

SANFTE MEDIZIN...

Psycho-Kinesiologie

Im Dialog mit dem Unterbewußtsein

Lebensproblemen und gesundheitlichen Störungen liegen meist frühere traumatische Ereignisse zugrunde, die sich belastend als emotionale Blockaden in aktuellen Lebenssituationen bemerkbar machen. Psycho-Kinesiologie nutzt den kinesiologischen Muskeltest, um die Ursachen unerlöster seelischer Konflikte aufzuspüren, sie sanft zu lösen und damit ein ganzheitliches Heilwerden zu ermöglichen.

Emotionale Verletzungen, meist aus der vorgeburlichen und frühkindlichen Zeit, können zu Verhaltensauffälligkeiten (Ängste, Süchte, Depressionen), Konzentrations- und Lernblockaden, Persönlichkeitsproblemen (Mangel an Selbstbewußtsein bzw. Selbstwertgefühl), gesundheitlichen Störungen (chronische Schmerzen, Organerkrankungen, Gewichtsprobleme), Partnerschaftsproblemen und ähnlichen Lebenseinschränkungen führen. Über den kinesiologischen Muskeltest und das persönliche Gespräch werden im Dialog mit dem Unterbewußtsein des Klienten solche Ursachenkonflikte aufgedeckt, bewußt gemacht und in einem speziellen Verfahren aufgelöst. Psycho-Kinesiologie führt in Einzel- oder Gruppensitzungen dazu, daß das persönliche Potential wieder bewußt gemacht wird, um dann gelebt werden zu können. Erkennen wir, daß uns Probleme ganz geschickt unseren Lebensweg weisen, dann sind wir gut beraten, auf diese manchmal sehr deutlichen Signale in uns und um uns herum zu achten. Tun wir es nicht, dann wird uns die Botschaft des Lebens an uns sehr deutlich bis schmerzhaft vor Augen geführt.

Ob ich mit meinem Nachbarn nicht auskomme, die Beziehung zu meinem Partner nicht stimmt, mein Kind Lernschwierigkeiten hat oder ob ich Schwierigkeiten in meiner Arbeit habe, all dies ist ein Zeichen, daß „etwas“ den klaren Fluß des Lebens behindert. Und dieses „etwas“ ist die Ursache dafür, daß das Problem überhaupt entstehen konnte.

Energieblockaden aufspüren

Die Psycho-Kinesiologie ermöglicht, den Faden vom Problem zur Ursache zu knüpfen, die Ursache bewußt zu machen, die Ursachenkonfliktenergie zu entladen und damit die Selbstheilung zu unterstützen. Vom aktuellen Lebensproblem ausgehend gibt es eine Zeitlinie bis zur verborgenen Ursache. Diese Zeitlinie führt erfahrungsgemäß in 90 – 95 % der Fälle in die vorgeburliche und frühkindliche Zeit zurück, eine Zeit, in der wir klein und hilflos auf die Sicherheit und Geborgenheit durch unsere Eltern angewiesen waren. Sind in dieser Zeit Ereignisse eingetreten, die eine der beiden starken Säulen, die unsere Mutter und unser Vater für uns darstellten, ins Wanken gebracht haben, ist ein Schutzmechanismus in uns in Aktion getreten, der uns unser Überleben zum damaligen Zeitpunkt gesichert hat. Das Unterbewußtsein verdrängt

den eigentlichen Konflikt, damit wir erst einmal weiterleben können, als wäre nichts gewesen. Bis zum nächsten Erlebnis oder Ereignis ähnlicher Art.

Diese gut verstaubten Konflikte bzw. emotionalen Blockaden sind als sogenannte Energieknoten in bestimmten Gehirnbereichen – meist im Vorderhirnappen – abgelagert und stören dort den Energiefluß. Irgendwann wird die Belastung durch viele weitere Schockerlebnisse so groß, daß der Körper anfängt, nach Klärung zu verlangen. Meistens äußert sich dies durch Schmerz. Schmerz ist immer der Schrei blockierter Energie, denn Energie will fließen.

