

„Glaubet den Lehrern nicht, glaubet den Büchern nicht,
glaubet auch mir nicht - glaubet nur das, was ihr selbst
sorgfältig geprüft und als Euch und Anderen zum Wohle
erkannt habt.“
(Buddha)

**Die Ausbildung
zum Kinesiologen
zur Kinesiologin
mit
holistischem Ansatz
am ITK**

Institut für Transpersonale Kinesiologie
Ulrike Sawert, Oldenburg

ein Handbuch für
Anwender/innen
der Kinesiologie

Abschlussarbeit im Rahmen
der Ausbildung zur Dipl. Kinesiologin
vorgelegt zum Januar 2012
Isabel Schosnig-Vogt
Eisenacherstr.40
10781 Berlin
isabelschosnig@googlemail.com

Inhaltsverzeichnis:

1	Einleitung.....	5
2	Intention meiner Abschlussarbeit.....	6
2.1.	An welche Personen richtet sich meine Arbeit.....	6
2.2.	Was will meine Arbeit.....	6
3	Was ist Kinesiologie.....	7
3.1.	Geschichte	7
3.2.	Begriff.....	9
3.3.	Ziel der Kinesiologie.....	10
3.4.	Gedanken zur Kinesiologie.....	10
3.5.	Naturheilkunde und klassische Medizin.....	11
3.6.	Kinesiologie und Wissenschaft.....	12
3.7.	Holistische Kinesiologie.....	14
3.8.	Ausblick.....	14
4	Der Muskeltest.....	16
5	Die kinesiologische Balance.....	17
5.1.	Die kinesiologische Balance im Ablauf.....	17
5.2.	Was macht der Kinesiologe, was macht der Klient.....	19
5.3.	Ziel der Balance.....	19
5.4.	Fingermodi.....	19
6	Ethische Grundsätze.....	20
6.1.	Die Dachorganisation für Kinesiologie.....	20
6.2.	Garant für ein ethisch einwandfreies Testergebnis.....	21
7	Welche Korrekturen uns zur Verfügung stehen.....	22
7.1.	Struktur.....	22
7.2.	Ökologie.....	22
7.3.	Emotion.....	23
7.4.	Elektormagnetisch.....	23
7.5.	Transpersonal.....	24
7.6.	Meridian-Energie.....	24
7.7.	Chakren.....	25
8	Von der Seele und von der Persönlichkeit des Menschen.....	27
8.1.	Ganzheitlich denkende Sichtweise.....	27
8.2.	Von den Ebenen des Menschen.....	27
8.3.	physisch-ätherische Ebene.....	27
8.4.	Unterebenen und Sinne.....	27
8.5.	Emotionale Ebene.....	29

8.6.	Mentale Ebene.....	30
8.7.	Die Persönlichkeit.....	31
8.8.	Transpersonale Ebene.....	31
8.9.	Die Seele.....	31
9	Wille und Kreativität.....	32
9.1.	Warum der Wille so wichtig ist.....	32
9.2.	Das Dilemma unserer Zeit.....	32
9.3.	Der unvollkommene Wille.....	32
9.4.	Wie funktioniert der Wille am besten.....	33
9.5.	Der voll entwickelte Wille.....	33
9.6.	Was ist Kreativität und wozu dient sie.....	35
9.7.	Kreativität und Kinesiologie.....	35
10	Worte zum Abschluß oder Vom persönlichen Nutzen der Ausbildung.....	36

**„Um ein Ding zu erkennen, muß man zu ihm werden, man muß
seine Identität hintanstellen und frei von vorgefassten
Meinungen und Erwartungen werden.
Der im Zen geschulte Maler verbringt Monate
neben dem Schilfrohr stehend, sich im Wind mit dem Schilfrohr wiegend,
wird nass im Regen und trocknet in der Sonne. Dann erst wird er das Schilf
mit ein paar Pinselstrichen zu Papier bringen.“¹**

¹ Achim Eckert, Das Tao der Akupressur und Akupunktur, Seite 5 linke Spalte-Mitte, Karl F. Haug Verlag Stuttgart, 4. überarbeitete Auflage 2010

1 Einleitung

Mit der kinesiologischen Balance war ich bereits als Klientin zwei Jahre lang in regem Kontakt, im Speziellen mit der neuesten Bewegung, der Transformationskinesiologie, entwickelt von Grethe Fremming, langjährige Präsidentin des internationalen Kinesiologie-College.

Ich hatte das Glück, eine kinesiologische Praxis in der Straße zu haben. Als ich 2006 nach Schöneberg in Berlin zog, beäugte ich die Praxis zunächst kritisch: Kinesiologie, was ist denn das nun wieder? Irgendwann ging ich dann doch hinein und fragte, ob ich so eine Kinesiologie-Balance mal ausprobieren könne.

Nach meinem Erstkontakt mit Kinesiologie war ich verblüfft über die Möglichkeiten der Kommunikation. Ich erlebte ein erweitertes Kommunizieren über das Testen meiner Muskeln. Ich ging hinaus und war beschwingt, mehr noch, ich war motiviert, hatte die Balance doch meine Selbstinitiative gestärkt. Wo ich mich als „Opfer“ der Umstände oder „Täter“ der selbstverursachten Probleme gerade noch verurteilt hatte, sah ich jetzt einen Weg. Ich hatte mein Denken doch tatsächlich in 90 Minuten verändern können. Nun musste ich nur noch in Handlung kommen.

Im Nachhinein kann ich sagen, ich bin nicht nur in Handlung gekommen, ich bin auch ein kleines Stück bewusster geworden. Ich sah einen Weg mein Denken und Handeln so zu verfeinern, um Dinge in meinem Leben anzuziehen die ich zu meinem Wohle und zum Wohle anderer erkannt hatte. Ich sah immer mehr Baustellen, Lebensbereiche, die nach einem „Frühjahrsputz“ verlangten. Ich gelangte in einen regelrechten inneren Bewegungsfluss, der mir ein Gefühl von Zufriedenheit und Freude bereitete. Ich konnte die Herausforderungen des Lebens mit zunehmender Leichtigkeit annehmen, hatte sich für mich doch ein Sinn darin erschlossen. Plötzlich war ich im Besitz von unzähligen Fragen, die auf Antwort drängten. Mein Interesse steigerte sich zu den Fragen: Wie geht das bloß? Wie und wo kann man denn so was lernen? Woher kommt denn das überhaupt?

Ich fing an Ausbildungsinstitute zu vergleichen und traf eine Bauchentscheidung: Oldenburg sollte es sein. Zunächst belegte ich dort zwei Seminare in Transformationskinesiologie. Ich war überzeugt von der Wirkung der Balancen und von der handfesten, plastischen Stoffvermittlung durch die Institutsleiterin. Ich wollte nun die Basis und die verschiedenen Richtungen der Kinesiologie kennenlernen und entschied mich, für die zwei jährige Ausbildung zur Kinesiologin. Der lange Anfahrtsweg sollte sich später als Vorteil entpuppen, da ich die Seminare unmittelbar vor und nachbereiten konnte.

2. Intention meiner Abschlussarbeit

2.1. An welche Personen richtet sich meine Arbeit?

Mein Arbeit richtet sich vor allem an all diejenigen, die die Ausbildung am ITK durchlaufen oder abgeschlossen haben: an die, die eine Ausbildung anstreben und an die, die einfach mal schnuppern oder nachvollziehen wollen, was so eine Kinesiologieausbildung beinhaltet. An Ausbilder, Zufallsleser; an die, die sich für einen persönlichen Eindruck der Ausbildung am ITK interessieren sowie an meine Familie, die mich zwei Jahre lang bestärkt und unterstützt hat, die Welt der Kinesiologie kennenzulernen.

2.2. Was will meine Arbeit?

Meine Arbeit soll einen Überblick und Einblick in die Ausbildung der holistischen Kinesiologie geben. Quellenangaben und Literaturhinweise sollen ein tiefergehendes Selbststudium erleichtern. Grundlagen der Ausbildung sollen besprochen werden. Die ca. 550 Korrekturen aus den verschiedenen Kinesiologie -Richtungen sollen ihren Nutzen entsprechend kategorisiert werden. Die Persönlichkeit und die Seele sollen angesprochen sein.

Dabei ist darauf hinzuweisen, dass Inhaltliches in meiner Arbeit, außer an den, durch Fußnoten gekennzeichneten Stellen, aus meinen Mitschriften, innerhalb der Ausbildung am ITK in Oldenburg, entnommen ist. Meine Arbeit erhebt keinen wissenschaftlichen Anspruch.

3. Was ist Kinesiologie?

3.1. Geschichte

George Goodheart, ein amerikanischer Chiropraktiker, gilt als der Begründer der angewandten Kinesiologie.

Er hat 1964 Zusammenhänge zwischen der Schwäche einzelner Muskeln und Krankheiten entsprechender Organe entdeckt.

„Um festzustellen, ob diese Vermutung bestätigt wird, haben er und einige Chiropraktiker-Kollegen bewusst Organe außer Balance gebracht und so herausgefunden, welche Muskeln damit zu tun hatten. Unabhängig voneinander kamen verschiedene Chiropraktiker zu ähnlichen Ergebnissen: wenn z.B. der Magen durch Eiswasser gereizt wurde, schaltete in den meisten Fällen der Pectoralis Major Clavicularis ab, bei gereizten Augen oder unangenehmen Geräuschen schaltete der Obere Trapezius ab, usw.“²

Revolutionär war die Entdeckung, dass ein Muskel durch einen äußeren Stresseinfluß (eine energetische Blockade) zuerst schwach testet, weshalb sich dann der dazugehörige Gegenspieler –Muskel verspannt. Er entdeckte, dass man einen verspannten Muskel an seinem geschwächten Gegenspieler korrigieren kann, und dass durch nur einen geschwächten Muskel das ganze Körper-Geist-Seele-System aus der Balance geraten kann.

Er brachte die vom Osteopathen Frank Chapmann in den dreißiger Jahren entdeckten neurolymphatischen Reflexpunkte, die durch Massage die Lymphentgiftung anregen, in Verbindung mit entsprechenden Muskeln. Er erforschte die von Bennet entdeckten neurovaskulären Punkte und stellte gleichfalls die Verbindung der Punkte zu entsprechenden Muskeln her.

Anfang der siebziger Jahre gelang es ihm, den Meridianen mit ihren Verbindungen zu Organen die entsprechenden Muskeln zuzuordnen. Er fand heraus, dass man über Stimulierung der Reflexpunkte (neurovaskulären Punkte und Meridiane) einen Muskel stärken kann.

Er entwickelte den kinesiologischen Muskeltest, der den Muskel auf seine Reaktion statt auf Kraft prüft.

Der Muskel konnte nun, unter der Voraussetzung, dass er durch äußere Einwirkungen An und Abschalten kann, als Indikator für bestimmte Muskel Funktionskreisläufe nutzbar gemacht werden.

Seine These lautete:

Im Zustand der Muskelfunktion spiegelt sich der Zustand des Gesamtorganismus.

