

Kinesiologie in der Naturheilpraxis

Die Lehre der Bewegungsenergie im menschlichen Organismus

Seit über 15 Jahren arbeite ich in meiner Naturheilpraxis mit dem kinesiologischen Muskeltest und bin immer wieder fasziniert, mit welcher erstaunlichen Präzision dieser unbewusste Stressoren, Blockaden sowie versteckte Krankheitsursachen ans Licht befördert, die sich herkömmlichen diagnostischen Verfahren entziehen, da sie eben nicht klassisch objektivierbar sind, nicht dem „typischen klinischen Bild“ entsprechen und manchmal kaum greifbar, fassbar oder zuzuordnen sind. Der Muskeltest ist subjektiv, er ist individuell – und genau das ist seine Stärke!

Der Muskeltest wird in der Naturheilpraxis komplementär, nicht alternativ zu klinischen Diagnoseverfahren eingesetzt. Er ergänzt und bereichert die herkömmlichen Methoden. Er erfüllt zwar nicht die Kriterien dessen, was derzeit dem „Stand der Wissenschaft“ entspricht, beruht aber dennoch auf einem in sich schlüssigen ganzheitlichen Diagnose- und Therapiekonzept.

Kinesiologie Lehre von der Bewegungsenergie im menschlichen Organismus; Kinesiologie: kinesis = Bewegung + logos = Lehre Kinesiologie bringt in Bewegung. Was wir in der Kinesiologie bewegen, ist nach unserer Auffassung der Fluss der Lebensenergie „Chi“. Das Chi bewegt sich in den „Meridianen“ (Energieleitbahnen) in drei Umläufen innerhalb von 24 Stunden einmal durch den ganzen Körper. Fließt die Energie ungestört, fühlen wir uns

„im Fluss“ und haben eine gute Abwehrkraft. (Abb. 1)

Stress blockiert das Energiesystem Verschiedene innere und äußere Faktoren (Stressoren) können jedoch dafür sorgen, dass der Energiefluss in unserem Körper stockt. Dann fühlen wir uns „blockiert“ und unsere Widerstandskraft sinkt.

Gründe für Energieblockaden

Elektromagnetischer (energetischer) Stress Störfelder wie Zähne, Herde, Narben, E-Smog, geopathische Belastungen, „Fremdenergien“.

Emotionaler Stress Belastende Emotionen, negative Glaubensmuster, blockierte Gefühle, Affekte, einschränkende Verhaltensweisen, Ängste, Zwänge, Süchte.

Biochemischer Stress Angriffe auf das Immunsystem (Bakterien, Viren, Pilze, Parasiten), Autoimmunität, Impfbelastung, Vitamin- und Mineralstoffmängel, energetische Inkompatibilitäten wie Allergien, Intoleranzen und Toxinbelastungen, Übersäuerung.

Struktureller Stress Genetische Disposition, Störungen der Struktur von Muskeln, Sehnen, Bändern, Gelenken, Knochen oder der Organstruktur, Degeneration, Verletzung, Fehlhaltung, physische Traumata.

Kommunikation mit dem Körper Im Prinzip ist der Muskeltest ein „Reiz-Reaktions-Test“. Wir setzen einen Reiz und der Muskel

„antwortet“. Doch im Grunde genommen testen wir nicht den Muskel als solchen; wir testen auch nicht, ob der Muskel „stark“ oder „schwach“ ist – wir testen die Muskelspannung, die durch das Autonome Nervensystem moduliert wird. (Abb. 2)

Unsere Muskulatur steht mit unserem Nervensystem mannigfaltig (willkürlich und unwillkürlich) in Verbindung. Sie reagiert genauso auf Stress wie z. B. unser Herz, unser Blutdruck und unsere Verdauung. Dauerhafter Stress führt häufig zu muskulären Verspannungen, kurzfristiger Stress kann dafür sorgen, dass unsere Muskelkraft plötzlich weicht. Und genau diesen Mechanismus machen wir uns in der Praxis zu Nutze.

Wie triggern wir das Autonome Nervensystem?