Die Psycho-Kinesiologie nutzt den Dialog mit dem Unterbewußtsein, um die tiefen emotionalen Blockaden aufzustöbern und aufzulösen. Sie führt den Klienten zu sich selbst zurück, indem sie zunächst den Konflikt erkennt, dann der Zeitlinie in die Tiefe folgt und schließlich ein Paket findet, das ein schmerzhaftes Erfahrungsmuster, einen unverarbeiteten seelischen Konflikt enthält. An dieser Zeitschnur befinden sich unserem Lebensalter entsprechend viele Knoten, weitere ungelöste emotionale Blockaden, die zu späteren Zeiten auftraten, aber das gleiche spezifische Erfahrungsmuster aufweisen.

Die Arbeit auf der bewußten Ebene kann hier wenig helfen, denn mit unserem Verstand können wir uns vielleicht bis ins vierte oder dritte Lebensjahr zurückerinnern. Unser Unterbewußtsein dagegen speichert vom ersten Lebensfunken an all unsere Erfahrungen mit den damit verbundenen Emotionen und macht dadurch zu einem späteren Zeitpunkt jede Information über unser Leben verfügbar. Psycho-Kinesiologie arbeitet daher eng mit dem Unterbewußtsein zusammen. Dieses kann mit einem riesigen Computerspeicher verglichen werden, in dem alles festgehalten wird: Gedanken, Worte, Gefühle, Eindrücke, Bilder, Erlebnisse und besonders alles, was einmal weh getan hat. Unser Unterbewußtsein schützt uns aber auch gleichzeitig aufgrund unserer gemachten Erfahrungen davor, den gleichen Schmerz noch einmal zu erleben. Wenn wir einmal auf die heiße Herdplatte gefaßt haben, warnt uns unser Unterbewußtsein schon in Sichtweite jedes Ofens vor einer weiteren Verbrennung. Ähnlich geht es uns mit schmerzhaft erlebten Ereignissen.

Aussagekräftiger Muskeltest

Die Psycho-Kinesiologie nutzt den kinesiologischen Muskeltest, um in einen kommunikativen Dialog mit dem Unterbewußtsein zu treten.

Kinesiologie (aus dem Griechischen „kinesis“ = Bewegung und „logos“ = Lehre) bedeutet „Lehre von der Bewegung“ und befaßt sich mit dem optimalen Fluß der Lebensenergien im Körper, basierend auf der Lehre der Traditionellen Chinesischen Medizin. Alles fließt: der Atem, das Blut, das den Körper mit Sauerstoff versorgt, die Lebensenergie, der Motor für alle körperlichen Funktionen, die Lymphe, die den Abtransport der Schlacken und Gifte übernimmt, und die Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit, die unsere Steuerzentrale mit Nährstoffen versorgt. Alles, was den Fluß der Lebensenergien blockiert, stört diese Ordnung und macht anfällig für Krankheit. Alles, was stört, streßt uns. Und alles, was uns streßt, schwächt uns auch. Streß schwächt jede Zelle unseres Körpers und damit auch jeden Muskel. Jede Zelle verliert an Energie, so daß ein Muskel einer bestimmten Belastung nicht mehr standhalten kann und nachgibt.

Das Wissen über den Muskeltest wurde von Naturvölkern überliefert. So testeten Indianer damit Wasserstellen, ob sie vergiftet waren oder nicht. Amerikanische Ärzte haben dieses Wissen in den 60er Jahren wiederentdeckt und in Verbindung mit der Traditionellen Chinesischen Medizin zur praktischen Anwendung entwickelt. Über den medizinischen Bereich hinaus wurden weitere Kinesiologie-Verfahren u. a. für den pädagogischen und den psychologischen Bereich erarbeitet. Die Kinesiologie kam Anfang der 80er Jahre nach Deutschland und wird heute erfolgreich im medizinischen und nichtmedizinischen Bereich eingesetzt.