² IKC, Touch for Health, Script 1, VAK Verlag GmbH 2009

Er gründete, gemeinsam mit anderen Chiropraktikern, das **ICAK (International College of Applied Kinesiology)**, das nur Studenten mit medizinischem oder naturwissenschaftlichen Hintergrund aufnimmt. Wer sich dort bewirbt muss eine vierjährige medizinische Ausbildung mit der Befugnis zur Diagnose nachweisen.

1995 werden auf dem 2. internationalen Kongress der Kinesiologie in Garda (Italien) neue Forschungsergebnisse und Techniken zur Anwendung vorgestellt, erstmals auch vor „Nicht-Therapeuten“.

John F. Thie (Vorsitzender des ICAK, International College of Applied Kinesiology) fasste Goodhearts Angewandte Kinesiologie zusammen unter dem Namen „Touch for Health“ und gründete 1975 die TFH Foundation, die es nun auch Laien ermöglichen sollte, die Methode zur Gesundheitsvorsorge und Selbsthilfe anzuwenden. Mittlerweile ist diese übergeben und umbenannt in **IKC (International Kinesiology College)**, mit Sitz in Australien).

Er war so überzeugt von der Methode, dass er es sich zum Lebensziel machte, so vielen Menschen wie möglich, die Methode zugänglich zu machen.

„Touch for Health“ ist aus vier Bereichen zusammengesetzt:

aus der Chiropraktik, der Kinesiologie, der Akupressur und der Ernährungswissenschaft.

Unterstützung fand er in Deutschland:

In Freiburg gründete sich 1982 das **IKA (Institut für Angewandte Kinesiologie)** als Forum für sich stets neu entwickelnde Anwendungsrichtungen.

1992 fand der 1. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Kinesiologie (**DGAK**) in Freiburg statt. Ziel dieser Gesellschaft ist die Verbreitung der Methode, die Sicherung der Qualitätsstandards in der Ausbildung und die Einhaltung ethischer Standards der Anwender.

In Folge der universalen Möglichkeiten des diagnostischen und therapeutischen Vorgehens verbreitete sich die Methode weltweit, mittlerweile in 62 Ländern.

Angewandt wird die Kinesiologie, mittlerweile in den verschiedensten Berufsfeldern, wie z.B. unter Zahnärzten, Chiropraktikern, Osteopathen, Heilpraktikern, Physiotherapeuten, Pädagogen, Geschäftsleuten, Künstlern, Sportlern, Medizinern, Psychologen und Laien.

Seitdem haben sich zahlreiche Richtungen entwickelt, u.a. :

Three in one Concepts, Edu-Kinestetik, Hyperton-X, Health Kinesiology, Wellness Kinesiology, Applied Physiology, Analytische Kinesiologie, Neuralkinesiologie, Transformationskinesiologie, Holistische Kinesiologie, Transpersonale Kinesiologie.

Entwickelt hat sich eine Synthese von altem chinesischem Erfahrungswissen (Akkupunktur) und modernen westlichen Geistes- und Naturwissenschaften (Psychologie, Philosophie, Medizin, Ernährungs- und Bewegungslehre).

Kinesiologie ist interdisziplinär und wird ständig weiterentwickelt.

3.2. Begriff

Dem Wort nach bedeutet Kinesiologie „die Lehre von der Bewegung „der Lebensenergie, wobei wir es mit der Bewegung auf allen Ebenen zu tun haben: physisch, emotional, mental, transpersonal (höher mental/spirituell).

Kinesiologie ist eine Technik, die uns die Möglichkeit gibt, durch das Testen der Muskeln mit unserem „Körper/Seele“ System zu kommunizieren.³

Physisch: mit der Bewegung der Lebensenergie durch Muskeln, Gewebe, Organe und Meridiane (Gegenstand der Anwendung im TFH).

Emotional: mit der Bewegung der Lebensenergie durch unsere Psyche durch Emotionen, Wünsche, Erwartungen (Gegenstand der Anwendung durch psychologische Kinesiologie).

Mental: mit den Bewegungen der Lebensenergie durch unsere Gedanken, unsere Überzeugungen, die unser Lernen und unsere Wahrnehmung steuern und unser Gehirn stimulieren (Gegenstand der Anwendung im Brain Gym).

Transpersonal: mit der Bewegung der Lebensenergie zwischen grob und feinstofflichen Ebenen (findet Anwendung in der Transformationskinesiologie). Hier sei angemerkt, dass es sich die Kinesiologie mittlerweile auch zur Aufgabe gemacht hat, unterschwellige Reize, die nicht vom Bewusstsein registriert werden, aufzuspüren. Unterschwellige Reize kann man auch als feinstoffliche Einwirkungen bezeichnen.

Kinesiologie ist eine ganzheitliche (wir schauen was benötigt der Mensch jetzt für Körper, Geist und Seele, um ins Gleichgewicht zu kommen), **subjektive** (jeder Tester würde etwas anderes austesten), **pädagogische** (wir nutzen das, was im Klienten bereits vorhanden ist) **Kommunikationsform**. Kinesiologie kennt Krankheit nicht. Sie beschäftigt sich mit dem Austesten und Korrigieren von Ungleichgewichten. Kinesiologie arbeitet im Gegensatz zu Therapeuten und Heilpraktikern, die mit körperlichen oder psychischen Problemen arbeiten, ausschließlich lösungsorientiert.

Handwerklich stehen dem Tester nach der Ausbildung Coachingtechniken und der Muskeltest zur Verfügung.

In Kürze:

Kinesiologie ist eine Technik, die uns die Möglichkeit gibt, durch das Testen des Muskels, mit unserem „Körper/Seele“ System zu kommunizieren.⁴
In der Kinesiologie werden mit Hilfe gezielter Muskeltests Energieblockaden im Körper aufgedeckt und anschließend behoben.

³ Grethe Fremming, Rolf Havsboel, Transformation durch Kinesiologie 1, Skript, Polaris International College, Dänemark, 2010

⁴ Grethe Fremming, Rolf Havsboel, Transformation durch Kinesiologie 1, Skript, Polaris International College, Dänemark, 2010

3.3. Ziel der Kinesiologie

Ziel der Kinesiologie ist ein Mensch, der körperlich, geistig und seelisch im Gleichgewicht ist wobei unter Gleichgewicht zu verstehen ist, das **Biochemie** (Stoffwechsel und Ernährung), **Psyche** (Emotionen, Gedanken) und **Biomechanik** (Muskeln, Knochenapparat) in Abhängigkeit stehen und sich gegenseitig beeinflussen und im Besten Falle ausbalanciert sind.

Die ganzheitliche Sichtweise der Kinesiologie hat zum Ziel, Ungleichgewichte körperlicher, geistiger oder seelischer Art frühzeitig zu erkennen und auszugleichen, so dass der Mensch wieder auf allen Ebenen in der Balance ist.

Die Kinesiologie arbeitet mit Stressmanagementmethoden. Ein Kinesiologe arbeitet gemeinsam mit dem Klienten die Stressfaktoren heraus, die den Heilungsprozess behindern.

Kinesiologen balancieren den Gesundheitswillen, den Willen sich zu 100% für Gesundheit zu entscheiden und ganz praktisch dafür in Handlung zu kommen.

In der Physik bedeutet Balance ein Gleichgewicht von entgegengewirkenden Kräften oder Aspekten. Eine kinesiologische Balance bedeutet, einen Menschen aus einer Dysbalance rückzuführen in einen Zustand der Ausgewogenheit, der inneren Ruhe.

In Kürze:

Aufgabe und Sinn der Kinesiologie mit holistischem Ansatz ist es, einen Prozeß zu unterstützen, der dem Individuum gestattet, physisch, emotional, mental und spirituell Verantwortung zu übernehmen.

3.4. Gedanken zur Kinesiologie

Wir leben in einer Welt, die sich fortwährend bewegt und verändert. Neue wirtschaftliche Situationen, Chancen, Möglichkeiten, Risiken und Gefahren ergeben sich und nicht zuletzt verändert sich auch unser Körper.

Die Herausforderung für uns besteht darin, mit der Entwicklung zu gehen, uns anzupassen, zu reagieren, zu agieren, neue Sichtweisen einzunehmen, dazu zu lernen, geistig beweglich zu sein. Gehen wir in Widerstand, ist unsere Bewegung eingeschränkt. Es tauchen Probleme auf.

3.5. Naturheilkunde und klassische Medizin

Die unbestrittene Stärke der klassischen Medizin ist es, Leben zu retten und unerträgliches Leiden zu lindern, wenn Heilung nicht mehr möglich ist. Diese Erfolge der klassischen Medizin sind nicht hoch genug einzuschätzen und doch werden viele schwere Krankheiten

durch riskante, mit schädlichen Nebenwirkungen einhergehende Medikamente und Therapien verursachten Krankheiten selbst erzeugt.

Wir haben im Moment **einerseits** eine klassische Medizin, die Krankheit als sinnloses Versagen des Organismus betrachtet, die man mit Symptomunterdrückung, Manipulation natürlicher Körperfunktionen oder Operationen bekämpft und **andererseits** die Naturheilkunde, die jede Krankheit als sinnvolle Antwort des Körpers und als Teil eines natürlichen Selbstheilungsprozesses betrachtet, also eine Heilreaktion, gemäß dem Spruch: „Medicus curat, natura sanat“ (Der Arzt kann zwar behandeln, die Heilung aber bewirkt die Natur).

Dr. med. Götz Blome schreibt :

„Echte Heilung hat immer zwei Komponenten:

- 1. die Wiederherstellung der natürlichen Verhältnisse im Körper**
- 2. einen seelisch-geistigen Entwicklungsschub, der nicht nur zur Einsicht in die Krankheitsursachen , sondern auch vor allem zu größerer Bewusstheit und menschlichem Wachstum führt. Eine bewusst erlebte und überwundene Krankheit kann uns in unserer menschlichen Entwicklung entscheidend weiter bringen. „**

„Die natürliche Medizin geht davon aus:

- dass alle vermeintlichen Krankheiten in Wirklichkeit Versuche darstellen, sich selbst zu heilen,
- oder wenigstens das Überleben zu sichern und im ganzheitlichen Sinne das Bestmögliche aus der jeweiligen Situation zu machen,
- dass eine sinnvolle Therapie ihm dabei helfen und alles vermeiden muß, was ihn schädigt oder dabei behindert,
- dass unser Organismus sich nie selbst schadet“⁵

⁵ Dr. med. Götz Blome, „Einführung in die Regena –Therapie“, Flora Verlag, 3. Auflage 2010

3.5. Kinesiologie und Wissenschaft

„Die Kinesiologie widerspricht anerkannten naturwissenschaftlichen und medizinischen Kenntnissen.“

Die klassische Medizin legt Wert auf die Trennung zwischen Medizin und alternativen Verfahren.

Kinesiologen konzentrieren sich auf den Sinn und Zweck einer Beschwerde- ob auf physischer, emotionaler, mentaler oder seelischer Ebene. Kinesiologen unterstützen den Klienten in seiner seelisch-geistigen Entwicklung, in dem sie den Nutzen einer Beschwerde bewusst machen. Kinesiologen selber heilen nicht. In Deutschland heilen Berufsgruppen mit Heilerlaubnis, also Ärzte und Heilpraktiker.

