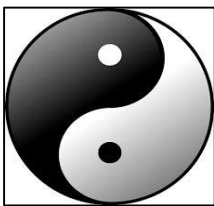
Pijn is een algemeen symptoom bij veel aandoeningen en de reactie van het lichaam op constante pijn kan leiden tot andere verstoringen. Pijnstillers zijn vaak de enige middelen die pijn kunnen oplossen voordat er een einde komt aan pathogene factoren. Maar de bijwerkingen van te veel pijnstillers kunnen erger zijn dan de oorspronkelijke aandoening.



Schraaptherapie kan de stagnatie van Qi en bloed oplossen in betreffende meridiaan, waardoor er betere Qi-stroming in het meridianenstelsel ontstaat, meer ontsnappingen van weefselverhardingen en minder spierspanning. Tevens is er betere doorbloeding en stimulering van het zenuwstelsel. Daarom is het dat deze techniek erg effectief is voor het behandelen van diverse soorten pijn, wat veroorzaakt wordt door stagnaties van Qi en bloed zoals bij hoofdpijn, zenuwpijn, rugpijn, pijn in het kniegewricht, reuma, artritis van de schouder, pijnen met betrekking tot maag en darm, enz.

Het schrapen is niet alleen gericht op het reguleren van Qi en bloed, maar verwijdert ook toxines, versterkt de stofwisseling, brengt yin en Yang in balans, herstelt de regulerende functie van de meridianen en verbetert de functie van: de ademhalingsorganen, de spijsverteringsorganen, de bloedsomloop, het zenuw- en endocrien systeem.

1) Menselijk Lichaam



2) Yin & Yang

Hierdoor is Guasha ook inzetbaar bij condities zoals hoge bloeddruk, de nasleep van een beroerte, hartkloppingen, astma, slechte eetlust, diabetes, spanning op maagdarmstelsel, aambeien, zenuwziekten, onregelmatige menstruatie, vertraagde ontwikkeling bij kinderen enz.

Zowel bij organische aandoeningen als bij moeilijk te behandelen klachten, kan de schraaptherapie een belangrijke rol spelen bij het in stand houden van de "ware Qi" en het verwijderen van schadelijke elementen, waardoor de weerstand van de patiënt wordt hersteld en verstrekt.



3) Diverse foto's na behandeling

03. Wanneer kunnen we Guasha toepassen?

Guasha kan bij honderden klachten/ziekten worden toegepast. Zowel preventief of als een middel om daadwerkelijk een klacht te verhelpen of een ziekte te verlichten /genezen. De lijst van klachten/ziekten die met Guasha behandeld kunnen worden is te lang om hier beschreven te worden maar bestaat o.a. uit :

- Alle pijnsyndromen
- Nek- en Schouderklachten
- Hoofdpijnen en migraine
- Rugklachten
- RSI
- Stress, Burn-out
- Reumatische klachten
- Astma
- Verteringsstoornissen
- Stofwisselingsstoornissen
- Hoge bloeddruk
- Chronische Vermoeidheid



1) Diverse foto's

Zoals we gezien hebben wordt Guasha meestal toegepast voor fysieke klachten en door deze toepassing worden fysieke blokkades opgeheven waardoor het lichaam revitaliseert. Ons lichaam wordt weer vitaler doordat er een betere doorstroming plaatsvindt van bloed en energie, omdat afvalstoffen opgeruimd worden. Ook ons zenuwstelsel kan hierdoor beter gaan functioneren. En juist omdat we een betere doorstroming krijgen van bloed en energie en doordat het zenuwstelsel beter gaat functioneren revitaliseert ons hele lichaam, ook het mentale/psychische gedeelte. Guasha veroorzaakt ook een soort prikkeling bij mentale/psychische blokkades waardoor een soort zelfreflectie optreedt die bewustwording tot gevolg heeft.

Guasha kan worden gebruikt bij mens en paard:

- Ter preventie (voorkoming klachten/ziekten)
- Behandelen van klachten en ziekten
- Versterking van het lichaam
- Verbeterd de doorbloeding
- Ontgift en ontzuurt (detox)
- Stimuleert het immuunsysteem
- Vermindert blokkaden en pijn
- Stimuleert de werking van organen
- Vitaliseert (meer energie)
- Vermindert spanning (stress), moeheid en burn-out
- Verbeterd (indirect) talloze (chronische) wanorde en klachten

- Brengt emoties in evenwicht

Alles in een simpele therapie Guasha!!



2) Guasha-behandeling voor paard



Nog enkele voordelen van Guasha specifiek voor paarden:

- Guasha verbetert de bloedcirculatie, dus sneller herstel van bv blessures
- Guasha zorgt voor spieropbouw en toename van de bewegingsvrijheid
- Guasha vermindert spierkrampen, die zijn ontstaan door een teveel aan afvalstoffen in de spiergroepen
- Guasha vermindert ontstekingen en zwellingen in de gewrichten waardoor de pijn minder wordt, geeft dus verlichting bij artrose
- Guasha stimuleert de circulatie van het lymfestelsel, versnelt verwijdering afvalstoffen zoals melkzuurbacteriën
- Guasha rekt en strekt bindweefsel en voorkomt zo het vormen van verklevingen, bv na een operatie of ongeval, waardoor het zenuwstelsel blijft functioneren
- Guasha verhoogt de productie van synovia (gewrichtsvloeistof) in de gewrichten, dus zorgt voor een betere smering van de gewrichten
- Guasha zorgt voor vrijkomen endorfine, lichaamseigen pijnstillers
- Guasha helpt om het hele lichaam en psyché van het paard in een betere conditie te krijgen en te houden en zorgt dus voor een betere balans van het paard
- Guasha zorgt voor ontspanning en vermindert stress
- Guasha kan bij probleempaarden inzicht krijgen vanuit welk gebied
- Guasha verbetert eerst de overbelastingen die zijn ontstaan door overcompensatie en dan zien we het paard met het oorspronkelijke probleem

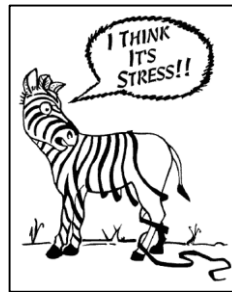
04. Guasha: Afvalstoffen – De 3 stadia van Chi

Een van de grootste oorzaken van alle klachten en ziekten zijn: **Afvalstoffen !!!**

Afvalstoffen vanuit de stofwisseling verlaten ons lichaam gewoonlijk via de ademhaling, zweten, urineren en ontlasting. Wanneer deze stoffen voor een langere tijd in het lichaam achterblijven doordat ze niet worden verwijderd via de normale afscheidingskanalen, veranderen ze in toxinen die schadelijk zijn voor het lichaam. Ze veroorzaken stagnaties in de doorstroming van Qi en bloed, waardoor ziekten/klachten ontstaan.

