Dietrich Klinghardt

Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie

Leseprobe

Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie

von Dietrich Klinghardt

Herausgeber: INK - Institut f. Neurobiologie



Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

Dr. med. Dietrich Klinghardt, Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie

Einführung

1992 wurde in der berühmten medizinisch-orthopädischen Fachzeitschrift Spine (Wirbelsäule) eine sensationelle Studie des San Franzisco-Spine-Instituts veröffentlicht. Psychologen hatten immer wieder darauf hingewiesen, daß Rückenschmerzen, ja selbst Bandscheibenvorfälle und deren Operationserfolg, abhängig sind von psychologischen Faktoren – insbesondere von ungelösten seelischen Konflikten aus der Kindheit des Patienten. Die Wissenschaftler des Spine-Instituts wollten diese Behauptung widerlegen. 100 erwachsene Patienten mit schweren Bandscheibenvorfällen wurden vor der Operation untersucht, und zwar auf fünf mögliche

Konfliktsituationen aus ihrer Kindheit:

1. Körperlicher Mißbrauch (z.B. Schläge),
2. sexueller Mißbrauch (durch Familienangehörige oder Vertrauenspersonen),
3. emotionelle Vernachlässigung (fehlende Zuwendung durch die Eltern usw.),
4. Verlust eines Elternteils oder beider (z.B. infolge Ehescheidung),
5. Drogenmißbrauch im Elternhaus (Alkohol, Zigaretten usw.).

Die Patienten wurden in drei Gruppen eingeteilt:

- Gruppe A hatte keinen dieser Risikofaktoren.
- Gruppe B hatte ein bis zwei dieser Faktoren.
- Gruppe C hatte drei oder mehr.

Der Langzeit-Operationserfolg sah so aus:

- In Gruppe A wurden 95 Prozent der Patienten nach der Operation völlig gesund,
- in Gruppe B 73 Prozent und
- in Gruppe C nur 15 Prozent.

Was bedeutet das? Die Schmerzen und der Erfolg nach einer Operation sind kaum abhängig von der Operation selbst, sondern von Faktoren, die alle auf das Elternhaus und die Kindheit des Patienten zurückgehen. Eine Nachfolgestudie zeigte, daß Patienten mit diesen Risikofaktoren durch gezielte und gute Psychotherapie, die die im Unterbewußten versteckten Konfliktinhalte aufdeckt und »erlöst«, vor der geplanten Operation von Gruppe C in Gruppe A überführt werden können.

Die gleiche Beobachtung gilt für alle medizinischen und psychotherapeutischen Bereiche: Der Erfolg einer medizinischen Maßnahme oder einer psychotherapeutischen Behandlung hängt im Wesentlichen von einem Faktor ab: dem Elternhaus und der Kindheit des Patienten.

Der Autor ist selbst Facharzt für Schmerzmedizin. Er arbeitete unter Verwendung neurologisch-orthopädischer Behandlungstechniken als leitender Arzt am »Santa Fe Pain Center«, bevor über Jahre hinweg unter den Anforderungen des Alltags in der Praxis die in diesem Buch vorgestellte Methode entstand. Die Psycho-Kinesiologie (im Folgenden häufig PK abgekürzt) hat heute in der Schmerzbehandlung einen enorm wich-

tigen Stellenwert. Langzeiterfolge, die vorher eine Seltenheit waren und schwer »erkämpft« werden mußten durch invasive Injektionstechniken usw., sind jetzt fast die Regel und oft mit wenigen PK-Behandlungen erreicht.

PK ist wohl die »eleganteste« Methode, Konflikte aus der Vergangenheit aufzudecken, zu heilen und schließlich zu einer Quelle von Kraft, Gesundheit und Kreativität werden zu lassen. Sie ist kein Ersatz für klassische Psychotherapie, sondern eine Heilmethode, die auf eigenen Füßen steht. PK ist eine therapeutische Behandlungstechnik, die auf folgenden Grundannahmen beruht:

1. Jede körperliche Erkrankung hat ihren Ursprung ganz oder zum Teil im Unterbewußten, wo alle Kindheitserinnerungen gespeichert sind. Wenn diese Erinnerungen konfliktbeladen und krankheitsauslösend sind, sprechen wir von einem unerlösten seelischen Konflikt (USK).

2. Jeder Mensch hat viele dieser unerlösten Konflikte. Der Konfliktinhalt bestimmt später den Ort und die Art der Erkrankung, während die Schwere des Traumas und sein Zeitpunkt im Leben des Patienten die Schwere der Erkrankung bestimmen.

3. Zwischen dem Zeitpunkt des Traumas und dem Beginn der Erkrankung können Jahre oder Jahrzehnte vergehen.

4. Heilung wird erzielt, wenn

- sich der Patient an den Konfliktinhalt erinnert,
- der Konflikt neurophysiologisch vom Nervensystem entkoppelt wird,
- wenn die zur Zeit des Ursprungstraumas verinnerlichten einschränkenden Glaubenssätze ausgelöscht werden.

5. Der Konfliktinhalt ist in das Unterbewußte »verdrängt« worden. Er kann nur durch therapeutische Arbeit mit dem Unterbewußten in Erinnerung gebracht werden. Therapeutische Ansätze, die dies nicht berücksichtigen, haben daher wenig Erfolg.

6. Die von Louisa Williams und dem Autor entwickelte Art des Muskeltestens ist eine geeignete Methode, um »Feedback« vom Unterbewußten zu erhalten. Damit gehört die PK in den Bereich der Biofeedback-Psychotherapie.

7. Alle Erkankungen körperlicher und seelischer Art sind prinzipiell heilbar. Der Schlüssel dafür und die Verantwortung für den Heilvorgang liegen im Unterbewußten des Patienten. Um erfolgreich Kontakt aufzunehmen mit Inhalten aus dem Unterbewußten, ist es wichtig, zu verstehen, was das Unterbewußte ist und welchen Gesetzen es folgt.
…

Das Unterbewußte ist kein therapeutisches Konzept, sondern eine neurophysiologische Realität. Daher ist ein großer Teil dieses Buches seinem Verständnis gewidmet. Das Buch enthält viele Methoden und Tips, die immer als Ganzes gelernt und benutzt werden können, wobei jedes Element der vorgestellten Behandlungsschritte jedoch auch eigenständig verwendet werden kann.

Das Buch wendet sich an Mediziner, Psychologen, Zahnärzte, Heilpraktiker, Körpertherapeuten und Angehörige anderer Heilberufe.

…

Der Wert der Psycho-Kinesiologie und die Qualität des Therapeuten zeigen sich letztlich nur am Behandlungserfolg. Wenn Patienten die wichtigsten eigenen unerlösten Konflikte aus verschiedenen Vorleben, aus der Zeit im Mutterleib und aus der Kindheit psycho-kinesiologisch »erlösen«, kommt es zu raschen, dramatischen, andauernden und immer positiven Veränderungen in ihrem Leben: Verbesserte Zweierbeziehungen, eine solide Beziehung und Vertrauen zu Gott, eine verstärkte Erlebnis- und Gefühlsfähigkeit, ein verbessertes Selbstwertgefühl, mehr Freude und Dankbarkeit, größere Gesundheit, sogar ein verbessertes Einkommen, mehr Kreativität und ein inneres Glücksgefühl können im einzelnen die Folgen sein. Jeder mit dieser Methode bearbeitete Lebensbereich wird »heller« und »durchsichtiger«, bewußter, verstehbarer und akzeptierbarer für den Behandelten. Die Befreiung von unerlösten Konflikten ist der wichtigste und bedeutendste Schritt in Richtung innerer Freiheit.