1) Indikatormuskel aktivieren Als Erstes geben wir unserem Patienten einen Auftrag: Wir bitten ihn, seine Armmuskulatur im Winkel von ca. 40-45 Grad vor dem Körper anzuheben, die Arme in Position zu „halten“, nicht gegenzuhalten, das erzeugt Widerstand. Seine Muskelspannung wird der Patient reflektorisch einstellen. Jeder Mensch hat eine andere Muskelspannung. Der Tester stellt sich beim Testdruck auf die Testperson ein.

2) Den Muskel herausfordern (engl.: challenge) Dann setzen wir einen Reiz: Wir können z. B. unseren Patienten bitten, eine „verdächtige“ Narbe zu berühren oder Druck auf eine Nasennebenhöhle auszuüben. Wir können ihn auch bitten, an seine Angst oder Wut zu denken, und damit diese Empfindungen im Körper aktivieren. Ebenso können wir uns von unserem Patienten verschiedene Substanzen (Nahrungsmittel, Kosmetika etc.) mitbringen lassen, von denen er vermutet, dass er darauf reagiert, und die „Muskelantwort“ auf die Substanzen prüfen. Auch körperliche Blockaden lassen sich „herausfordern“: Wenn wir z. B. einen blockierten Wirbel berühren, schaltet der Testmuskel mit hoher Wahrscheinlichkeit ab.



Abb. 2: Der Muskeltest

3) Muskeltest durchführen Wir üben einen langsam ansteigenden, sanften Testdruck auf den Indikatormuskel aus und gehen so mit ihm „in Dialog“.

Wie antwortet der Muskel? Der Muskel hat prinzipiell drei Möglichkeiten, um auf einen Reiz zu antworten:

- Der Muskel reagiert auf Test und Testdruckerhöhung normoton. Das heißt: Er bleibt ohne Anstrengung stabil und verlässt die Ausgangsposition nicht. Übersetzung: Kein Stress.
- Der Muskel reagiert auf Test und Testdruckerhöhung hypoton. Das heißt: Er verliert seine Spannung. Der Patient kann seinen Auftrag nicht mehr ausführen, der Muskel „schaltet“ kurzfristig „ab“ und die Arme der Testperson sinken sichtbar hinab. Übersetzung: Stress.
- Der Muskel reagiert auf Test und Testdruckerhöhung hypertoton. Das heißt: Der Muskel reagiert mit Spannungszunahme und blockt. Auch unter Testdruckzunahme weicht er nicht von der Stelle. Übersetzung: Erhöhter Stress, aber auch latenter Stress. (Abb. 3)

Zwei „Stressachsen“

Sympatho-Adrenomedulläres-System (SAM) Kommunikation zwischen: Hypothalamus und Nebennierenmark, Ausschüttung von Katecholaminen (z. B. Adrenalin), Fight-Flight-Response, kurzfristige Reaktion

Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse (HHNA) Kommunikation zwischen: Hypothalamus, Hypophyse und Nebennierenrinde, Ausschüttung von Corticosteroiden (ACTH), längerfristige Anpassungsreaktion (Abb. 4)



Abb. 3.: Stress-Reaktion nach Seyle

Wichtig: Der Muskel wird in der Praxis nicht als Pendel, „Wahrsageinstrument“ oder „Lügendetektor“ eingesetzt, sondern als „Stressanzeiger- oder Feedbackinstrument“ des Körpers.

Gründe für „falsch-positive“ und „falsch-negative“ Testergebnisse Der Muskeltest ist nicht fehlerfrei. Das liegt daran, weil wir mit dem Muskeltest in unterschiedlichen Bewusstseinssebenen (körperlich, geistig, seelisch) arbeiten. Gerade weil wir das Nicht-Offensichtliche suchen, werden wir auch manchmal auf die falsche Fährte gelockt. Das Unbewusste will nicht wahrhaben, es deckelt ab, blendet aus, schneidet ab, dissoziiert, vergräbt – und tut das Ganze unbewusst.