Für das Testen wird der seitlich ausgestreckte Arm benutzt, weil der Deltamuskel (M. deltoideus) ein relativ großer Schultermuskel ist und der ausgestreckte Arm eine gute Hebelwirkung zeigt, was auch ungeübten Personen einen aussagekräftigen Test ermöglicht.

Probieren Sie den Test selbst mit einfachen Fragen wie: "Ich heiße so und so. Ich bin ein Mann. Ich bin eine Frau." Stellen Sie sich als Tester der Testperson gegenüber und legen Sie Ihre flache rechte Hand auf den seitlich ausgestreckten linken Arm der Testperson in die Nähe des Handgelenks. Ihre linke Hand ruht leicht auf der rechten Schulter der Testperson. Kündigen Sie nun den Test damit an, daß ein "Ja" durch den ausgestreckten Arm signalisiert wird, ein "Nein" durch das unwillkürliche Fallen des Armes. Mit den Worten „bitte halten“ führen Sie nun einen kurzen, ansteigenden Druck auf den ausgestreckten Arm aus. Stellen Sie dabei fest, ob der Arm hält, der Muskel "eingerastet" ist, oder ob sich der Arm „butterweich“ bis nach unten durchdrücken läßt. Bleibt der Arm ausgestreckt, können Sie die oben genannten Fragen stellen und dementsprechende Antworten durch eindeutiges, aber nicht zu starkes Drücken des Armes erhalten.

So können Sie auch bestimmte Substanzen an die Thymusdrüse oberhalb des Brustbeins der Testperson halten und testen, ob das entsprechende Mittel dem Körper der getesteten Person gut tut (der Arm hält waagrecht), oder ob es ihn schwächt (der Arm läßt sich niederdrücken).