Behalve het verbeteren en versterken van de stofwisseling van de plaatselijke huid, verwijdert de schraaptherapie effectief toxinen, zorgt voor een betere zuurstof toevoer, verwijdert stagnaties, activeert cellen en bevordert de algehele stofwisseling.

Afvalstoffen die we via ons voedsel binnen krijgen, maar ook door stress, spanning, milieuvervuiling, elektro smog (tv, computer,gsm, enz.), medicatie, roken, alcohol enz. enz.



1) Bekende afvalstoffen

Afvalstoffen worden door ons lichaam weggezet op die plaatsen waar ze in de eerste instantie zo min mogelijk schade veroorzaken. En dat is het bindweefsel, spieren en gewrichten. Maar langzaam aan slijbt het bindweefsel dicht, spieren verzuren en gewrichten ontsteken. Er ontstaan klachten, die vaak gepaard gaan met pijn.

Doordat het bindweefsel dichtslijbt, kunnen voedingsstoffen vanuit de bloedbaan minder goed de cellen bereiken, wat nodig is voor een goede stofwisseling. Doordat er minder voedingsstoffen opgenomen kunnen worden, krijgen de cellen ook minder zuurstof. De afvalstoffen die vrijkomen van de verbranding, die alsnog plaats vindt in de cellen, moeten terug via het bindweefsel naar de bloedbanen zodat deze de afvalstoffen weer kunnen worden afgevoerd. Maar ook deze afvalstoffen kunnen moeilijker de bloedbanen bereiken omdat het bindweefsel al zo vol zit met afvalstoffen. Dus slijbt ons lichaam nog meer dicht. Energie kan niet goed meer stromen. En het probleem wordt groter en groter.

In de Chinese geneeskunde is sprake van 3 stadia van “slechte Chi “(energie).

- **Het eerste stadium** is de toxische (giftige) Chi, waar afvalstoffen en giftige resten zich ophopen in ons lichaam en wanneer ze niet worden bestreden en we laten ze maar rustig hun gang gaan, dan kan dit resulteren in serieuze gezondheidsproblemen.
- **Het tweede stadium** is de gestagneerde Chi (energie). Dit wordt veroorzaakt door condities als gebrek aan beweging, chronische hart-, lever-, nier-, milt- en longproblemen engroot overgewicht.. Deze trage of stilstaande energie gaat altijd gepaard met pijnen in verschillende delen van het lichaam.
- **Het derde stadium** noemt men dode Chi (energie). Dit is een stagnatie die al een heel lange tijd in het lichaam aanwezig is. Hierdoor is er in de weefsels ook een gebrek aan zuurstof ontstaan. Dode Chi kan zeer veel schade veroorzaken, het kan de groei van kankercellen stimuleren. Belangrijk hierbij is te weten dat kanker anaerobic is. Het gedijt het beste waar te weinig zuurstof is.

05. Hoe werkt de schraaptechniek?

Guasha zorgt door de druk van het schrapen op de huid, voor een soort “zuiging” onder de huid (oppervlakte, epidermis) in het bindweefsel. En deze zuiging zorgt ervoor dat gestagneerd intercellulair vocht naar de oppervlakte beweegt en verwijderd daarmee de toxische resten (de afvalstoffen), zodat er tegelijkertijd een doorstroming plaats vindt van vers zuurstofrijk vocht, rijk aan voedingsstoffen, waardoor een versnelling van revitalisering van de cellen plaatsvindt om eventuele “dode Chi” te voorkomen.

Met het naar de oppervlakte komen van afvalstoffen komt er tegelijkertijd ook wat serum en rode bloedlichaampjes uit de uiteinden van de zeer fijne haarvaatjes mee naar boven. Dit veroorzaakt de rode vlekken, de Sha, die zichtbaar worden. Doordat het serum en de rode bloedlichaampjes in het bindweefsel komen ontstaat er een reactie van het immuunsysteem van ons lichaam. Dat er afvalstoffen in het bindweefsel aanwezig waren, dat was het lichaam wel gewend, het heeft zelf die afvalstoffen daar gedumpt. Maar bloed is een andere zaak. Daar wordt meteen op gereageerd, omdat het niet thuis hoort in het bindweefsel. Ons lymfesysteem en de bloedsomloop worden geactiveerd om de vreemde indringers af te voeren. De afvalstoffen worden opgenomen en afgevoerd door bloed en lymfe naar de organen die er zijn om deze stoffen te verwerken zoals lever en nieren.



1) Water drinken is een essentieel onderdeel van de therapie

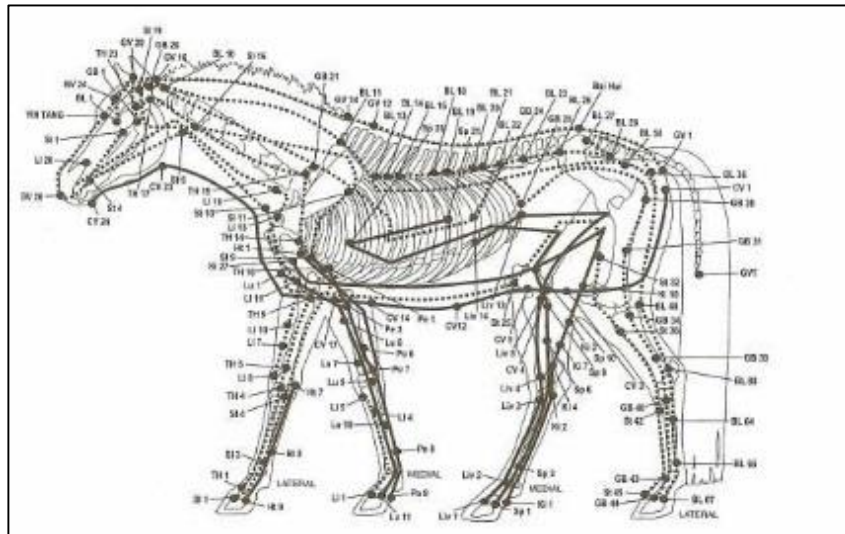
Veel water drinken na een guasha behandeling is dan ook een must, om de afvalstoffen daadwerkelijk te kunnen afvoeren via de nieren en blaas.

Ook zweten, na intensieve fysieke arbeid of tijdens het nemen van een sauna, is een goede manier om van overtollige afvalstoffen af te komen. Passief zweten, zoals nachtzweten of tijdens de overgang, is een teken dat we teveel afvalstoffen in ons lichaam hebben. De huid reageert dan als een soort noodventiel om deze stoffen te lozen.