Hören wir **Heidmarie R. Ehrke**, die seit 1992 als Trainerin für Kinesiologie tätig ist: „Der Nachteil der heutigen westlichen Medizin ist: Sie sieht die Zusammenhänge im menschlichen Körper als lineare Prozesse von Ursache und Wirkung. Nach dem Verständnis der östlichen Heilkunst sind die Prozesse komplexer. Die Arbeit mit kinesiologischen Techniken ist so komplex, dass sie heute mit den dafür ungenügenden Methoden der westlichen Medizin nur schwer beweisbar sind.“

Laut **Barbo Walker** in: „Edu-Kinestetik – ein pädagogischer Heilsweg?“, ist der Muskeltest genauso wenig wie die 5000 Jahre erfolgreich angewandte chinesische Akkupunktur wissenschaftlich beweisbar, da keine naturwissenschaftlichen, materialistischen Erkenntnisgewinnungs-Methoden anwendbar seien. Sie kommt zu dem Schluß: „Dringend notwendig wären vor allem restriktive Konsequenzen staatlicherseits, um dem ausufernden Markt Einhalt zu gebieten.“⁶

„Im Gegenzug begegnet uns eine breite Akzeptanz der Kinesiologie in der Schweiz. „Schweizer Krankenkassen übernehmen 90% der Kosten für kinesiologische Sitzungen, so der Versicherte eine Zusatzversicherung für natürliche Heilmethoden und Alternativmedizin abgeschlossen hat.“

Dr. Christian Torp, Promotion 1979, der seine schulmedizinische Praxis mit Homöopathie und Akkupunktur erweiterte, schreibt:

„Ich selbst habe jedenfalls bis heute das Gefühl, dass ich dank meiner wissenschaftlichen Ausbildung ihren Grundregeln auch treu geblieben bin. Ich beobachte, ziehe meine Schlüsse und reproduziere die Ergebnisse. Einzig erklären kann ich nicht immer alles. Das ist mir aber auch schon aus dem Studium bekannt . . . Ich stehe mittlerweile auch dazu, dass ich vieles von dem, was ich im therapeutischen Sinne mache, nicht mehr erklären kann. Ich habe kein Problem mehr damit, zu diskutieren, ob meine Behandlungserfolge auf Glauben,

⁶ Barbo Walker, „Edu-Kinestetik-ein pädagogischer Heilsweg?“eine kritische Analyse ,Marburg: Tectum Verlag, 2004, zugl.: Frankfurt, Univ.Diss.2003

Placeboeffekten, Zufällen oder auf der Wirkung von bestimmten Akupunkturpunkten beruhen. Man nimmt mich ernst, weil die Heilerfolge für sich sprechen.“⁷

Ähnliche Worte finden wir auch bei **Dr. med .Claudia Keding**, prakt. Ärztin und Psychotherapeutin in Hamburg „mir liegt am Herzen, dass das Instrument Kinesiologie-für mich noch konkreter der Muskeltest-Zugang zu seriösen Therapiemethoden bekommt. Kinesiologie trifft auf ein wissenschaftliches Denken, das feinstoffliche Erscheinungen überwiegend leugnet, bekämpft, lächerlich macht oder bestenfalls ignoriert . . . Es gibt kein wirtschaftliches Interesse an einer Methode wie Kinesiologie, die in keiner Richtung Umsatzsteigerungen verspricht, sondern diese im Gegenteil sogar drastisch gefährden könnte- ihr fehlt eine kraftvolle (wirtschaftlich gestützte) Lobby...darüber hinaus müssen die Botschafter der Kinesiologie ein paar Eigenheiten der Methode vertreten, die nicht so einfach darzustellen sind, ohne ins Stottern zu geraten: In der Anwendung der Kinesiologie treten gleich mehrere Phänomene auf, die eindeutig nachgewiesen, aber nicht ausreichend wissenschaftlich erklärt werden können -beispielsweise der Substanztest, mentale Übertragungen....die Funktion des Muskeltest lassen sich zwar unwiderlegbar demonstrieren, aber selbst von geübten Anwendern nicht immer elegant formulieren . . . Zu meiner großen Freude entwickelte sich im Laufe der Zeit, in der ich daran gearbeitet habe, ein stimmiges Denkmodell, in dem sich alle Widersprüche auflösen, mit dem alle Phänomene des Tests zumindest hypothetisch erklärt werden können.... Das Ungewohnte mag sein, die Tragweite zu begreifen, die damit einhergeht, wenn das Bewusstsein nicht nur eine Rolle spielt, sondern letztendlich Regisseur des gesamten Verfahrens ist . . .All zu frühe Anerkennung durch etablierte Institutionen legt einem freien Gedankengut durch Anwendungsvorschriften schnell eine Zwangsjacke an und nimmt den Bewegungsspielraum, den es braucht, um den Dingen wirklich auf den Grund zu gehen . . . In der Arbeit mit feinstofflichen Verfahren sprechen etliche Bausteine und Entwicklungssequenzen für eine weisheitsvolle Steuerung, sowohl des Lebens als solches, wie auch vieler Muskeltestresultate. Ganz besonders könnte sich diese Lenkinstanz darin zeigen, dass Ergebnisse des Muskeltests extrem oft stimmig belegt, nur sehr selten aber experimentell-wissenschaftlich bewiesen werden können. Die Weisheitsinstanz, die den Muskeltest begleitet, lässt sich nicht in Kontrollfesseln legen.“

⁷ http://www.torp.de/uploads/media/Wissenschaft_in_den_Naturheilverfahren.pdf

3.6. Holistische Kinesiologie

„Die Holistische Kinesiologie ist eine Synthese der unterschiedlichen Fachrichtungen innerhalb der Kinesiologie.“⁸ Vorteil für den Klienten ist, dass er sich aus einer Vielzahl unterschiedlichster Möglichkeiten, diejenigen herausuchen kann, die für ihn Priorität haben. „Diplom Kinesiologen nutzen Beratungs-, Trainings- und Coaching -Methoden , sowie die gelernten Therapieverfahren, um gemeinsam mit dem Klienten eine lösungsorientierten Zielfindungs- und Veränderungsprozess einzuleiten.

Sie bewegen sich in den Bereichen:

- holistische Gesundheitsförderung
- physische und mentale Fitness
- Selbstmanagement
- Krisenmanagement
- Zeitmanagement
- Motivation
- Zielfindung und Verwirklichung
- Changemanagement im persönlichen und beruflichen Bereich
- Eigenverantwortung und persönliches Wachstum
- Steigerung der Wahrnehmungs- und Lernbereitschaft
- psychosoziale Beratung „⁹

3.7.Ausblick

Längst haben die Naturheilverfahren eine steigende Nachfrage. Sie sind zu einem starken Wirtschaftsfaktor geworden.

Wir steuern in eine Zeit, in der klassische Medizin und Naturheilverfahren gleich berechtigt nebeneinander stehen und zusammenarbeiten. Beweis dafür sind unzählige Ärzte die sich der Erfahrungsheilkunde bereits geöffnet haben.

Die Polarisierung zwischen etablierter Medizin und Komplementärmedizin setzte Mitte des 19. Jahrhunderts ein, hat jedoch die Bevölkerung nicht abgehalten, die Naturheilkunde in zunehmendem Maße in Anspruch zu nehmen.

„Ein Gedanke kann nur dann Wirklichkeit werden, wenn er jemals gedacht wurde.“, so ein altes Sprichwort.

Gedanken einer Zusammenarbeit, einer Integration beider Richtungen, ist längst angedacht. Nun müssen grundlegende Veränderungen und Neuorientierungen in beiden Bereichen und in unserer Gesellschaft folgen. Klein- und mittelständische Unternehmen sollten nicht länger durch die Pharmedien vom Markt verdrängt werden. Die Grundrechte der Menschen auf die freie Behandlungswahl zur Gesundheit und Heilung sollte keiner Profitgier zum Opfer fallen. Die Leistungen und Grenzen beider Wege sollten zu einem gemeinsamen Weg anregen.

⁸ Ulrike Sawert, aus: Einführung in den Muskeltest, Arbeitsunterlagen, Oldenburg 2010

⁹ Ulrike Sawert, aus : Einführung in den Muskeltest, Arbeitsunterlagen, Oldenburg 2010

Jeder, der neue Therapien zunächst akzeptiert, um Erfahrungen zu machen, um sie in Frage stellen zu können, um sie prüfen zu können, um sie verwerfen zu können oder um sie weiterzuentwickeln zu können, leistet, ob Klient/Patient, ob Therapeut/Arzt/Kinesiologe ... einen wichtigen Beitrag zum Wohle aller.

Alice Bailey, englische Theosophin und Autorin, möchte in ihrem Werk beweisen, dass vielen Richtungen, die orthodoxen, akademischen, veralteten, materiellen oder geistigen, neuen, bahnbrechenden, mentalen, voneinander abhängen. Sie schreibt: „sie müssen zu einer einzigen großen Heilungswissenschaft vereint werden. Es wird dies eine Wissenschaft sein, die den ganzen Menschen heilt und alle physischen, emotionellen, mentalen und geistigen Hilfsquellen einsetzt, zu denen die Menschheit Zugang hat. Der Mittelweg des Kompromisses und der wechselseitigen Zusammenarbeit ist immer der klügste; das ist eine Lehre, die heute auf jedem Gebiet menschlichen Denkens notwendig ist ... Vor mehr als 60 Jahren schreibt sie: „Wenn man die Arbeit des Arztes und des Chirurgen am physischen Leibe als wesentlich und gut anerkennt, wenn die Analysen und Schlüsse des Psychologen diese Arbeit ergänzen, und wenn die Macht richtigen Denkens ebenfalls zu Hilfe kommt, dann und nur dann, werden wir in ein neues Zeitalter des Wohlbefindens eintreten . . . Geistesrichtungen wie die Mentalwissenschaft . . . und die Chiropraktiker, die Bemühungen der Naturheilkundigen und vieler anderer, beeinträchtigen ihre eigene Sache dadurch, dass sie anmaßend sind und unaufhörlich die Schulmedizin und andere erprobte Mittel und Wege, sowie das durch Jahrhunderte auf Grund von Versuchen erworbene Wissen der akademischen, medizinischen und chirurgischen Schulen angreifen. Sie vergessen, dass viele ihrer Erfolgsbehauptungen (und sie sind oftmals unwiderlegbar) allgemein unter Glaubensheilungen eingereiht werden können, man kann dies wirklich mit mehr oder weniger Recht tun. Solche Heilungen sind vom akademisch gebildeten Denker schon längst als Tatsachen anerkannt. Diese Denkrichtungen, die in der Tat die Hüter notwendiger Wahrheiten sind, müssen vor allem ihre Einstellung der Denkweise ändern; sie müssen in diesen Tagen evolutionärer Entfaltung das geistige Wesen des Kompromisses erkennen lernen. Ihre Ideen können nicht die volle, gewünschte Wirksamkeit erreichen, wenn sie den gegebenen Wissensschatz, den die Medizin seit alten Zeiten angesammelt hat, einfach übergehen und ausschalten; sie sollten nicht nur über ihre Erfolge berichten, die sie laut verkünden, sondern genauso auch eine Liste ihrer zahlreichen Misserfolge aufstellen. Ich möchte hier darauf hinweisen, dass diese Erfolge keineswegs so zahlreich sind, wie die der orthodoxen Medizin und der wohltätigen Arbeit, die von unseren Kliniken und Krankenhäusern geleistet wird, die –trotz Fehlschläge und oft auch großer Borniertheit- die Schmerzen und Beschwerden der großen Massen der Menschen weitgehend lindern ...“¹⁰

¹⁰ Alice A. Bailey, Esoterisches Heilen, Verlag Editions Lucis, Genf, 6. Auflage 2005, S. 279 ff..

