

Andreas Niklas

Die wunderbaren Möglichkeiten der angewandten Kinesiologie

Eine Korrektur der Herzenergie nach Andrew Verity



EVfK - Europäischer Verband für Kinesiologie
Cunostr. 50 - 52

D-60388 Frankfurt-Bergen

E-Mail: info@vfk-ev.de

www.verband-fuer-kinesiologie-ev.de

Die angewandte Kinesiologie ist eine Synthese aus dem alten Wissen der Traditionellen Chinesischen Medizin und den neuen Erkenntnissen westlicher Gehirnforschung. 1964 entwickelte der Chiropraktiker Dr. George J. Goodheart die Applied Kinesiology, die nur für die Anwendung durch Ärzte gedacht war. Darauf bauten Dr. John F. Thie und später Mary Marks, Gordon Stokes und Richard Duree auf und schufen ein einfaches System zur Selbsthilfe, das unter dem Namen Touch for Health (TFH) weltbekannt wurde. Die Grundlagen des TFH-Systems wurden zur Basis der gesamten angewandten Kinesiologie (AK). Denn fast alle nachfolgenden kinesiologischen Systeme benutzen Erkenntnisse aus dem TFH.

Es gibt heute eine Vielzahl von Methoden, die auf dem kinesiologischen Muskeltest basieren und der angewandten Kinesiologie zugeordnet werden können. Die meisten Systeme der AK betrachten Körper und Geist als Einheit und sehen Gesundheit als seelisch-körperlichen Gleichgewichtszustand. Durch Stress - negative emotionale Erfahrungen, Überbelastung oder Krankheit - kann dieses Gleichgewicht und damit die Bewegung des Lebens gestört sein. Angewandte Kinesiologie ist ein Weg, körperliche und seelische Energieblockaden, das heißt, Stress jeder Art, auf sanfte Weise bewusst zu machen, aufzuarbeiten und schließlich zu lösen.

Der kinesiologische Muskeltest eröffnet uns den Weg zur Weisheit des Körpers.

Wir testen genau die Informationen, die ein Mensch für sein aktuelles Thema braucht. Damit bekommt er einen neuen Zugang zu seinen Erfahrungen, kann sich seine Probleme unter anderen, besseren Vorbedingungen ansehen und lernt - wenn er will -, sich aus alten Verhaltensmustern zu lösen und seine Selbstzweifel abzulegen. Die Stress-Ursache wird geklärt und mit verschiedensten Methoden balanciert.

Ich möchte in diesem Artikel eine sehr wirksame Stresskorrektur für die Herzenergie vorstellen:

Herzprobleme werden oft auf rein körperliche Ursachen zurückgeführt. Aber hinter dem Symptom „Herzprobleme“ liegt immer auch ein emotionales Thema. Der Arzt Dr. Ruediger Dahlke beschreibt das Herz als das Zentrum des Menschen, Ausgangspunkt der Liebe(sfähigkeit) und Emotionen, Heimat der Gefühle. So ist es nachvollziehbar, dass wahrscheinliche Gründe für Herzprobleme lange bestehende emotionale Schwierigkeiten, Mangel an Freude, Ver-

härtung des Herzens, Glauben an Stress und Spannung sein können. Den individuellen Zusammenhang erarbeiten wir in der kinesiologischen Balance.

In der chinesischen Medizin steht der Herzmeridian für die Energie des Herzens. Um die Hintergründe der Herzkorrektur zu verstehen, stelle ich die verwendeten Begriffe aus der chinesischen Medizin kurz vor.

Chi ist ein fundamentaler Begriff in der chinesischen Philosophie: Alles im Universum - sei es organisch oder anorganisch - ist durch Chi definiert: „Die Chinesen wissen um drei Quellen des Normalen Chi. Die erste ist das „Ursprungs-Chi“ - auch vorgeburtliches Chi genannt -, das bei der Empfängnis von den Eltern auf das Kind übertragen wird. Dieses Chi ist für die ererbte Konstitution eines Individuums verantwortlich. Es wird in den Nieren gespeichert. Die

zweite Quelle ist das „Nahrungs-Chi“, das der verdauten Nahrung entzogen wird. Die dritte Quelle ist das „Natürliche Luft-Chi“, das die Lunge aus der eingeatmeten Luft gewinnt.“ (Kaptchuk, 1997, S.46f.)