Psycho-Kinesiologie ist eine menschliche, natürliche Methode, deren wichtigste Voraussetzung nicht ein langjähriges Studium ist, sondern das einfache Erkennen der in diesem Buch dargestellten einfachen Wahrheiten, dazu eine Portion Lebenserfahrung und kindliche spielerische Neugier.

Die Psycho-Kinesiologie oder Variationen von ihr werden inzwischen von zahlreichen Ärzten und Therapeuten erfolgreich angewendet.

Die Anregung des Autors, über Veränderungen im autonomen Nervensystem Rückmeldung (Feedback) zu bekommen über das, was im Unterbewußtsein vorgeht, wurde in der modernen Psychotherapie aufgegriffen und hat inzwischen einen festen Platz in der wissenschaftlichen Psychologie unter dem Namen »Biofeedback-Psychotherapie«.

Die vom Autor vorgestellte Augenbewegungsmethode hat durch die ausgezeichneten Forschungsarbeiten der amerikanischen Psychologin Francine Shapiro in vereinfachter Form unter dem Namen »Eye Movement Desensitization and Reprocessing« (EMDR) einen festen Platz in der modernen amerikanischen Psychotherapie gewonnen und wird bereits an verschiedenen Universitäten gelehrt.

Die vom Autor entdeckte und seither in Zusammenarbeit mit der naturheilkundlichen Ärztin Louisa Williams weiterentwickelte Farbbrillenmethode wird in diesem Buch erstmals vollständig beschrieben. Es findet sich hier auch zum ersten Mal eine Beschreibung und Diskussion der neurophysiologischen Phänomene, die die Wirkung von farbigem Licht auf unsere Emotionen wissenschaftlich erklären. …

Das Kernstück dieser Methode, die Arbeit mit einschränkenden und freimachenden Glaubenssätzen, hat zwar Anregungen aus der psychologischen und parapsychologischen Literatur übernommen, gliedert diesen wichtigen Behandlungsschritt aber erstmals in aller Klarheit und Einfachheit in ein sinnvolles ganzheitliches Therapiekonzept ein.

Diese hier nur kurz beschriebenen vier aufregenden Neuentwicklungen innerhalb der Neurophysiologie und Psychologie bilden die Grundbausteine der Psycho-Kinesiologie.

Ganzheitliche Heilung durch ein umfassendes Heilsystem

Das vertikale Heilsystem: Die Fünfkörperlehre des Tantra-Yoga

Es gibt heute so unübersehbar viele Heilmethoden, daß die meisten Patienten, aber auch Ärzte, verwirrt sind und nicht die verschiedenen Wechselbeziehungen zwischen den einzelnen Heilmethoden und deren Zuordnung verstehen: Welche Erkrankung erfordert welche Heilmethode? Welche Behandlungsmethode ist wofür am besten geeignet? Eine geordnete Übersicht, die ich in den letzten Jahren entwickelt habe, kann hier sehr hilfreich sein. Diese Übersicht nenne ich die »Heilpyramide« oder »das vertikale Heilmodell«. Die darin enthaltenen Ideen sind angelehnt an die »Fünfkörperlehre« aus dem weit über 5000 Jahre alten indischen Tantra-Yoga, die ich während eines 2-jährigen Indienaufenthalts kennenlernte.

1. Die unterste Ebene beschreibt den physischen Körper, der identisch ist mit dem, was wir sehen und fühlen können. Der physische Körper hört an den Grenzen unserer Haut auf. Er besteht aus den in der Anatomie bekannten Strukturen wie Knochen, Muskeln usw. Wenn diese Strukturen durch Krankheit oder Trauma beeinflußt sind, besteht die übliche Form des Eingreifens auf dieser Ebene in einer »chirurgischen Operation«, Krankengymnastik, dem Verabreichen von Medikamenten (»biochemische Intervention«), Heilkräutern, Spurenelementen, Vitaminen oder auch einer chiropraktischen Behandlung.

2. Die nächsthöhere Ebene ist der elektrische Körper. Hierunter verstehe ich alle elektrischen Aktivitäten im Nervensystem und der Membranen jeder Zelle, die ihrerseits ständig wechselnde magnetische Felder erzeugen. Aus der Physik wissen wir, daß jedes Elektron, das sich in einer festen Richtung bewegt, ein Magnetfeld erzeugt, das im Winkel von 90 Grad abstrahlt. Die Nervenströme in unserem Körper verlaufen hauptsächlich in der Längsachse. Das Magnetfeld, das dadurch erzeugt wird, geht daher vom Körper aus senkrecht von der »Körperwand« in das Umfeld des Patienten. Da die Ereignisse im Nervensystem sich ständig ändern, wechselt auch die Stärke und Form dieses Magnetfeldes dauernd. Ist ein Organ erkrankt, so sind auch die autonomen Nerven innerhalb dieses Organs krank und erzeugen nicht das gesunde kräftige Magnetfeld, das sonst typischerweise dieses Organ umgibt. Daher hat das Magnetfeld eines Patienten über dem erkrankten Organ einen Defekt, der durch bestimmte Instrumente und besonders feinfühlige Menschen sichtbar und spürbar gemacht werden kann, der aber auch durch die Kinesiologie leicht erkennbar ist.

Diagnostische Methoden, die hierher gehören, sind das Elektrokardiogramm(EKG) zur Messung der Herzströme, das EEG zur Messung der Gehirnströme, die Kirlian-Fotografie, die das Magnetfeld direkt sichtbar macht, die Pulsmessung in der chinesischen Medizin (einschl. des R.A.C. = Reflex-Auriculaire-Cardiaque). Als vielleicht umfassendstes diagnostisches Verfahren haben hier die verschiedenen Methoden der Kinesiologie ihren Platz (Regulations-Diagnostik, Angewandte Kinesiologie, Klinische Kinesiologie) und andere.

Um noch einmal auf die Physik zurückzukommen: Das Magnetfeld, das von einem sich bewegenden Elektron erzeugt wird, ist am stärksten in dessen unmittelbarer Nähe und läßt in weiterer Entfernung nach. Theoretisch jedoch ist klar, daß das Magnetfeld kein

Ende hat, sondern sich unendlich weit fortpflanzt. Das ist auch beim Menschen und bei jedem anderen Lebewesen so. Ob dieses Magnetfeld identisch ist mit dem, was im Allgemeinen als Aura bezeichnet wird, möchte ich an dieser Stelle nicht diskutieren. Der elektrische Körper ist also schon unendlich groß und geht damit weit über die Grenzen des physischen Körpers hinaus. Haifische haben biologische Magnetfeldrezeptoren in ihrer Nase, mit denen sie ihre Opfer über weite Entfernungen spüren können – ohne sie zu sehen oder zu riechen. Wir besitzen diese Rezeptoren ebenfalls, wie jeder japanische Aikido-Meister weiß (und bei der Selbstverteidigung anwendet) und wie jedem Heiler bekannt ist. Nur sind sie beim Menschen noch nicht wissenschaftlich entdeckt und bestätigt. Der elektrische Körper wird manchmal auch als Astralkörper bezeichnet.