06. Twee Methoden.

De schraaptherapie kan worden onderverdeeld in twee methoden:

1. Meridiaan schraap-therapie: De meridiaan schraap-methode is een combinatie van acupressuur en het schrapen van de huid.
2. Reflexzone schraap-therapie: Een methode van het schrapen van bepaalde gebieden en punten op het lichaam die corresponderen met bepaalde organen in het lichaam. De eigenschappen van deze therapie zijn het schrapen van slechts een klein gebied en vraagt minder tijd.



1) Anatomie van een paard

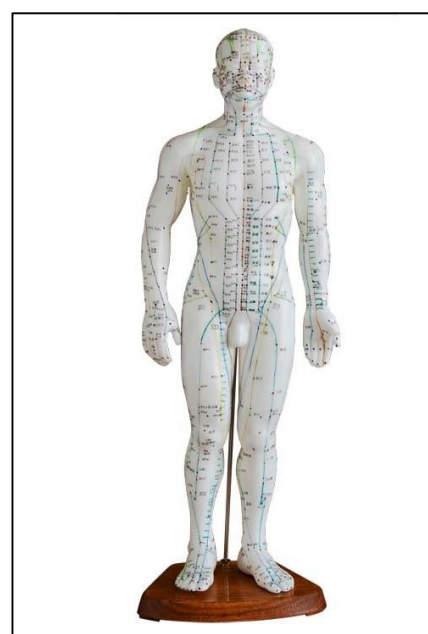
Naast deze methoden heeft Guasha een bijzonder effect op de gezondheid en soepelheid van de huid, spieren en het bindweefsel. Dit is vaak bij 1 behandeling al duidelijk merkbaar en zichtbaar!

De reflexzones:

De meridianen:



1. Long
2. Hart
3. Lever
4. Galblaas
5. Drievoudige Verwarmer
6. Maag
7. Milt
8. Nieren
9. Dunne Darm
10. Dikke Darm
11. Blaas



07. Wat voor schraapinstrumenten zijn er?

Helaas zijn niet alle steensoorten geschikt om een schraapinstrument van te maken, vooral niet als ze te poreus zijn. Toch zijn er al verschillende steensoorten op de markt gekomen, maar Jade blijft een fijne basis steen die de energie erg goed geleidt en blokkades kan opsporen.

Iedere steen geeft een ander 'gevoel' en 'effect' voor mens of paard en kan dus zeer goed bijdragen aan het verloop van de behandeling. Ook voor ons als therapeut is het erg fijn om zoveel verschillende instrumenten ter beschikking te hebben, om te helpen om het effect van de behandeling te optimaliseren.

Naast het materiaal is de vorm ook erg belangrijk voor de therapeut, je moet er makkelijk mee kunnen werken, voor ieder gebied van het lichaam is er een geschikte steen verkrijgbaar.



1) Praktijkbeeld

Tegenwoordig gebruiken wij vooral steensoorten zoals :



2) Jade



3) Rode Aventurijn



4) Basalt (Energie Stone)



5) Rozekwarts



6) Obsidiaan



7) Groene Agaath



8) Rode Agaat



9) Boweniet (soort van Serpetijn)



10) Bianstone



11) Buffelhoo

Voor meer informatie of steensoorten: www.guashatherapie.nl

08. De Behandeling.

Mens:

Bij de behandeling wordt er een speciale guasha olie op de huid aangebracht. De olie gebruikt men enerzijds ter bescherming, dat de huid niet beschadigd anderzijds in verband met de bestanddelen. Deze Guasha olie bestaat namelijk uit diverse Chinese kruiden elke kruid heeft zijn eigen werking (ontspanning, ontgiften, warmte enz.) men kan niet zomaar een willekeurige olie gaan gebruiken, omdat andere oliën bestanddelen kunnen bevatten waardoor er reacties in het lichaam kunnen ontstaan.

Op de plaats waarop de olie is aangebracht begint de therapeut dan met een speciale schraper te 'schraper' de schraper is vervaardigd uit jade, hoorn of metaal.

De huid wordt hierdoor rood en op de plaatsen waar blokkaden (afvalstoffen) zijn, verschijnen 'bloeduitstortingen' (sha's) in de huid (niet op de huid) variërend van diep rood tot paars. Aan de kleur van de sha's kan men zien of het een recente of een chronische stagnering is. Hoe donkerder de vlek, hoe chronischer de stagnering is. De kleur kan variëren van licht rood tot donkerrood, maar ook blauw, paars tot zelfs zwart. Bij een normale conditie verdwijnen de rode delen volledig binnen 3 tot 7 dagen.



1) Mogelijk na behandeling



2) Verkleuring

Doordat men zich vaker laat behandelen met Guasha, krijgt men steeds minder rode vlekken, wat betekent dat het lichaam weer gezond wordt. Het schrapen samen met de werking van de olie zorgt voor ontgiften van het lichaam. Het is dan ook raadzaam om nadien extra water te drinken!!



3) Massageolie



4) Instrument



5) Behandelde arm

Praktijkvoorbeeld van patiënt met neklachten:



Stap I: Guasha-olie wordt aangebracht op de huid



Stap II: Verloop behandeling



Stap III: Laatste fase behandeling

Paard:

Bij de behandeling van het paard missen we het visuele aspect de 'sha' (verkleuring) en is het niet noodzakelijk om de Guasha olie te gebruiken, de haren van het paard zijn hele mooie geleiders voor het schraapinstrument. Lokaal werken we wel met Guasha olie aangezien deze olie waardevolle eigenschappen bevat (kruiden).



1) Actiefoto behandeling

Guasha – natuurlijk schrapen:

In de praktijk merken wij op dat ook de 'probleem paarden' die boos, chagrijnig en soms zelf gevaarlijk kunnen zijn, zich al snel helemaal openstellen voor Guasha en er erg door veranderen.

Waarom? In vrijheid 'schrapen' ze elkaar op verschillende plekken. Het is dus heel erg natuurlijk!

Guasha is een echte 'SCHOONMAAK MACHINE'. Het hele lichaam kan worden behandeld en het is een zeer effectieve techniek.



2) Guasha-behandeling paard

Na een behandeling kun jij of je paard een reactie krijgen, deze kan zich uiten in de vorm van:

- vermoeidheid
- een energieboost
- een gevoel van opluchting
- jeuk
- tintelingen
- 'sha'plekken (mens)

Paarden gaan vaak vanzelf meer drinken (zorg dus voor voldoende water) en willen vaak even lekker rollen, schudden of stretchen.

09. Hoe vaak behandelen?

Tijdens de kennismaking krijgen wij als therapeut een beeld van de cliënt, de algehele gezondheid en/of de persoon of het paard specifieke klachten/ziekten heeft waar wij als therapeut weet van moeten hebben alvorens wij starten met een behandeling.



