

# Kinesiologie

**Kinesiologie vereint Erkenntnisse aus der Meridianlehre, Chiropraktik, Ernährungs- und Bewegungslehre. Sie spürt Energieblockaden auf und beseitigt sie.**

## **Kinesiologie - was ist das eigentlich?**

Die Angewandte Kinesiologie (AK) (griechisch: "Lehre der Bewegung") ist eine ganzheitliche Methode. Sie wurde Anfang der 1960er Jahre vom amerikanischen Chiropraktiker Dr. George Goodheart entwickelt und vereint Erkenntnisse aus der Meridianlehre, Chiropraktik, Ernährungs- und Bewegungslehre.

Der Mensch wird als "Triade" (Dreiheit) aus Struktur (Muskeln, Bänder, Sehnen, Knochen, Gelenke), Stoffwechsel und Psyche betrachtet. Sind alle drei Elemente harmonisch ausgeglichen, ist der Mensch gesund. Lebensenergie fließt frei durch den Körper.

**Körperlicher und geistiger Stress verursachen Energieblockaden in den Meridianen und können so auch zu Krankheiten führen. Ablesen lässt sich das an der Funktion einzelner Muskeln, die über die Meridiane mit Organen in Verbindung stehen. Die Kinesiologie spürt solche Blockaden auf und beseitigt sie.**

## **Mit welchen Methoden arbeitet man in der Kinesiologie?**

**Muskeltests** dienen dem Aufspüren energetischer Blockaden. Zum Ausgleich energetischer Ungleichgewichte werden **Akupressur, Reflexzonenmassage, Körperübungen, Visualisierungstechniken** und Übungen zur Integration der beiden Gehirnhälften eingesetzt.

## **Bei welchen Beschwerden ist die Kinesiologie sinnvoll?**

Kinesiologie eignet sich als **ergänzende Methode zur Behandlung von Rückenbeschwerden, Verspannungen in Nacken und Schultern, Spannungskopfschmerz, Verdauungsstörungen, Allergien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Schlafstörungen, Müdigkeit/Mangel an Lebensenergie, Lern- und Wahrnehmungsstörungen, psychosomatischen Beschwerden** und als Begleittherapie einer Zahnbehandlung.