3. Der nächste »Körper«, freier und höher angeordnet als der vorausgehende, ist der mentale Körper. Hier ist der Ort, wo die tiefste Schicht unserer Gedanken angeordnet ist. Die einschränkenden oder freimachenden komplexen Glaubenssysteme und inneren Haltungen sind hier lokalisiert, und hier entstehen auch unsere Gedanken und Gefühle. Dies ist die Ebene der psychischen Probleme, aber auch der psychischen Gesundheit. Die Meßmethode, die derzeit typischerweise verwendet wird, ist der psychologische Fragebogentest, das homöopathische Repertorisieren und das therapeutische Gespräch. Es ist ganz wichtig zu wissen, daß sowohl die Psychologie als auch die Homöopathie hier als Wissenschaft ihren Haupteffekt erzielen. So ist es klar, daß eigentlich jeder Psychotherapeut die Homöopathie beherrschen und umgekehrt jeder Homöopath etwas von Psychotherapie verstehen sollte. Dieser Körper hat theoretisch die Größe Unendlich hoch 2. Auf dieser Ebene wirken auch die Bach-Blüten, Edelsteintinkturen und die Arbeit mit Kristallen und Edelsteinen.

4. Die nächsthöhere Ebene nennen die Inder »Turiya«, was schlicht und einfach die »vierte Ebene« bedeutet. Dies ist die Ebene der Symbole. Auf tiefster Ebene arbeitet unser Gehirn mit Symbolen, aus denen Bilder entstehen, die dann wieder durch den Filter der Glaubenssysteme in Gefühle und Gedanken übersetzt werden. Diese führen zu Auswahlentscheidungen, die wir treffen und durch die wir unser Leben gestalten. Die Symbole, von denen ich spreche, sind einfache Bilder, einfache Zahlen, einfache Worte.

Als Beispiel für diese Ebene möchte ich einen Versuch beschreiben:

Während eine Testperson in einem Schlaflabor in Hamburg schläft, werden deren Augenbewegungen registriert. Es ist bekannt, daß Träume immer von schnellen Augenbewegungen begleitet werden (REM-Phasen = rapid eye movements). Wenn sich die Augen während einer bestimmten Schlafphase schnell bewegen, weiß man also, daß der Patient gerade träumt.

Zur gleichen Zeit wie die Person in Hamburg geht eine weitere Testperson im Schlaflabor in Freiburg zu Bett. Sie konzentriert sich beim Einschlafen sowohl auf ein Foto des Schläfers in Hamburg als auch auf ein Symbol, z.B. einen roten Kreis. Die Person in Hamburg wird jedesmal nach Beendung der Schlafphase, die von raschen Augenbewegungen begleitet ist, aufgeweckt und nach dem Inhalt ihres Traumes befragt.

In einer statistisch signifikanten Anzahl kreisten die Träume der Testperson in Hamburg um dasselbe Symbol, auf das sich die Person in Freiburg konzentrierte, z.B. also um einen roten Kreis. In einem Fall träumte der Hamburger von einem Sonnenunter-

gang, bei dem die Sonne wie ein roter Kreis aussah, in einem anderen Fall träumte er von einem roten Planeten usw.

Man konnte in diesen Traumversuchen nachweisen, daß die Art der Gedankenübertragung mit Symbolen keine Zeit in Anspruch nimmt und auch die Entfernung keinerlei Rolle spielt. Die Symbole werden simultan auf das andere Gehirn übertragen – schneller als mit Lichtgeschwindigkeit. Es scheint sich also hierbei um ein sogenanntes Resonanzphänomen zu handeln und nicht um eine elektromagnetische Welle, die sich bestenfalls mit Lichtgeschwindigkeit ausbreitet und daher eine gewisse Zeit benötigt.

Die einzigen mir bekannten Instrumente, die diese Ebene diagnostisch erfassen können, sind das Pendel, die Wünschelrute, die Intuition, Radioniks-Maschinen und die psycho-kinesiologische Arbeit mit Mudras und Symbolen. (Mudras sind oft recht komplizierte Finger- und Handstellungen und gleichzeitig Symbole, die das Unterbewußte versteht.) Therapeutisch kann auf dieser Ebene nur gearbeitet werden, wenn sowohl der Heiler als auch der Patient in Trance sind. Dies ist typisch für den Schamanismus, aber auch für bestimmte Formen der Psychotherapie wie z.B. Milton Ericksons Hypnotherapie, bei der der Heiler wissentlich in einen leichten Trancezustand geht und von dort aus den Patienten behandelt. Dies ist auch die Ebene der Ekstase und jener Zustände, die von den meisten Leuten fälschlich als meditativ bezeichnet werden. Es ist zugleich die Ebene des Schamanen und des Gurus. Zudem ist es die letzte und höchste Ebene, auf der noch eine Interaktion zwischen Heiler und Patient stattfinden kann. Bert Hellingers Arbeit mit Familiensystemen gehört auf diese Ebene. Die theoretische Größe des vierten Körpers ist Unendlich hoch 3. Ich nenne den vierten Körper »Traumkörper«.

5. Die nächste und höchste Ebene ist die der Selbstheilung und der wahren Meditation, wie beschrieben von Jiddu Krishnamurti. Wahre Meditation, echtes Gebet, Kommunikation und Kommunion mit Gott finden hier statt. Die Größe des fünften Körpers ist, theoretisch ausgedrückt, unendlich hoch 4. Ich nenne diesen Körper »Seelenkörper«.

Der eleganteste Heilvorgang ist die Anwendung einer Methode, die auf derselben Ebene liegt, auf der die Krankheit entstanden ist. »Eleganz« bedeutet für mich, den kürzesten Weg von A (Kranksein) nach B (Gesundsein) mit dem geringsten Energieverbrauch zu wählen. Unfälle finden oft auf der ersten Ebene statt (d.h., sie entfalten ihre Wirkung im physischen Körper) und werden daher angemessenerweise auch auf dieser Ebene behandelt. Chronische Erkrankungen können auf allen Ebenen entstehen, haben ihren Ursprung aber oft auf der zweiten Ebene. Beispielsweise kann eine Blinddarmnarbe ein elektrisches Störfeld schaffen, das das Nervensystem des Patienten, also seinen elektrischen Körper, durcheinanderbringt und zu chronischen schweren Krankheiten führen kann wie rheumatoider Arthritis, chronischer Müdigkeit, Prostataleiden, Unterleibsbeschwerden usw. Die angemessenste Behandlungsmethode wäre hier die Neuraltherapie (das Anspritzen der Narbe mit einem Lokalanästhetikum), die auf der zweiten Ebene arbeitet.

Die meisten Erkrankungen entstehen jedoch auf der dritten Ebene durch Glaubenssätze, die aus der frühen Kindheit herrühren oder sogar aus der Zeit davor, und auf der vierten Ebene durch die Wirkung von unerlösten Verstrickungen zwischen lebenden und verstorbenen Familienmitgliedern.

