

Kinesiologie: »Es geht darum, den Körper sprechen zu lassen, damit er wieder zu seiner Mitte findet«

Mit alternativer Methode zum Wohlbefinden

■ Von Nathalie Wimmer

Seit sieben Jahren hat sich die in Kelmis ansässige Sabine Quadflieg mit den Lehren der Kinesiologie auseinandergesetzt und sich kürzlich in diesem Bereich selbstständig gemacht. »Es geht darum, den Körper sprechen zu lassen, damit er wieder zu seiner Mitte findet.«

Wenn Klienten in ihren Behandlungsraum kommen, wird zuerst durch ein Gespräch erfragt, welches Problem vorliegt. Durch den Muskeltest wird die sinnvollste Behandlungsmethode erarbeitet. Kinesiologen sind davon überzeugt, dass die Muskeln bei der Konfrontation mit Stress in Form von Emotionen, Informationen oder gewissen Substanzen unbewusst nachgeben - man spricht von einem Bio-Feedback. Diese Ungleichheit im Muskelsystem kann von geschulten Kinesiologen aufgespürt und erkannt werden.

Quadflieg gibt ein konkretes Beispiel: »Der Klient soll die Arme senkrecht vor sich ausstrecken und an eine positive Situation denken, dabei soll er spüren, wie sich sein Arm anfühlt. Dann muss er sich etwas Negatives vorstellen und wiederum in sich horchen. In der Regel fühlt der Klient dann einen Unterschied.«

Gegen Höhenangst oder Stress angehen

Diese Übung zeige, in vereinfachter Form, nach welchem Schema in der Angewandten Kinesiologie gearbeitet werde. Durch dieses »körperliche präzise Rückmelde-



»Wir Kinesiologen haben meist keine medizinische Ausbildung. Ich bin kein Arzt«, stellt Sabine Quadflieg klar.

system« wird nicht nur festgestellt, wo ein Energieungleichgewicht liegt, sondern auch mit welcher Methode es ausgeglichen werden kann. »Eine Methode ist beispielsweise die Aktivierung bestimmter Punkte an den Körpermeridianen, um den Körper wieder in Einklang zu bringen und die Selbstheilungskräfte des Körpers in Gang zu setzen«, so die 44-Jährige. Als Meridiane werden in der Kinesiologie Energiebahnen bezeichnet, die laut dieser alternativen Behandlungsmethode durch den Körper fließen.

Auf diese Weise könne gegen Höhenangst, Allergien, Flugangst, Prüfungsstress und vie-

les mehr angegangen werden. Bei schulischen Ängsten, Schlafstörungen, Unausgeglichenheit usw. habe die Kinesiologie auch bei Kindern Erfolge erzielt.

Quadflieg sieht sich dabei keinesfalls in Konkurrenz mit der allgemeinen Schulmedizin. Die Kinesiologie sei eher eine Ergänzung und könne auch krankheitsvorbeugend

angewandt werden. »Wir Kinesiologen haben meist keine medizinische Ausbildung. Bei einem ernsten Krankheitsbild sollte man es nur mit Kinesiologie versuchen, wenn keine medizinische Indikation vorliegt. Ich bin kein Arzt«, stellt sie klar und lässt keinen Zweifel daran, dass sie nichts von unqualifiziertem Herumdoktern hält. Dennoch sei es in

manchen Fällen hilfreich, ungewohnte Wege zu gehen und Situationen zu hinterfragen. »Wenn beispielsweise unerklärliche Kopfschmerzen über eine lange Zeit auftreten, ist es nicht die Ideallösung, hier nur mit Schmerztabletten zu arbeiten. Kinesiologie wäre ein Lösungsansatz. Die Klienten müssen natürlich bereit sein, sich mit dem Thema zu beschäftigen. Eine gewisse Öffnung ist erforderlich. In manchen Fällen ist es aber einfach leichter, das Leiden zu betäuben, statt sich ihm zu stellen.«

Bei dem Ansatz sei auch das Gespräch eine wichtige Komponente. »Oft wirkt es schon befreiend, wenn über den Stress oder das Problem geredet wird«, weiß die Kinesiologin.

Medianzyklus zeigt Organaktivität an

Die 14 Meridiane oder Energiefelder, die den Körper - laut der Kinesiologie - durchlaufen, werden 42 Muskeln zugeordnet und diese wiederum den Organen. Jeder Meridian hat zu einer bestimmten Tageszeit eine Energiespitze.

So ist laut dieser Meridianuhr bspw. die aktivste Zeit des Herzens von 11 bis 13 Uhr. Bei der Leber herrscht von 1 bis 3 Uhr Hochkonjunktur. »Wenn eine Person nachts häufig um die gleiche Uhrzeit aufwacht, kann man nachprüfen, ob eine Unter- oder Überenergie im Meridiansystem vorliegt, und sie ausgleichen.«

HINTERGRUND

Angewandte Kinesiologie

Die Angewandte Kinesiologie ist eine alternative Behandlungsmethode. Sie wurde in den 1960er Jahren von dem US-Chiropraktiker George Goodheart entwickelt.



