



## Kinesiologischer Muskeltest

Kinesiologie ist ein alternativmedizinisches Diagnose- und Behandlungskonzept aus dem Bereich der Körpertherapie und der Chiropraktik. Zugrunde liegt das Wissen um das Zusammenspiel von Nerven, Muskeln und Knochen und deren Einfluss auf die Skeletthaltung und Bewegungsabläufe.

Eine Grundannahme der Naturheilkunde bildet auch hier die Basis:

**Niemand weiß besser als der eigene Körper, was als Unterstützung zur Heilung gebraucht wird.**

Das "Aussageinstrument" ist beim kinesiologischen Muskeltest ein Muskel. Jeder Muskel kann als Indikatormuskel dienen.

Getestet wird NICHT die Kraft des Muskels, sondern die REAKTION auf einen Reiz - ein Gedanke, eine Aussage, eine Substanz, ein Lebensmittel, ein Bild, Musik, die Berührung einer Körperstelle, Unverträglichkeiten usw. können in ihrem Verhalten zum Körper sicher eingeschätzt werden.

Ein Muskel kann "stark" oder "schwach" sein. Ein starker Muskel hält dem Druck der auf ihn ausgeübt wird stand, ein schwacher Muskel gibt nach. Dies zu erspüren und als Indikator zu nutzen ist die Kunst des anwendenden Therapeuten. Dazu kommt: Ein starker Muskel bedeutet nicht automatisch eine JA-Antwort und umgekehrt. Hier kommt es auf die Fragestellung an, wie die Reaktion des Muskels zu interpretieren ist – ein weiterer Aspekt des Lernens für den Therapeuten. So ist der Test der Muskelreaktion auf einen Reiz auch als eine Technik der nonverbalen Kommunikation zu verstehen, ein sehr wichtiger Aspekt der Patienten-Therapeuten-Bindung.

Die Kinesiologie erfährt nicht erst durch den amerikanischen Chiropraktiker John Goodheart Aufmerksamkeit, der 1960 diesen Test entwickelte, sondern kann auf eine lange Tradition zurückblicken:

Bereits der griechische Arzt Hippokrates wandte vor über 2000 Jahren den Muskeltest an, um neurologische Verletzungen zu untersuchen. Auch die Maya-Indianer nutzen dieses Wissen, um die Trinkbarkeit von Wasser auszutesten.

### Was man den Körper fragen kann und was nicht

- Was immer ich teste, der Körper gibt mir Antwort, ob Stress damit verbunden ist oder nicht. Als Beispiel:
  - der Gedanke an eine Person mit der ich Streit hatte, löst Stress aus und der Muskel testet schwach (was nicht bedeutet, dass diese Person böse oder schlecht ist, ich habe derzeit ein Problem mit diesem Menschen)
  - ein Nahrungsmittel, das meinem Körper nicht gut tut, löst ebenfalls Stress aus und der Muskel wird schwach testen (was nicht unbedingt heißt, dass ich allergisch darauf bin, nur im Moment ist es nicht gut verträglich für mich)
  - Musik, Bilder, Erinnerungen, Steine, Bachblüten, homöopathische Mittel usw. sind auf die gleiche Weise zu testen
- Die Anwendung der Muskeltests auf verbale Fragen, z. B. "Soll ich dies oder jenes tun?", "Ist das oder das zu meinem Besten?" usw. **Hier ist VORSICHT geboten.** Jede Antwort, die ich auf eine verbale Frage über den Muskeltest erhalte, spiegelt nur MEINE SUBJEKTIVE WAHRNEHMUNG IM MOMENT ZU DIESEM THEMA wider.
- Mit dem Muskeltest lässt sich auch nicht die ZUKUNFT ertesten!!! Und genau so wenig Fragen zu Themen, die in der Zukunft liegen (z.B. "Soll ich mich operieren lassen").