4 Der Muskeltest

„Mit Hilfe des Muskeltests testen wir die Reaktion des ganzen Menschen auf innere und äußere Einflüsse.“¹¹

Wir testen nicht auf Funktionsfähigkeit.

Muskeln zu testen ist eine Kunst und verlangt Übung, um mit den verschiedenen Menschen arbeiten zu können. Um sich vor unnötigem Stress zu schützen, ist es hilfreich dem Klienten den Muskeltest zu erklären und ihn zu fragen, ob es Gründe gibt, warum der Muskeltest bei ihm/ihr nicht angewendet werden soll.

Der Muskeltest dient als Instrument, um Kommunikation von Körper und Geist zu fördern und Zugang zu den Selbstheilungskräften und dem innern Wissen des Menschen herzustellen, um über die 5 Sinne hinaus, in allen Ebenen des Unterbewusstseins zu kommunizieren.

Aus der Sicht der TCM betrachtet, testen wir die Energie, die dem Muskel zur Verfügung steht. Fließt die Energie im dazugehörigen Meridian ungehindert oder nicht?

Unsere Lebensenergie reagiert auf Reize wie etwa Gedanken, Gefühle und physische Einflüsse.

Schwächt uns ein Reiz, d.h. versetzt er uns in Angst oder Stress, schwächt der Reiz unsere Energie. Sie fließt nicht. Wir reagieren mit einem schwachen Muskel. In Extremform kennen wir das von zitterigen Knien, wie zum Beispiel bei einer Schreckensnachricht.

Stärkt uns dagegen ein Reiz vitalisiert das auch die Energie. Sie fließt, steht uns voll zur Verfügung. Der Muskel wird gestärkt und testet stark.

Wir können uns diese Reaktion zu Nutze machen und auf die Suche nach uns stärkenden und schwächenden Reizen gehen. Letztlich können wir nur Stress oder keinen Stress testen.

„Beim Dialog per Muskeltest fassen wir in Worte, was Psyche oder Körper sagen würden, wenn sie direkt zu uns sprechen könnten. Wir bieten sozusagen fertige Aussagen an, damit die Muskelreaktion nur noch ‚ankreuzt‘, was richtig und was falsch ist. Dabei treten wir üblicherweise in Kontakt zu Ebenen, die unserem Tagesbewusstsein nicht zugänglich sind.“¹²

„Im normalen Wachzustand werden nur 10-30% unseres Erlebens und Verhaltens von unserem Tagesbewusstsein gesteuert, 70-90% jedoch durch unser Unterbewusstsein. Trotz dieses Wissens nehmen die meisten Menschen nur das als real an, was sie mit ihrem Tagesbewusstsein mit den fünf Sinnen wahrnehmen.

Dennoch: der Beweis für das, was wir tun, ist nicht der Muskeltest, sondern das Erleben und Verhalten, das sich ändert.“¹³

¹¹ Ulrike Sawert, aus: Einführung in den Muskeltest, Arbeitsunterlagen, Oldenburg, 2010

¹² Dr.med Christa Keding, Die wundersame Welt des Muskeltest, Glaubwürdigkeit, Chancen, Herausforderungen, Oesch Verlag AG, Zürich, 2008

¹³ Ulrike Sawert, Sript Einführung in den Muskeltest, Workshop, Institut für Transpersonale Kinesiologie, Ziegelhogstrasse 66, Oldenburg 2010

In Kürze:

Der kinesiologische Muskeltest ist ein Energietest, der uns Auskunft gibt, ob der Mensch auf angebotenen Reize mit Stress oder ohne Stress reagiert.

5 Die kinesiologische Balance

5.1. Die kinesiologische Balance im Ablauf

Zur **Vorbereitung** auf eine Balance stellen wir sicher, dass der Klient ausreichend mit Wasser versorgt ist, die Grundenergien fließen, alle Gehirnareale eingeschaltet sind, die beiden Gehirnhälften zusammen arbeiten und der Klient mit seiner gesamten Aufmerksamkeit „im Hier und Jetzt“ ist. Wir tun dies, damit wir verlässliche Antworten vom „Körper bzw. Geist“ erhalten. Im nächsten Schritt erfragen wir die **Erlaubnis** zur Zusammenarbeit, denn es ist nicht selbstverständlich, dass der Klient auf allen Ebenen bereit ist mit uns zu kommunizieren.

„Wir erklären ihm, dass wir nichts „herausfinden“, was er nicht selbst zu entdecken wünscht, dass wir lediglich den Körper anzeigen lassen, was er an Unterstützung wünscht, um mehr Energie zu haben, Ziele zu erreichen.“¹⁴

Zu Beginn der Balance suchen wir gemeinsam mit dem Klienten ein **Ziel**. Wir helfen dem Klienten sein Ideal zu definieren und ein Teilziel oder Ideal zu erreichen, das leichter realisierbar ist und verwirklicht werden kann. Wir prüfen das Ziel darauf terminiert, realistisch, positiv, klar, aktiv und energetisch zu sein.

Allein dieser Schritt erforscht und stärkt die bewusste Persönlichkeit des Klienten.

„Erst wenn ein Mensch sich ein Ziel gesetzt hat, wird er zum bewusst Handelnden, zum Verursacher, statt der Wirkung ausgeliefert zu sein.“¹⁵

Im nächsten Schritt schauen wir, ob der Klient bereitwillig ist, eine Veränderung seiner Verhaltensweisen /Reaktionen anzugehen, die seinem Ziel im Wege stehen.

Wir erfragen, ob er bereit ist, sanft und sorgfältig an der Umsetzung seines Zieles zu arbeiten, ob er bereit ist, die Veränderungen, die sich daraus ergeben, zu akzeptieren.

Wir unterstützen den Klienten, den Nutzen des Problems zu erkennen und loszulassen.

Als Kinesiologen haben wir die Möglichkeit über das Testen der Muskeln zu erfragen, welche Erfahrungen, Gedanken, Gefühle, Glaubensmuster dem Klienten, in Bezug auf seine **Bereitwilligkeit** blockieren.

Über den Muskeltest können wir eine Stellvertreter-Situation, ein biografisches Erlebnis ausfindig machen - wobei wir keine Ursachenforschung betreiben. Wir konzentrieren uns auf

¹⁴ Ulrike Sawert, Einführung in den Muskeltest, Arbeitsmaterial, Oldenburg, 2010

¹⁵ Grethe Fremming, Rolf Havsboel, Polaris International College, Dänemark, Script, TK1

den Teil, der sich bemerkbar macht und dem Erreichen des Zieles im Wege steht. Wir machen ihn bewusst und nutzbar, indem wir ihn kritisch analysieren oder einfach nur verbal ausdrücken.

Wir streben an, die bisher im Unterbewussten gebundene Energie freizusetzen und für das Erreichen des Zieles zur Verfügung zu stellen. Der Kinesiologe baut sozusagen über den Test von Stressoren, eine Brücke zw. Unterbewusstsein und Bewusstsein. Ziel unserer Vorgehensweise ist, die freigesetzte Energie, in einen direkten Ausdruck zu führen oder sie in bewußtere Energien umzuwandeln.

Der nächste Schritt führt uns zur kinesiologischen **Balance**. Wir führen den Klienten aus einem energetischen Ungleichgewicht zurück ins Gleichgewicht. Dafür stehen uns ca. 550 Korrekturen aus der holistischen Kinesiologie, sowie die individuellen Interventionstechniken des Kinesiologen zur Verfügung, die wir über den Muskeltest am Klienten erfahrbar machen. Anzahl und Reihenfolge der Korrekturen nimmt der Klient unterbewusst selbst vor. Möglich ist das durch das sogenannte „morphogenetische Feld“, ein Begriff, der vom Biologen Robert Sheldrake geprägt wurde. Zeigt der Klient keine weiteren Korrekturen mehr an, ist der Energiefluss in Bezug auf das erarbeitete Ziel ausgeglichen.

Der Kinesiologe testet, ob der Klient über einen bestimmten Zeitraum ein **Programm zur Aufrechterhaltung der Energie** durchführen sollte, eventuell eine Folgebalance durchgeführt werden sollte.

Die Balance endet, in dem wir sicherstellen, das der Klient ausreichend mit Wasser versorgt ist, die Grundenergien im Fluss sind, alle Gehirnareale eingeschaltet sind, die beiden Gehirnhälften zusammen arbeiten und der Klient mit seiner gesamten Aufmerksamkeit im „Hier und Jetzt“ ist. Im Fachjargon sagen Kinesiologen: „wir achten darauf, das der Klient geklärt den Raum verlässt.“ Dabei hat es sich als sinnvoll erwiesen eine Balance auf 90 min. zu beschränken, um maximale Aufmerksamkeit des Klienten zu wahren.

5.2. Was macht der Kinesiologe, was macht der Klient während einer Balance?

Meine Aufgabe als Kinesiologin ist es, mit dem Klienten herauszuarbeiten, was sein unmittelbar nächster Entwicklungsschritt ist, was der Klient dafür braucht und wie er Hindernisse aus dem Weg räumen kann.

Die Aufgabe des Klienten ist es, bereit zu sein etwas zu verändern und es dann auch selber umzusetzen.

Dank der Sprache des Unterbewusstseins über den Muskeltest, zeigt nie eine Korrektur an, die für den Klienten nicht zu schaffen ist. Die eigene Körperweisheit zeigt nur Veränderungen an, die der Klient verarbeiten und verändern kann. Der Klient hat zudem jederzeit die Möglichkeit zu entscheiden, sein Vorhaben zu wollen oder nicht zu wollen.

5.3. Ziel der Balance

Innerhalb der Balance geht es darum, momentane Gefühle, Gedanken etc. bewusst zu machen um einen unerwünschten Zustand in einen positiven zu verwandeln zu können. Die Arbeit besteht darin, dem Klienten zu helfen sich bewusst zu machen, wie er zur Erhaltung des unerwünschten Zustandes beiträgt und ihn dann bei der Aktivierung seiner Willenskräfte und seines Wunsches nach positiven Wandel zu unterstützen. Die blockierte Energie, die durch die Balance frei wird, erlaubt dem „Wahren Selbst“ zu Tage zu treten, jenem Selbst, aus dem alle Heilung entspringt. Sinn der Balance ist auch: den Nutzen der innewohnenden Seelenmacht aufzufinden, der durch eine Ausweitung des Bewusstseins erkannt wird. Bleibende Heilung findet nur dann statt, wenn das Bewusstsein sich wandelt. Das Wissen um Körper und Geist bringt eine neue Freiheit, die neu eingesetzt werden kann.

