

NO-TICING

WIE TROTZ KÖRPERLICHER DISTANZ KINESIOLOGIESITZUNGEN MÖGLICH SIND

Marianne Camenzind
www.mariannecamenzind.ch



Du bast sicher auch schon oft gestaunt über den grossen Unterschied beim Aussprechen eines Zielsatzes – vor und nach der Balance. Da sind (Klang-)Welten dazwischen! Egal, ob im eigenen Prozess oder beim Zubören von Affirmationen von anderen – vor und nach einer Stärkung liegen Welten! Den Klang, die Ausdruckskraft, die Zuversicht und das Selbstvertrauen in einem neu gestärkten Glaubenssatz zu hören, bewegt mich immer wieder zutiefst. Dass aber der Klient/die Klientin diesen Unterschied selber auch so frappant empfindet, ist nicht selbstverständlich, weil er sich meist nicht mehr daran erinnert, wie es vor der Balance, wenige Minuten zuvor war. Oft denke ich mir: «Hätte ich doch nur den Glaubenssatz vor der Stärkung aufgenommen, dann könnte ich dies nachher nochmals tun und die beiden Aufnahmen abspielen, um dem Klienten den riesigen Unterschied zu zeigen.»

Zum Glück haben wir in der Kinesiologie den Muskeltest, der eindeutig sichtbar macht, wie schwach der Zielsatz am Anfang und wie stark er nach der Balance ist! Das physische Erleben eines schwachen und eines starken Muskeltests in Resonanz zum Gesagten empfinde ich als sehr wertvoll und hilfreich.

Aber was ist, wenn wir Kinesiologen/Kinesiologinnen nicht direkt am Klienten/an der Klientin arbeiten können? Was, wenn er/sie nicht mit einem Indikator-muskel austestbar ist, um unmittelbar an sich selber den Unterschied zu erleben? Die Antwort darauf ist klar: Dank dem Surrogatmuskel einer nahestehenden Person, die in körperlichem Kontakt mit der Testperson steht, können wir in der Kinesiologie trotzdem austesten, was für die Testperson gilt.

Soweit immer noch alles klar – aber was ist, wenn es keine Surrogatperson gibt, die zur Verfügung steht? Diese Situation habe ich in meiner Praxis in einem Fastenkurhaus schon ab und zu erlebt. Dort gab es Situatio-

nen, in welchen ich kein grünes Licht erhielt, um direkt am Klienten/an der Klientin zu arbeiten und niemand als Surrogat anwesend war. Dann bin ich jeweils auf meinen eigenen Surrogatmuskel ausgewichen, ein Finger-muskel an der linken Hand. Selbstverständlich habe ich dabei den Klienten immer um Erlaubnis gefragt und in Körperkontakt transparent ausgetestet, d. h. auch für den Klienten gut hörbare Fragen gestellt.

So weit, so gut. Aber was ist, wenn wir zum Schutz vor Corona auf Distanz gehen müssen? Mindestens zwei Meter oder viel weiter weg, verbunden nur durch das Telefon oder den Computer? Natürlich, ich kann auch ohne Körperkontakt mit dem Klienten an mir selber austesten, was für ihn gilt, denn wir sind energetisch alle miteinander verbunden! Wir brauchen keinen physischen Kontakt und kein 5G, um uns ins Energiesystem eines Menschen einzuloggen. Was es aber braucht, ist zum einen die Erlaubnis des Klienten, dies zu tun und zum anderen (um die Verbindung klar zu halten) ein gesundes, hochfrequentes Energiesystem mit offenen Chakren des Therapeuten.

Wenn ich nun dank meinem Surrogatmuskel einen schwachen Glaubenssatz beim Klienten/bei der Klientin gefunden habe, dann teste ich dessen Energiegehalt aus. Ist dieser Satz so schwach, dass er kaum auszusprechen ist, dann hat er immer weit unter 50 % Energie. In diesem Fall ist es offensichtlich und gut spürbar für den Klienten/die Klientin, sodass es ihm/ihr schwerfällt, die Aussage flüssig zu formulieren: Leise, sich verhaspelnd oder stockend kommt der energielose Zielsatz aus dem Mund des Klienten/der Klientin. Wenn es ein massiv schwacher Satz ist, dann ist das auch am Telefon oder über den Lautsprecher des Computers sehr gut hörbar und so auch ohne Muskeltest offensichtlich.