Andrew Verity, Begründer des Kinesiologiesystems „Educating Alternatives with Blueprint“, stellt dieses Konzept mit etwas veränderten Begriffen sehr anschaulich in drei Kreisen dar (siehe Abb. 1): Der obere Kreis beinhaltet das Chi des Himmels, was dem Menschen durch den Atem Lebensenergie gibt. Ohne Luft würden wir nicht sehr lange überleben. Der untere Kreis steht für das Chi der Erde. Der Mensch nimmt dieses Chi durch Wasser und Nahrung auf. Wasser und Nahrung sind ebenfalls lebenswichtig. Der mittlere Kreis enthält das Chi der Menschheit und steht dem Menschen durch seine genetischen Grundlagen zur Verfügung. Alle drei Chi-Arten bilden die Energiegrundlage für den Menschen. An den Stellen, wo sich alle drei Kreise überschneiden, liegt das so genannte „wahre Chi“ des Menschen.

Das „wahre Chi“ ist unsere essentielle Lebensenergie. Sie ist der Speicher unseres Lebens. Ist sie aufgebraucht, sterben wir. Das „wahre Chi“ teilt sich - in der Polarität der materiellen Welt - in die Anteile Shen und Ching. Diese Formulierungen erinnern an die Begriffe Yin und Yang. Diese komplementären Gegensätze stellen weder Kräfte noch materielle Wesenheiten dar, sondern beschreiben die Beziehung der Dinge zueinander und zum Universum und den immerwährenden Prozess natürlicher Veränderung. Sie manifestieren sich in allem, sind selbst aber nicht manifest.

„Die Pole sind Yin und Yang, das dunkle Yin und das helle Yang, vereinigt und als Ganzes dargestellt im bekannten Symbol.“ (John F. Thie, 1995, S.26, Abb. 2)

Im Gegensatz zu Yin und Yang sind Shen und Ching konkrete Energien. Prof. Manfred Porkert, ein führender deutscher Experte auf dem Gebiet der chinesischen Medizin, erklärt dieses Energiekonzept folgendermaßen: „Shen bezeichnet den aktiv organisierenden, verwandelnden, eine Individualprägung verleihenden und erhaltenden Einfluss, mit andern Worten die... rationale letzte Ursache für das, was man Leben und lebendige Organisation nennt.“ (Porkert, 1991, S 144). Nach Porkert ist Shen als reine Aktion empirisch nicht wahrnehm-

Chi-Konzept

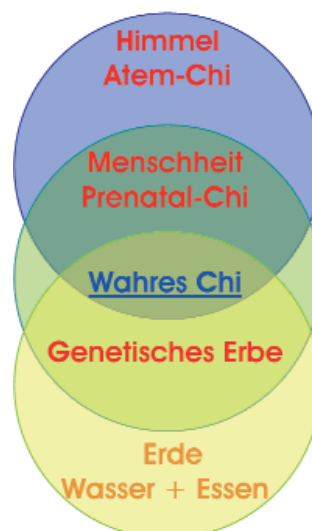


Abb. 1: Chi-Konzept. © Claudia Niklas



Andreas Niklas

Als aktives Mitglied des Europäischen Verbands für Kinesiologie (EVfK), Begleitender Kinesiologe (DGAK) und Diplom-Psychologe (BDP) verbindet er alternatives und akademisches Wissen zu einer besonders effektiven Arbeitssynthese. Psychologische und körperorientierte Verfahren wie Verhaltenstherapie, Meditationen und Atemtechniken kombiniert er zu einer wirksamen Synthese mit der Kinesiologie. Seit 1998 gibt er Einzelsitzungen und Seminare in München. Zur Effektivität der Kinesiologie macht er gerade eine wissenschaftliche Untersuchung und führt eine umfangreiche Befragung durch. Darüber hinaus arbeitet er zurzeit an einem Buch über Kinesiologie. Die Begründer der weltweit bekanntesten Kinesiologie-Systeme werden mit ihren Methoden vorgestellt.

Kontakt:

Viktoriastraße 32, D-80803 München
Tel.: 089 / 34076931, Fax: 089 / 341608
andreas.niklas@web.de, www.andreasniklas.de

bar oder nachweisbar. „Manifest wird Shen erst und nur in dem Maße, in dem er auf sein energetisches Komplement Ching ...trifft.“ (Porkert, 1991, S.144)

Im „Lehrbuch der systematischen Akupunktur“ schildern die Autoren Porkert und Hempen Shen als jene Kraft, die die Persönlichkeit gestaltet und ihre individuelle Ausprägung und Manifestation aufrechterhält. Äußerliche Zeichen für die ausreichende Stärke von Shen sind: gesunde Gesichtsfarbe, klarer, fester Ausdruck der Augen, klares Denken, regelmäßige Ausscheidungen, Festigkeit des Gewebes, klare Artikulation der Sprache und ein harmonischer Rhythmus der Atmung (Porkert & Hempen, 1997, S.14).