5.4. Fingermodi

Anfangs testeten sich die Kinesiologen einzeln durch ein Menü sämtlicher Korrekturen, was äußerst zeitaufwendig war. Mittlerweile hat man die Korrekturen thematisch zusammengefasst und sogenannten Fingermodi zugeordnet. Die Fingerkombinationen wurden erstmals in den Achziger Jahren von Dr. Alan Beadall, dem Begründer der klinischen Kinesiologie für die Balance nutzbar gemacht. Fingermodi bieten mit Hilfe des Muskeltests, die Möglichkeit, schnell und punktgenau aus einer Vielzahl an Techniken die Methode herauszufinden, die dem Klienten in diesem Moment den größten Nutzen bringt. Fingermodi sind aus indischen Mudras entwickelt. Mudras stammen aus der vedischen Tradition und aus dem chinesischen Wissen der Akkupunktur – sechs Meridiane enden oder beginnen auf den Fingern.

6 Ethische Grundsätze

6.1. Die Dachorganisation für Kinesiologie

Die weltweite Dachorganisation für Kinesiologen und- Fachrichtungen **IKC** formulierte 1995 in Garda (Italien) die ethischen Grundsätze, die der professionellen Arbeit im Bereich Kinesiologie zugrunde liegen.

Der Berufsverband der Kinesiologen (**DGAK**) vertritt diese ethischen Grundsätze und ist darüber hinaus als Mitglied im Dachverband der Weiterbildungsorganisationen **DVWO e.V.**, dem Berufskodex des Forums Werteorientierung in der Weiterbildung verpflichtet.

Der Kinesiologe/die Kinesiologin

- 1) benutzt das pädagogische Modell, d.h.: das was in der Person vorhanden ist, wird unterstützt.
- 2) stellt keine Diagnosen im medizinischen Sinne, verschreibt nichts und behandelt nicht, es sei denn, die entsprechende Befugnis ist vorhanden.
- 3) geht vom Denkmodell der sich regulierenden Lebensenergie aus.
- 4) sieht sich als Begleiter, der den Klienten unterstützt.
- 5) ermöglicht bewusste Teilnahmen und Entfaltung der Person.
- 6) erreicht den erforderlichen Ausbildungsstand und verpflichtet sich zur Selbsterfahrung und Weiterbildung.
- 7) ist professionell im Umgang mit Klienten und Kollegen.
- 8) respektiert Vertraulichkeit.
respektiert Grenzen und Möglichkeiten der Klienten.
- 9) respektiert die Menschenrechte.
- 10) ist nicht auf die Pathologie, sondern auf das Potential fokussiert.
- 11) wertschätzt Qualität.
- 12) respektiert die Wahl des Klienten.
- 13) erkennt an, dass der Muskeltest eine Aussage ist, die Danken und Fühlen nicht ersetzt.
- 14) erkennt an, dass die Verantwortlichkeit vor, während und nach einer Balance beim Klienten liegt.
- 15) lädt auf den Klienten weder Schuld noch Vorwurf ab.
- 16) geht davon aus, dass die Energie der Person balanciert wird und die Selbstheilungskräfte aktiviert werden.“¹⁶

¹⁶ Ulrike Sawert, Kinesiologie Ausbildungs- und Seminarprogramm, ITK, Oldenburg 2010

6.2. Garant für ein ethisch einwandfreies Testergebnis

Der Muskeltest ist manipulierbar.

Sowohl Klient als auch Tester können den Muskeltest manipulieren. Der Muskel reagiert auf äußere Reize. Ein äußerer Reiz kann ein Gedanke sein. Nehmen wir ein Beispiel: der Tester denkt an eine Korrektur, die seiner Meinung nach passend sein könnte. Der Gedanke des Testers kann sich im Muskeltest durchsetzen. Ein weiteres Beispiel wäre: der Tester ist selbst im Stress. Verdrehte Ergebnisse, die auf den Zustand des Testers hinweisen, können dann ein ordentliches Wirrwarr erzeugen. Die Balance gibt dann weder Sinn, noch führt sie zu einem Ergebnis.

Wie hält sich der Kinesiologe aus dem Muskeltest heraus?

Am Institut für holistische Kinesiologie wird besonders großen Wert auf ein ethisch sauberes Testen gelegt. Bevor ein Tester mit dem Klienten testet, sollte er sich selbst „geklärt“ haben. Das heißt er hat dafür Sorge zu tragen, ausreichend Wasser im System zu haben, er sollte in einem klaren und entspannten Zustand sein, elektromagnetischer – und biochemischer Stress sollte kurzfristig ausgeglichen sein. Während des Testens sollte der Tester mit seiner Aufmerksamkeit zu 100% beim Klienten sein. Der Tester darf an keiner Stelle Suggestivfragen stellen. Er ist verantwortlich für den Prozessablauf, nicht für dessen Inhalt. Erlernte tief verwurzelte Gesprächsmuster wie gut gemeintes Bagatellisieren, Interpretieren oder Solidarisieren haben in der Gesprächsführung nichts zu suchen. Die Struktur einer kinesiologischen Balance ermöglicht eine Bewältigung eines komplexen Konflikts, in dem wesentliche Hindernisse erkannt werden. Im Idealfall ermöglicht die kinesiologische Balance eine rationale, effiziente und effektive Lösung von Konflikten im eigenen Innern, mit Anderen für die Umsetzung selbst gesetzter Herausforderungen.

Der Klient kann den Muskeltest gleichfalls manipulieren. Er kann sich gegen ein Testen der Muskeln sperren, aus Sorge etwas Intimes könne ans Tageslicht kommen . . .

Es ist deshalb unerlässlich den Klienten zu informieren, „das der Tester über den Klienten nichts herausfindet, was dieser nicht selbst zu entdecken wünscht und das der Tester lediglich den Körper anzeigen lässt , was er an Unterstützung wünscht, um mehr Energie zu haben, Ziele zu erreichen etc.“.¹⁷

¹⁷ Einführung in die Kinesiologie , Script ITK Ulrike Sawert, Oldenburg 2010

7 Welche Korrekturen zur Verfügung stehen

Die Korrekturen sind in 8 Bereiche gegliedert :

- | | |
|----------------------------|------------------------------|
| 1 Struktur | 5 Blüten und Essenzen |
| 2 Ökologie | 6 Transpersonal |
| 3 Emotional | 7 Meridian Energie |
| 4 Elektromagnetisch | 8 Chakra Energie |

7.1. Struktur

Bei strukturellen und funktionellen Störungen der Gehirnfunktionen oder bei Inbalancen des Flusses des Lebensenergie, bei Beeinträchtigung in unserer Gestaltungsfreiheit, bei: Entwicklungsstörungen; durch schulischen, beruflichen, gesundheitsbedingten, familiären oder emotionalen Stress bedingten System - Störungen , zur Wiederherstellung von Fehlfunktionen oder Beseitigung grundlegender Störungen; bei Konzentrationsstörungen, wenn wir in Situationen wie gelähmt sind, schlecht stehen, wenn Überkreuzbewegungen nicht etabliert sind, weil im Kleinkindalter nicht ausreichend balanciert und geklettert wurde oder die Krabbelphase übersprungen wurde, bei strukturellen, auf Sehen , Hören, Lesen und der Kommunikation bezogenen Störungen, zeigen Korrekturen aus dem **Struktur**bereich an.

7.2. Ökologie

Ökologie leitet sich aus dem griechischen Wörtern Haus und Lehre ab und bedeutet soviel, wie die „Lehre vom Haushalt.“

Korrekturen aus dem Bereich Ökologie zeigen an, wenn unser Körperhaushalt aus dem Gleichgewicht geraten ist. Wasser zum Beispiel ist für uns ein Lebenselixier und sollte in ausreichender Menge im Körper vorhanden sein. Es unterstützt unsere Gesundheit, Verdauung, das Lernen, Denken, unser Immunsystem und die Funktionen aller Nerven und Muskelvorgänge.

Nahrungsmittel beeinflussen unsere Stimmung, Konzentration, unser Verhalten und sollten daher unbehandelt : ohne Farbstoffe, Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker und künstliche Aromen und Pestizidrückstände, ausgewogen und ausreichend dem Körper zugeführt werden.

Giftstoffe wie Schwermetalle, Lösungsmittel . . . sollten gemieden werden.

Schwächt uns ein Reiz, wie zum Beispiel ein Nahrungsmittel, heißt das nicht sofort, dass wir es nicht vertragen oder tollerieren können, sondern dass es in Bezug auf unser Ziel schwächend wirkt.

7.3. Emotion

Emotion leitet sich aus dem Lateinischen **ex** „heraus“ und **motio** „Bewegung, Erregung“ ab.

Korrekturen aus dem emotionalen Bereich zeigen an, wenn unser System emotionalen Stress abbauen, positive Emotionen stärken oder negative Programmierungen in positive Programmierungen umkehren will. Sie zeigen an, wenn wir unbewusste Selbstsabotageprogramme beenden wollen, oder einfach nur wenn wir uns unserer negativen Emotionen in Bezug auf das Ziel bewusst werden wollen und unkonkrete sowie konkrete Ängste identifizieren und abbauen wollen. Belastet uns eine Beziehung, zu uns selbst oder zu anderen, ziehen wir uns in bestimmten Situationen in ein Verhalten zurück, ersehnen uns aber doch einen anderen Seinszustand. Die Korrekturen können auch anzeigen, wenn wir Bindungsstress empfinden, wenn es hilfreich ist positive Bildvorstellungen zu verankern, wenn wir Klarheit zu einem aktuellen Thema suchen, wenn wir unseren hauptsächlichen Lebensstressfaktoren und Zwängen ins Auge schauen wollen.

7.4. Elektromagnetisch

Ziel der elektromagnetischen Korrekturen sind, Störungen im Energiefluß des Meridiansystems auszugleichen und Blockaden, die durch eine Überanstrengung, Stress oder Schock entstanden sind, zu lösen.

Korrekturen aus dem Bereich **Elektromagnetisch** zeigen an: bei anstrengender, das Gehirn ermüdender Tätigkeiten, wie langes Autofahren, Schreibtischarbeiten oder konzentriertes Zuhören; Verwirrung, Konzentrationsschwierigkeiten, schmerzende Schulterverspannungen; bei Über- oder Unterenergien innerhalb des Meridiansystems; wenn Gehirnareale durch Stress blockiert sind; wenn wir Zentrierung und Erdung benötigen; wenn wir die Entspannung unseres Zentralnervensystems unterstützen wollen, wenn wir unsere Motivation steigern wollen und bei vielem mehr.

Bachblüten:

„Dr. Edward Bach, der Begründer der Bach-Blütenessenzen, lebte von 1886 bis 1936 in England. An der Universität in Cambridge studierte er Medizin und arbeitete zunächst einige Jahre als Schulmediziner und Wissenschaftler. Durch seine Forschungsergebnisse in der Bakteriologie wurde er weit über sein Heimatland hinaus bekannt. Trotz seiner wissenschaftlichen Forschungsarbeit hielt Edward Bach engen Kontakt zu seinen Patienten. Er erkannte den Zusammenhang zwischen körperlichem und seelischem Wohlbefinden und fand seine Ansicht durch Friedrich Christian Samuel Hahnemann, den Begründer der Homöopathie, von dessen Arbeit er 1922 erfuhr, bestätigt. Im Londoner Homöopathischen Krankenhaus begann Dr. Bach aufgrund seiner Erfahrungen mit der bisherigen wissenschaftlichen Arbeit die Erforschung der menschlichen Darmflora und entwickelte eine Heilungsmethode mit Nosoden, die auch heute rezeptiert werden.“¹⁸

Dr. Bach ging davon aus, dass jede körperliche Störung auf einer Störung des seelischen Gleichgewichts beruht.

