

## **Kinesiologie, was ist das?**

Neben der Hypnosetherapie gehört die psychologische Kinesiologie mit dem „Instrument“ des kinesiologischen Muskeltests nach Dr. Christa Keding mit Abstand zu den erfolgreichsten und effektivsten Diagnose- und Heilbehandlungsmethoden, die der alternativen, ganzheitlichen Psychotherapie zur Verfügung stehen. Aus diesem Grunde wäre dieses Buch über meine Theorie der Seelenheilkunde unvollständig, wenn ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, auch diese segensreiche Therapieform nicht zumindest ansatzweise näherbringen würde:

### **Der kinesiologische Muskeltest (KMT)**

Für all jene, die als Klienten/Patienten oder als Therapeuten noch keine Erfahrung in dieser faszinierenden und im wahrsten Wortsinne „wunder-vollen“ Welt der analytischen, medizinischen und psychologischen Kinesiologie sammeln durften, möchte ich zuallererst einmal mit allem Nachdruck auf die einzige Nebenwirkung dieser Methode hinweisen:

**VORSICHT** – Sie könnten sich unsterblich in den KMT verlieben! Denn sollten Sie sich, liebe Leser, wirklich ernsthaft auf den kinesiologischen Muskeltest einlassen, wird es auch Ihnen, vor allem als Arzt oder Therapeut, schon nach wenigen Testungen nahezu unmöglich sein, zeit Ihres Lebens wieder ohne ihn eine die Individualität und Einzigartigkeit des Hilfesuchenden, Klienten oder Patienten berücksichtigende Diagnostik, Medikamentierung oder Behandlung vorzunehmen.

Bis zum heutigen Tage habe ich keine effektivere, effizientere und überzeugendere Testmethode kennen gelernt, die es uns Menschen erlaubt, mit un- oder unterbewussten Informationen in Kontakt zu treten. Und das, obwohl oder gerade weil diese Methodik zur Nutzung des uns von Mutter Natur „einverleibten“ neuromuskulären Körperreaktionssystems so einfach und ohne jegliche technische Hilfsmittel zu bedienen ist. Und dem nicht genug, die Technik des KMT ist so spielend leicht zu erlernen wie das Einmaleins oder das Abc.

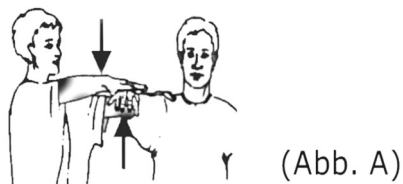
Die Möglichkeiten, die sich in der Anwendung des KMT ergeben, sind indes nahezu unbegrenzt.

## 1. Die Technik des kinesiologischen Muskeltests:

Wie bereits in meinen Ausführungen über die Funktionsweise und Arbeitsteilung der beiden Gehirnhälften beschrieben, erzeugen unsere bewussten und unterbewussten Gedanken in unserem Gehirn feinste Gleichstrom-Mikroströme (60–70  $\mu\text{A}$ , elektrische Spannung ca. 70 mV). Diese elektrischen Impulse werden zum einen von unserem Realitätsbewusstsein über unser willkürliches Nervensystem und zum anderen von unserem Unterbewusstsein über unser unwillkürliches Nervensystem an die entsprechenden Körperzellen geleitet, um diese der gedanklichen Absicht (Information) folgend zu aktivieren und zu steuern.

Die mit dem kinesiologischen Muskeltest mess- beziehungsweise nachweisbaren neuromuskulären Reaktionen unserer bewusst gesteuerten Skelettmuskulatur sind grundsätzlich an allen willkürlich beeinflussbaren Muskeln des Körpers testbar. In der Praxis macht es jedoch aus rein praktischen Gründen Sinn, die Testungen mithilfe der kräftigen Oberarmmuskulatur durchzuführen, da dieser Körperbereich jederzeit problemlos zugänglich und der Bewegungs- bzw. Testablauf für den Getesteten einfacher nachzuvollziehen ist.