…

Dieses Buch dient dem Verständnis der Erkrankungen, die auf der dritten Ebene behandelt werden sollten. PK gehört als Behandlungsmethode auf diese Ebene und ist hier die direkteste, eleganteste und bewußteste Heilmethode.

Das Heilprinzip der Yoga-Lehre lautet: Wenn ein Patient therapeutisch auf einer dieser fünf Ebenen behandelt wird, hat jeder therapeutische Durchbruch einen raschen und starken Effekt auf die darunter liegenden, aber nur einen schwachen und/oder langsamen Effekt auf die höher liegenden Ebenen. Suchtkrankheiten entstehen oft auf der fünften Ebene und haben Auswirkungen auf alle vier anderen Ebenen. Die Anorexie (Magersucht) und der Alkoholismus entstehen häufig zu einem Zeitpunkt, wo der Patient durch traumatische Umstände eine erhebliche Störung seines Verhältnisses zu Gott erfährt und sein Vertrauen zu Gott nicht wiederfindet. Der Alkoholismus, aber auch das gestörte Verhältnis zum Essen und zum eigenen Körper, spiegeln einen gestörten Versuch wider, zu Gott zurückzufinden.

Ein Beispiel für eine Krankheitsentstehung auf der zweiten Ebene

Schädliche elektromagnetische Strahlen (= zweite Ebene) durchdringen den Schlafplatz eines an Krebs Erkrankten. Die Krebsbehandlung dieses Patienten muß darin bestehen, dessen Schlafplatz zu verändern (»Standortwechsel«). Chemotherapie und chirurgische Entfernung des Tumors (= erste Ebene) können hier allein nicht wirken, da die Ebene der Krankheit und die Ebene der Therapie nicht zusammenpassen.

Um das genannte Beispiel weiter auszuführen, möchte ich es theoretisch weiter erläutern: Behandelte man den Patienten mit dem Karzinom, ausgelöst durch die gestörte Schlafstelle, auf der dritten Ebene (mit Homöopathie oder Psychotherapie), und erreichte man damit einen entscheidenden therapeutischen Durchbruch, so führte dies entweder dazu, daß der Patient gegen die Erdstrahlung unsensibel würde und daher wieder gesundete oder aber dazu, daß er bewußter würde und mehr Kontakt mit seinem Körper aufnähme. Dadurch würde er intuitiv ohne Anweisung des Arztes seinen Schlafplatz verlegen, einfach weil er sich »danach fühlt«. Das erklärt, wie in diesem Fall die Arbeit auf einer der höheren Ebenen eine durchschlagende Wirkung auf die darunter liegenden Ebenen haben kann.

Wenn der Therapeut die hier beschriebenen fünf Ebenen unseres Wesens versteht, wird er relativ schnell die Intuition entwickeln, die nötig ist, um festzustellen, welcher Patient und welches Krankheitsbild welche therapeutischen Maßnahmen erfordert. Es gibt verschiedene kinesiologische Methoden, um diese Fragen zu klären.

…

Die PK arbeitet auf der dritten Ebene und erlaubt meiner Erfahrung nach den Zugang zu etwa 90 Prozent aller Erkrankungen, denn sie übt ja eine heilende Wirkung auf den dritten, zweiten und ersten »Körper« aus. Somit wird klar, warum die Schulmedizin oft keine Erfolge erzielt: Die Erkrankung wird auf der ersten Ebene behandelt, hat aber dort nicht begonnen, sondern auf einer der höheren vier Ebenen. Der Hauptgrund, warum die Schulmedizin überhaupt so oft wirkt, liegt im Placeboeffekt, der ausgelöst wird durch die ungeheuer eindrucksvolle medizinische Maschinerie. »Rituale« wie Blutdruckmessen, »Symbole« wie farbige Pillen, weiße Kittel und die ehrliche und liebevolle Bemühung des Arztes tun ihre Wirkung. (Der Placeboeffekt gehört auf die dritte

Ebene und wird später ausführlich diskutiert. Leider wird er von den meisten Ärzten nicht gezielt eingesetzt, was seine Wirkung erheblich vermindert.)

Das horizontale Heilsystem

In den Jahren 1984/85 führten wir eine Studie am »Santa Fe Pain Center« in den USA an 60 chronischen Schmerzpatienten durch, die allesamt durch ihre medizinische Behandlung völlig gesund geworden waren. Wir überprüften die Krankheitsgeschichten dieser Patienten und versuchten herauszufinden, welche Heilmethoden bei wem zu welchem Zeitpunkt den größten therapeutischen Effekt hatten. Durch eine Faktorenanalyse fanden wir vier Hauptgruppen von therapeutischen Maßnahmen, die verantwortlich waren für den deutlich positiven Verlauf. Daraus konnten wir ableiten, daß chronische Schmerzkrankheiten und wirklich alle chronischen Erkrankungen vier deutlich voneinander abgrenzbare Komponenten haben.

Vier-Komponenten-Theorie der chronischen Krankheiten

1. Die erste ist die strukturelle Komponente. Hier sind Maßnahmen wie Chirotherapie, chirurgische Eingriffe, Krankengymnastik usw. wirksam.

2. In der zweiten elektromagnetischen Komponente fanden wir Maßnahmen, die entweder elektrisch, magnetisch oder elektromagnetisch wirkten: Akupunktur, Kinesiologie, Neuraltherapie, Kranio-Sakral-Therapie, Handauflegen, Massage, Magnetfeldtherapie, u.a.

3. Die dritte Komponente ist die biochemisch-immunologische. Medikamente, Kräuter, Pflanzenwirkstoffe, Diätmaßnahmen, Homöopathie, Bienengift-Injektionen[20], schulmedizinische Medikamente, Impfungen sowie andere Maßnahmen helfen hier.

4. In der vierten psychisch-emotionellen Komponente sind Maßnahmen wirkungsvoll, die im weitesten Sinne mit Psychotherapie zu tun haben: Lebensveränderungen (wie »sich verlieben«, Umzug, Berufswechsel, Ehescheidung etc.), gute Psychotherapie, spirituelle Erlebnisse, Psycho-Kinesiologie, Meditation, Liebe u.a.

Diese vier Komponenten bilden das horizontale Heilsystem. Das Kinesiologische Meßverfahren, der Muskeltest, ist abhängig von einer Änderung der elektrischen Impulse im Nervensystem (die wiederum für die Veränderung der Muskelstärke verantwortlich sind) und damit primär ein Test für ebendiese elektromagnetische Komponente von Gesundheit oder Krankheit.[23] Schlüsse, die kinesiologisch über eine der anderen drei Komponenten gezogen werden, sind immer indirekt und müssen daher mit gewisser Vorsicht interpretiert werden. Das Kernstück unserer PK-Behandlung – das Auflegen der Hand auf die Stirngegend direkt über dem präfrontalen Cortex – führt zu meßbaren neurologischen Veränderungen im Gehirn und zwar über den Mechanismus elektromagnetischer Wechselwirkungen zwischen Handfläche und Gehirn – eine diagnostische Aktion, die wieder zunächst Fehlfunktionen in der elektromagnetischen Komponente erfaßt. Unser an späterer Stelle beschriebener »energetischer Einstieg« beruht auf elektromagnetischen oder biophysikalischen Phänomenen und erlaubt uns einen der gezieltesten Zugänge zu psychischen Problemen mit oft phantastischen Therapieerfolgen.