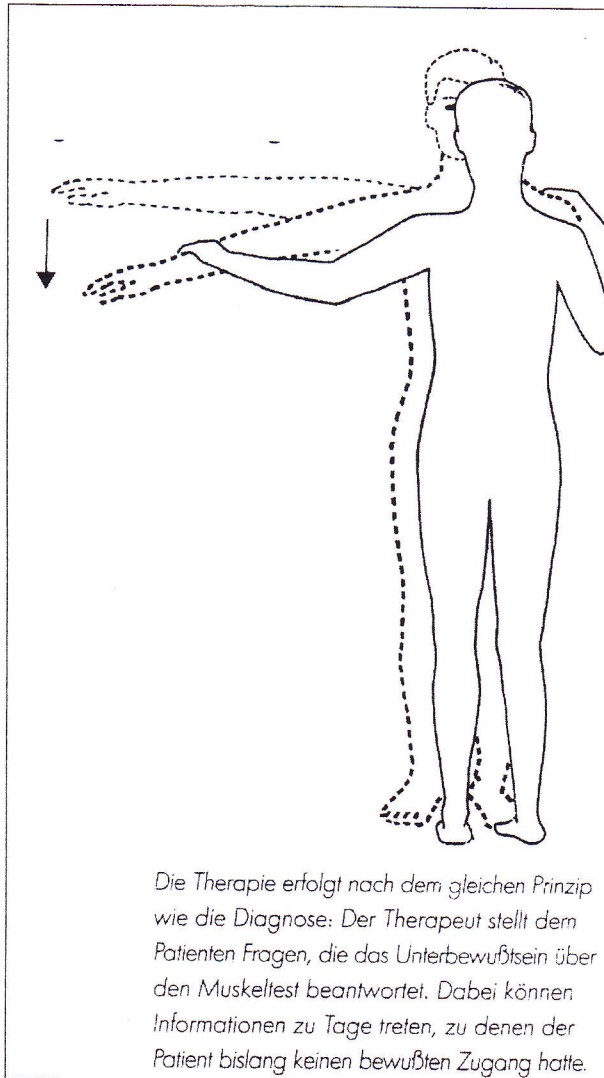
Die Weisheit des Körpers

Nach dem Motto „der Körper lügt nicht“ nutzt die Psycho-Kinesiologie den Muskeltest, um Informationen aus dem Körpergedächtnis zu erhalten. Unser Bewußtsein befindet sich in jeder unserer 200 Billionen Zellen. Verändert sich Bewußtsein, verändern sich auch unser Körper und unsere Lebensumstände, d. h. wir können uns gesund, aber auch krank denken. So ist das Erlebte und Gedachte in jeder Zelle gespeichert und kann wieder erinnert werden - mit all seinen Bildern, Gefühlen, Geräuschen, Gerüchen, Geschmack, allen Umständen und beteiligten Personen. Ziel ist es, frühe emotionale Verletzungen, die unserem Tagesbewußtsein nicht mehr erinnerlich sind, wieder bewußt zu machen, deren schmerzhaftes Erinnerung im Zellkern zu löschen und an ihrer Stelle die Information des Heilseins zu verankern.

Grundlage der Psycho-Kinesiologie ist die Arbeit von Dr. D. Klinghard. Er gibt folgende Beschreibung der elektrophysiologischen Zusammenhänge:

“Nach den Erkenntnissen der modernen Gehirnphysiologie besteht ein direkter Zusammenhang zwischen unerlöstem seelischem Konflikt und einer Organerkrankung. Die Gesundheit eines Organs wird hauptsächlich durch den Faktor bestimmt, wieviel arterielles Blut diesem Organ zugestellt wird. Ist die Blutzufuhr offen, ist das Organ gesund. Ist die Blutzufuhr bleibend gedrosselt, tendiert das Organ dazu, krank zu werden. Es fließt ein meßbarer Nervenstrom von der Gehirnregion, wo der unerlöste seelische Konflikt gespeichert ist, zu den Kernarealen im Hypothalamus. Vom limbischen System, dem inneren Teil des Frontalhirns aus, werden Areale im Hypothalamus erregt, und es kommt zur Drosselung der Blutzufuhr in den zugeordneten Körperorganen. So entsteht ein krankmachender Effekt auf ein bestimmtes Organ. Solange der Konflikt nicht gelöst ist, baut sich die elektrische Energie im Konfliktareal immer wieder auf. Es kommt zur chronischen Reizung der entsprechenden Hypothalamuskernareale und damit zur chronischen Funktionsbeeinträchtigung der Zielorgane. Dies ist im allgemeinen der Hauptmechanismus und Kausalfaktor aller chronischen Erkrankungen. Wenn die drei Komponenten eines Konflikts bewußt werden (Zeitpunkt, Umstände, Emotion) mit gleichzeitiger Entkoppelungstechnik, bildet sich eine neue Nervenverbindung direkt vom Konfliktareal des limbischen Systems zum bewußten Teil der Großhirnrinde. Die Konfliktenergie kann jetzt abfließen über den bewußten Teil des Gehirns.”

So haben auch körperliche Leiden eine Chance der Linderung oder gar Heilung. Bei H. S. z. B. wurden in einer Routineuntersuchung Gallensteine festgestellt (mit Ultraschallfoto belegt), und zwar in einer solchen Menge, daß eine Operation unumgänglich war. Der Termin dafür war sechs Wochen später festgelegt. H. S. war einverstanden, nutzte aber die Zeit, um mit Hilfe der Psycho-Kinesiologie den psychosomatischen Zusammenhang zu ergründen. So verstand er die Botschaft seiner Gallensteine, die für seine Gefühlsverhärtung standen, und sah in der bevorstehenden Operation nur noch die Beseitigung der Ruinen seiner inneren Festung. Mit Erstaunen mußten die Ärzte im Krankenhaus feststellen, daß die Gallensteine bereits verschwunden waren.



