



Text: Eva Kelca

WIRKLICHKEIT UND KINESIOLOGIE –

Foto: © ImageFlow / shutterstock.com /
2649910749

Zwischen Körperwissen und Bewusstseinsforschung

Was ist wirklich – das, was wir sehen und messen können, oder das, was wir tief in uns spüren? Die Kinesiologie stellt es eindrucksvoll dar: Wirklichkeit entsteht in jedem Menschen neu – in der Resonanz zwischen Körper, Geist und Emotion. Über den kinesiologischen Muskeltest wird das Unsichtbare sichtbar – und damit wird erst Veränderung möglich.

WIRKLICHKEIT – MEHR ALS DAS SICHT- BARE

Wenn wir über „Wirklichkeit“ sprechen, denken wir oft an das, was wir mit unseren Sinnen erfassen oder wissenschaftlich belegen können. Doch die Kinesiologie zeigt uns, dass es eine **innere Dimension der Wirklichkeit** gibt – eine, die in jedem Menschen einzigartig und individuell ist.

In der Philosophie findet sich eine ähnliche Idee: Der **radikale Kon-**

struktivismus geht davon aus, dass jeder Mensch seine Wirklichkeit selbst erschafft.

Der Philosoph **Ernst von Glasersfeld** schreibt:

„Wissen ist nicht die Abbildung einer unabhängigen Realität, sondern die Konstruktion einer Wirklichkeit durch den Beobachter.“ (*Glasersfeld, 1996*)

Und der Biologe **Humberto Maturana** formuliert es noch zugespitzter:

„Alles, was gesagt wird, wird von einem Beobachter gesagt.“ (*Maturana & Varela, 1987*)

Die Kinesiologie lässt uns diese Gedanken **am eigenen Körper erleben**.

KINESIOLOGIE – SPRACHE DES KÖRPERS, SPIEGEL DER WIRKLICH- KEIT

John F. Thie, Begründer von Touch for Health, sah den Körper als Resonanzfeld, das auf alles reagiert, was uns innerlich oder äußerlich betrifft. Das „Werkzeug“ der Kinesiologie dazu ist der Muskeltest – eine sanfte,

aber aussagekräftige Biofeedback-methode des Körpers, die zeigt, ob ein Gedanke, eine Erinnerung oder eine Situation für den Körper Stress bedeutet oder als stimmig erlebt wird.

John F. Thie schrieb dazu:

„Die größte Entdeckung besteht darin, dass wir lernen können, unser Leben in die eigene Hand zu nehmen, indem wir die Signale unseres Körpers verstehen.“ (Thie, 2001)

Die Kinesiologie öffnet damit einen Weg, die eigene Wirklichkeit **nicht nur zu denken, sondern zu fühlen**.

PRAXISBEISPIELE

FALL 1

Klientin, 48 Jahre alt, arbeitet in einer leitenden Position. Sie klagt über Müdigkeit und Konzentrationsprobleme. Medizinisch ist alles in Ordnung.

Im Muskeltest zeigt sich: Der Körper reagiert schwach auf das Wort „Verantwortung“. In der Sitzung wird klar, dass Sabine unbewusst den Glaubenssatz trägt: „Ich darf keine Schwäche zeigen.“ Ihr ist während des Gesprächs eingefallen, dass sie oft auf ihre kleine Schwester aufpassen musste und damit auch die Verantwortung übernommen hatte, um es ihrer Mutter immer „recht zu machen“.

Nachdem diese innere Haltung balanciert wird (Hyperton-X Bonding), erzählt sie Wochen später:

„Ich bin nicht weniger engagiert, fühle mich trotzdem leichter. Ich kann auch Nein sagen ohne Angst davor, nicht zu genügen. Ich darf Pausen machen, ohne Schuldgefühle.“

Ein klassisches Beispiel dafür, **wie innere Überzeugungen die gelebte Wirklichkeit formen** – und wie Kinesiologie sie verändern kann.

FALL 2

Klientin, 12 Jahre alt, hat Schwierigkeiten in Englisch. Vor allem im mündlichen Ausdruck. Jedes Mal, wenn sie aufgerufen wurde, sind die



Foto: © AnnaStills / shutterstock.com / 1663216714

Die emotionale Wirklichkeit – das, was innerlich wahr ist – hat häufig größeren Einfluss auf unser Verhalten als äußere Umstände.

Vokabeln – die sie ja zu Hause noch gewusst hat – nicht mehr abrufbar gewesen.

Der Muskeltest zeigte: Sie hat Stress, wenn sie nur daran denkt, wie sie vor der Klasse steht. Mit dem Gespräch wurde dann klar, dass sie von Mitschülern nicht nur einmal ausgelacht wurde. Somit hatte sich der Glaubenssatz „Ich kann nicht Englisch sprechen“ manifestiert.

Diese Haltung wurde dann balanciert, in diesem Fall mit Brain Gym® und Integration eines frühkindlichen Reflexes (Moro-Reflex).

Am Ende der Balance hat der Ziel-satz: „Ich spreche frei und klar Englisch“ stark getestet.

Sie hat die Englisch Nachprüfung bestanden und fühlt sich jetzt allgemein viel wohler in der Klasse. Die Mitschüler lachen auch nicht mehr über sie!

Hier zeigt sich, dass **emotionale Wirklichkeit** – das, was innerlich wahr ist – oft weit mehr Einfluss auf das Verhalten hat als äußere Umstände.

PHILOSOPHIE TRIFFT PRAXIS

Während Philosophinnen und Philosophen die Natur der Wirklichkeit theoretisch erforschen, bringt die Kinesiologie diese Erkenntnisse ins Erleben.

Der Muskeltest macht erfahrbar, dass jede Wahrnehmung eine per-

sönliche Wahrheit ist. Damit wird der Körper zum Übersetzer zwischen Bewusstsein und Wirklichkeit.

Man könnte sagen:

Kinesiologie ist gelebter Konstruktivismus.

Sie zeigt, dass wir unsere Wirklichkeit nicht nur denken – wir spüren, leben und gestalten sie in jedem Moment.

WIRKLICHKEIT BEGREIFEN, WIRKLICHKEIT GESTALTEN

Kinesiologie hilft, die Grenze zwischen innerer und äußerer Wirklichkeit zu überwinden.

Sie zeigt, dass Balance entsteht, wenn Gedanken, Gefühle und Körperwahrnehmung im Einklang sind.

Wenn wir lernen, auf die Signale unseres Körpers zu hören, verstehen wir mehr als nur unsere Symptome – wir erkennen uns selbst.

Und genau dort beginnt Veränderung: **im Bewusstwerden der eigenen Wirklichkeit.**

Literatur:

- Glasersfeld, E. von (1996). *Radikaler Konstruktivismus: Ideen, Ergebnisse, Probleme*. Frankfurt a. M.: Suhrkamp.
- Goodheart, G. J. (1976). *Applied Kinesiology: Research Manuals*. Detroit: ICAK Publications.
- Maturana, H. R., & Varela, F. J. (1987). *Der Baum der Erkenntnis: Die biologischen Wurzeln des menschlichen Erkennens*. Bern: Scherz Verlag.
- Thie, J. F. (2001). *Touch for Health: Ein Handbuch der Kinesiologie*. München: Arkana Verlag.

Eva Kelca

Kinesiologin,
Instruktorin für BG 101, 104,
110, Touch for Health,
Hyperton-X®,
BGÖ Schriftführerin,
ÖBK Beirat für Salzburg



Hochwiesenstrasse 13, 5203 Köstendorf
T: 0664 102 89 39
E: info@evakelca-kinesiologie.at
www.evakelca-kinesiologie.at