Da unsere Skelettmuskulatur bewusst über das willkürliche oder somatische Nervensystem gesteuert wird, führen unsere Muskeln normalerweise das aus, was wir uns willentlich vornehmen. Zum Beispiel den Arm hoch- und einem Gegendruck standhalten (Abb. A):



Diese Aufgabe erfüllen unsere Muskelzellen so lange, wie wir das bewusst wollen und es für sie nichts Dringlicheres zu erledigen gilt. Das heißt, unsere Muskeln gehorchen uns kraft unserer über das Realitätsbewusstsein generierten Gedanken.

Anders, wenn Gefahr droht, wenn Schnelligkeit entscheidet, dann übernimmt ein "automatisches", unterbewusst gesteuertes Reaktionssystem (Reflex) die Befehlsgewalt über das so-

matische Nervensystem, um einer möglichen Bedrohung für Leib und Leben entgegenzuwirken. Zu diesem Zweck unterbricht das Unterbewusstsein für einen kurzen Augenblick die neuralen Steuerungsbefehle des willkürlichen Nervensystems in Bezug auf die bewusst ausgeführte Muskeltätigkeit, um sozusagen den höherwertigen oder wichtigeren Aufgaben des UBW nicht im Wege zu stehen. Und diese Unterbrechung des Energieflusses muss wiederum bei allen Muskeln des Organismus gleichzeitig geschehen, denn in dem Augenblick, in dem wir mit einer Gefahr oder einem sogenannten Stressor konfrontiert sind, weiß unser System ja noch nicht, welche Bewegungsabläufe als Reaktion sinnvoll und notwendig erscheinen. Insofern werden die willkürlichen Handlungen bis zum Eintreten des Reflexes unterbunden.

Diese unwillkürlichen Reaktionen sind einfache bis komplexe Bewegungsabläufe, angefangen vom reflektorischen Wegziehen der Hand bei Schmerz bis zur Entscheidung zwischen Angriff oder Flucht bei Gefahr. Sie werden durch Bedrohung (Stress, Stressor) ohne bewussten Denkprozess auf der Ebene von Rückenmarksreflexen beziehungsweise durch die Steuerungsbefehle des Kleinhirns ausgelöst. Da unser Realitätsbewusstsein für die Berechnung und Lösungsfindung solch komplexer Abläufe nicht konzipiert und deshalb viel zu langsam ist, würde unser Unterbewusstsein kostbare Reaktionszeit verlieren, wenn unser bewusstes Denken in diesen Ablauf eingeschaltet wäre.

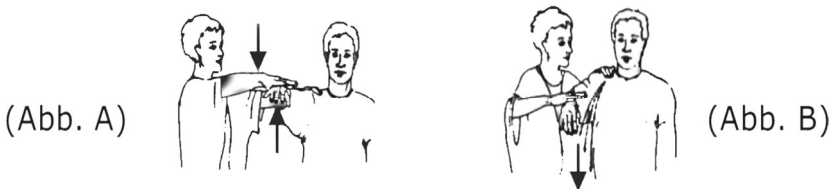
Das heißt, in dem Moment, in dem die automatische Reaktion stattfindet, wird das willkürliche Nervensystem von seinem Zugang zur Muskulatur abgekoppelt. Oder mit anderen Worten:

Für den Bruchteil einer Sekunde sind wir nicht mehr Herr unseres bewusst gesteuerten, somatischen Nervensystems. Es macht bildlich gesprochen Platz, um das Unbewusste mithilfe des unwillkürlichen Nervensystems ungehindert arbeiten zu lassen. Eine neuromuskuläre Entkopplung findet, gefolgt von einer adäquaten Reflexreaktion, in Millisekunden Geschwindigkeit statt. Diesem körpereigenen Schutzmechanismus, oder man/frau könnte auch sagen, dieser muskulären Antwort unseres Körpers, bedient sich der kinesiologische Muskeltest, den ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, nun nachfolgend in komprimierter Form vorstellen möchte:

Um die Muskelreaktion zu testen, hält der Proband einen Arm waagrecht und im Winkel von etwa 90 Grad zum Körper ausgerichtet nach vorne ausgestreckt. In dieser Armstellung werden neben dem starken Deltamuskel zusätzlich mehrere Muskelgruppen der Schulter- und Oberarmmuskulatur in den Test mit einbezogen, wobei es vollkommen der zu testenden Person überlassen bleibt, ob sie den rechten oder linken Arm zur Verfügung stellt.

