

Su Jok

Modern systematisering av den traditionella akupunkturen

Den koreanske professorn i österländsk medicin Park Jae Woo upptäckte på 70-talet likheten mellan handens struktur och hela kroppen. Han såg att fingrarna består av lika många segment som armar och ben och att tummen består av lika många segment som nacke och huvud.

Även foten har samma struktur, även om den är ännu mindre uppenbar.

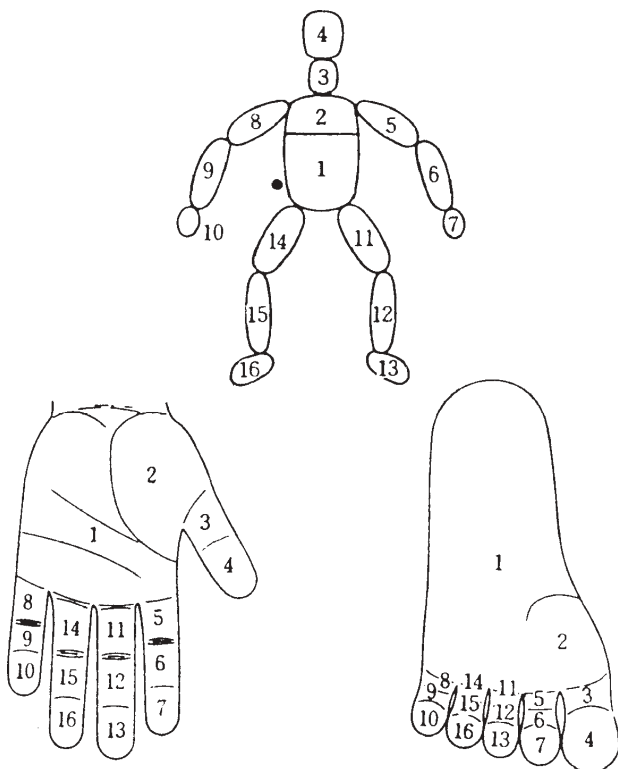
Till en början såg han det mest som ett intressant sammanträffande, senare insåg han behandlingsmöjligheterna. I samband med att han systematiserade behandlingsmöjligheterna på händerna och fötterna berättade hans fru om en annan koreansk akupunktör som enbart behandlade via händerna. Hans system var dock annorlunda, han hade huvudet i toppen på långfingret istället för på tummen. När Park Jae Woo undersökte saken kom han fram till att de båda systemen fungerade lika bra, och att fötterna ofta var ännu bättre. 1987 publicerade Park Jae Woo för första gången sitt system och

två månader senare startade han Su Jok Institute of Korea. Su betyder hand och Jok betyder fot.

I samband med att han startade institutet började han också att grundligt studera yin och yang och de fem elementen. Han upptäckte att det inte alltid räcker med fem element utan att man kan få fler svar om man räknar med 6 element. Han kallade sin nya kategorisering för Sex Ki.

Ki är koreanska och betyder energi eller livsenergi. Det är samma ord som det kinesiska qi.

Professor Park undervisade i sitt Su Jok och flera läkare började använda sig av hans system. De resultat som de fick fram var mycket imponerande och via en svårt sjuk tysk kvinna som hade blivit botad fick ett tyskt försäkringsbolag reda på hand metod. De skickade ett undersökningsteam till Korea och efter att ha studerat journalerna kom de fram till att de skulle hänvisa sina klienter till Su Jok-behandling, främst för att kunna minska sina kostnader. De skrev



Grundläggande samband mellan hand/fot och kroppsdelar enligt professor Park Jae Woo.

till professor Park och bad honom skicka 100 SuJok-läkare, helst tysktalande, till Tyskland. Det var förstås en omöjlighet, Park lyckades bara hitta två som var intresserade, så projektet rann ut i sanden.

När professor Park började undervisa utomlands kom han ganska snart till Ryssland och fann att det fanns ett stort intresse för hans metoder där. De läkare han kom i kontakt med var välutbilda-

de och öppna för ett österländsk tänkande. I Moskva grundade han International Su Jok Institute.