…

Wir konnten folgendes nachweisen: Wenn aus jeder der vier Komponenten jeweils eine Behandlung gleichzeitig angewendet wird, kommt es oft zu sehr viel rascherer Heilung, als wenn die Methoden, wie meist üblich, nach dem Zufallsprinzip zu verschiedenen Zeitpunkten angewendet werden. Von daher ist es am »treffsichersten«, wenn alle Ebenen simultan angegangen werden. Den Nachweis dafür konnten wir klar mit unserer Studie erbringen: Patienten, die jahrelang schwerste Rückenschmerzen hatten und auf verschiedenste Methoden nicht ansprachen, wurden innerhalb von drei Monaten gesund, wenn die Methoden gleichzeitig angewendet wurden.

Dabei verwendeten wir die manuelle Therapie (strukturell), die Neuraltherapie (elektromagnetisch), Bienengift-Injektionen (biochemisch) und die Psychotherapie (emotionell). Später fanden wir jedoch eine Ausnahme zu dieser Regel: Wenn der Patient zuerst psycho-kinesiologisch »saniert« wird, werden später sehr viel weniger und auch weniger invasive Maßnahmen auf den verbleibenden drei Gebieten notwendig. Ein Beispiel: Während wir früher zur Behandlung eines Rheumapatienten neben der Zahnsanierung monatelang z.B. Chiropraktik, Bienengift-Injektionen, tiefe epidurale Injektionen und die psychoanalytisch orientierte Psychotherapie anwendeten, behandeln wir jetzt zunächst mit Psycho-Kinesiologie. Danach genügen oft eine einmalige (vorher oft wirkungslose) Gabe eines homöopathischen Mittels und ein bis zwei Behandlungen der neuraltherapeutischen Störfelder mit dem von uns entwickelten NT-Laser.

Dadurch ist die Behandlung des Patienten weniger traumatisch, weniger kostspielig, liebevoller und weniger streßreich (für Behandler und Patient) – mit einem Wort: eleganter – geworden.

Sowohl das vertikale als auch das horizontale Heilsystem sind gedankliche Modelle, die beide gewisse Gemeinsamkeiten, aber auch Widersprüche zeigen. Beide Modelle haben sich als enorm hilfreich gezeigt bei der täglichen therapeutischen Arbeit. Das vertikale Modell hilft dem Heiler, seinen eigenen Standort und die Wertigkeit einzelner Heilmethoden zu bestimmen. Das horizontale Heilmodell hilft unseren Patienten zu verstehen, warum oft mehrere Heilmethoden nötig sind, um den Weg zurück in die Gesundheit zu finden.

Der Standort der Psycho-Kinesiologie in den verschiedenen Systemen

…

Wir konnten mittels der neuen Methode »EEG-Brain-Mapping« nachweisen, daß Arzt und Patient nach wenigen Minuten kinesiologischer Arbeit in einen Zustand von Synchronizität gelangen; das bedeutet, bei Arzt und Patient laufen dieselben elektrischen Aktivitäten im Gehirn ab.

In jeder erfolgreichen Therapie, die mit dem Ursprungstrauma arbeitet, muß der Patient »zurückgeführt« werden durch folgende Stadien: von den gegenwärtigen Lebensumständen (1. Ebene – physischer Körper/physische Realität), die durch seine getroffenen Entscheidungen entstanden sind, zurück und »hinauf« zu den dahinter liegenden Gedanken und Gefühlen (2. Ebene), die wiederum die Tür sind zu den dahinter und »darüber« liegenden Glaubenssätzen und Glaubenssystemen (3. Ebene), welche

meist in der Kindheit, oft aber auch schon im Mutterleib oder sogar in einem Vorleben entstanden sind.

Die Psycho-Kinesiologie ist in ihren Untersuchungsschritten so angelegt, daß sie Schritt für Schritt diesen Weg in die Tiefe der Psyche zurücklegt. Wenn der einschränkende Glaubenssatz entlarvt ist, wird er durch einen freimachenden, angemessenen Glaubenssatz ersetzt. Als Resultat ändern sich bestimmte Gedanken, Haltungen und komplexe Glaubenssysteme (dritte Ebene) sowie Gefühle (zweite Ebene), die im Patienten aktiv sind. Von hier aus trifft der Patient jetzt andere Entscheidungen, andere Wahlen, und seine Realität verändert sich zum besseren und gesünderen (erste Ebene). Die im horizontalen System dargestellte Waage wird auf der linken Seite leichter, der Patient wird gesund. Die Psycho-Kinesiologie ist primär eine Behandlungsmethode, die ihren Haupteffekt auf der dritten Ebene entfaltet (und damit auch auf die darunterliegenden zwei Ebenen wirkt). Durch den leichten Trancezustand von Patient und Behandler beinhaltet die PK jedoch auch Elemente der vierten Ebene. Somit liegt sie genau im Grenzbereich zwischen dritter und vierter Ebene. Durch die bewußte Vertiefung des Trancezustandes, durch das Verstärken des inneren Bilderlebens mit Hilfe von geführten »Imaginationen« und durch die Arbeit mit Symbolen, kann der erfahrene Therapeut mit PK auch auf der vierten Ebene arbeiten. Ich nenne diese Methode »Schamanistische Psycho-Kinesiologie«. Sie sollte nur von Therapeuten angewendet werden, die ein hohes Maß an Lebens- und Selbsterfahrung, eine gesunde starke Beziehung zu Gott haben und die sich selbst einer Langzeitbehandlung mit PK unterzogen haben.

Dietrich Klinghardt
Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie
333 Seiten, viele z.T. farbige Abb.
1. Aufl. 1999, 14. Aufl. 2016 INK Verlag Glottertal bei Freiburg

Inhalt

Vorwort von Dr. med. Frank Liebke 11

Einführung 13

Danksagung 19

Teil I
Grundlagen der Psycho-Kinesiologie

1. Ganzheitliche Heilung durch ein umfassendes Heilsystem 23
1.1 Das vertikale Heilsystem: Die Fünfkörperlehre des Tantra-Yoga 23
1.2 Das horizontale Heilsystem 34
1.3 Der Standort der Psycho-Kinesiologie in den verschiedenen Systemen 38

2. Das Unterbewußte 40
2.1 Die Geschichte seiner Entdeckung 40
2.2 Der Dialog mit dem Unterbewußten 43
2.3 Der unerlöste seelische Konflikt 44
2.4 Der Zeitbombeneffekt 48

3. Neurophysiologische Hintergründe 53
3.1 Das autonome Nervensystem 53
3.2 Das limbische System 54
3.3 Das Entkoppeln von Konflikten 58
3.4 Die Polyvagale Theorie der Emotionen 62