1) Behandeling van een paard

Het is afhankelijk van de klacht of blokkade hoeveel behandelingen er nodig zijn om de cliënt weer van deze klacht af te helpen of deze te verminderen. Dit weet je nooit van te voren er zijn veel factoren die daarbij mee spelen, zoals de algehele gezondheid, of het lichaam dus in staat is de afvalstoffen weer snel af te voeren, de leefgewoontes van de cliënt en ook hoe 'chronisch' de klacht is (hoe lang de blokkade zich al heeft kunnen nestelen).

Wat ik persoonlijk erg mooi vind aan deze therapie is dat je 'laag' voor 'laag' naar boven haalt en bepaalt de persoon of het paard wat ze 'los' willen laten, forceren is hier dus niet bij gewenst. Tijdens de behandeling van bijvoorbeeld stijve spieren, voel ik na het schrapen dat de bovenlaag weer mooi los is, daardoor krijg ik een dieper beeld en voel ik vaak dat eronder deze eerste laag nog meerdere blokkades bevinden, die zich nu weer naar boven kunnen manifesteren om tijdens de volgende behandeling te worden meegenomen.

Je ervaart meteen een 'vrijer' gevoel, de huid is beweeglijker dus is er meer bewegingsvrijheid en ontspanning mogelijk. (ontspant de geest)

Iedere individu ervaart de behandeling anders, alleen al qua gevoel. Sommigen willen veel druk, weer anderen kunnen een lichte behandeling al als gevoelig ervaren. Als therapeut passen wij onze behandeling hier op aan. De stenen spelen hierbij ook een grote rol, iedere steensoort geeft een ander gevoel en kan dus meehelpen om de behandeling te versterken/verzachten en de blokkades makkelijker los te maken.

Afhankelijk van de wensen van de patiënt en de klacht maken we een behandelplan. Meestal zijn de eerste behandelingen eens in de 2 weken, zodat we eerst het lichaam kunnen 'schoonmaken'. Daarmee bedoel ik dat

we bijna nooit alleen 'lokaal' behandelen. Over het algemeen zijn blokkades vaak op verschillende plekken weggezet, alleen ervaren wij het soms alleen op 1 plek, maar moeten we dus wel zorgen dat de rest van het lichaam ook wordt behandeld om het hele lichaam weer blokkade vrij te maken en te zorgen voor een goede doorstroming van Qi (energie) en bloed.

Een versterkende behandeling kan zelfs iedere dag, hierbij is het doel om Qi en bloed te laten stromen en het lichaam te versterken. Dit heeft ook een positieve uitwerking op het mentaal vlak.



2) Ontlading na een versterkende Guasha-behandeling.

10. Preventie Guasha

Versterk je lichaam & Geest en gun jezelf regelmatig een versterkende behandeling'

Naast jezelf en je paard te kunnen laten behandelen door een Guasha therapeut, is het aan te raden om jezelf en je paard zelf te ondersteunen door regelmatig (indien gewenst) je zelf en je paard af te strijken.

'Even een momentje van rust' 'Samen met je paard!'

Preventief helpt Guasha met het gezond houden van het lichaam en het verwijderen van afvalstoffen en toxines en zorgt voor meer 'bewegingsvrijheid' wat zowel ruiter als paard ten goede komt met de training en ontwikkeling in lijf en ledematen.

Wat kun je zelf toepassen?

Als ontspanning of juist versterking van het lichaam. Voorafgaand aan de training is er een speciale steen in ontwikkeling zodat de ruiter het paard kan onderhouden en het lichaam vast opwarmt voorafgaand de training of kan toepassen na de Cooling down. Uiteraard kan de ruiter ook zichzelf (over de kleren) behandelen voorafgaand de training.

Op www.guashabehandeling.nl komt te staan wanneer de steen verkrijgbaar is.

Op www.guashashop.nl zijn diverse stenen en oliën verkrijgbaar.

Zelf heb ik er erg mooie ervaringen mee bijvoorbeeld voorafgaand een demonstratie of wedstrijd, het werkt ook rustgevend en verkwikkend op de geest, waardoor je beter in je concentratie en focus kunt komen samen met je paard.

Je laat de energie stromen! En het bevordert de bloedsomloop.

Voor het slapen gaan even je haren afstrijken.. Bevordert de nachtrust.

Hoe leer je deze versterkende behandeling? Lees je in het volgende hoofdstuk.



1) Behandeling van een paard

11. Wat kun je doen als eigenaar?

Een versterkende behandeling:

Speciaal voor de preventieve ondersteuning kan men een steen gebruiken om het paard zijn hele lichaam af te strijken, ter bevordering van de doorstroming van Qi en Bloed en kleine blokkades op te heffen.

Deze behandeling is tevens een fijne ondersteuning tijdens de periode dat je paard behandeld wordt door een Guasha therapeut, daarna kun je deze techniek indien gewenst regelmatig toepassen voor het rijden/werken of gewoon tijdens het poetsen. Deze steen kun je ook gebruiken om jezelf een versterkende behandeling te geven en op te warmen voordat je met je paard aan de slag gaat.



1) Behandelbanen paard (versterking)

‘Ervaar het zelf samen met je paard’

Zoek een plek waar het paard zich kan/durft te ontspannen en begin met het ontspannen van je eigen lichaam en probeer bewust te worden van je ademhaling. Bij een versterkende behandeling maken we grote lange banen met lichte druk!

Als het paard het toelaat is het fijn als je direct achter de oren kunt beginnen om de banen te maken richting het schouderblad (alles met de haren mee). Als het paard gespannen is, kan het helpen om bij de schoft te beginnen en dan later als het lukt de hals nog een keer mee te nemen, zodat het paard kan wennen aan de aanraking.

Visualiseer tijdens deze behandeling dat de spanning verdwijnt, jouw intentie bepaalt hoe het paard de versterkende behandeling zal ervaren.

Wil je deze behandeling gebruiken voor het rijden/ trainen dan mag je intentie opwekkend zijn en maak je de lijnen wat minder langzaam.

Neem bij het behandelen ook de benen mee en strijk af over de hoef, strijk naar beneden maar ook weer een keer zonder druk omhoog zodat de energie weer richting het lichaam kan stromen.



1) Praktijkvoorbeelden

Let op! Veiligheidshand (contact) hand paarden kunnen uit reflex een been optillen of het hoofd naar je toe draaien.

Let op! Minimaal 15 x per baan strijken met lichte tot medium druk

Let op! De reacties van het paard, het paard geeft duidelijk aan welke snelheid, druk en plekken fijn zijn of minder fijn zijn, hier kan jij de behandeling op aanpassen.

Tips:

Geef jezelf en je paard een Guasha behandeling cadeau om te ervaren wat het voor jullie kan betekenen alvorens zelf te starten met deze onderhoudstechniek. Een guasha therapeut kan je op de aandachtspuntjes wijzen en tips geven.

Voel je paard eerst na met je blote handen om eventuele warme/koude plekken, bultjes en bijvoorbeeld wondjes te ontdekken.