Nun, wenn der Zielsatz nur leicht unter 50 % Energie hat, dann wird es schwieriger, ohne Muskeltest dem



Klienten/der Klientin die Notwendigkeit der Balance zu diesem Thema begreiflich zu machen. Letzthin habe ich diesen Fall in einer Kinesiologiesitzung am Computer erlebt: Eine junge Frau hatte im Satz «Ich bin in mir geborgen» nur 49 % Energie. (Hätte ich sie muskeltesten können, wäre der Muskel schwach geworden wie bei allem, was unter 50 % Energie hat.) Ich liess sie die Aussage mehrmals aussprechen und fragte sie, wie sie sich dabei fühle? «Doch, eigentlich schon, ja, ich denke, das kann ich», war ihre Antwort. In meinen Ohren tönte es unsicher, was ganz normal ist für eine Aussage, die im Energiebereich von 45–55 % liegt. Ich wusste, dass wir dieses Thema nicht ausklammern konnten. Doch: Wie sollte sie die Dringlichkeit einer Balance zu diesem Thema einsehen, wenn ich es ihr nicht mit dem Muskeltest «beweisen» konnte?

Hier muss ich etwas ausholen: Ich bin der Meinung, es ist eminent wichtig, dass der Klient/die Klientin selber spürt, wie es um ihn/sie steht. Wenn wir als Kinesiologen/Kinesiologinnen mittels Muskeltest «Nachrichten vom Körper» übermitteln können, ist das hinsichtlich Selbstwahrnehmung einerseits toll, weil der Getestete am eigenen Körper spürt, wie der Muskel, z.B. am Arm, nachgibt. Andererseits verleitet dieser einfache Test auch, dass man alle anderen Wahrnehmungsmöglichkeiten vernachlässigt. Wenn nun das «Sprachrohr des Körpers» wegen Behandlungsverbot für Therapien mit Körperkontakt momentan nicht verfügbar ist, dann fehlt uns Kinesiologen/Kinesiologinnen unser wichtigstes Werkzeug.

Dennoch haben wir eine höchst hilfreiche Alternative zum Muskeltest, welche auch in einer Fernbehandlung nützlich ist und die Selbstwahrnehmung nachhaltig stärkt: Anstelle des Muskeltests kann der Klient/die Klientin sich mit «Noticing» (engl. für wahrnehmen, bemerken, spüren) bewusst anhand von verschiedenen Fragen beobachten: Wie fühle ich mich in Bezug zu

dieser Aussage auf einer Skala von 1–10? Wie ist meine Körperhaltung dazu? Wo genau fühle ich mich in mir geborgen? Gibt es einen bestimmten Körperbereich, wo dieses Gefühl schon ganz gut zuhause ist? Wie tief ist meine Atmung beim Fokussieren auf dieses Thema? Habe ich starke Sinneszuordnungen zu diesem Gefühl, z. B. bestimmte Erlebnisse, Erinnerungen mit all meinen Sinnen? Wann oder wo habe ich mich besonders geborgen gefühlt? Wie ist es im Vergleich dazu im jetzigen Augenblick? War es in letzter Zeit oder in einer wichtigen Situation vor kurzem ein Gefühl, das ich vermisst habe?

Dank diesen Fragen kamen wir dem Grund für das «schwächelnde Gefühl» auf die Spur: Die junge Frau ist erst vor kurzem aus dem Elternhaus ausgezogen. Nur wenige Wochen nach dem Auszug erkrankte sie, um wieder nach Hause zurückzukehren. Jetzt war es nötig, die Geborgenheit in sich selber zu finden, um in Zukunft widerstandskräftiger in «die grosse Welt» hinauszugehen. Ich liess sie eine Aufnahme ihrer Aussage «Ich bin in mir geborgen» machen und leitete sie an, wie sie die Chakrabalance selber durchführen konnte. Danach war es sehr gut zu hören, wie ihre Stimme an Ausdruckskraft und Stärke gewonnen hatte! Jetzt glaubte ich ihr, dass sie sich stärker in sich geborgen fühlte. Es war kein Muskeltest mehr nötig. Mit wiederholtem Noticing und einer erneuten Aufnahme, bzw. Abspielen ihres Zielsatzes konnte sie selber vergleichen: Es sind (Klang-)Welten dazwischen!