4. Einschränkende Glaubenssätze 67
4.1 Wie einschränkende Glaubenssätze wirken 67
4.2 Befreiende Glaubenssätze 70

5. Besonderheiten in der Geschichte des Patienten 82
5.1 Geburtstrauma und Konflikte im Mutterleib 82
5.2 Der ererbte unerlöste seelische Konflikt oder »Familien-USK« 87
5.3 Der unerlöste seelische Konflikt aus dem Vorleben 96
5.4 Der unerlöste seelische Konflikt und Besetzung . . 101
5.5 Sexueller Mißbrauch 105
5.6 Krieg 106
5.7 Ritueller Mißbrauch 107

6. Die Kinesiologie 109
6.1 Geschichte der Kinesiologie 109
6.2 Die kinesiologischen Testmethoden 110
6.2.1 Das Testen im Stehen 110
6.2.2 Das Testen im Liegen (Gerader-Arm-Test) 112
6.2.3 Der Armlängentest im Liegen (»Armlängenreflex«) 116
6.2.4 Der Armlängenreflextest im Sitzen 119
6.2.5 Der Selbsttest 122
6.3 Der kinesiologische Dialog mit dem Unterbewußten 125
6.4 *Pacing* und *Leading* (Folgen und Führen) 127
6.5 Neurophysiologische Hintergründe für den Muskeltest 129

Teil II
Die psycho-kinesiologische Behandlung

7. Kinesiologie zur Diagnose unerlöster seelischer Konflikte 137
7.1 Das emotioneile Streßareal der Stirn (ESS) 142
7.2 Die Augenbewegungsmethode (ABM) 151
7.3 Die Farbbrillenmethode (FBM) 160

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesologie

8. Der Einstieg 176
8.1 Die kinesiologische Erfassung von körperlichen und seelischen Problemen 176
8.2 Der energetische Einstieg 180
8.3 Der somatische Einstieg 185
8.4 Der psychische Einstieg 194
8.4.1 Der Einstieg über Vorstellung und Gefühle 194
8.4.2 Glaubenssätze als Einstieg 203
8.4.3 Der Placeboeffekt 205
8.4.4 Psychotherapie und Emotionen als Einstieg 212

9. Der Dialog mit dem Unterbewußten 217
9.1 Einverständnis des Patienten 217
9.2 Abfragen des PK-Organatlas 218
9.3 Anwenden des PK-Gefühls-Mandalas 223
9.4 Zeitpunkt der Entstehung des Problems 231
9.5 Kommunikation mit dem Unterbewußten 235

10. Aufdecken und Entkoppeln des unerlösten seelischen Konflikts 239
10.1 Herausfinden des Konflikts 239
10.2 Entkopplung des Konflikts vom autonomen Nervensystem 241
10.2.1 Die Klopfakupressur-Methode 241
W.2.2 Die Augenbewegungsmethode 245
10.2.3 Die Farbbrillenmethode 249

11. Die Befreiung von einschränkenden Glaubenssätzen . . 252

12. Herausforderung: Test des Behandlungserfolges 258

13. Die PK-Allergie Desensibilisierungs Technik (PK-DT) . . . 261
13.1 Allergie-Diagnostik 262
13.2 Behandlung (PK-Desensibilisierungs Technik) . . . 263
13.3 Anwendung der PK-DT in verschiedenen Fachgebieten 264
13.4 Zusammenfassung 269

14. Nachwirkungen der Behandlung und Selbsthilfemethoden 271
14.1 Träume 271
14.2 Wiederkehrende Alp träume und Erinnerungen . . 272
14.3 Unbewältigte Erlebnisse 273
14.4 Amnesie 273
14.5 Phobien 274

15. Fragen zur psycho-kinesiologischen Behandlung 275

Schlußwort 281

Anhang

Aufzeichnung einer kompletten psycho-kinesiologischen Behandlung 285
Literaturverzeichnis 293
Ausbildungsgang in der Psycho-Kinesiologie 305
Das PK-Fachwörterbuch 307
Sach- und Personenregister 329

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie

Vorwort

Dr. Klinghardt ist ein außergewöhnlicher Arzt und Mensch, der mit frischer, neugieriger Offenheit dem menschlichen Phänomen von Krankheit und Gesundheit begegnet. Er ist geradezu ein Prototyp desjenigen Arztes, der mitten im Zeitalter des Paradigmawechsels in der Medizin die außerordentlich wichtige Aufgabe übernommen hat, der Theorie von der Ganzheit des Menschen im therapeutischen Alltag ein praktisches und menschliches Antlitz zu geben.

Das vorliegende Buch zeugt von seinem breiten, praktischen medizinisch-wissenschaftlichen Ansatz, in dem es ihm gelingt, die scheinbar unüberwindbare Kluft zwischen Analyse und Synthese, zwischen Rationalität und Transrationalität in der Medizin zu überbrücken.

Wissenschaft hat Dienstfunktion am Menschen - in unverwechselbarer und faszinierender Art setzt Dr. Klinghardt dieses Postulat um und kann viele Elemente seiner Lehre wissenschaftlich-experimentell untermauern. Wo andere durch dogmatische Enge auf Erkenntnisse verzichten müssen, zeigt Dr. Klinghardt auf, wie sich ärztliches Sein und Handeln pragmatisch und doch visionär auf einer breiten Basis von Erkenntnistheorien erleben läßt. Dr. Klinghardt ist frei von Berührungsängsten mit anderen Fakultäten und kein Lobbyist. Seine Psycho-Kinesiologie kündet über ihre eigentlichen Inhalte hinaus von einer neuen Medizin, die geisteswissenschaftlich-philosophische, naturwissenschaftliche und transrationale Erkenntnisse im Sinne wahrer holistischer Medizin vereinigt. Psycho-Kinesiologie ist geprüfte echte Lebenshilfe, die konkret mit unserem Leben und Alltag, der Zukunft und Vergangenheit zu tun hat. Sie eröffnet über den Weg persönlichen Wachstums und Entwicklung die Chance, das tägliche Leben gelingender zu gestalten. Psycho-Kinesiologie bietet also nicht nur dem erkrankten, sondern auch dem sich nach Entwicklung sehnenden Menschen eine echte Hilfe-

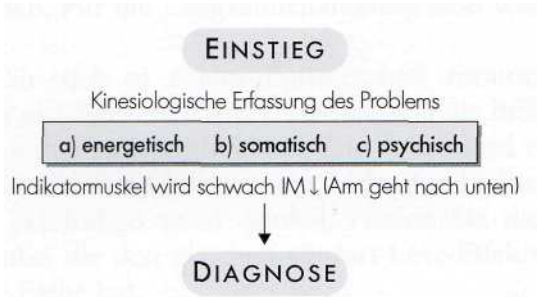
Stellung im Erkennen und Überwinden lebensfeindlicher Barrieren, die sich auch als negative Glaubenssätze in Form eines »eigenen Gesetzbuches« tief im Menschen verankert haben können.

Über den Geburtstermin dieses Buches wurde heftig spekuliert. Nun ist es unter lebhaften Wehen komplett und voll entwickelt »herausgekommen« und geht gewiß einer aufregenden Zukunft entgegen.

Ich danke Dr. Klinghardt für seine Vaterschaft.