Regelmäßig wird kritisiert, dass verschiedene Tester nicht immer auf gleiche Testergebnisse kommen. Auch wird immer wieder bemängelt, insbesondere in Bezug auf den „kinesiologischen Allergietest“, dass dessen Ergebnisse sich nicht immer mit klinischen Allergietests decken, weil er entweder Allergien zu Tage befördert, die sich nicht z. B. im Blut oder RAST-Test nachweisen lassen oder weil ihm Allergien „durch die Lappen gehen“, die klinisch manifest sind. Und diese Kritik ist berechtigt. Es liegt in der Natur des kinesiologischen Testes, dass es hierbei zu Abweichungen kommen kann. Grund ist: Der Tester ist Teil des „kinesio-

logischen Testsystems“. Er bleibt nicht außen vor. Seine Erfahrung, sein Wissen und seine innere Einstellung spielen eine maßgebliche Rolle bei der Aussagekraft des Tests.

Grundprinzipien der kinesiologischen Testung

Individualisierung Nicht eine Krankheit, sondern der Mensch steht im Mittelpunkt der Muskeltestpraxis. Und zum Zeitpunkt der Muskeltests: Genau dieser Mensch. Niemand anderes. Niemand, der so ähnlich ist. Nur dieser Mensch. In allen Ebenen seines Seins, mit all seinen Erfahrungen, mit allem, was sein Körper durchgemacht hat, mit all seinem Wissen, seiner Prägung, seinen genetischen und epigenetischen Merkmalen, geprägt durch sein persönliches Lebensumfeld. Es gibt ihn nur einmal. Er ist individuell. Aufgrund dieser Tatsache lässt sich der Muskeltest nur bedingt objektivieren. Je weiter wir von der physischen Struktur eines Individuums weg testen, je mehr Ebenen wir in die Testung einbeziehen, desto subjektiver wird der Test und desto treffsicherer wird die Therapie. (Abb. 5)

Bewusstheit Wir speichern jedes Ereignis, jede Körpererfahrung, alles, was wir in unserem Leben erlebt und erfahren haben, auf verschiedenen Bewusstseinssebenen ab. Wir betrachten in der Kinesiologie also nicht nur verschiedene Seins-Ebenen, sondern auch verschiedene Bewusstseinssebenen des Menschen. Bewusst ist alles, was wir in unserem Geist präsent haben. Zum Vorbewussten zählt, was wir durch Nachdenken noch erinnern können. Unbewusst ist das, was sich unserem bewussten Denken entzieht – und sich deshalb z. B. auf unserer Körperebene niederschlägt. Jede Körperzelle besitzt ein Gedächtnis. In der Kinesiologie vertrauen wir auf dieses Gedächtnis – und versuchen es mithilfe verschiedener Testwerkzeuge anzuzapfen.

Es gibt „Lieblingsorte“, in denen der Körper seine Erfahrungen (Daten) geordnet ablegt. Informationen zu Infektionen speichern sich z. B. besonders gerne auf der biochemischen Ebene ab, Ängste belasten die emotionale Ebene, und Elektromog speichert sich auf der energetischen Ebene ab.

