

## Kinesiologie – aus dem Stress in die Balance

In der letzten Ausgabe von „Augenblick intern“ (Nr. 3, Oktober 2007) konnten Sie sich über die Grundidee der Kinesiologie, deren Entstehung und Ziele informieren. Im Folgenden möchte ich dies etwas weiter ausführen.

### Balancen

Der kinesiologische Muskeltest und die darauf folgenden Balancen bzw. Korrekturen dienen der Wiedererlangung von Harmonie, Gesundheit, der inneren Mitte und des körperlichen, geistigen und seelischen Gleichgewichts. Ein weiteres Anliegen ist es, die eigenen Potentiale und Fähigkeiten zu aktivieren und ins Leben zu bringen.

Hierbei gibt es unterschiedlichste Arten von Balancetechniken, wie z.B.:

- Körperliche Übungen zur besseren Integration der linken und rechten Gehirnhälfte
- Augen-Aktivierungs-Übungen
- Stimulierung, wie das Massieren oder Berühren von Reflexpunkten, um das Energiesystem und die Meridiane zu aktivieren und zu harmonisieren
- Klopfpunkt-Techniken, um Stress auf sanfte Weise zu lösen
- Atemübungen
- Neurologische Integrationstechniken, um das Nervensystem aus dem Kampf- und Flucht-Mechanismus zu befreien

In der Medizinisch-Therapeutischen Kinesiologie werden auch Blütenessenzenzen,

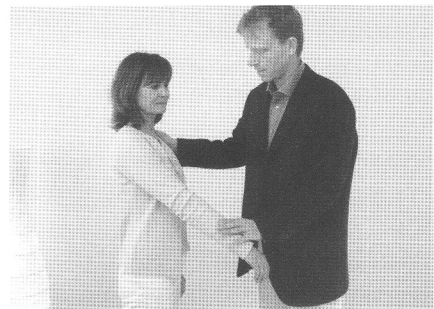
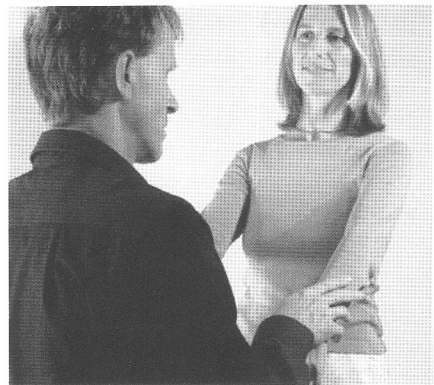
homöopathische Mittel, strukturelle Techniken oder osteopathische Manipulationen und anderes als Balancierung für die Themen, Probleme und Krankheiten des Klienten eingesetzt.

Die geeignete Methode wird gewöhnlich über den Muskeltest ermittelt. Der Körper des Klienten weiß selbst am besten, was ihn stört oder ihm fehlt und was er braucht, um den Stress abzubauen und die Blockaden zu lösen.

### Methoden

Dr. John F. Thie, Kollege von Goodheart, hatte die Vision, die Techniken der Kinesiologie jedem, also auch Laien, zur Prävention zugänglich zu machen. Er erschuf Touch for Health, um auf einfache, schnelle und sanfte Weise über unterschiedliche Muskeln das Energieniveau der Meridiane zu überprüfen und durch effektive Aktivierungstechniken einen balancierten Zustand herzustellen. Thies Idee war, dass jeder die Möglichkeit haben sollte, die Verantwortung für die eigene Gesundheit in die Hand zu nehmen. Durch seine Techniken ist dies möglich. Sie sind jederzeit anwendbar und tragen dazu bei, die Energie zu stärken, körperlichen Unausgewogenheiten und Krankheiten vorzubeugen und emotionale Belastungen auszugleichen. Der immense Erfolg von Touch for Health führte zu weiteren Entwicklungen. So entstand 3in1 Concepts als Methode und Ausbildungsreihe zum emotionalen Stressabbau und Brain Gym im lernpädagogischen Bereich. Viele weitere Modelle entwickelten sich, wie z.B. die Verbindung von Systemischen Aufstellungen mit Kinesiologie, die Arbeit mit Reflexen, Lerntrainings für Kinder, Sportkinesiologie und vieles mehr.

Janet Goodrich entwickelte eine Synthese aus Augentraining und kinesiologischen Übungen – Natürlich besser sehen. Dieses überaus erfolgreiche Programm wurde schnell in vielen Teilen der Erde bekannt. Verschiedene Kinesiologen/-innen bauten ihr System mit neuen kinesiologischen Techniken aus. Auch wenn es nicht eine einzelne Technik gibt, die Augenprobleme behebt – dies wäre ja auch wieder nur die Arbeit an Symptomen – so ist es stets die Bearbeitung des dahinter stehenden Themenkomplexes, die Veränderung und Verbesserung mit sich bringt.