¹⁸ <http://www.bach-blueten-therapie.de/category/allgemeines-ueber-bachblueten/doktor-edward-bach/>

Verlangt unser System positive Fähigkeiten/Seelenzustände in Bezug auf unser Ziel freizulegen oder zu erwecken, sollen seelische und geistige Gesundheit unterstützt werden, soll körperlichen Erkrankungen Vorgebeugt werden, sollen Angst, Verwirrung, Misstrauen, Verbitterung, Schüchternheit...energetisch ausbalanciert und harmonisiert werden, wollen wir uns die Weisheit und Wirksamkeit der Blüten zu Nutze machen, wollen wir das die Blüten unsere Gefühle und Denkweisen positiv beeinflussen, sollen Durchhaltevermögen, Kreativität, Konzentration durch die Blütenessenzen Unterstützung erfahren, sollen Gefühle, Verhalten bewusst gemacht werden, um einen Veränderungsweg zu bahnen, entscheidet sich unsere Körperweisheit für eine Korrektur mit den **Blütenessenzen** oder deren Informationen.

7.5. Transpersonal

Der Bereich **Transpersonal** zeigt an, wenn es beim Klienten, in Bezug auf sein Ziel einen Wunsch nach Bewusstwerdung gibt. Grundlage der „Transpersonalen Psychologie“ ist die Annahme, dass wir eine Seele haben und eine Persönlichkeit, die Erfahrungen macht.

Korrekturen aus diesem Bereich zeigen an, wenn unser Bewusstsein über die Grenzen unserer kleinen Persönlichkeit (physisch/ätherisch, emotional, mental) hinausgeführt werden will. Sind wir bereit unserer inneren Führung, unsere Stimme, unserer Seele, unserem höherem Selbst Raum zu geben, wollen wir unseren Willen bewusst stärken, wollen wir mehr Bewusstsein über Qualitäten wie: Liebe, Verständnis, Urteilskraft, Geduld, Kraft, Dankbarkeit, Mitgefühl, Ruhe, Schönheit, Willen, Vertrauen erlangen, zeigen Korrekturen aus dem Transpersonalen Bereich an. Wollen wir eine Motivation erzeugen, wollen wir unseren Willen trainieren, wollen wir ein mehr seeleninspiriertes Leben führen, wollen wir auf unserer Lebenslinie Erfahrungen als Geschenke betrachten, wollen wir unbewußte Eindrücken ins Bewusstsein holen, wenn wir Energien des Selbst freisetzen wollen, wenn wir das Prinzip des Konflikts verstehen wollen, wenn wir Boss in unserem System sein wollen, wenn wir lernen wollen eine Beobachtende Position im Leben einzunehmen, zeigen transpersonale Korrekturen an.

In diesem Bereich finden wir unter Anderem Techniken des Pionier der transpersonalen Psychologie: Roberto Assagioli, italienischer Arzt, Psychiater und Psychotherapeut.

7.6. Meridian-Energie

Die Traditionelle Chinesische Medizin betrachtet Meridiane als ein Netzwerk, welches Innen und Außen miteinander verbindet: die inneren Organe mit der Oberfläche des Körpers, Gewebe mit Geist, Yin mit Yang, die Erde mit dem Himmel. Es ist ein System von Kanälen, in denen die Lebensenergie fließt.

„Schon im Huang Di Nei Jing, dem klassischen Lehrbuch über Chinesische Medizin, das aus dem 5. bis 3. vorchristlichen Jahrhundert stammt, sind die Meridane in ihrem Verlauf und die Wirkung der Akupunkturpunkte beschrieben . . . Das chinesische Wort für Meridian ist Jing. Jing ist das Zeichen für einen Fluss, einen Weg, eine Bahn, einen Kanal und in der weiteren Übersetzung ein Blutgefäß.

Einerseits wird durch Akupunktur die Erregungsübertragung im zentralen und peripheren Nervensystem beeinflusst und vor allem die Funktion des vegetativen Nervensystems auf

allen Organisationsstufen – vom Rückenmark bis zum Großhirn - reguliert. Andererseits werden durch Akupressur und Akupunktur die Produktion und Freisetzung von Neurotransmittern – wie z.B. Endorphine, Enkephalin, Serotonin und Acetylcholin –angeregt . . . So konnten bestimmte Meridianverläufe durch Injektion eines radioaktiv markierten Gases photographisch sichtbar gemacht werden.“¹⁹

Korrekturen aus dem Bereich **Meridian –Energie** werden vom System des Klienten ausgewählt wenn in Bezug auf ihr Ziel, eine Inbalance im Meridian-System durch Akupressur spezifischer Punkte, wie Sedierungspunkte, Divergierende Punkte, Tonisierungspunkte, Quellpunkte, Elementpunkte etc. ausgeglichen werden soll.

7.7.Chakren

Chakren sind Energiezentren im Ätherkörper, die Energie als Primärenergie empfangen. Primärenergie kann aus den unterschiedlichsten Quellen stammen: aus dem Kosmos, aus dem kollektiven Unbewussten eines Volkes oder der gesamten Menschheit.

Chakren sind zuständig für die Koordination und Vitalisierung unserer „physischen, emotionalen und mentalen Körper“ und deren Wechselwirkung mit der Seele, dem Hauptzentrum des Bewusstseins. Es gibt neben 7 Hauptzentren, 42 Nebenzentren. Sie entstammen der Erfahrungsheilkunde zweier Kulturkreise, der indischen und der chinesischen. Inder und Chinesen haben ähnliche Energiebahnen entdeckt. Im Chinesischen spricht man vom Meridiansystem im Indischen vom Nadissystem.

Auf der physischen Ebene füttern wir unsere Chakren durch unsere offenen Sinne, durch sogenannte „positive“ und „negative“ Eindrücke. Jeder Eindruck muß empfangen , assimiliert, verdaut, also verstoffwechselt und ausgeschieden bzw. ausgedrückt werden.

Der verstoffwechselte Eindruck wird zum Ausdruck und tritt als nährende Sekundärenergie aus. Diese Sekundärenergie geht in ein feines Netz aus Energiekanälen ein. Der Begriff für diese feinsten Energieleitbahnen ist Nadi. Ein Chakra entsteht an den Kreuzungspunkten vieler Nadis. Jeder Akupunkturpunkt ist ein Mini-Chakra.

Von den Nadis aus wird die Energie in das etwas gröbere Meridiansystem geleitet und geht dann vom ätherische Körper in den physischen über: zunächst über die Drüsen , ins Nervensystem, dann zum Blutssystem und schließlich erreicht die Energie jede kleinste Körperzelle.

Warum aber empfangen wir Eindrücke?

Wir empfangen sie um unser Selbst auszudrücken. Wir empfangen sie um uns unseres Selbst erst einmal bewusst zu werden und um unseren physischen Körper zu vitalisieren.

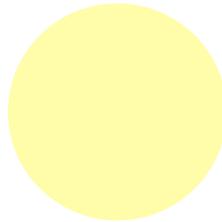
¹⁹ Achim Eckert, Das Tao der Akupressur und Akupunktur, Seite 5 linke Spalte-Mitte, Karl F. Haug Verlag Stuttgart, 4. überarbeitete Auflage 2010

Währt der Mensch Eindrücke ab, hält er die Versorgung seiner Chakren zurück. Es heißt, dass wir über viele Inkarnationen, an allen Chakren arbeiten, bis wir alle Eindrücke zur Entwicklung nutzen können.

Korrekturen in dem Bereich **Chakra-Energie** zeigen an, wenn Ungleichgewichte in den Hauptchakren vorliegen.

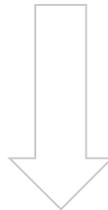
Energie aus dem Kosmos, der Umgebung,
der Seele fließt in das Chakra hinein als:

Primärenergie



mit der Absicht:
den phys. Körper zu vitalisieren
und die Entwicklung des Selbst-
bewußtseins zu aktivieren

und mit der Funktion der Chakren:
Eindrücke zu empfangen,
Eindrücke zu assimilieren
Eindrücke zu verändern und
Eindrücke auszustrahlen /auszudrücken



Die Energie wird im
Chakra angepasst
und tritt als ätherische
Sekundär-Energie aus, in:

die Nadis
die Meridiane
das Nervensystem
die endokrine Drüsen
und in den Blutkreislauf.

Abb. Fluss der Energie durch die Chakren²⁰

²⁰ Ulrike Sawert, Ausbildungsunterlagen, ITK, Oldenburg 2010

8. Von der Seele und von der Persönlichkeit des Menschen

8.1. Ganzheitlich denkende Sichtweise

Ganzheitlich denkende Menschen gehen seit allen Zeiten davon aus, dass geistig-seelische Konflikte Ursache von Erkrankungen, Stress und Problemen sind. Geistig - Seelische Konflikte treten genau dann auf, wenn der Mensch den Kontakt zu seiner Seele verloren hat. Er empfängt dann keine seelischen Impulse mehr.

8.2. Von den Ebenen des Menschen

Der Mensch lebt als ein Wesen in einem komplexen, in sich vernetzten System von verschiedenen Ebenen.

8.3. Physisch/Ätherische Ebene

Die erste Ebene ist die des **physischem Körper**. Er ist für die Wahrnehmung am konkretesten. Er ist fassbar.²¹

Gespeist wird der physische Körper vom ätherischen Körper, dem Energiekörper um uns herum, der auch Aura oder Strahlungsfeld genannt wird. Mit anderen Worten: der ätherische Körper nutzt unsere Atome als Bausteine zur Konstruktion unseres physischen Körpers. Beim Menschen kann die ätherische Aura, die der Intensität der inneren Kräfte des Menschen entspricht, von sehr dünn bis zu mehreren Zentimetern reichen.

8.4. Von den Unterebenen und Sinnen

Nach den alten Weisheitslehren besteht jede Ebene, aus sieben Unterebenen.

Auf den Unterebenen unseres physischen Körpers finden wir auch unsere Sinne wieder:

- | | | |
|---------------|--------------|------------------------|
| 1. ätherische | „Unterebene“ | riechen |
| 2. ätherische | „Unterebene“ | schmecken |
| 3. ätherische | „Unterebene“ | sehen |
| 4. ätherische | „Unterebene“ | berühren |
| 5. gasförmige | „Unterebene“ | hören |
| 6. flüssige | „Unterebene“ | Instinkte bzw. Reflexe |
| 7. dichte | „Unterebene“ | Instinkte |

²¹ Beatrice C. Müller, Siegfried Köpfer, Blütenbilder Seelenbilder, Aurum Verlag GmbH, Braunschweig, 2. Auflage, Seite 33 unten

Unser physischer Körper reagiert auf Einflüsse des:

1. des Ätherkörpers.
2. des Gefühlkörpers.
3. des niederen Denkvermögens des Mentalkörpers,
4. und der Seele.

