

# Kinesiologie - Weg vom Symptom, hin zur Ursache

**D**ie Kinesiologie ist eine sanfte und ganzheitliche Behandlungsmethode, die Selbstheilungskräfte aktiviert und Blockaden löst, um so den Strom der Lebensenergie wieder frei fließen zu lassen. Die Kinesiologie vereint das Wissen der östlichen traditionellen chinesischen und der westlichen Medizin. Der Begriff Kinesiologie setzt sich zusammen aus den griechischen Worten „Kinesis“ Bewegung und „Logos“ Lehre, also wörtlich „Lehre von der Bewegung“.

## Leben ist Bewegung

Aus der ganzheitlichen Sicht der Kinesiologie umfasst die Bewegung nicht nur das Bewegen des Körpers – sprich der Knochen, Gelenke, Muskeln und Sehnen – sondern auch der Energien in den Meridianen und der Flüssigkeiten (Blut, Lymphe, Liquor) im Körper sowie insbesondere auch die emotionale und mentale Beweglichkeit. Wenn die natürlichen und harmonischen Bewegungsabläufe der Triade Körper, Seele und Geist ins Stocken geraten, kommt es zu einer Dysbalance, die – sollte sie länger andauern – zu gesundheitlichen oder psychischen Problemen führen kann. Gerade hier setzt die Kinesiologie an. Sie fokussiert sich nicht auf die Krankheit und orientiert sich nicht an den Symptomen, wie zum Beispiel Allergien, Migräne, Schmerzen, Burn-out. Nicht

das Symptom wird behandelt, sondern mit entsprechenden Techniken wird nach der Ursache bzw. dem Auslöser der Dysbalance gesucht.

Jeder ist einzigartig – dies zeigt sich daran, es keinen gleichgeraden Fingerring gibt. Somit gilt das Auftreten

Menschlich – zeigt schon dass Gleiches beim einer



Dysbalance. Wie ein Sturm an verschiedenen Stellen einen Baum zu Fall bringen und dieser wiederum einen Wasserlauf stauen oder blockieren kann, so ist jeder Mensch durch sehr unterschiedliche Lebensstürme geprägt. Auch wenn sich diese Prägungen bei mehreren Menschen in Form eines gleichen Symptoms ausdrücken, so darf die Behandlung doch niemals gleich sein. Eben hierdurch zeichnet sich die Kinesiologie aus, denn sie geht individu-

ell auf die Probleme und Bedürfnisse des Menschen ein und stellt zudem die Selbstverantwortung des Klienten in den Mittelpunkt.

## Wie die Psyche auf den Körper wirkt

Viele körperliche Beschwerden haben bei näherer Betrachtung eine tiefer liegende psychische Ursache. Hierzu ein Beispiel: Eine junge Frau klagt über Schmerzen im Rücken, die immer wieder auftreten und so stark werden können, dass eine Bewegung des gesamten oberen Rückens fast unmöglich ist und damit auch zeitweise die Arbeitsfähigkeit eingeschränkt ist. Über Jahre hinweg hat sie ohne Erfolg alle möglichen Hilfen in Anspruch genommen, von orthopädischen und physiotherapeutischen bis hin zu chiropraktischen und osteopathischen Behandlungen. Erst mit Hilfe der gemeinsamen kinesiologischen Arbeit wird ein seit der Kindheit eingprägtes Familienmuster „Zuerst die Arbeit, dann das Vergnügen“ aufgedeckt. Das Bewusstsein wird dahin gehend neu balanciert bzw. neu programmiert, sich nicht alles aufzuladen und die für die notwendige Erholung so wichtigen Phasen der Ruhe und Entspannung zuzulassen. Das Erstaunliche: Die junge Frau kommt im akuten Zustand zur Sitzung und geht danach schmerzfrei und freudig nach Hause – die Schmerzen sind seitdem nicht mehr aufgetreten.

Nun ist dies sicherlich ein herausragendes Beispiel, zeigt aber, wie ziel- und lösungsorientiert die Kinesiologie mit Hilfe von Schlüsselerlebnissen Blockaden, Denk- und Gefühlsmuster aufdeckt und damit eine Neuausrichtung des Bewusstseins erreicht. Wie lange dieser Prozess dauert, kommt darauf an, wie stark sich ein Muster oder eine Blockade im Laufe der Zeit verfestigt hat und wie groß die Bereitschaft ist, Altes loszulassen und aufzulösen. Gerade hier zeigt sich, dass Kinder und Jugendliche aufgrund ihrer geringen Vorprägung oftmals nur ein oder zwei Sitzungen für diesen Prozess benötigen. Bei Erwachsenen kann es hingegen erforderlich sein, über einen längeren Zeitraum in kleineren Schritten vorzugehen, um ans Ziel einer inneren Neuausrichtung zu gelangen. Bei Kindern und Jugendlichen stehen insbesondere Themen im Vordergrund wie Lern- und Konzentrationschwierigkeiten, Legasthenie, Prüfungsangst oder Hyperaktivität/AD(H)S. Hier bietet die Kinesiologie mit speziellen, kindgerechten Methoden >>

**Impuls Institut**  
für Begleitende Kinesiologie

Die Kinesiologie – die Lehre von der Bewegung – ist eine sanfte und ganzheitliche Methode, um Selbstheilungskräfte zu aktivieren, unterbewusste Blockaden und Muster zu lösen und den natürlichen Strom der Lebensenergie frei fließen zu lassen. So führt die Kinesiologie zur Balance von Körper, Seele und Geist.

