

Eine Berufslaufbahn an der Schnittstelle von Schulmedizin und Yogatherapie

Interview mit Dr. med. Hedwig Gupta

Im Februar 2015 beginnt der dreijährige berufsbegleitende Lehrgang „Yogatherapie für YogalehrerInnen des Schweizer Yogaverbandes (sh. Ausschreibung am Ende des Artikels) nach den Konzepten und unter der Hauptkursleitung von Dr. med. Hedwig Gupta aus Ludwigsburg (D). Das Yoga Journal hatte Gelegenheit, sich mit Hedwig Gupta über ihr Leben zu unterhalten, in dem sie tief in das medizinische Wissen und die medizinischen Traditionen sowohl von Indien als auch Europa vorgedrungen ist

Yoga Journal: Wie sind sie ursprünglich auf das Medizinstudium gekommen.

Dr. med. Hedwig Gupta: Dies lag insofern nahe, als ich aus einer Familie stamme, in der es bereits seit vielen Generationen Ärzte gab. Sowohl mein Vater als auch mein Grossvater waren Professoren für Orthopädie und meine Grossmutter war in einer Zeit bereits Orthopädin, als dies für eine Frau absolut aussergewöhnlich war. Neben meinem Interesse bin ich so auch einer Familientradition gefolgt.

Yoga Journal: Haben sie sich bereits zur Zeit Ihres Studiums mit alternativen Gesundheitssystemen befasst?

Hedwig Gupta: Natürlich war das Studium sehr schulmedizinisch geprägt, was mir einerseits sehr entgegenkam, denn ich habe persönlich einen grossen Respekt vor der Entwicklung der Naturwissenschaften und der Medizin. Andererseits war mir auch schon damals bewusst, dass die Schulmedizin nicht die letzte Antwort auf das menschliche Leiden hat. Noch verstärkt durch eigene Krankheitserfahrungen, habe ich mich früh im Studium auf die Suche nach Systemen gemacht, die anders funktionieren, andere Antworten geben und Störungen anders behandeln als die Schulmedizin. Im Zuge dieser Suche habe ich mich mit Fussreflexzonen-therapie, Hypnosetherapie, Familientherapie und mit der traditionellen chinesischen Medizin beschäftigt.

Die meiste Zeit habe ich in Heidelberg studiert, wo es auch angesehene Institute der genannten alternativen Disziplinen gab. Mein Abschlussjahr konnte

ich, aufgrund eines Austauschstipendiums an der University of Maryland in Baltimore (USA) absolvieren. Die amerikanische Medizin galt damals und gilt teilweise auch heute noch, als weiter entwickelt als die europäische. In Amerika habe ich auch einen neuen, sehr kollegialen Unterrichtsstil kennengelernt. Differenzialtherapeutischen Überlegungen wurde ein grosser Raum beigemessen und die Meinungen der Professoren bestimmten nicht alles. Aus dieser Art Pädagogik konnte ich viele Ideen für mein eigenes späteres Wirken ziehen.



Dr. med. Hedwig Gupta arbeitet seit fast 20 Jahren auf dem Gebiet von Ayurveda und Yogatherapie. Ihre Ausbildungen in diesem Bereich hat sie sowohl im Gurukula-System bei Dr. O.P. Tiwari als auch im universitären System an der Banaras Hindu University, Varanasi absolviert. Sie ist Fachärztin für Orthopädie mit Schwerpunkt Rheumatologie und führt die Zusatzbezeichnungen Akupunktur und Manuelle Therapie. Seit dem Jahr 1997 wirkt Hedwig Gupta als Dozentin und Fachautorin für Ayurveda und Yogatherapie an verschiedenen Institutionen und gründete im Jahr 2008 in Ludwigsburg das Purnam Institut, welches seither eine Gesamtausbildung Yogatherapie für YogalehrerInnen anbietet.

Meine Doktorarbeit habe ich auf dem Gebiet der kognitiven Neurowissenschaften gemacht und später in psychiatrischen Kliniken gearbeitet. Was ich da lernte, hilft mir auch heute noch jeden Tag, denn die Orthopädie ist nicht wirklich ein Gebiet, das nur den Bewegungsapparat betrifft, denn Schmerz hat sowohl einen körperlichen als auch einen emotionalen Hintergrund.

Das wissenschaftliche Studium des Gehirns führte zu Fragen nach dem Bewusstsein

Yoga Journal: Wann und wie sind Sie mit Yoga in Kontakt gekommen?

Hedwig Gupta: Bereits in der frühen Zeit des Studiums interessierte ich mich für Yoga und Meditation. Teilweise hing dies auch damit zusammen, dass mit dem wissenschaftlichen Studium des Gehirns auch Fragen nach einem tieferen Verständnis des Bewusstseins aufkamen. Konkret angefangen habe ich mit einem Buch von Indra Devi, in welchem sie auch sehr ausführlich über die Wirkungen der einzelnen Asanas schrieb. Besonders angetan war ich vom Kopfstand. Ich dachte mir, dass dies ein guter Ausgleich für die intensive intellektuelle Arbeit, besonders das Lernen auf die Examina, sein könnte. So war der Kopfstand eine der ersten Übungen, die ich mir beibrachte.