LICHT – GESUNDHEIT – ENERGIE – ZENTRUM  
**Klaus Wienert & Team**

Gerne schicken wir Ihnen unser Kursprogramm und beraten Sie persönlich!



Viele Einstiegskurse im Herbst!

**KINESIOLOGIE**  
 Stressmanagement • Blockaden lösen  
 Seminare und Ausbildung  
 WEITERE SPANNENDE WORKSHOPS:  
 Lerntraining für Kinder • Kiefergelenksbalance  
 Heilmeditation • Lust am Laufen • Klopfpunkt-kurse

82166 Gräfelfing b. München • Tel.: 089/89 86 77 80  
 info@licht-gesundheit-energie.de  
 www.licht-gesundheit-energie.de

## Veränderung

Wenn die hinter den Auswirkungen stehenden Themen oder Energiemuster klar werden und aufgelöst sind, können sich Gewohnheiten und Verhalten ändern. So konnte eine Klientin ihre Brille dauerhaft weglegen, nachdem sie in einer Altersregression ein mit Stress besetztes Thema auflöste. Die Phobie vor Blut eines erwachsenen Mannes verschwand nach einer einfachen Touch for Health 14 Muskelbalance und die Weizenunverträglichkeit einer Klientin zeigte sich nicht mehr, nachdem der Konflikt mit ihrer Mutter aufgelöst wurde. Bei einer Sitzung zum Thema Rauchen meldete sich das Thema: Ich traue mich nicht, meine Meinung zu sagen und rede lieber „heiße Luft“. Der Misserfolg mit der eigenen beruflichen Laufbahn wendete sich, als eine andere Klientin einen ungelösten Konflikt mit ihrem Vater auflöste. Auch Kinder können bei Themen wie Lernstress, Selbstwert oder Motivation sehr von kinesiologischen Balancen profitieren.

## Einzelsitzung und Erlernen

Es bedarf keinerlei Voraussetzung, um an kinesiologischen Einzelsitzungen, Seminaren und Fortbildungen teilzunehmen, außer Offenheit und Freude an neuen Erkenntnissen. Viele Teilnehmer möchten einfach etwas Gutes für sich selbst tun, andere integrieren das Gelernte in ihre Praxis oder Arbeit. Es besteht auch die Möglichkeit,

sich zum Begleitenden oder Medizinisch-Therapeutischen Kinesiologen ausbilden zu lassen. Für den therapeutischen Bereich ist es Voraussetzung Heilpraktiker oder Arzt zu sein. Begleitende Kinesiologen arbeiten in Bereichen wie Stressmanagement, Lernttraining, Coaching.

Für die Organisation der Kinesiologie und der Kinesiologen/-innen ist der Berufsverband Deutsche Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie (DGAK) zuständig.

Anliegen aller kinesiologischen Balancen ist es, das in jedem innewohnende Licht mehr und mehr zum Leuchten zu bringen. Bringen Sie Ihr Licht in die Welt – sie kann es brauchen. Dabei wünsche ich Ihnen das Beste.

## Klaus Wienert

Gründer und Leiter des Licht-Gesundheit-Energie-Zentrums und Vorsitzender des Berufsverbandes Deutsche Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie. Er arbeitet mit seinem Kinesiologen-, Therapeuten- und Dozenten-Team, um Menschen zu unterstützen, ihre Potentiale, ihre Ressourcen und ihr Licht in die Welt zu bringen.

Licht-Gesundheit-Energie-Zentrum  
Drosselgasse 6, 82166 Gräfelfing  
Tel.: 089/89 86 77 80,  
Fax: 089/89 80 77 877  
[www.licht-gesundheit-energie.de](http://www.licht-gesundheit-energie.de)

## DGAK – Kinesiologie-Berufsverband

Die Deutsche Gesellschaft für Angewandte Kinesiologie DGAK hat sich als Berufsverband die Interessenvertretung der ausgebildeten und sich in Ausbildung befindenden Kinesiologen zum Ziel gesetzt.

Es wird je nach beruflicher Qualifikation unterschieden zwischen:

- Begleitender Kinesiologie und
- Medizinisch-Therapeutischer Kinesiologie

Informationen erhalten sie gerne über unser Büro. Unter [www.dgak.de](http://www.dgak.de) finden Sie Kinesiologen/-innen in Ihrer Nähe nach PLZ geordnet.

Wir freuen uns über gegenseitige Unterstützung und eine Kooperation mit dem Verein für Gesundes Sehen. Marianne Wiendl und Klaus Wienert haben bereits erste konstruktive Gespräche geführt.

DGAK

Büro: Frau Carmen Iber  
Diefenbacherstr. 22  
79199 Kirchzarten  
Tel.: 07661/98 07 56  
[www.dgak.de](http://www.dgak.de)