Einfühlsamkeit des Therapeuten ist gefragt

Auf dem Weg vom Problem zur Ursache befindet sich das Unterbewußtsein des Klienten oft in einem Zwiespalt: Einerseits will es, daß der ursächliche Schmerz nie mehr berührt wird (dafür hat es den Konflikt ja extra gut versteckt), andererseits will es die Lebensblockade auch loshaben. An der Achtsamkeit und Einfühlsamkeit des Therapeuten liegt es hier, daß das Unterbewußtsein grenzenlos vertraut und das einmal so schlimm Erlebte wieder zuläßt. Da der Therapeut auf der Suche nach der Ursache im Dialog mit dem Unterbewußtsein des Klienten steht, ist wiederum sichergestellt, daß nichts „hochkommen“ kann, mit dem der Klient nicht umgehen könnte, etwas, das zu schmerzhaft wäre. Sein Unterbewußtsein, der Bereich, der ihn schützt, würde so etwas nie zulassen. Die Spur in die Tiefe wird vom Klienten selbst gelegt, der Therapeut hangelt sich lediglich an ihr entlang und folgt den Impulsen, die kommen. Der Therapeut ist wie ein Bergführer, der Klient bestimmt jedoch in jedem Fall das Tempo und so geschehen Lösungen ganz sanft.

Durch den Dialog mit dem Unterbewußtsein wird Erkenntnis erlangt und ein neues Bewußtsein über die vergangenen und realen Zusammenhänge kann wachsen. So wird auch das Zellbewußtsein umgepolt in Richtung Heilung, denn die Energie kann wieder frei fließen ohne Blockade und Angst.

In der Einzelsitzung ist das Vorgespräch wichtig, und dabei das Erkennen des Themas, das für diese Sitzung auch Priorität hat. Die Weisheit des Körpers entscheidet, welche der vergangenen Verletzungen jetzt und heute am wichtigsten ist und gelöst werden möchte. Dies hängt oft mit aktuellen Lebenssituationen zusammen, die den gleichen Ursachenkonflikt plötzlich aktivieren.

So sah der quicklebendige Markus den Film "König der Löwen" und fiel hinterher in Angstzustände, so daß er sich tagelang nicht mehr aus dem Haus wagte, nicht einmal über die Straße zum Haus der Oma. Etwas im Film hatte ihn unbewußt an eine lebensbedrohliche Situation erinnert, der er im vierten Schwangerschaftsmonat ausgesetzt war. Diese Ängste waren nach der psycho-kinesiologischen Sitzung mit ihm nicht mehr da. Das Unterbewußtsein von Markus hatte sich eine Filmszene als "Adresse" gewählt, um einen alten Konflikt bemerkbar zu machen.

Die Weisheit des Körpers läßt uns aber auch oft mehr erkennen. Ein Jungunternehmer kam, um seinen Tinnitus, diese lästigen Ohrgeräusche, loszuwerden. Die Psycho-Kinesiologie ist nicht auf ein bestimmtes Krankheitsbild fixiert, das ja nur Ausdruck einer emotionalen Blockade ist. Nach Beendigung der ersten Sitzung war zwar keine Streißreaktion mehr auf den Tinnitus vorhanden, doch waren die Ohrgeräusche noch da. So wurde in der Folge seine Lebenssituation abgeklärt und seine größeren Lebensthemen kinesiologisch behandelt. Dieser Jungunternehmer hatte emotionale Blockaden in Bezug auf sein Persönlichkeitsprofil. Als uneheliches Kind hatte er unverarbeitete Vater-Mutter-Konflikte, kam mit seiner Ehefrau und seiner Familie nicht zurecht, hatte Schwierigkeiten mit dem Geld, mit seinen Angestellten und mit Geschäftspartnern. Nachdem die Ursachenblockaden dafür gelöst wurden, verschwand auch das Ohrgeräusch. So hatte sein Körper ein schmerzhaftes Signal solange festgehalten, bis sein "Rucksack" von Belastungen, die er seit der Fötuszeit mit sich herumschleppte, entrümpelt war.