In der chinesischen Literatur erscheint Ching als Komplement von Chi. Porkert definiert Ching als die freie disponible Energie. Ching wird aus Chi abgeleitet und umgekehrt wird aus Ching Chi aufgebaut. Deswegen bezeichnet Porkert Ching als Strukturpotenzial. Denn Ching „bildet die Basis, den Grundstoff für die vielfältigen Wirkungen und Erscheinungen und zwar insofern diese Wirkungen sich konkretisieren (Porkert, 1991, S.144).“

Ted Kaptchuk beschreibt: „Stellt man sich Ching (Jing) als die Quelle des Lebens vor und Chi als das Potential, zu aktivieren und zu bewegen, dann ist Shen die Vitalität im menschlichen Körper, die hinter Ching und Chi steht.“ (Kaptchuk, 1997, S.57)

Bis zu einem gewissen Punkt können sich Energieungleichgewichte in den drei äußeren Chi-Bereichen Himmel, Erde, Menschheit gegenseitig ausgleichen. Wenn aber über einen längeren Zeitraum auf einer Chi-Ebene Energien fehlen, greift der Körper auf das wahre Chi zurück.

Eine langfristige Blockade der Shen-Energie führt häufig zu Herzinfarkten, an denen immer noch die meisten Menschen sterben.

Andrew Verity hat einen Weg gefunden, diese Shen- und Ching-Energie zu testen. Im Dreieckmeridiansystem ordnet er die Shen-Energie dem inneren Dreieck zu. Es enthält die Meridiane Herz, Kreislauf-Sexus und Lunge (siehe Abb. 3).

Nach dem chinesischen Kontrollzyklus der Meridiane kontrolliert die Niere das Herz.

Wenn zum Beispiel jemand Angst hat (emotionale Zuordnung: Niere), wirkt sich das auf sein Selbstvertrauen (emotionale Zuordnung: Herz) negativ aus. Die Ching-Energie wird von den Nieren kontrolliert.

Die Ching-Energie lässt sich zwar – losgelöst vom ganzen System – aufbauen, aber zu stark ausgebildetes Ching greift die eigene Shen-Energie an (u. a. Herz) und entzieht so dem Menschen grundsätzliche Lebensenergie (wahres Chi).

Die chinesischen Kaiser beispielsweise trainierten die Ching-Energie einseitig, um im Kampf unverwundbar zu sein. Das wurde durch eine Meditationstechnik, die man Eisernes Hemd nannte, und durch besondere chinesische Kräuter unterstützt. Fast alle chinesischen Kaiser haben viel gekämpft, hatten viele Frauen, brauchten nur wenig Schlaf, haben aber nur kurz gelebt. (Das lässt sich geschichtlich dokumentieren.)

Shen-Energie-Korrektur

Mit dem kinesiologischen Muskeltest und den Elementen des Touch for Health (TFH) nach Dr. John F. Thie fand Andrew Verity heraus, wie die Shen-Energie und das Gleichgewicht von Shen- und Ching-Energie zu testen sind:

Wichtige Voraussetzung: Für die Anwendung dieser Korrekturen sollte der kinesiologische Muskeltest gut beherrscht werden. Da diese Korrektur viele Energien freisetzt, sollte sie nur von erfahrenen Anwendern durchgeführt werden.

1. Zuerst sollte geklärt werden, dass alle Alarmpunkte (TFH II) halten.
2. Dann testet man die Alarmpunkte He, Lu und KS gemeinsam.
3. Bei Abschalten der Alarmpunkte müssen folgende Korrekturen vorgenommen werden:

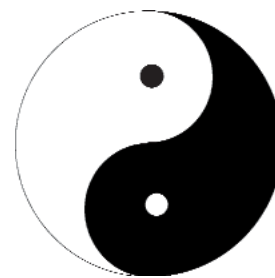


Abb. 2: Yin und Yang

men werden:

a) An der Brustwirbelsäule (Thorax) T2, T8, T9 nacheinander tappen, und wenn das nicht reicht, zusätzlich für Lunge T8, T9, T11 und LWS 1, 2, 3 tappen und für KS C2, L5, S1 tappen.

b) Reicht das nicht, die Shen-Energie in den Verweilmodus speichern und balancieren.

4. Wenn die Alarmpunkte korrigiert sind, sollte das ganze Meridian-, Nerven-, Lymph- und Blutsystem des Körpers durch Bearbeiten der Meridianpunkte He, Lu und KS miteinbezogen werden.

Rubbeln NLP (Neurolymphatische Punkte) - Integration Lymphe

Halten NVP (Neurovaskuläre Punkte) - Integration Blut

Halten Meridian Anfangs-/Endpunkte - Integration Meridiane

Klopfen der Wirbel - Integration Nervensystem

Wenn die Shen-Energie so balanciert wird, kommt das ursprüngliche Problem, das die Shen-Energie blockiert hat, wieder hoch, um bearbeitet zu werden.