Goodheart

Seit er wurden verschiedene Ansätze erarbeitet. Eines der Werkzeuge ist der Muskeltest. Es wird dabei davon ausgegangen, dass Muskelkontraktionen eine Aussage über das Befinden von Körper und Geist geben können. Die Wirksamkeit der Methode ist wissenschaftlich allerdings nicht nachgewiesen. Kritiker führen an, dass beim Muskeltest Fehler- und Fälschungsmöglichkeiten auftreten können. Zum einen könne der Klient Kontraktionen auch bewusst steuern. Zum anderen sei das Erfassen der Muskelzuckungen durch den Kinesiologen schwierig. Auch die Vorstellung, der Körper reagiere über ein »Biofeedback-System«, stößt nicht auf ungeteilten Zuspruch.

Glasphiolen und Muskelkontraktionen sollen zeigen, welche Substanz die Allergie auslöst

»Sanfte und völlig schmerzfreie Methode, um Allergien zu beseitigen«



Reiki: Energiestrom fließen lassen

Die Kinesiologin Sabine Quadflieg beherrscht auch die Reiki-Technik. »Reiki ist eine natürliche und einfache Methode, die es ermöglicht, mehr vitale Lebensenergie aufzunehmen«, erklärt die 44-Jährige. Das alternativmedizinische Behandlungskonzept kommt ursprünglich aus Tibet und wurde im 19. Jahrhundert auch in der westlichen Welt wiederentdeckt. Der Begriff Reiki

wird aus den japanischen Worten rei (Geist, Seele) und ki (Lebensenergie) zusammengesetzt. Es geht darum, die Hände über bestimmte Körperpunkte - die Chakren/Energiezentren - zu legen. Somit wird der Körper wieder mit Energie aufgeladen. »Während der Behandlung kann der Klient ein Wärmegefühl oder ein Kribbeln unter der Haut spüren«, meint Quadflieg.

Die gebürtige Aachenerin hat bereits mit mehreren Klienten zusammengearbeitet, die an allergischen Reaktionen leiden. Durch die Kinesiologie konnte oft Abhilfe geschaffen werden. »Es gibt eine ganz sanfte und völlig schmerzfreie Methode, mithilfe der Kinesiologie die Allergien in den meisten Fällen zu beseitigen«, sagt die 44-Jährige.

In einem ersten Schritt muss festgestellt werden, bei welcher Substanz eine allergische Reaktion auftritt. Dies geschieht durch das Einbeziehen von kleinen Glasphiolen, in denen sich Pollen, Hausstaub oder Gräser befinden. Die Phiolen werden an den Bauchnabel gehalten, während der kinesiologische Muskeltest durchgeführt wird.

»Auch im Kopf sind so manche Informationen gespeichert. Aus verschiedenen Gründen will, kann oder darf unser Körper die Krankheit nicht loslassen.«

Sabine Quadflieg

Ein Armmuskel (Deltoideus-Anterior) dient als so genannter Indikator-Muskel. Am Arm kann die Kinesiologin dann die Reaktionen des Muskels auf die verschiedenen Substanzen haptisch ertasten. Entweder bleibt der Muskel im kinesiologischen Sinne stark oder er gibt nach. Die Muskelreaktion soll zeigen, welche Substanz den Stress auslöst. »Manche Klienten bringen ihre eigenen Gläschen mit Hausstaub oder Katzenhaaren mit,



Der Körper könne dazu gebracht werden, seine Abneigung gegenüber einer bestimmten Substanz wie Pollen oder Hausstaub zu »vergessen«, meint Sabine Quadflieg.

um zu sehen, ob es eine allergische Reaktion darauf gibt«, erklärt Quadflieg.

Wenn erst der Auslöser gefunden ist, kann gegen die körperliche Reaktion angegangen werden. Dabei bedient sich Quadflieg der Klopftechnik. »Die Meridianpunkte werden von mir über ein Klopfsystem mit den Fingerkuppen bearbeitet«, so die Kinesiologin.

Erst dann wird sich auch dem emotionalen Bereich zugewandt. »Auch im Kopf sind so manche Informationen gespeichert. Aus verschiedenen Gründen will, kann, darf... unser Körper die Krankheit nicht loslassen«, startet die Kinesiologin eine Erklärung. Wurde man als Kleinkind bei einer Krankheit beispielsweise liebevoll umsorgt, komme es vor, dass der Körper von manchen Beschwerden (wie auch einer allergischen Reaktion) nicht ablassen wolle. »Man sehnt sich nach dem Gefühl der Geborgenheit, das man als Kind hatte. Krankheit wird also gleichgesetzt mit Zuneigung. Und die will man unterbewusst nicht verlieren«, verdeutlicht Quadflieg an einem Beispiel.

»Das ist natürlich nicht bei jeder Krankheit der Fall. Es lässt sich auch schwer verallgemeinern. Jeder Fall ist ein-

zeln zu betrachten«, führt sie aus.

Auch auf der emotionalen Ebene kommt das alternativmedizinische Behandlungskonzept also zum Einsatz, um einen langfristigen Erfolg zu gewährleisten. Hier könne verschiedene Techniken greifen.

Im besten Fall sei die Allergie danach verschwunden. »Der Körper wurde dazu gebracht, seine Abneigung gegenüber der Substanz zu vergessen, oder die Selbstheilungskräfte wurden so weit angeregt, dass die Allergie quasi 'gelöscht' wurde«, erklärt Quadflieg.

(nawi)