Das Klären des Persönlichkeitsprofils ist ein wichtiges Kriterium für das persönliche Wachstum. Die Persönlichkeit könnte mit einem Stuhl verglichen werden, der mit vier Beinen ganz stabil auf dem Boden steht. Und diese vier Beine sind Selbstbewußtsein, Selbstsicherheit, Selbstwert und Selbstvertrauen. Wie oft erlebt man, daß Menschen selbst in verantwortungsvollen Stellungen überhaupt keine Bodenhaftung haben. So auch Herr M., der eine Firma mit 400 Mitarbeitern leitete und große persönliche Unsicherheiten aufwies. Welch ungeheure Energie mußte er aufbringen, um den Anschein zu erwecken, der große Chef zu sein, welch unsichtbare Mauern mit sich herumschleppen, die ihm scheinbare Sicherheit gaben? So konnte er sein persönliches Potential nur schwer entfalten, lebte energetisch immer über seine Verhältnisse, und ein Herzinfarkt war gewissermaßen schon vorprogrammiert.

Auch Lernschwierigkeiten sind erfahrungsgemäß immer Hinweise auf Ursachenkonflikte seelischer Art. Florian ist Gymnasiast und ein guter Schüler, nur in Latein war er sehr schlecht. Im Dialog mit dem Unterbewußtsein meldete sich als Ursachenalter die Zeit in der ersten Klasse der Grundschule, und hier speziell die Religionslehrerin. Diese, eine Nonne, berichtete vom „strafenden“ Gott. Doch kannte Florian aus seiner Kindheit und dem Elternhaus nur den „liebenden“ Gott. So entstand ein tiefer seelischer Konflikt in ihm. Jahre später bekam Florian als Lateinlehrer einen Mönch. Sein Unterbewußtsein registrierte die Kutte wie bei der Nonne: "Wer eine Kutte trägt, von dem kommt nichts Gutes!" Und so verschloß er sich unbewußt dem, was der Lateinlehrer sagte und bezog eine abwehrende Position. Durch die Psycho-Kinesiologie konnten die Zusammenhänge aufgedeckt und gelöst werden.

Achtung vor dem Reich des Unterbewußtseins

Wenn eine Mutter eine Fehl- oder Todgeburt durchlitten hat, bringt die folgende Schwangerschaft für das neue Baby meistens besonders große Belastungen mit sich. All die Ängste der Mutter und auch des Vaters, es könnte sich so etwas Schreckliches wiederholen, nehmen dem neuen hilflosen und schutzbedürftigen Wesen die so wichtige Nestsicherheit.

Ermessen Sie nun selbst, was es bedeuten kann, wenn nach der Zeugung eine Mutter „mit Schrecken“ bemerkt, daß sie schwanger ist. Oder wenn eine Geliebte des Vaters die Zweierbeziehung gefährdet. Oder ein Vater erst zu seinem Kind steht, nachdem der Bluttest keine andere Möglichkeit mehr zuläßt. Wenn eine Mutter bereits in der Schwangerschaft schon alle Vorkehrungen trifft, um das Kind nach der Geburt zur Adoption frei zu geben. Wenn sich eine Mutter um einen Abtreibungstermin bemüht und nicht angenommen wird, weil das Baby schon zu groß ist. Oder wenn der Vater nur einen Jungen akzeptieren könnte, aber ein Mädchen unterwegs ist. Dies alles sind

Beispiele aus der Praxis und man kann nur ahnen, wie weit die Möglichkeiten seelischer Verletzung in der Zeit der Schwangerschaft gespannt sind. Mit der eigenen Aufarbeitung tiefer emotionaler Verletzungen hilft man aber nicht nur sich selbst, sondern auch dem sogenannten Verursacher, dem "Täter", indem nach der Schockauflösung ein Prozeß des Verzeihens und der Versöhnung eingeleitet werden kann.

Ohne Achtung vor den sensiblen Bereichen des Unterbewußtseins ist der Zugang zu den Tiefen innerer Verletztheit nicht möglich. Mit Psycho-Kinesiologie wird die Hand gereicht, die die Augen und die Seele öffnet – für ein neues Bewußtsein.

Hans Stöberl