Der physische Körper beinhaltet alles, was der Mensch mit seinen Sinnen wahrnehmen kann: die gesamte dichte Materie, einschließlich der flüssigen, der dampfenden – und der gasförmigen.

„Eine Gruppe von Wissenschaftlern, die unter dem Namen Konstruktivisten bekannt geworden sind behaupten, dass jeder Mensch sich sein eigenes Abbild der Wirklichkeit konstruiert, und dass dieses Abbild, diese konstruierte Wirklichkeit, sehr wenig mit dem zu tun hat, was wirklich ist und mit dem, was sich andere Menschen als ihre eigenen Wirklichkeit konstruieren: „Die Umwelt, so wie wir sie wahrnehmen, ist unsere Erfindung“. Sie leiten dies folgendermaßen ab:

„...es mag erstaunlich sein, sollte aber nicht überraschen, denn tatsächlich gibt es ja, „da draußen“ weder Licht noch Farbe, es gibt lediglich elektromagnetische Wellen, es gibt, „da draußen“ weder Schall noch Musik, es gibt nur periodische Schwankungen des Luftdrucks, „da draußen“, gibt es weder Wärme noch Kälte, es gibt nur Moleküle, die sich mit mehr oder minder großer mittlerer kinetischer Energie bewegen, usw. . . . 2 (von Förster in Watzlawick et al 1985, S.44)

Von Förster untersucht nun als Neurobiologe, wie genau dieser Transfer in unseren Sinneszellen (den Zellen, die für das Sehen, Hören, das Riechen, das Schmecken und das Spüren verantwortlich sind) abläuft und kommt schließlich zu der Erkenntnis, dass unsere Sinneszellen so organisiert sind, dass sie, unabhängig davon welche Informationen sie von der Außenwelt erhalten, für sich autonom eine stabile Darstellung der Außenwelt errechnen. Diesen Prozeß bezeichnet man in der Alltagssprache als „erfinden“ und er postuliert deshalb, dass die Umwelt, so wie wir sie wahrnehmen, die Erfindung unserer Sinneszellen ist. Dieses Postulat untermauert er naturwissenschaftlich.“²²

Was bedeutet das für das kinesiologische Verfahren? In der kinesiologischen Balance nutzen wir neben den bekannten Choaching - Methoden den Muskeltest zur Kommunikation. Wir lassen während des Muskeltestens immer das System des Klienten anzeigen, was er in Bezug auf sein Ziel benötigt. Es ergibt keinen Sinn, sich in die Realität des Klienten einzumischen. Seine Realität ist nicht unsere und seine „Landkarte der Realität, ist nicht das Gebiet.“²³ Berücksichtigen wir dies, kommen wir zu erstaunlichen Ergebnissen, die einen nur staunen lassen.

²² FernUniversität in Hagen, Rechtswissenschaftliche Fakultät, Adrian Schweizer, Kurs 2 Mediation Kompakt, 2008

²³ „Die Landkarte ist nicht das Gebiet“: Alfred Korzybski in „Science and Sanity“, 1933

8.5. Emotionale Ebene

Die nächste Ebene ist die unseres **Emotionalkörpers**: unsere Emotionen, Leidenschaften, Freuden, unsere Traurigkeit und unsere so genannten Verblendungen wie Selbstmitleid, Kritiksucht, Argwohn, Selbstgerechtigkeit, Angst, Materialismus unter Anderem. Unser Emotionalkörper ist ein launischer Gesell und beherrscht allzu gern unseren physischen Körper.

Wenn der Mensch das Wesen der Verblendung versteht, kann er sie schließlich durch das Denken ersetzen bzw. mit Hilfe des Unterscheidungsvermögens auflösen.

Die Emotionen können dann unter Kontrolle gebracht werden. Der Mensch ist dann fähig Gedankenfreiheit walten zu lassen und ist in Besitz einer gleichmütigen Haltung.

Er ist in der Lage verknöcherte Überzeugungen und Doktrinen abzustreifen, sich nicht von Besitz und Geld versklaven zu lassen. Er kritisiert andere Menschen nicht länger mit falschen oder stark übertrieben Gedanken, verliert sich nicht länger in Selbstzentriertheit und überwindet die Annahme, zu glauben, dass die Missgeschicke des Lebens immer auf einen selbst zielen und zum persönlichen Schaden führen.



Abbildung 3: die Sinne auf der emotionalen Ebene

8.6. Mentale Ebene

Neben der physischen und emotionalen Ebene wirkt unsere mentale Ebene, unser **Mentalkörper**: unser Denken, unsere Einstellungen und Vorurteile.

„Der Mensch, der auf der Mentalebene wirkt, verfängt sich häufig in seinen selbst geschaffenen Gedankenformen: in Illusionen, die ihn zeitweise daran hindern, dem Verlangen seiner Seele nachzukommen, seinen Mitmenschen in liebevoller Weise zu dienen.“²⁴

„Die meisten unserer Gedankenformen auf der Mentalebene werden von der Wunschnatur des niederen Denkvermögens genährt, die der Mensch zumeist ausschließlich zu selbstsüchtigen Zwecken einsetzt.“

„Illusion ist der Nährboden für allerlei Fehlverhalten, wie zum Beispiel Fanatismus, unpraktischer Idealismus, die Verwendung einer verdrehten Idee zu Aufruhr oder Revolution, wie auch zu verkrampften Visionen von kurzichtigen Menschen, die stets darum bemüht sind, ihren Mitmenschen ihre persönliche und voreingenommene Sichtweise aufzuzwingen, weil sie aufgrund ihrer Illusion keine anderen Möglichkeiten dulden wollen. Solche verdrehten Ideen in den Köpfen stark getäuschter Persönlichkeiten haben bereits viel Unheil und Leid in der Welt verursacht.“²⁵

Letztlich ist die Illusion „eine natürliche Erscheinung im menschlichen Entfaltungsprozess und eine Phase, die überwunden werden will.“²⁶



Abbildung 4: die Sinne auf der mentalen Ebene, die Braungedruckten Unterebenen entsprechen der höher mentalen Ebene.

²⁴ Aart Juriense, Philosophie der Synthese: eine Einführung in die zeitlose Weisheit, neue Aspekte Verlag München, 2002

²⁵ Aart Juriense, Philosophie der Synthese: eine Einführung in die zeitlose Weisheit, Neue Aspekte Verlag München, 1. Auflage 2002, Seite 339, Mitte

²⁶ Aart Juriense, Philosophie der Synthese: eine Einführung in die zeitlose Weisheit, Neue Aspekte Verlag München 2002, Seite 339, unten

8.7. Die Persönlichkeit

Persönlichkeit

„Der Mensch als Ausdruck seiner Dreiheit aus physischem, emotionalem und mentalem Körper wird als **Persönlichkeit** bezeichnet. Diese verschiedenen Körper können wir mehr oder weniger bewusst wahrnehmen.“²⁷

8.8. Transpersonale Ebene

„Die vierte Ebene: die Ebene der Seele, entzieht sich normalerweise unserem Tagesbewußtsein und damit der begrifflichen Sprache.

In unserem tiefsten Innern spüren wir vielleicht deren Existenz aber wir können sie nicht mehr verstandesmäßig begreifen.

Mit der Seele verhält es sich ähnlich wie mit der Lebensenergie. „Nehmen wir ein einfaches Weizenkorn. Es gibt keine materiell-wissenschaftliche Methode, ein keimfähiges von einem nicht keimfähigen Korn zu unterscheiden. Und doch entscheidet dieser wissenschaftlich nicht existierende und für uns nicht begreifbare Faktor „Lebensenergie“ darüber, ob unsere Welt überhaupt existiert.“²⁸

8.9. Die Seele

Seele

Wir empfangen feinste Impulse der **Seele**, die sich beispielsweise über das Gewissen oder die Intuition ausdrücken können. Das menschliche Dasein ist von den vier Ebenen geprägt. Da diese Kräfte im permanenten Zusammenspiel ineinander greifen, ist es wichtig, alle Ebenen gleichermaßen anzuerkennen.

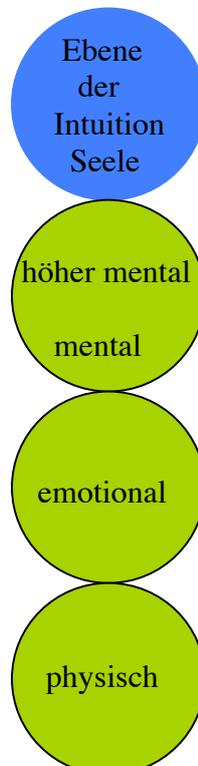


Abbildung 8: Die Ebenen der Existenz²⁹

²⁷ Beatrice C. Möller, Siegfried Köpfer, Blütenbilder, Seelenbilder, Aurum-Verlag 1991

²⁸ Beatrice D. Möller, Siegfried Köpfer, Blütenbilder, Seelenbilder, Aurum-Verlag 1991

²⁹ Ulrike Sawert, Scribt, ITK, Oldenburg 2010

9. Wille und Kreativität

9.1. Warum der Wille so wichtig ist

Der Wille bestimmt letztlich unseren Erfolg. Der Wille ist eine innere Kraft, die entwickelt, für eine andauernde geistige Gesundheit sorgt.

Ohne einen voll entwickelten Willen zu den Tugenden wie Sanftheit, Bescheidenheit, Toleranz, Geduld, Liebe, Mitgefühl, Selbstlosigkeit, Energie, Genauigkeit, Vertrauen, Heiterkeit, Offenheit und Weite des Gemüts, Stärke, gesunder Menschenverstand und ohne die kreative Nutzung unseres erlernten Wissens, können wir nicht unser volles Potential ausschöpfen.

Als Kinesiologen haben wir das große Glück diese Tugenden auch über unsere Klienten zu entwickeln. Jede Balance schenkt uns mehr Bewusstheit. Je mehr wir uns selbst erkennen, desto magnetischer sind wir für Menschen, die diese Erkenntnis anstreben.

Es lohnt sich in die Schriften des Roberto Assangioli zu schauen, wie z.B. in „Die Schulung des Willens“, um mehr über unseren Willen zu erfahren. In einfachen Sätzen vermittelt Assangioli hochkomplexer Mechanismen.

9.2. Das Dilemma unserer Zeit

„Wir haben unser Leben reicher, weiter und anregender, gleichzeitig aber auch komplizierter und anstrengender gestaltet. Unser zunehmendes Tempo, die Möglichkeiten, unsere Wünsche zu befriedigen, unser kompliziertes wirtschaftliches und soziales Getriebe, in das wir verstrickt sind, stellen immer eindringlichere Anforderungen an unsere Persönlichkeit und an unseren Willen. Entmutigung, Enttäuschung oder Verzweiflung über unsere Existenz können wir vermeiden, indem wir unser äußeres Leben vereinfachen und indem wir unsere inneren Kräfte entwickeln.“³⁰

Ich habe es erlebt, wie das Eiltempo und der Erfolgsdruck die Kreativität verhindert hat. Die großen Theater produzieren wie am Fließband, die Haltbarkeit des Konsumproduktes „die Aufführung“ und der beteiligten Menschen nimmt ab. Es muß noch mehr produziert werden. Die Menschen müssen dann eben ausgewechselt werden. Eine gefährliche Tendenz mit Folgen.