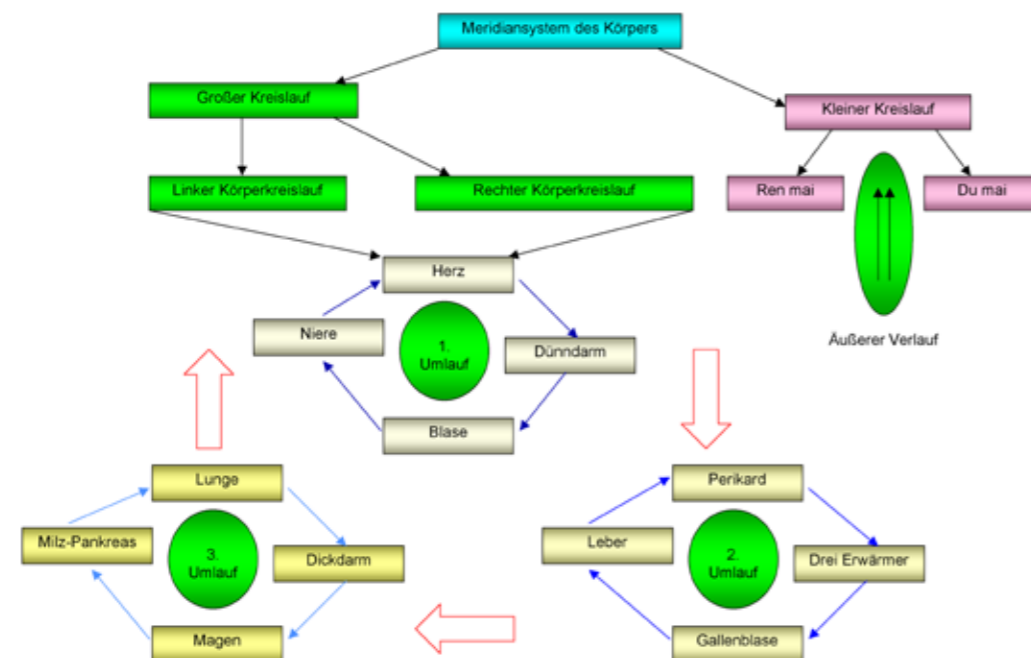


Abb.1: Organisation des Meridiansystems

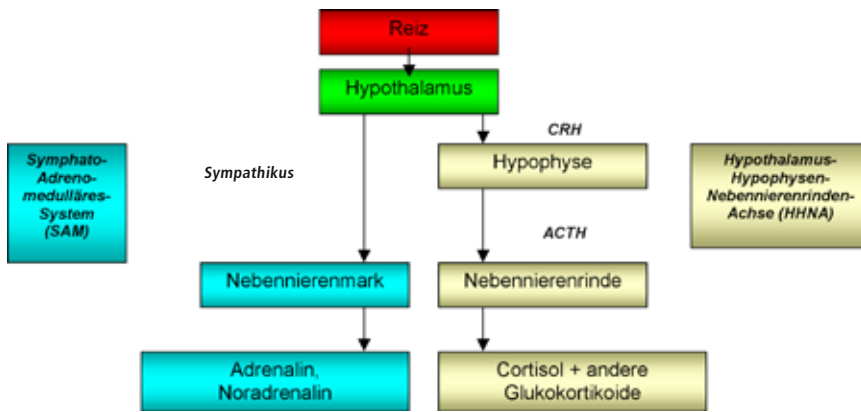


Abb. 4: Aktivierung der Stressachsen

Dialogische Beziehung Patient und Therapeut stehen in enger Beziehung zueinander. Wir haben im Grunde zwei biologische Systeme, die miteinander in Dialog treten. Auch der Therapeut ist ein individuelles Ganzes mit allen Ebenen seines Seins, all seinen Erfahrungen, all seinem Wissen, und allem, was er bewusst, unbewusst und auf der Körperebene abgespeichert hat. Wertfrei und offen tritt er dem Patienten gegenüber, in dem Bewusstsein, sich auf ihn einzulassen, in die Erlebniswelt und das Körperbewusstsein des Patienten einzutauchen – frei von irgendwelchen Erwartungen, Urteilen und klassischem Schubladendenken. Das ist ein Grund dafür, warum unterschiedliche Tester verschiedene Testergebnisse liefern. In der Kinesiologie arbeiten wir nicht mit einem mechanischen, maschinellen Test. Würde man theoretisch in einer klinischen Studie eine Art „Testapparat“ einsetzen, um immer gleiche Testvoraussetzungen zu schaffen („gleiche Testmaschine“, „gleicher Testdruck“, „gleiche Testumgebung“ etc.), wäre eine solche Studie von vornherein zum Scheitern verurteilt: Es fehlt der Dialog. Der Muskeltest ist ein dynamisches Geschehen innerhalb eines ganzheitlichen Therapiekonzepts.

Prozesshaftigkeit – Kinesiologie als Weg Bei der Kinesiologie geht es nicht um die bloße Testung von Substanzen. Unerfahrene Tester beziehen häufig nicht alle Seins- und Bewusstseins Ebenen in die kinesiologische Testung mit ein. Aus der Psychosomatik z. B. wissen wir, dass eine erhöhte Allergiebereitschaft nicht selten durch irgendeine Form von Stress ausgelöst und aufrechterhalten wird. Bleibt dieser Stress unbeachtet, bleiben Allergien auch regelmäßig „maskiert“, d.h. sie werden im Muskeltest nicht wie erwartet durch einen Hypotonus („Muskel schaltet ab“) aufgedeckt. Viel häufiger „blockt“ ein Muskel, wenn eine maskierte oder durch emotionale Gründe „festgehaltene“ Allergie vorliegt. Das Testergebnis wird dann vom Tester als falsch