Noteer opvallendheden die je opmerkt aan je paard, dit kan je weer door geven aan de therapeut.

Zet je paard liever niet vast, zodat ze 'actief' mee kan doen en jou laten zien wat ze wel en niet prettig vinden, vaak 'wijzen' ze op een gegeven moment plekken aan die je extra moet afstrijken.

Voor de veiligheid kan je de eerste keer met z'n tweeën werken zodat 1 persoon het paard kan vasthouden en jij in alle rust kan concentreren op het afstrijken.

Voor vragen mag je me altijd mailen: hpaardensport@gmail.com

12. Opleiding “Guasha Voor Mens & Paard”

Wil je jezelf ontwikkelen als Guasha therapeut voor mens en paard?

Dan ben je van harte welkom tijdens een van onze opleidingsdagen. Ieder jaar is er een kennismakingsdag en starten wij in maart met een nieuwe groep cursisten. Deze zeer volledige opleiding duurt anderhalf jaar. Dus wees er snel bij en schrijf je in bij mij of Harris Slegers.

Een andere mogelijkheid is een afspraak te maken voor een behandeling voor jezelf en je paard. Zelf behandel ik mens en paard op HH Academy en ook in de omgeving van Kootwijkerbroek.

<http://www.guasha-opleidingen.nl/> hier kun je alle nodige informatie over de opleiding terug vinden.

Wil je weten waar er een Guasha therapeut is bij jou in de buurt?

www.guashabehandeling.nl hier staan alle cursisten vermeld die in opleiding zijn en hun werkregio.

Ik hoop dat u heeft genoten van deze introductie van Guasha voor mens en paard. Voor meer praktijkvoorbeelden, zijn er na deze pagina nog een aantal bijzondere voorbeelden.

Met vriendelijke groet,

Greetje Hakvoort

26-01-2014, Kootwijkerbroek



DIT IS VERSIE 1.0 VAN DIT EBOOK

Dit E-Book is het resultaat van onderzoek, praktijk en studie en ik hoop dat je dankzij dit Ebook een helder beeld krijgt over Guasha therapie voor mens en paard. Hierbij het vriendelijke verzoek om onderstaand formeel copyright te respecteren om het ook in de toekomst mogelijk te maken om meerdere van deze publicaties voor je samen te stellen.

Je sportiviteit in deze en daarmee je waardering voor de toegevoegde waarde van dit werk voor je eigen ontwikkeling stel ik zeer op prijs.

COPYRIGHT

Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Human & Horse Academy- Greetje Hakvoort worden vervaelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, offset,

fotokopie of microfilm of in enige digitale, elektronische, optische of andere vorm, of (en dit geldt zonnodig in aanvulling op het auteursrecht) worden gereproduceerd ten behoeve van een onderneming, organisatie of instelling of voor eigen oefening, studie of gebruik welk(e) niet strikt privé van aard is of worden overgenomen in enig dag-, nieuws- of weekblad of tijdschrift (al of niet in digitale vorm of online). Tegen overtreders zullen altijd juridische stappen worden ondernomen.

DISCLAIMER

Bij het samenstellen van dit eBook is de grootste zorg besteed aan de juistheid van de hierin opgenomen informatie. Greetje Hakvoort kan echter niet verantwoordelijk worden gehouden voor enige onjuist verstrekte informatie in dit document. Greetje Hakvoort stelt zich niet aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden, onvolkomenheden en/of onvolledigheden in dit document.

13. Praktijkverhalen met Paarden

Bongo:



1) In actie met Bongo

Bongo is een 9 jarige kruising tuigpaard ruin met staart/manen eczeem, dankzij guasha heeft hij veel minder last gekregen en kan ik hem een groot gedeelte van de zomer zonder deken zetten. Om hem optimaal te kunnen laten presteren was Guasha een erg belangrijk onderdeel van de training/week. Als preventief middel om zijn gezondheid te bevorderen en zijn 'lichaam' te ondersteunen. Daarnaast vindt hij het ook gewoon erg fijn en was het voor ons een hulpmiddel tijdens show's, wedstrijden of evenementen. In de trailer kreeg hij dan vooraf een versterkende behandeling, waardoor hij mooi was opgewarmd, soepeler kon beginnen en ik helemaal ontspannen ;) Daarna gebruikte ik het ook weer als cooling down om de afvalstoffen snel kwijt te raken. Mentaal is Guasha ook erg krachtig!! Dus een versterkende behandeling doet dan al wonderen om de ergste 'spanning' kwijt te raken en je lijf te voelen stromen! Bongo bewijst dat je zelfs met een minder atletisch lijf, met gerichte training en met de ondersteuning van Guasha, toch zonder blokkades mooie resultaten kunt boeken. Een 'blij' Ridder & Working Equitation paard.

Volg Bongo's opleiding op: <http://www.youtube.com/user/greetjehakvoort24>



2) Bongo 4 jaar en Bongo 7 jaar



3) Guasha houdt Bongo soepel en vitaal

Coco:



1) Guasha-behandeling Coco

Coco is een 6 jarige KWPN ruin (Rhodium x Chronos) Als veulen is hij al jong zijn moeder verloren, toen ik hem kocht was hij 5 maanden oud. Zijn bijnaam was 'houtenklaas' maar ik was helemaal verliefd op hem, dus heb ik toch de gok gewaagd in de hoop dat hij zou verbeteren tijdens het opgroeien. Helaas werd het niet beter, dus heb ik 3 jaar de tijd genomen om hem te ontwikkelen door gerichte training en pas toen we begonnen met de toevoeging van Guasha therapie, is het in een sneltrein verbeterd! Guasha maakte zoveel bij hem los, mentaal en fysiek zodat hij toch langzaam aan de juiste spieren kon ontwikkelen om een ruiter te dragen. Coco was mijn eerste testcase naast mijn oude pony Eroz, dus dat maakt het helemaal speciaal, ik was zo onder de indruk van de resultaten dat ik naast Coco direct meerdere testcases aannam om te helpen met deze krachtige therapie. Je kunt een lichaam niet 'dwingen' om te veranderen dit gaat stap voor stap met de juiste hoeveelheid training en rust, net als bij sporters. Maar als een lichaam van nature zoveel blokkades en beperkingen heeft zoals Coco dat had, dan maakt dat het trainen onmogelijk. Daarom ben ik erg blij dat met de ondersteuning van Guasha, Coco zich nu toch kan ontwikkelen als rijpaard!

Volg Coco's opleiding op: <http://www.youtube.com/user/greetjehakvoort24>



2) Foto's verandering Coco



3) Actiefoto's Coco

Helaas is Coco van karakter ook niet altijd de makkelijkste geweest ;) Van rodeo paard naar rijpaard!

Coco heeft mentaal veel baat bij een Guasha behandeling, ook zijn spiertonus blijft nu meer constant.