9.3. Der unvollkommene Wille

Der Wille wird nicht selten vernachlässigt o. missbraucht. Ein unbeherrschter Wille ohne Herzlichkeit, ein strenger und grausamer Wille, kann zur Gefahr für andere werden.

Andererseits kann Liebe ohne Willen den Menschen schwach, überemotional, sentimental und wirkungslos machen. Wie oft begegnen wir Menschen, die einen ausgeprägten Willen ohne Liebe haben aber andererseits auch gütigen und liebevollen Menschen, denen es an Willen mangelt.

³⁰ Roberto Assangioli, Die Schulung des Willens, Junfermann Verlag Paderborn, 2008

9.4. Wie funktioniert der Wille am besten? Wie können wir ihn schulen?

Gehen wir vom Ziel aus, die Aspekte des Willens zu kultivieren, die mangelhaft ausgeprägt sind, dann ist es ratsam, zunächst den Wert und die Notwendigkeit eines angemessenen Gebrauchs des Willens erkennen und schätzen zu lernen. Dann sind wir in der Lage die speziellen Aufgaben, die zur Harmonisierung und Vereinigung von Liebe und Willen führen, in Angriff zu nehmen.

Roberto Assangoli unterscheidet 3 Methoden, die sich eignen:

1. die schwächeren Eigenschaften entwickeln, was Lieben und Wollen in gleicher Weise verfügbar machen
2. die höheren Aspekte des Liebens und Wollens entwickeln
3. gezielte und abwechselnde Arbeit mit den Aspekten, so dass sie sich gegenseitig anregen und stärken

Wenden wir den Willen „richtig“ an, wohnt ihm ein Potential inne, dass uns zum Erreichen von Selbstaktualisierung und Selbst –Verwirklichung, sowie zur Lösung größter menschlicher Probleme dient.

Ausbilden können wir unseren Willen durch verschiedene Übungen, die wir Assangolis Buch „Über die Schulung des Willens“ entnehmen können.

Unser Wille funktioniert am besten, in dem wir uns zunächst bewusst werden, was unser eigener Wille für eine fundamentale Kraft besitzt. Trainieren und erforschen wir unseren Willen, so können wir ihn optimal nutzen.

9.5. Der voll entwickelte Wille

Um den voll entwickelten Willen zu überblicken, soll das umseitige Diagramm dienen, welches den Willen durch 3 Kategorien beschreibt: die Aspekte, bzw. Merkmale, die Eigenschaften und die Stadien des Willens.

voll entwickelter Wille

Aspekte Stadien

(Facetten, Merkmale)
(Vorgang/Tat des Wollens)

1. **Stärke** :der starke Wille
es existiert ein Wille
ich habe einen Willen
ich bin der Wille/ein wollendes Selbst
2. **Geschicklichkeit**: der geschickte Wille
Resultat mit wenig Aufwand
3. **Güte** :der gute Wille
Erlernen rechte Ziele zu wählen,
Ethik, Sinn für Liebe und Mitgefühl
4. **der transpersonale Wille**
„höhere Bedürfnisse“
wie Einssein...
Wille des transpersonalen Selbst
4. **universaler, transzendenter Wille**

Eigenschaften

(Ausdrucksweisen des Willen in Aktion)

1. Energie - dynam. Kraft - Intensität
2. Beherrschung – Kontrolle - Disziplin
3. Konz.-auf einen Punkt gerichtet sein -
Aufmerksamkiet-Zielbewußtsein
4. Entschlossenheit-Entschiedenheit - Un-
erschütterlichkeit - Unverzüglichkeit
5. Beharrlichkiet – Ausdauer - Geduld
6. Initiative-Mut - Wagemut
7. Organisation – Integration - Synthese

9.6. Was ist Kreativität und wozu dient sie?

Kreativität leitet sich aus dem lateinischen Wort „creare“ ab und bedeutet so viel wie „etwas neu schöpfen...“

Kreativität beruht auf einem psychischen Gesetz, einem univereellen Gesetz:

„Alle verschiedenen Funktionen und ihre vielfältigen Kombinationen in Komplexen und Subpersönlichkeiten wählen Mittel zur Erreichung ihrer Ziele ohne unsere Bewusstheit, ja unabhängig davon und selbst gegen unseren bewussten Willen.“

Dieses Gesetz besagt, dass wir uns „selten der psychischen und psychophysischen Mechanismen bewusst sind, die körperliche Änderungen und äußere Handlungen erzeugen“. „Eine beliebige Muskelbewegung liefert den einfachsten und klarsten Beweis dafür. Nehmen wir an, ein Mensch hat die Absicht bzw. die Idee einen Arm zu bewegen. Er tut es mit Leichtigkeit, obwohl er über den komplizierten und bewunderungswürdig koordinierten Mechanismus, der die Idee in die Tat umsetzt, völlig unwissend sein mag.“

Wir können dies auch auf alle anderen Tätigkeiten, die in der Psyche vor sich gehen anwenden. Kreativität finden wir in allen Bereichen: in der Wissenschaft, in der Technik und in den Künsten etc..

Kreativität setzt meist eine intensive Vorbereitung voraus, eine Ausarbeitung, bzw. eine Zeit der „Inkubation“ während der es ratsam ist das Unbewusste ohne weitere Einmischung des bewussten Willens wirken zu lassen. Eigenartigerweise stört es die schöpferischen Vorgänge, wenn ihnen bewusste Aufmerksamkeit geschenkt wird, oder wenn man sich gefühlsmäßig mit ihnen abgibt. Wahre Kreativität braucht lediglich einen Anstoß. Der wahre Kreative kann dann die weiteren Vorgänge natürlich und spontan ablaufen lassen, wobei damit nicht gemeint ist, dass er auf unbeherrschte Weise jedem Gefühl, jedem Impuls oder jeder Laune nachgeht.

9.7. Kreativität und Kinesiologie

Während einer Balance setzen wir durch ein Ziel einen Anreiz und folgen dann dem Unbewussten des Klienten, das uns über den Muskeltest zu einer Korrektur führt. Wer oder was ist kreativ, während einer Balance? Gibt es eine universelle Kreativität? Oft begegnen wir erstaunlichen Wegen - halten wir uns mit unserem Verstand und unseren Gefühlen zurück. Die Antwort können wir nur durch unsere Erfahrungen erhalten.

10 Worte zum Abschluß /Vom persönlichen Nutzen der Ausbildung

Was hat sich bei mir verändert? Welchen Nutzen konnte ich ziehen? Welche Beobachtungen, Einsichten, habe ich gewonnen? Was mache ich jetzt anders?

Am meisten fallen mir natürlich die Veränderungen meiner Kommilitonen auf.

Jede Korrektur haben wir zunächst untereinander erprobt. Wir haben uns Ziele gesetzt. Wir haben unsere „Baustellen“ kennen gelernt, und es ist zu beobachten, wie Stück für Stück mehr Bewusstsein das jeweilige Problem verändert oder gar zum Verschwinden gebracht hat.

Oft kam ich mir vor wie auf dem Ellipsenweg in der Berliner Reichstagskuppel. Da setz ich mir ein Ziel, laufe los und plötzlich passiert etwas unvorhersehbares und ich biege 180 Grad von meinem Weg ab und ich gehe weiter voraus mit einem neuen Ziel und wieder mache ich eine Biegung um 180 Grad. Das passiert einmal durch eine neue

Begegnung , ein anderes Mal durch den plötzlichen Tod eines Familienmitglieds und das nächste Mal einfach nur durch eine Erkenntnis. Und immer wieder laufe ich und plötzlich sehe ich in die Mitte der Elipse und bemerke, dass meine Perspektive sich verändert hat. Ich kreise immer um das Eine, das Gleiche, die Mitte.

Nach zwei Jahren der Ausbildung setze ich mir ständig neue Impulse und Ziele aber auf sich veränderten Ebenen. Ich denke zielorientiert. Ich mache eigentlich das Gleiche, was meine 9 jährige Tochter macht, wenn sie sich immer wieder neue Spiele aufbaut und ausdenkt.(Welch unterschiedliche Geschäfte wir schon in der Wohnung hatten . . .) Ich habe unsere Tochter beobachten dürfen, als Schuhverkäuferin, als Ladeninhaberin eines Unterschriftengeschäfts, eines Bekleidungsgeschäfts, einer Bibliothek, als Lehrerin, als Reitlehrerin, als Sängerin, als Schauspielerin, als Oma, als Zicke, als Hund . . .

Ich erinnere mich noch gut an die Zeit vor ungefähr fünf Jahren, als ich unzufrieden und enttäuscht über die Missstände eines subventionierten Theaterbetriebs klagte, als ich mich als Opfer der Umstände empfand und schließlich keine Freude mehr an meinem Beruf finden konnte. Ich war am Ende meiner Karriere angelangt. Ich wollte aufhören, lieber jetzt als gleich. Ich wollte meinen einst so geliebten Beruf an den Nagel hängen.

Mittlerweile verurteile und kritisiere ich meine Mitmenschen deutlich weniger. Meine Einstellung zu den Menschen hat sich geändert. Ich suche keine Schuldigen mehr. Ich habe weniger Kampf in meinem Leben. Ich kann das Leben leichter geschehen lassen. Begegne ich Problemen, suche ich den Nutzen. Ich kann besser zuhören. Ich bin geduldiger mit mir geworden. Ich habe nicht mehr das Gefühl zu kurz zu kommen. Ich steige nicht mehr so häufig „kampfeswillig“ in Streitangebote ein. Ich kann meinen Beruf als Schauspielerin wieder schätzen und habe doch eine entschiedene Haltung, weiß was ich nicht mehr möchte. Ich lerne Texte schneller, kann mich besser und länger konzentrieren als vor der Ausbildung. Ich kann besser Grenzen setzen und wahren, sowohl bei mir als auch bei Anderen. Ich muß nicht mehr etwas „Besonderes“ sein. Ich denke jetzt öfter: „Was kann ich meiner Umgebung geben?“ statt „Was kann ich von meiner Umgebung bekommen - ich brauche mehr Aufmerksamkeit, Zuwendung, Verständnis“. Ich kann jetzt mit Problemen gelassener umgehen, weil ich sie als Herausforderung betrachte. Ich habe deutlich weniger Angst.

Kinesiologie ist für mich persönlich: eine Körper –Gedanken und Gefühlserfahrung, die mich zur Selbstaktualisierung geführt hat und die ich jetzt nutzen kann um mein Leben zu genießen

und mich mit meinen Lebensumständen wohl zu fühlen. Ich habe einen sanften Prozess genossen, in dem ich lernte freudig mehr Verantwortung zu übernehmen. Ich habe einen Sinn in meinem Dasein gefunden.

Ich kann jetzt wieder sagen, was ich auch als Kind so oft empfunden habe und was mir mit den Jahren verloren zu sein schien: Ich bin ein glücklicher Mensch mit unendlich vielen Möglichkeiten, mich zu verfeinern und zu entwickeln. Allein dafür hat sich die Ausbildung für mich gelohnt.



copyright Gregory Colbert aus seinem Werk „Ashes and Snow“