normoton interpretiert. Kommt ein Patient mit einem Symptom („Krankheit“) in die Praxis, aktivieren wir im kinesiologischen Prozess das vom Patienten gewünschte Thema, z. B. „Allergie“, und sammeln dann aus allen Ebenen des Biosystems Mensch Informationen. Wir führen einen „Scan“ durch, ähnlich wie ein Suchprogramm auf dem Computer. Wenn, oftmals in Detektivarbeit, alle zur Allergie gehörenden Faktoren im kinesiologischen Dialog mit dem Patienten ermittelt wurden, lässt sich eine Allergie „enttarnen“ und schließlich behandelbar machen.

Erkenntnisorientierung Die Kinesiologie beinhaltet keine Medizin, die unterdrückt. Wir decken auf. Vorsichtig arbeiten wir uns im kinesiologischen Prozess zu den Ursachen und Auslösern einer „Krankheit“ bzw. Funktionsstörung vor. Wir betrachten die Ebenen, die mit Röntgenapparaten nicht durchleuchtet werden können und über die das Blut uns keine Auskunft gibt. Die eine Ursache gibt es meiner Erfahrung nach nicht. Insbesondere chronische Krankheiten zeigen fast immer eine multifaktorielle Genese, die auch alle Ebenen des Individuums mit einbezieht. Das hat zur Folge, dass der Muskeltest oftmals unbewusst und bisher „unter Verschluss gehaltene“ Stressreize ans Licht bringt. Ein Prozess, der für den einen oder anderen auch schmerzhaft sein kann. Werden die unbewussten Anteile integriert, geht der Patient gestärkt daraus hervor.



Abb. 5: Heilungs- und Bewusstseins Ebenen des Körpers

Fehlerquellen beim Test

Unsauberer Muskeltest Der Muskeltest ist zwar subjektiv, aber er kann standardisiert werden. Ein Muskel muss bestimmte Voraussetzungen erfüllen, damit er als „Indikator-muskel“ (IM) in der Testung eingesetzt werden kann (s. Paracelsus 02/12 – Das Modell des Biocomputers). Wir führen die „Vortests“ durch und „eichen“ den Muskel damit. Ohne Vortests gibt es kein aussagekräftiges Muskelfeedback.

Ungünstige Testvoraussetzungen

Verschiedene Umgebungseinflüsse können sich störend auf den Muskeltest auswirken. Dazu gehören z. B. künstliche Lichtquellen, Fußbodensteckdosen, Handystrahlung, aber auch eine unruhige Umgebung, Zeitdruck oder „falsche“ Begleitpersonen.

Falsche Erwartungshaltungen

Dieser Punkt bezieht sich nicht auf den Patienten, sondern auf den Therapeuten. Natürlich haben wir nach der Anamnese und der ersten Untersuchung einen Verdacht, woran es beim Patienten hapern könnte; dennoch ist es wichtig, wertfrei und offen in die Testsituation zu gehen, um Übertragungsphänomene zu vermeiden. Wir nutzen die kinesiologische Testung nicht, um uns als Therapeut selbst zu bestätigen, wir sammeln mit dem Muskeltest Informationen und fügen sie dann zu einem Bild zusammen.

Was fangen wir mit unseren Testergebnissen an?

Viele Menschen denken, dass die Kinesiologie ausschließlich zum Testen da ist („Teste mal, ob ich...“), doch sie leistet wesentlich mehr. Sinn und Zweck der Kinesiologie ist es, Blockaden nicht nur aufzuspüren, sondern auch zu lösen, Stockendes in Fluss zu bringen, den Energiefluss wieder anzuregen. Welche Möglichkeiten zur Verfügung stehen, erfahren Sie hier: www.paracelsus.de

Sonja Kohn

Heilpraktikerin mit Praxis in Sehnde, Expertin für Kinesiologie und Magnetfeldtherapie, Dozentin an den Paracelsus Schulen



kontakt@naturheilpraxis-kohn.de

CD-Tipp

Kohn, Sonja: Meditative Reise durch die Chakras, ISBN 978-3-95631-124-6