4) Coco 5 jaar



5) Coco 6,5 jaar

Eroz Diamond:



Er was niks meer van mijn pony over... kon bijna niet meer opstaan..

Eroz Diamond NRPS ruin van nu bijna 24 jaar jong! 1,5 jaar geleden leek er acuut een eind te komen aan zijn leven, zijn longblaasjes functioneerden niet meer naar behoren en mede door de hitte van toen was ik al in overleg met de dierenarts om hem in te slapen... Een weekje aankijken zei hij.. staat nog in mijn geheugen gegrift.. Die week flink met Guasha aan de gang gegaan (Versterkend) om hem te ondersteunen.. Mede dankzij Guasha én natuurlijk zijn sterke wil om te leven, knapte hij verbazingwekkend goed op en hoefde ik hem niet te laten inslapen. Helaas was hij wel erg verzwakt en vanwege zijn leeftijd bouw je spiermassa niet 123 weer op.. We hebben het weer rustig opgepakt met werk aan de hand, nu 1,5 jaar verder is hij weer beter als ooit, de zomer goed doorgekomen en met af en toe een beetje benauwdheid of een hoestbuitje voelt hij zich weer helemaal vitaal! Volg Ero Diamond op: <http://www.youtube.com/user/greetjehakvoort24>

1 jaar later!



Tom:



Tom is 'n 14 jarige tuigpaard ruin (geen papieren) van Simone Wijnberge. Het heeft mij verbaast en geïnspireerd welke kracht heeft in combinatie met Guasha therapie. ze zijn nu een veelbelovende combinatie die vol energie en passie aan het werk zijn samen!



Wat Guasha voor Tom en mij betekent: Vorig jaar in april ben ik met Tom bij Greetje Hakvoort komen te staan. Hij was erg gestresst en dat uitte zich bij hem in een heel boos en zuur paard. Mensen aanvallen was bij hem gewoon, vooral als je hem benaderde, daarbij had hij ook extreme voernijd.

Hem aanraken heeft hij nooit van gehouden, vooral de laatste maanden voordat ik bij Greetje kwam werd dat steeds erger, ik heb de littekens nog in mijn arm staan. Zelf begon ik last te krijgen van mijn onderrug met rijden, achteraf waarschijnlijk van het zadel. Toen Tom wat meer rust kreeg (de juiste stalling en plaats) is Greetje begonnen met het behandelen van Tom. Hij bleek helemaal vast te zitten, juist in zijn nek en schoft gebied, dit was nooit onderkend bij andere therapeuten. Het behandelen ging niet zonder slag of stoot, maar na een paar behandelingen zag je al verbetering. Na 8 behandelingen was Tom al zo opgeknapt dat je hem weer normaal kon aanraken zonder zijn tanden te zien en zijn oren plat. Ondertussen had ik zelf ook al verschillende behandelingen met Guasha ondergaan. Ik zat helemaal vast in mijn rug, meteen na de eerste keer had ik geen last meer van mijn onderrug. Ik kan nu ook veel beter recht op zitten, zat vroeger altijd met een gebogen rug en schouders op het paard. Ondertussen zijn we een paar maanden verder en zie ik Tom alleen maar verbeteren, dit mede door Guasha en natuurlijk door de juiste training, dit is in mijn ogen een zeer belangrijk aspect.

Nijntje:



Nijntje was een getraumatiseerde kwpn merrie, haar nieuwe eigenaresse wilde haar graag helpen en zodoende is ze een periode bij mij in training gekomen. Haar lichaam stond letterlijk onder 'hoogspanning' iedere beweging was eigenlijk al reden om te verkrampen zowel mentaal als fysiek.

Dit uitte zich in paniekuitbarstingen, wegrennen, bokken, steigeren etc.

Dankzij massage en Guasha kon ik haar helpen haar spiertonus te verbeteren, kreeg ze weer meer vertrouwen in haar lichaam en vooral ook minder pijn in haar rug. Na een periode rust, behandelingen en hand/longeer werk kon ze weer rustig gereden worden.



Pedisha:



Pedisha en Muriel waren al in een vroeg stadium ‘test case’ voor deze therapie. Zoals te zien op de foto’s was Pedish echt heeeel blij met de behandelingen, super fijn voor mij als therapeut een paard die zo mee werkt en er zichtbaar van geniet én opknapt! Met mijn handen zou ik nooit diep genoeg zijn gekomen, dankzij de kracht van de stenen, kon ik haar ‘echt’ los maken tsjonge wat was dit paard van beton ;) Na enkele behandelingen was ze zichtbaar losser en kon ze veel vrijer bewegen wat de training van deze combinatie ook ten goede kwam ze konden eindelijk weer samen blokkade vrij rijden!

Probleemzones:

- Harde manenkam
- Keiharde broekspier
- Houdt vocht vast op diverse plaatsen
- SI-gewicht

Muriel: “Na vele behandelingen bij een chiropracteur, homeopaat en osteopaat bleven deze problemen onopgelost. Pedisha kon haar achterbenen niet goed onderswingen en ook het kantelen van haar bekken kostte haar veel moeite. Ook haar achterbenen optillen bij de hoefsmid was een groot probleem. Door de guasha-behandelingen is er een grote ommekeer gekomen in haar manier van bewegen, ook de harde manenkam en het vocht vasthouden is verdwenen. (dit had overigens ook met voeding te maken, met name het kuilvoer zorgt voor opslag van afvalstoffen in manenkam en staartgebied).



Winay:



Winay is een kwpn ruin, als trainingspaard bij mij gekomen. Winay is een paard met meerdere 'gebruiksaanwijzingen' zijn grootste probleem was staken en hij was continue in 'spanning' zelfs als hij los liep in de wei was hij eigenlijk de hele tijd gestresst en wilde hij andere paarden opjagen en mee nemen in zijn stress, daardoor moest hij op de stal van de eigenaresse alleen staan. Naast zijn mentale problemen, was hij fysiek ook niet optimaal, zijn kniebanden waren zwak waardoor hij niet goed kon 'dragen' en erg flegmatisch voelde. Zijn rug zette hij erg vast onder het zadel. Met massage en Guasha kon ik hem fysiek helpen om zijn rugspieren weer los te maken en mentaal kreeg hij meer rust. Met gepaste training is hij veel sterker geworden en in balans zowel mentaal als fysiek. Hij is zelfs van 'probleem paard' een tijd een lespaard van HH Academy geworden en heeft veel mensen blij gemaakt ☺

Nu na 2 jaar is hij zelfs weer terug bij zijn eigenaresse en een super familie paard geworden!