Der Tester steht seitlich zur Testperson und legt seine Testhand locker oberhalb des Handgelenks auf. Mit einem sich leicht steigernden, schonenden Druck beginnt er daraufhin, für zirka drei Sekunden den Arm des Probanden nach unten zu drücken. Der Getestete, der zuvor mit der Bitte „Halten“ dazu aufgefordert wurde, dem Druck gegenzuhalten, versucht nun, seinen Arm weiterhin waagrecht zu halten, also seine Oberarmmuskeln „stark“ zu machen. Dadurch werden die Muskelzellen mit einem entsprechend hohen Energiepotenzial versorgt, sodass der Muskel aktiviert wird und „einkoppelt“. Jetzt kann dem auf den Arm ausgeübten Druck leicht standgehalten werden (Abb. A).

Diese willkürlich vom Proband erzeugte Gegenbewegung der Oberarmmuskulatur wird jedoch augenblicklich unterbrochen, sobald ein Stressreiz auf das Körpersystem des Getesteten einwirkt (Abb. B).



Derart Stress erzeugende Reize werden auch als Stressoren bezeichnet, die oft von unserem Realitätsbewusstsein gar nicht wahrgenommen werden, aber dennoch von unserem Organismus/Unterbewusstsein erkannt und mit einer veränderten Muskelreaktion, wie zum Beispiel mit einer Entkoppelung oder Reflexreaktion, beantwortet werden. Solche Stressoren können durch jegliche Art von Reizen erzeugt werden, die über unsere fünf Sinne in Form von Bildern, Geräuschen, Geschmacksempfindungen, Berührungen oder Gerüchen aufgenommen und an unser UBW übermittelt werden (siehe analytische Kinesiologie).

Stressoren können aber auch Einwirkungen sein, die zum Beispiel durch Nahrungs- und Genussmittel oder Medikamente in unseren Körper gelangen oder die ihn von außen beeinflussen können, zum Beispiel durch Körperpflegemittel, Kleidung, Schadstoffe, Umweltgifte, Strahlungsfelder aus Geopathie und E-Smog usw. Das können aber auch Stressoren aufgrund stofflicher oder physikalischer Einwirkungen sein, die wir gar nicht bewusst wahrnehmen können oder die wir ganz einfach noch nicht kennen (siehe analytische und medizinische Kinesiologie, z. B. Substanztestungen).

Ebenso können sich innere Vorstellungen, Fantasien oder geistige Bilder, negative Erinnerungen und dysfunktionale Glaubenssätze sowie intrapsychische Konflikte als Stressoren auswirken (siehe psychologische Kinesiologie, Psychotherapie).

Alleine schon die Tatsache, dass unser Unterbewusstsein in der Lage ist, auf all die in uns wirkenden oder auf uns einwirkenden „Negativreize“ mit Stress zu reagieren, beweist, dass es im Besitze eines höheren Wissens ist. Will heißen, unser seelenbewusstes UBW muss zwangsläufig über Informationen verfügen, welche unsere individuelle Wahrheit in Bezug auf das, was uns gut tut und was nicht, kennt:

**S-UBW**  
*unwillkürliches Nervensystem,  
 Steuerung Organismus,  
 Reflexe, Entkoppelung*



*höheres Wissen,  
 universe Wahrheit,  
 Gefühle, Seele*

**R-UBW**  
*unwillkürliches Nervensystem,  
 teilweise Steuerung Organismus,  
 teilweise Reflexe, Entkoppelung*



*realbewusst erzeugte Glaubenssätze,  
 Makros, u. U. falsche Glaubenssätze,  
 Emotionen*

**RBW**  
*willkürliches Nervensystem  
 Steuerung Skelettmuskulatur,  
 bewusste Handlungen*



*rationale Bewertung,  
 RBW-Glauben u. -Wissen,  
 Ratio (Verstand, Vernunft)*

Ob wir uns also dessen bewusst sind oder nicht, und ob wir diese Fakten wahrhaben wollen oder eben nicht – jeder Mensch trägt das Wissen um sein einzigartiges, universes „Ich bin“ in sich. Und der Muskeltest kann uns die Brücke zu dieser höheren Wahrheit bauen oder uns quasi als Übersetzer unserer Seelensprache dienen ...