Wenn die Shen-Energie in Ordnung ist, sollte man die Shen-Ching-Balance testen:

- Niere und Herzalarmpunkt gleichzeitig halten und testen.
- Die Nieren sind die Kontrolleure der Ching-Energie (wenn Angst kommt, wird die Herzenergie geschwächt).
- Ein Indikatorwechsel deutet ein Ungleichgewicht an.
- Die Korrektur verläuft genau wie bei der Shen-Energie.

An der Brustwirbelsäule (Thorax) T2, T11, T12 tappen, und wenn das nicht reicht, die Ching-Energie in den Verweilmodus geben und auf andere Weise balancieren.

Wenn die Alarmpunkte korrigiert sind, sollte das ganze Meridian-, Nerven-, Lymph- und Blutsystem des Körpers durch Bearbeiten der Meridianpunkte He, Ni miteinbezogen werden.

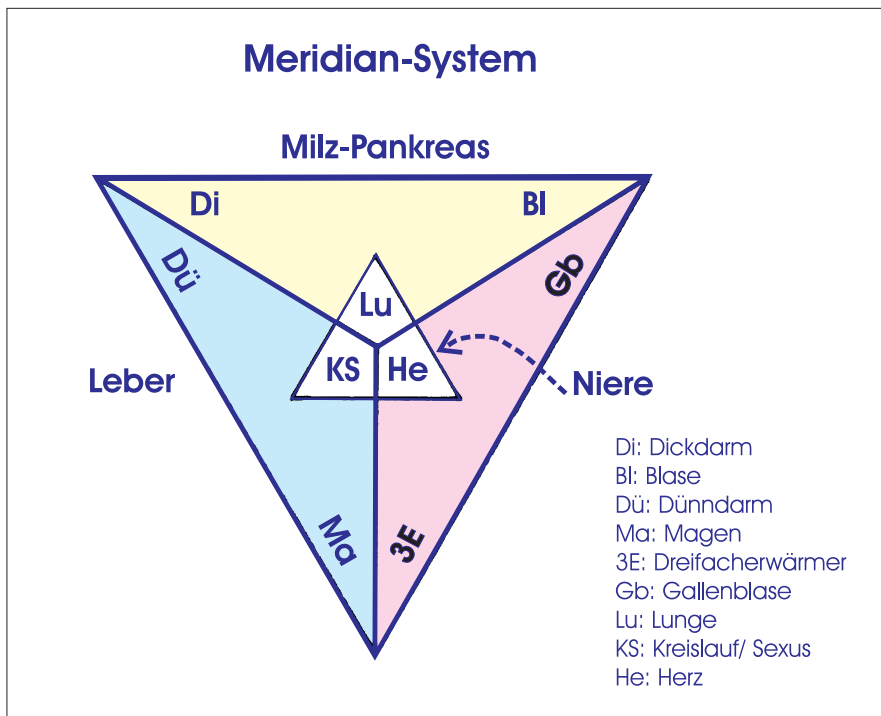


Abb. 3: Meridiansystem. © Claudia Niklas

- Rubbeln NLP (Neurolymphatische Punkte) - Integration Lymphe
- Halten NVP (Neurovaskuläre Punkte) - Integration Blut
- Halten Meridian Anfangs-/Endpunkte - Integration Meridiane
- Klopfen der Wirbel - Integration Nervensystem

Probleme im unteren Rücken können ebenfalls durch diese Korrekturen reduziert werden, vor allem, wenn sie nach einer anderen Korrektur wieder auftauchen (Verbindung Herz – Rücken).

Nach der Balancierung der Ching-Energie muss die Shen-Energie noch einmal getestet werden.

Meine Erfahrungen mit der Wirkung dieser Korrektur waren beeindruckend, denn meine Klienten machten Bewusstseins sprünge in ihrer mentalen und emotionalen Entwicklung. Um diese Energiebalance auch für andere Anwender nutzbar zu machen, habe ich mich mit Erlaubnis von Andrew Verity (Dankel) dazu entschlossen, diese Vorgehensweise weiterzugeben.



Quellen

Ruediger Dahlke, Krankheit als Symbol – Handbuch der Psychosomatik, 2000, Bertelsmann Verlag, München

Robert Frost, Grundlagen der Applied Kinesiology, 1998, VAK Verlag, Freiburg

Ted J. Kaptchuk, Das große Buch der chinesischen Medizin, 1997, O.W. Barth Verlag, Bern, München

Manfred Porkert und Carl-Hermann Hempen, Systematische Akupunktur, 1997, Urban & Schwarzenberg Verlag, München

Manfred Porkert, Die Theoretischen Grundlagen der chinesischen Medizin, 1991, ACTA MEDICINAE SINENSIS, Basel

John F. Thie, Gesund durch Berühren = Touch for Health, 1995, Irisiana Verlag, München