Als ich 21 Jahre alt war, habe ich mich mit einem indischen Freund, der als klinischer Psychologe in einem Krankenhaus arbeitete, in dem ich ein Praktikum absolvierte, eingehend über medizinische und weltanschauliche Fragen unterhalten, die mich damals beschäftigten. Ich sagte ihm, ich sei auf der Suche nach einem System, das die verschiedenen Ebenen des Menschen einbeziehe, nämlich Körper, Geist und Spiritualität. Er meinte, das was ich suche, würde ich in Indien finden.

Ich spürte unmittelbar, dass ich auf etwas Wichtiges gestossen war und begann zu sparen und möglichst schnell zu studieren, um mir ein Freisemester in Indien leisten zu können, um vor Ort die indischen medizinischen Systeme zu erkunden.

Ich war 24 Jahre alt, als ich so das erste Mal nach Indien kam. Mein Indischer Freund, der Psychologe, war sehr hilfsbereit und ich konnte z.B. in Indien bei Freunden von ihm wohnen. Erste Station war New Delhi und dann ging es weiter nach Zentralindien in den Staat Chattisgarh. Ich traf es ausgesprochen gut. Jeden Morgen konnte ich für mehrere Stunden ein nahegelegenes Ashram für Meditation und Yogaun-

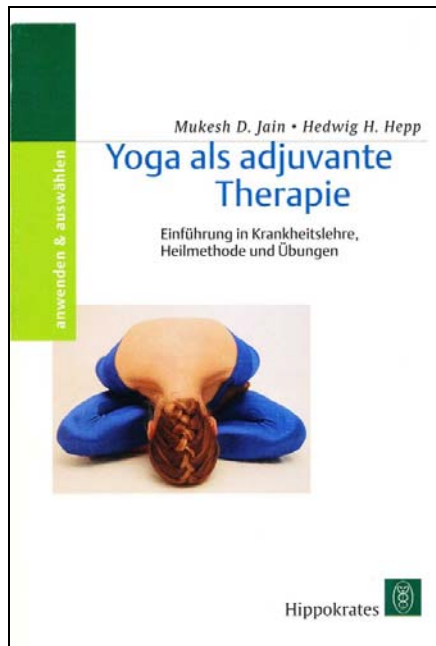
terricht besuchen. Es gehörte zur Bihar School of Yoga, welche sich bereits recht früh der Yogatherapie zugewandt hatte. Ein Swami hat mir im Rahmen meines Morgenprogramms immer auch etwa eine bis zwei Stunden Privatunterricht erteilt. Den Rest des Tages wurde ich im Ayurvedaspital weiter unterrichtet. Man kann sich dies ähnlich wie ein Praktikum vorstellen, nur dass es im Westen oft so abläuft, dass der Praktikant dem Professor nachrennt, der kaum Zeit hat, mir in Indien jedoch immer alles eingehend erklärt wurde. Der Arzt, den ich ohne zu zögern als Weisen bezeichnen würde, hat zwar kaum Englisch gesprochen und ich meinerseits konnte auch noch kaum Hindi, doch von Herz zu Herz hat sich eine sehr tiefe Beziehung etabliert, die ich noch heute lebendig in mir spüre. Ich konnte erleben, dass es für Lernen nicht immer Sprache braucht und dass Fragen auch wortlos beantwortet werden können. Dieser Arzt, mein Lehrer, war ein Mensch, der keinen Glamour suchte und der sich inzwischen fast vollständig der Meditation zugewandt hat.

Ich sah mich als fragende Schulmedizinerin, die zu verstehen versucht.

Wieder zu Hause, ich war nach den indischen Eindrücken von der Yogatherapie restlos begeistert, habe ich mich daran gemacht, mein erstes Buch, zusammen mit Mukesh D. Jain, „Yoga als adjuvante Therapie“ (sh. Kasten nächste Seite) zu verfassen. In gewissem Sinne war dieses Buch für mich wie eine zweite Doktorarbeit. Ich sah mich als fragende Schulmedizinerin, die zu verstehen versucht. All das was ich vom Swami erfahren hatte, wollte ich mit westlich medizinischen Erkenntnissen durchdringen. In Mukesh D. Jain hatte ich einen äusserst kompetenten Co-Autor, mit dem ich auch freundschaftlich verbunden war und immer noch bin. Es war in seinem Haus, wo ich in Indien wohnen konnte. Er selbst hatte einen damals in Indien angebotenen achtjährigen Studiengang absolviert in welchem Schulmedizin und Ayurveda parallel gelehrt wurde. Heute gilt er als Experte mit weltweitem Ruf für Muskeldystrophie, einer seltenen, schulmedizinisch schwer anzugehenden Krankheit.