Dr. med. Frank Liebke
Hamburg, April 1996

8. Der Einstieg



8.1 Die kinesiologische Erfassung von körperlichen und seelischen Problemen

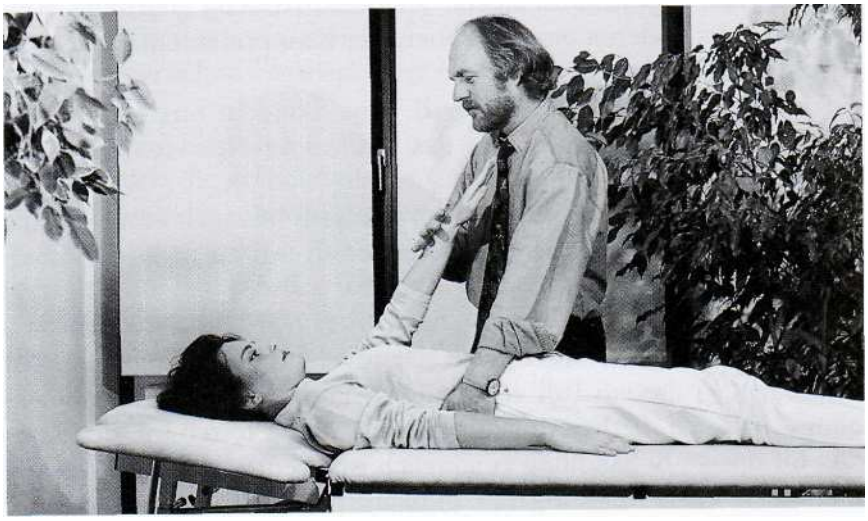
Um einen Patienten psycho-kinesiologisch zu behandeln, müssen vier Bedingungen erfüllt sein:

1. Der Patient muß ein körperliches oder seelisches Problem haben.
2. Der Therapeut findet einen starken Indikatormuskel (IM t) oder führt den Armlängenreflex-Test (AR) durch.
3. Das Problem wird kinesiologisch erfaßt, der Indikatormuskel (IM 4) wird schwach (oder der AR wird unsymmetrisch).[37]
   Im allgemeinen genügt es, wenn der Untersucher seine freie Hand auf die Körperstelle legt, an der das zu behandelnde Symptom auftritt. Wenn der vorher starke Testmuskel schwach wird, heißt dies, daß hier ein Problem besteht. Ob dessen Ursache psychisch, biochemisch, strukturell oder elektromagnetisch (im Nervensystem) ist, wird mit dem nächsten Schritt geklärt.
4. Der Indikatormuskel wird wieder stark, wenn *gleichzeitig* das emotioneile Streßareal der Stirn berührt wird. Dies bedeutet, daß diesem seelischen oder physischen Problem ein unerlöster see lischer Konflikt zugrunde liegt.

Für diesen Teil der Behandlung werden vier Hände bzw. Arme gebraucht:
Der Untersucher drückt mit einer Hand (= I.Hand) auf den Arm (Indikatormuskel) des Patienten (= 2. Hand).



Der Untersucher legt seine freie Hand auf den Ort des Symptoms (= 3. Hand), der Indikatormuskel wird schwach.



Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesologie

Der Patient legt seine freie Hand auf die Stirn (= 4. Hand).



Es spielt keine Rolle, ob die Hand des Untersuchers oder des Patienten auf die Stirn oder auf das Symptom gelegt wird.

Wenn der Arm nicht stark wird, heißt dies
entweder: Es liegt kein unerlöster seelischer Konflikt zugrunde, sondern eine der anderen beschriebenen vier Komponenten, nämlich:
strukturelle Probleme,
elektromagnetische Probleme (z.B. eine Blinddarmnarbe, die abnormale elektrische Signale in das autonome Nervensystem sendet),
ein biochemisches Problem (wie Vitamin-B-Mangel, eine Allergie auf Lebensmittelstoffe, eine Schwermetallvergiftung durch Amalgam-Füllungen usw.).

Oder der seelische Konflikt ist in der Psyche des Patienten sehr tief vergraben. In diesem Fall verwenden wir sowohl die Augenbewegungs- als auch die Farbbrillenmethode, um zu testen, ob der Konflikt für unsere Behandlung zugänglich ist. Wenn diese zwei Zusatzmethoden keine Stärkung des Indikatormuskels bringen, wir aber

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie

dennoch vermuten, daß die Erkrankung oder der Schmerzzustand auf einem unerlösten seelischen Konflikt beruht, bedeutet dies, daß der Patient im Augenblick nicht behandlungsfähig ist. Diese Situation tritt relativ häufig auf. Oft müssen dann erst andere Faktoren behandelt bzw. beseitigt werden, wie z.B. die Entfernung eines wurzelgefüllten Zahnes, die Behandlung der Schwermetallvergiftung durch Entfernung der Amalgam-Füllungen und die folgende Ausleitung der vor allem im Gehirn deponierten neurotoxischen Metalle. Erst danach werden diese Patienten therapiefähig.

Die vier ersten Behandlungsschritte oder Bedingungen begründen den *Einstieg* in den Dialog mit dem Unterbewußten des Patienten, welches nun über die autonome Regulation der Muskelspindeln mit dem Untersucher kommunizieren kann. Über den Muskeltest geben wir dem Unterbewußten eine »Stimme«.

Der dritte und vierte Schritt, die kinesiologische Erfassung des Problems mit anschließender Diagnose eines dem Problem zugrunde liegenden unerlösten seelischen Konflikts, stellt die neurologische Verbindung zwischen dem verborgenen Konflikt und dem gegenwärtigen Problem her. Dieser Schritt erfordert viel Feingefühl und Vorstellungskraft seitens des Behandlers. Das nächste Kapitel ist daher ausschließlich diesem Thema gewidmet. Ich nenne diesen Schritt »Einstieg«.

Es gibt drei grundsätzlich verschiedene Methoden, um Probleme kinesiologisch zu erfassen:
den energetischen Einstieg (über elektromagnetische Resonanzphänomene),
den Einstieg über den Körper und den Ort der Erkrankung; hierzu gehört auch der »biochemische Einstieg«, der in der Angewandten Kinesiologie oft angewendet wird (Aufträufeln eines Medikamentes auf die Zunge) und
den psychischen Einstieg (über das therapeutische Gespräch und das geistige Vorstellen von Problemen, Erkrankungen, Erinnerungen an Situationen, Einstimmen auf ein Gefühl usw.).

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesologie

14. Nachwirkungen **der Behandlung und Selbsthilfemethoden**

An dieser Stelle endet die therapeutische Behandlung. Meist fühlt sich der Patient danach gut, hat aber oft das Bedürfnis, allein zu sein, um den erinnerten Inhalt zu integrieren. Milton Erickson nannte diese Phase der Behandlung »Resynthese der Seele«.[67,68] Ein Spaziergang in der Natur, selbst bei Regen, ist hier sehr wertvoll. Der Patient wird gebeten, sechs Wochen lang Tagebuch zu führen und Gedanken, Erinnerungen und Träume aufzuschreiben. Für zwei Tage sollte er viel Trinkwasser zu sich nehmen und nur relativ wenig (leicht) essen. Eine psychotherapeutische Nacharbeit mit einem konventionellen Psychotherapeuten ist gelegentlich hilfreich.