Under åren har Park fortsatt att vidarutveckla och systematisera den traditionella kinesiska medicinen. De metoder som används inom Su Jok idag är betydligt mer utvecklade och flera luckor som fanns inom den traditionella akupunkturen har fyllts igen. Bland hans teorier hör den om homo,

hetero och neutro. Homo är den kraft som försöker göra att saker liknar varandra och behålls som de är. Hetero är den kraft som försöker förändra och nyskapa. Neutro är en neutral kraft.

Han har dessutom skapat en brygga mellan den kinesiska medicinen och ayur veda som är den traditionella indiska medicinen. Park visar på ett tydligt sätt hur de olika tanketraditionerna kan kombineras både i teori och praktik.

Professor Park har skrivit ett stort antal böcker, de flesta finns än så länge bara på ryska, men de översätts i rask takt till engelska och andra språk. Den första boken på svenska beräknas komma ut under året.

Liknar zonterapi

Det grundläggande sambandssystemet går fort att lära sig och är enkelt att använda. Till sin uppbyggnad liknar det zonterapi men man har fler olika sambandsmöjligheter att välja mellan. De teorier som Park har skapat kan förklara hur det kan finnas så många olika zonterapisystem.

Man kan stimulera zonerna med till exempel tryck, nålar, frön, värme och ljus.

Akupunktur

Förutom det grundläggande sambandssystemet har Park utvecklat förståelsen av de meridianer som används inom akupunkturen. Han kallar sitt meridiansystem för byolmeridianer (speciella meridianer) och lokaliserar hela meridianerna till händerna och fötterna.

Meridianerna kan behandlas på samma sätt som sambandszonerna men de verkar på en djupare nivå. Man använder dem för vid allvarligare fall, problem som påverkar flera delar av kroppen eller problem på energetisk nivå.

Professor Park har dessutom utvecklat förståelsen av meridianssystemet. Han har hittat nya meridianer och omtolkat ett par av de gamla så att det bättre stämmer med deras funktioner.

Chakran

Professor Park har dessutom systematiserat det indiska chakrasystemet och hittat sambanden med den traditionella kinesiska medicinen. Även chakran går att behandla på händerna och fötterna.

Bo Engborg

Min Su Jok-resa

Jag stötte på Su Jok för första gången i Sydkorea 1993. Jag tilltalades omedelbart av metodens enkelhet och skönhet. Det tog flera år innan jag hittade någon lärare, men för ett par år sedan träffade jag några från International Su Jok Academy på en akupunkturkongress i Lettland.

Jag kom överens med dem att de skulle komma till Sverige och undervisa.

Jag har nu studerat Su Jok för olika lärare från Su Jok Academy i drygt ett år (6 steg på NaturMedicinska Institutet plus 2 veckor i Moskva).

En spännande sak med utbildningen har varit kontakten med de lärare som har kommit till Sverige. De är alla legitimerade läkare och har dessutom doktorerat i medicin. En av dem är till och med medlem i New Yorks vetenskapsakademi tack vare hennes forskning i genetik. De har också studerat både klassisk akupunktur och Su Jok. De använder sig av Su Jok helt enkelt för att det är så effektivt!

Utbildningen har vida överstigit mina förväntningar, det finns många fler nivåer än jag trodde från början. Inte bara det enkla sambandssystemet (se bilden på sidan 22) Jag inser nu att jag bara har kommit en bit på vägen och att det finns mycket kvar att lära sig.

Jag har intresserat mig för alternativmedicin sedan början på 80-talet och har provat på flera olika metoder men Su Jok är den mest intressanta metoden jag har stött på sedan jag började med shiatsu och makrobiotik 1982.

Det som gör Su Jok så intressant är dels den noggranna systematiseringen men framför allt att behandlingsresultaten blir så bra och så snabba. Med Su Jok har jag fått verktyg att behandla problem som jag tidigare inte har kommit åt eller som skulle kräva ett mycket stort antal behandlingar. Jag använder ofta Su Jok tillsammans med shiatsu, de teknikerna kompletterar varandra väl.

Bo Engborg