Jeanet Broekhoef over Winay:

"Winay was altijd erg nerveus, toen ik hem later verhuisde naar een stal dichterbij bleef dat probleem. Zelfs op plekken waar hij dagelijks kwam bleef hij nerveus. Het kwam zover dat ik geen plezier meer had in het rijden omdat hij zich nooit echt kon ontspannen. Een ritje in het bos was meestal rijden op een tijdbommetje (al heeft hij nooit echt gekke dingen gedaan....).

Mijn kinderen konden er maar zelden op (meestal op warme dagen als hij weinig puf had. En dan nog moest ik eerst in zijn ogen kijken hoe zijn pet stond).

Ik ben toen gaan kijken naar een instructeur in de buurt die me kon gaan helpen, en ben -alsof het zo moest zijn- terecht gekomen bij Greetje Hakvoort. Zij had al snel in de gaten dat hier drastische maatregelen nodig waren en zo is Winay in Zevenaar terecht gekomen. Na een tijdje in haar kudde en met Greetje en haar leerlingen te hebben meegedraaid begon hij al vrij snel te "landen".

Ook lichamelijk zat hij niet helemaal lekker. Een combinatie van zwakke knieën en stijfheid in de rug veroorzaakt door een zeer ongelukkige vastligger in zijn stal. Door veelvuldige massages en guasha-behandelingen is hij ook op dit gebied enorm vooruitgegaan en heeft hij nu een solide basis voor zijn verdere opleiding.

De conclusie die we uiteindelijk -naast zijn lichamelijke problemen- hebben getrokken is dat Winay een zeer

intelligent paard is wat veel prikkels nodig heeft om rustig te blijven tussen de oren (de pensionstallen waar hij tot nu toe had gestaan waren veel te eenzaam (alleen op stal en in de wei).

Gelukkig gebeurt er bij Greetje altijd wel wat, en dat is zijn -en mijn- redding geweest.

Inmiddels kwam de grote verhuizing naar Kootwijkerbroek waar Winay door Greetje verder werd opgeleid om zo als "professor" te kunnen dienen voor een aantal van haar leerlingen.

Mijn kids hebben tijdens een zomerkamp zelfs met zijn 2en op zijn rug door het bos gesjouwd. Geen probleem.

Zet er maar een beginner op en Winay loopt wel.....wat een grote verandering.

Inmiddels staat Winay weer thuis op de plek waar hij is geboren, en kunnen we eindelijk samen met de kinderen heerlijk met hem rijden, handwerken of lekker tuttelen....."



Jeanet & Winay



Jeanet & Winay 2013

Goodwood:



Kwpn ruin Goodwood is voor mij ook een bijzondere test case geweest zowel voor de Guasha als voor de training. Op de linker foto bij aankomst, 2^e foto half jaar later! Goodwood is waarschijnlijk als veulen gevallen op zijn rug, hij heeft een vorm van spinale ataxie. Op de linker foto kun je goed zien hoe 'vast' hij zat. Dus hebben we de tijd genomen door de hoeveelheid behandelingen, maar ook met werk aan de hand, om hem soepeler, buigzamer en meer in balans te krijgen. Een paard met een gouden karakter, die ondanks zijn 'beperkingen' zijn talenten kon ontplooiën.

Voor filmpjes van Goodwood:

http://www.youtube.com/playlist?list=PLb_nSTR_kHU5BUrLkHbnq-QNQ-3n48yag



Zoulou:



De evolutie van Zoulou dank zij de ondersteuning van Guasha therapie en Greetje Hakvoort!

“Mijn Naam is Sandrine Hardy en woon in België nabij Gent. Ligging op 3 uurtjes van de mooie Veluwe.

In augustus 2012 kwam Zoulou naar België, ik kocht hem in Portugal, hij is een Lusitano geboren in juni 2006.

Hij was toen nog hengst, zijn concentratie was een ramp. Samen volgen we de Academische strekking van Bent Branderup en rijden we Working Equitation. Hij was een lieve hengst maar als het op concentratie en trainen aankwam, kon hij het niet laten om te bijten en mij omver te duwen tijdens het handwerk. Ik volgde de levels van Parelli maar niets hielp! 30 jaar werken met meer dan honderden paarden, kwam ik bij mijn eigen paard tot een raadsel die een grote uitdaging was en tevens een mooie LEVENSLES!

Na 7 maanden vechten was ik ten einde raad en uitgeput omwille van zijn gedrag.

Op 1 april 2013 heb ik besloten een training aan te gaan met hem, bij Greetje Hakvoort. Er kwam eindelijk Soelaas, Greetje behandelde hem met Guasha. Ik kende Guasha voor de mensen en zijn positieve effecten maar ik wist niet dat het voor paarden bestond.

Het was fenomenaal hoe Zoulou tot rust kwam en eindelijk aarding kreeg. Want hij liep regelmatig als een kip zonder kop rond ;-). Als ik er aan terug denk krijg ik nu nog tranen in de ogen, want ik ging door de hel met een paard die mij niet aanvaarde! Althans zo voelde het. Opgeven was geen optie en dankzij Greetje en de Guasha zijn we geholpen en kunnen we een normaal leven leiden met leuke trainingen zonder gevecht meer!! Want het was een dagelijks gevecht geworden. Greetje leerde mij hoe ik in mijn energie kon staan naast Zoulou, hoe ik met kleinere dingen tevreden kon zijn en op tijd rustpauzes inlassen. Hoe we de academische oefeningen in een meer vloeiende energetische beweging konden verwerken. Niet met behulp van fysieke kracht maar door het visualiseren van een oefening komt de innerlijke kracht tot uiting en dit was voor Zoulouman al meer dan verstaanbaar genoeg! Zoulou is een hypersensitief slim paard en had dus veel fijnere handelingen nodig, lees gedachten. Vooral innerlijk in het moment aanwezig zijn was een belangrijk aspect bij hem.

Deze bewustwording was een openbaring en k'ben zo blij dat Greetje hier haar kennis met ons deelde!

Zoulou leerde via de Guasha ondersteuning en de trainingen met Greetje hoe hij zich op een positieve wijze, beter kon geven met de juiste focus. Hij ging aanvaarden dat oefeningen ook leuk konden zijn en kreeg de wil om te werken!

Mijn ondervinding is ; je kan een paard trainen maar als hij de rust in zijn hoofd niet heeft omwille van trauma's of blokkades dan zal een klassieke training niet helpen of toch niet permanent!

Bij paarden met een blokkade is het zeker interessant om eerst te investeren in de Guasha therapie of opleiding vooraleer er een fysieke training gestart wordt.

Het zal veel leed sparen! Voor ruiter en paard!

De Guasha therapie in combinatie met de juiste begeleiding van Greetje was dan ook Zoulou zijn redding !!



Na 5 maanden juiste training en Guasha therapie was Zoulou klaar om naar huis te komen.

Vandaag genieten we samen van een super partnerschap.

Zoulou heeft zelfs de taak als coach paard en lespaard gekregen.