Als ich dann sowohl das Studium als auch das Buch abgeschlossen hatte spürte ich deutlich, dass ich auf dem eingeschlagenen Weg, der mich nach Indien geführt hatte, weitergehen wollte. Nach einer kurzen Zeit der Arbeit in einem schottischen Spital, schrieb ich mich an der Benares Hindu University für ein postgraduales Studium (Facharztstudium) Ayurveda ein. Gleichzeitig studierte ich Yoga und Sanskrit, was dazu führte, dass ich heute Inhaberin eines offi-

ziellen Universitätsdiploms für Yoga bin. In den ein- einhalb Jahren meines damaligen Indienaufenthalts lernte ich auch meinen Mann kennen.



Mukesh D. Jain / Hedwig H. Hepp: Yoga als adjuvante Therapie – Einführung in Krankheitslehre, Heilmethode und Übungen

Hippokrates Verlag 1998
ISBN: 3-7773-1327-0

Yoga Journal: Was haben sie nach ihrer Rückkehr nach Deutschland beruflich unternommen?

Hedwig Gupta: Nach meiner Rückkehr hatte ich das Projekt, an der Universität Leipzig Studien zu Ayurveda bei orthopädischen Erkrankungen voranzutreiben und dazu eine orthopädische Ambulanz an der Uni einzurichten. Das Projekt war bereits weit in Planung, konnte aber schliesslich wegen des fehlenden Einverständnisses der sogenannten „Ethikkommission“ nicht in das Leben kommen. Dazu muss man wissen, dass dies alles noch vor der Zeit der ersten naturheilkundlichen Lehrstühle in Deutschland war.

So entschloss ich mich, eine eigene orthopädische Praxis mit Zusatz Rheumatologie zu führen und habe parallel dazu das Purnam Institut für Yogatherapie ins Leben gerufen. Dieses letztere zusammen mit Ingrid Frölich, welche sich zwischenzeitlich aber wieder zurückgezogen hat. Während ich anfangs den Hauptfokus darauf legte, Ärzte für Ayurveda und Yogatherapie zu sensibilisieren, sehe ich es heute als besonders wichtig an, die Yogatherapie den Yogalehrenden näher zu bringen. Dabei fliesst natürlich immer auch schulmedizinisches Wissen ein, wie z.B. die lateinische Begrifflichkeit als Ergänzung zum Sanskrit, das bei Yo-

galehrerden in groben Zügen meist bereits bekannt ist.

Yoga Journal: Ab 2015 werden Sie für den Schweizer Yogaverband in Villeret den Lehrgang „Yogatherapie“ leiten. Was ist das Spezielle daran?

Hedwig Gupta: Auf diesen Lehrgang freue ich mich ganz besonders, denn seit vielen Jahren besuche ich die Schweiz, vor allem das Wallis, um Ferien zu verbringen. Auch leben verschiedene Mitglieder unserer Familie in der Schweiz und haben sich teilweise sogar einbürgern lassen. Das Besondere am Lehrgang von Villeret ist, dass wir hier den Stoff in einwöchigen Kompaktkursen vermitteln, während in Deutschland vor allem Wochenenden abgehalten werden.

Für den Lehrgang ist ein hochkarätiges Team engagiert, bei dessen Zusammenstellung ich Wert darauf gelegt habe, dass es sich sowohl um gute ReferentInnen, als auch um solche mit unterschiedlichem Hintergrund handelt. Ich denke, dass die Teilnehmenden so wirklich viel profitieren können. Bei allen Mitgliedern handelt es sich um Fachpersonen mit ärztlichem Hintergrund, mit denen ich ein enges kollegiales Verhältnis pflege. Eine besonders herzliche Beziehung habe ich zu Ashish Kr. Gupta, meinem Schwager. Seine Niederlassung und Arbeit in Deutschland haben wir von Anfang an gemeinsam geplant. Mit der psychiatrischen Fachärztin Susanne Theurer-Busch habe ich laufend gemeinsame Patienten, denn sie wirkt ganz in der Nähe. Ihr therapeutischer Ansatz hat viele Parallelen zur ayurvedischen Psychotherapie. Ihre Beiträge in unserem Yogatherapie-Lehrgang sind immer sehr ansprechend. Sie gibt den Teilnehmenden Mittel an die Hand, wie damit umgegangen werden kann, wenn sich jemand in schwierigen emotionalen Situationen befindet, was gar nicht so selten der Fall ist. Wiebke Mohme (Hamburg) und Günter Niessen (Berlin) sind von meinem Standort in Ludwigsburg bei Stuttgart weiter entfernt, so dass sich die Zusammenarbeit auf die Projekte der Yogatherapie und des Ayurveda konzentriert.

Yoga Journal: Gibt es für die AbsolventInnen Ihrer Lehrgänge eine institutionelle Anbindung?

Hedwig Gupta: In Deutschland besteht mit der Deutschen Gesellschaft für Yogatherapie ein Verband, in dem sich AbsolventInnen von Ausbildungen auf hohem Niveau organisiert haben. Neben unserer Schule gibt es in Berlin, Hamburg und an anderen Orten Initiativen, die in die gleiche Richtung gehen. In der Schweiz ist der Schweizer Yogaverband natürlich ein starker Partner und es sind für die Zukunft Kooperationen, wie z.B. gemeinsame Weiterbildungsprogramme für Yogatherapeuten, länderübergreifende Anerkennung etc. vorgesehen.