**Spüren Sie, dass Ihr Leben nicht mehr rund läuft durch**

- Schwierigkeiten in Partnerschaft, Familie oder Beruf
- Überforderung, Stress, Burnout
- Beschwerden, für die die Schulmedizin keine Ursache findet
- Schuldgefühle, Traumen, Ängste, geringen Selbstwert
- Lern-, Konzentrations- oder Gedächtnisschwierigkeiten
- ein Kind mit auffälligen Verhaltensweisen (z. B. Hyperaktivität)

**Gewinnen Sie neue Handlungsmöglichkeiten und Lebensqualität, aktivieren Sie verborgene Potentiale!**

**Nächster Vortrag: „Stress bis Burnout“, 5. Oktober 2010, 19 Uhr**

**Gisèle Literski-Kainzbauer**  
Integrative Kinesiologin® IKZ  
Auf der Steinkaut 25 • 61352 Bad Homburg  
Tel. 06172 – 4 99 81 35 • [www.imin-kinesiologie.de](http://www.imin-kinesiologie.de)

>> wertvolle Unterstützung. Für ein leichtes Lernen wurden Brain Gym (Gehirngymnastik) und Edu-K (Educational Kinesiologie) von dem Pädagogen Dr. Paul Dennison und seiner Frau Gail Dennison entwickelt. Neben der Unterstützung bei körperlichen Beschwerden und bei psychisch/emotionalen Dysbalancen (z.B. Depressionen, Schuldgefühlen, Ängsten, geringen Selbstwert) bietet die Kinesiologie sehr effiziente Soforthilfen oder Kurzzeittherapien in Lebenskrisen (griechisch krisis, „sich entscheiden“), die sich äußern können in Partnerschaft, Familie oder Beruf.

Die Kinesiologie erstreckt sich nicht nur auf den Bereich der Wiederherstellung und Erhaltung der Gesundheit und des Wohlbefindens, sondern ist auch gut einsetzbar im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung, um zum Beispiel verborgene Potenziale zu erkennen und auszuschöpfen oder Ziele zu definieren, zu verfolgen und zu erreichen. Daher findet die Kinesiologie immer mehr Einzug in Coaching, Management und Sport. Wie die Kinesiologie hier unterstützen kann, sei an einem Beispiel aus dem Sport verdeutlicht: Die Schwimmerin Britta Steffen war Trainingsweltmeisterin, aber im entscheidenden Moment des Wettkampfes versagte sie. Mit Hilfe der Kinesiologie wurde herausgefunden, dass sie von einem Muster geprägt war: „Ich will nicht wirklich gewinnen, weil ich den Anderen die Niederlage ersparen will.“ Nachdem sie dieses Muster erkannte, konnte sie ihr Tief überwinden und wurde 2008 Olympiasiegerin. (siehe Interview mit Britta Steffen in Schrot&Korn, 9/2008).

### Dem Unterbewussten eine Sprache geben

Wenn wir nun im Unbewussten nach der Ursache einer Dysbalance bzw. einer Störung des Gleichgewichtes suchen, so ist dies zu vergleichen mit einem Elektriker, der nach dem Ausfall eines Stromnetzes mit entsprechenden technischen Ge-



räten nach der Störstelle sucht. In der Kinesiologie ist ein wichtiges Hilfsmittel zur Ursachen-suche der Muskeltest, der quasi ein körpereigenes Bio-Feedback-Instrument (Rückmelde-system) darstellt. Somit dient der Muskeltest als Übermittler vom Unbewussten zum Bewussten, wodurch der Klient unmittelbar erkennt, was blockiert, wo die wahre Ursache liegt, ob er wirklich meint, was er sagt. Wir alle kennen die Situation: Wir werden gefragt, wie es uns geht, und am liebsten würden wir all unsere Sorgen und Nöte ausschütten. Trotzdem antworten wir „Es geht mir gut!“ Würde man uns in diesem Moment kinesiologisch testen, so wie dies in einer Sitzung unter Verwendung des Muskeltests geschieht, dann würde der Muskel schwach reagieren.

Wenn es uns aber wirklich gut gehen würde, hätte der Muskel stark reagiert, also dem leichten Druck des Kinesiologen nicht nachgegeben. Der Muskeltest erfordert Erfahrung und ein professionelles Vorgehen, da mit Vortests und gegebenenfalls mit entsprechenden Balancen sicherzustellen ist, dass der Klient für den Muskeltest auch bereit ist. Anderenfalls kommt es zu Fehlinterpretationen.

Die Kinesiologie geht davon aus, dass in der Triade Körper, Seele, Geist das Wissen zur Lösung der bestehenden Dysbalance vorhanden ist und der Klient daher stets auf seine innere Intelligenz vertrauen kann. Daraus ergibt sich ein

Grundprinzip der Arbeitsweise eines Kinesiologen: Strikte Neutralität. Mit speziellen Fragetechniken und dem Muskeltest führt der Kinesiologe den Klienten so, dass ihm das Unbewusste bewusst wird. Die gewonnenen Erkenntnisse weisen ihm einen neuen Weg hin zum Ziel (die junge Frau: „Ich lade mir nicht alles auf!“, die Sportlerin: „Ich darf gewinnen!“). Durch eine Balancierung/Neuprogrammierung wird das Ziel verankert und vertraut ge-

macht. Hierfür stehen dem Kinesiologen eine ganze Reihe unterschiedlicher Methoden zur Verfügung.

Eine bekannte und effiziente ist Touch for Health (Gesund durch Berührung), die von dem Arzt Dr. John F. Thie entwickelt worden ist. Durch die Balancierung gewinnt der Klient Sicherheit und ist imstande, die Neuausrichtung erfolgreich im Alltag umzusetzen.

**Redaktion:**  
**Gisèle Literski-Kainzbauer**