Hij helpt volwassenen en kinderen over hun blokkades en angsten heen.

Wie had dit ooit gedacht?! “



Lady:

'Van rodeo paard naar Rij-pony'



'In de jaren samen met lady heb ik er meer naast gelegen dan bovenop'

De eerste trainings dag heeft Greetje Lady en mij les gegeven waarbij ze opmerkte dat Lady niet “door haar lichaam heen” loopt. Ze deed braaf de oefeningen maar ze zette haar rug vast en dus stroomde de beweging niet van achter naar voren door. Dat was openbaring nummer één.

Openbaring nummer twee kwam nadat Greetje Lady heeft behandeld met guasha. Ze merkte toen dat Lady's bilspieren ontzettend strak aangespannen stonden. Zelf had ik dit voorheen omschreven als sterke spieren door de training, maar blijkbaar was het teveel gespannen. Blijkbaar zorgde deze bil-spanning ervoor dat als er ook maar één prikkel kwam, dat ze gelijk over haar grens ging en dus zo heftig reageerde. Met een aantal flinke guasha behandelingen is de spiertonus flink verminderd. Dit heeft zeker bijgedragen aan het verminderen van de stress tijdens het oefenen met zadel op. Aangezien Greetje veel ervaring heeft met het zadelmak maken van paarden, ook met types als Lady, stelde ze voor om op een niet conventionele manier verder te gaan: op de poetsplaats. De eerste keer moest ik mijn voet in de beugel doen en alleen maar springen. Nog niet het zadel vastpakken, maar alleen een klein beetje druk in beugel zetten. Daarop kwam de eerste keer geen reactie. Braaf, koekje erin en weer naar de wei. De tweede keer was hetzelfde genoeg om heel hevig te reageren. Echt letterlijk ging ze daar op de poetsplaats met vier benen de lucht in, steigerend tussen de touwen. Na een aantal momenten kalmeerde ze wat en stond ze stil. Even wachten tot ze de stress had afgevoeld en weer hetzelfde gedaan: springen met een voet in de beugel. Zolang gesprongen tot ze begon te kauwen. En zo met kleine stapjes verder tot we een week later konden gaan hangen over het zadel, uitgebouwd naar stappen in de gang.. Je zag haar elke keer groeien. Zo van: “Huh, ik deed het nu al goed?” Elke training konden we een stapje verder. Totdat.... we na 3 maanden opbouwen ons eerste bosritje hebben gemaakt!

Wie had ooit gedacht dat het zo ver zou komen? Voor ik naar Greetje ging, écht niet. En zeker niet in “maar” drie maanden tijd! Na die bosrit was het duidelijk, ze was een rijpony geworden.



Caprice:



Geschreven door Patricia Noordhuizen:

“Ik heb een ex-renpaard. Ze is bij mij op 5 jarige leeftijd gekomen. In het begin hebben we ons gericht op springen en crossen. Helaas is Caprice gevallen met haar heup op het beton, we hebben ongeveer 1.5 jaar moeten revalideren. Tijdens het opbouwen na de revalidatie ben ik in aanraking gekomen met de AR, massage en guasha.

Voor het ongeluk was Caprice altijd erg druk/schrikachtig/hyperactief. Door het gestructureerde werk aan de hand en de behandelingen van guasha en massage is ze stukken rustiger.

Haar lichaam is veranderd, van een hoekig en bottig paard naar mooie ronde volle spieren. Vroeger was ze met rijden erg tegendraads, wilde niet meewerken. Nu heeft ze plezier in het werken en is erg meedenkend.”



Ariadne Van De Wetering (therapeut):

Sinds ik in maart 2013 ben begonnen met de opleiding voor Guasha Therapeut voor mens en paard heb ik het idee dat dat het laatste puzzelstukje was waar ik naar op zoek was.

Het geven van behandelingen die ik geef, brengen vooral energie. Voor zowel de personen, de dieren als ook voor mijzelf. Guasha staat natuurlijk voor het op gang brengen van Qi (energie), wat je dan ook meteen merkt.

Regelmatig sta ik weer verbaasd over de resultaten. Duizelingen stoppen, migraine's verdwijnen, schouders krijgen weer vrijheid om te bewegen, energie niveau's komen op pijl. Door de verbeterde doorbloeding verdwijnen de blokkades in bijvoorbeeld spieren, met als resultaat dat het lichaam zich steeds lekkerder voelt en de personen beter in het leven staan.

Paarden maken je snel duidelijk waar de behandeling nodig is. Wat mij steeds opvalt is dat de eerste kennismaking al snel overgaat in een volledige acceptatie. Een paard waar je niet aan de linkerbil mocht komen, was snel overtuigd van het schrapen met de stenen en ging er voor staan. Na twee behandelingen weten de paarden al waar je voor komt en draaien spontaan het lichaamsdeel naar je toe waar de behandeling vandaag nodig is. Ik sta niet meer verbaasd van de meest vreemde lichaamshoudingen om het kenbaar te maken. Dat ook honden inmiddels komen kenbaar maken dat ze een behandeling willen vind ik niet meer vreemd. Het mooiste moment was toen ik doorkreeg dat een paard dat nooit balans in het lichaam kon krijgen om een ruiter te dragen, na een half jaar van regelmatige behandelingen nu zijn ruiter kon dragen zonder te struikelen.

Het fijne van de opleiding is dat je meteen in praktijk kunt brengen wat je leert. De dagen zijn te kort, of de lesstof te interessant. Er is steeds dat gevoel van: ik wil meer weten en leren.

Het mooie van de opbouw van de cursus is dat je bepaalde onderdelen van het menselijk lichaam leert behandelen en dat dat aansluit op het deel wat je leert voor de paarden.

Altijd kunnen we zaken, die we in de praktijk tegenkomen, terugkoppelen naar Harris Slegers of Greetje Hakvoort.

Marieke over haar ervaring met Guasha,

Nadat ik vele jaren heb gelopen bij een fysiotherapeut en masseur en niet afkwam van mijn schouderpijn, heeft Greetje mij behandeld met Guasha.

Na de behandeling, voelde ik mij helemaal ontspannen. Ongeveer 5 behandelingen verder was ik klachtenvrij. Wat een verademing niet constant pijn te hebben en je voelt dat dit effectief is.

Chili en Chara mijn 2 paarden heeft Greetje ook behandeld, je merkt dat de paarden dit erg prettig vinden en op deze manier kun je ze ook goed af helpen van verschillende kwaaltjes.

Bij mij heeft dit zoveel indruk gemaakt dat ik zelf ben begonnen aan de opleiding Quasha voor mens en paard.

DANK VOOR HET LEZEN VAN DIT E-BOOK...



**EN WELLICHT ZIEN WE JE SNEL TERUG OP DE
HUMAN & HORSE ACADEMY AND HOTEL!**