Nach jeder psycho-kinesiologischen Behandlung kann es zu meist harmlosen Nachwirkungen kommen. In einer geschäftigen therapeutischen Praxis ist es aber nicht immer möglich, sofort darauf einzugehen. Daher folgen hier Empfehlungen, denen der Patient - mit oder ohne Hilfe eines Freundes oder Familienangehörigen - relativ einfach folgen kann. Diese Methoden sind auch als Selbsthilfemethoden geeignet.

14.1 Träume

In der Literatur zur Psychotherapie findet sich vieles über die Interpretation von Träumen. Meiner Erfahrung nach sind Träume meist so individuell, daß es wertlos ist, wenn ein Außenstehender versucht, sie zu interpretieren. Wir verwenden folgende Methode, die von dem Psychologen Steven Vazquez entwickelt wurde. Der Patient setzt die türkisfarbene Brille auf. Während er mit offenen Augen durch die Brille schaut, erzählt er dem Therapeuten (bzw. Freund oder Familienangehörigen) seinen Traum, den er hatte. Dann schließt er die Augen, atmet für eine Minute tief durch, setzt jetzt die

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesologie

hellgrüne Brille gleichzeitig auf (Farbe Gelbgrün) und erzählt den gleichen Traum wieder. Er wird dabei aufgefordert, seiner Erzählung freien Lauf zu lassen und Details zu beobachten, die ihm vorher nicht zugänglich waren. Wieder wird eine Minute Pause mit tiefem Durchatmen eingelegt. Jetzt setzt der Patient die orangefarbige Brille auf und erzählt den gleichen Traum wieder. Anschließend setzt er die rote Brille auf und erzählt den Traum nochmals. Meist erlebt der Patient, daß entweder bei der Farbe Orange oder bei Rot plötzlich Gefühle und Erinnerungen, aber auch Verbindungen zu seinem Leben wachgerufen werden, die vorher nicht offensichtlich waren, aber schlüssig den Inhalt des Traumes erklären und dem Patienten wichtige Hilfestellungen in seinem Leben geben. Nach der Farbe Rot wird zuletzt mit Indigoblau gearbeitet, das ja die Farbe der Integration ist. Der Patient erzählt jetzt nicht nur seinen Traum, sondern berichtet auch, wie er ihn selber interpretiert, was der Traum für sein Leben bedeutet usw. So kann der Patient ohne jede Einwirkung und Projektion des Therapeuten seinen eigenen Traum mit den wichtigsten Aspekten verstehen und selbst interpretieren.

14.2 Wiederkehrende Alpträume und Erinnerungen

Wenn der Patient wiederkehrende Alpträume oder Angstzustände hat, sollte er sich mit einer Vertrauensperson an einen sicheren Ort begeben (z.B. ins Schlafzimmer) und sich in diesen spezifischen Zustand versetzen, was ihm meist sehr leicht möglich ist. Auf dem Höhepunkt der Gefühlsintensität wird er aufgefordert, die offenen Augen seitlich hin- und herzubewegen, und zwar 33mal von 9 Uhr nach 3 Uhr und umgekehrt. Während des ersten Durchganges verstärkt sich meist das Gefühl. Dann wird er gebeten, die Augen zu schließen, eine Minute lang tief durchzuatmen und anschließend die 33 Augenbewegungen zu wiederholen. Meist findet beim zweiten oder dritten Durchgang eine Auslöschung der zugehörigen Gefühle statt, die oft bleibend ist. Besser ist es natürlich, die notwendige Augenbewegungsrichtung kinesiologisch zu testen und die so gefundene Richtung zu verwenden.

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesologie

14.3 **Unbewältigte Erlebnisse**

Wenn der Patient grausame oder schmerzhafte Erlebnisse durchgemacht hat, deren innere Bilder immer wieder hochkommen (z.B. die Augenblicke kurz vor einem Autounfall, die letzten Momente vor dem Tod eines geliebten Menschen, die Bilder während eines Raubüberfalles oder einer Vergewaltigung), wird die gleiche Methode angewandt. In Gegenwart eines Freundes oder Therapeuten wird sich an das schmerzhafte Ereignis erinnert, dann wird der Gefühlsinhalt unter Anwendung der lateralen Augenbewegungen entkoppelt. In der Augenbewegungsforschung konnte von G. Nicosia gezeigt werden, daß die rhythmischen Augenbewegungen zu EEG-Veränderungen führen, die einer »gesunden« Dissoziation entsprechen und nicht einem hypnotischen Zustand.[83] Deshalb ist aus neuropsychiatrischen Gründen diese Methode optimal, um Patienten bleibend von post-traumatischem Streß zu befreien.[162]

14.4 Amnesie

Eine Variation der Augenbewegungsmethode hilft, wenn der Patient Schwierigkeiten hat, sich an ein wichtiges Ereignis der Vergangenheit zu erinnern oder sogar unter einer vollständigen Amnesie für eine Zeitperiode in seinem Leben leidet. Dies kommt häufig vor bei Leuten, die schwere Autounfälle erlebt haben oder Opfer von Gewaltverbrechen geworden sind. Diese Patienten leiden oft unter chronischen schweren Schmerzzuständen, die auf keine Behandlung ansprechen. Sobald sie sich an die Zeitspanne erinnern, die ihnen verlorengegangen ist, heilen die Schmerzzustände ab.

Die Anwendung der Augenbewegungsmethode ist genauso, wie unter 10.2 beschrieben, nur daß in diesem Fall die Augen von oben nach unten (von 6 Uhr nach 12 Uhr und umgekehrt) bewegt werden. Das Hervorholen verschütteter Erinnerungen kann erleichtert werden, wenn der Patient die türkisfarbene Brille trägt und dabei die Augen offenhält.

Am besten ist es, wenn die richtige Augenbewegungsrichtung vor jeder Behandlung, auch der Selbstbehandlung, durch den Muskeltest

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesologie

oder den Armlängentest bestimmt wird. Der Selbst-Test ist hier sehr hilfreich.

14.5 Phobien

Der Patient stellt sich gedanklich das gefürchtete Objekt oder die gefürchtete Situation vor. Jeder Aspekt einer Situation muß separat behandelt werden. Die Selbstbehandlung wird dreimal durchgeführt: für das erste erinnerte Ereignis, das schwerste Erlebnis und das jüngste Ereignis.

Während das Bild innerlich angeschaut wird, werden die Augen seitlich bewegt (von 3 Uhr nach 9 Uhr und umgekehrt, etwa im Ein-Sekunden-Rhythmus), und zwar so lange, bis der Angst-Pegel in den Normalbereich gesunken ist. Manchmal muß die Behandlung wiederholt werden mit »richtigen« Bildern oder Fotos, die angeschaut werden, und anschließend mit der Situation bzw. dem Objekt selbst.

Die Agarophobie ist oft ein Hinweis auf einen USK, ausgelöst durch sexuellen Mißbrauch in der frühen Kindheit. In diesem Fall ist die Betreuung durch einen erfahrenen Therapeuten unbedingt erforderlich.

Narayana Verlag, 79400 Kandern, Tel.: 07626 974 970 –0
Leseprobe von Dr. med. Dietrich Klinghardt,
Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie

Dietrich Klinghardt

Lehrbuch der Psycho-Kinesiologie

338 Seiten, geb.
erscheint 2023

Jetzt kaufen



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de