

## Kineziologie – One brain

Kineziologie je jedna z nejznámějších metod alternativní medicíny, kterou uznávají psychologové, lékaři, učitelé i laici po celém světě. Postupně se začíná stále více rozšiřovat tato metoda i u nás. Kineziologie se týká studia svalů a pohybů těla (z řeckého kinesis - pohyb). Terapeut nejprve zjistí celkový stav těla podle toho, jak při vyšetření reagují svaly na jemný tlak rukou. Jednotlivé svaly reagují na negativní informace oslabením, nebo naopak napnutím svalu. Každý stres, či nemoc se projeví na našich svalech. To ostatně známe všichni a také proto když chceme někomu sdělit zlou zprávu, říkáme, sedni si, ať se ti nepodlomí kolena. Negativní emoce zablokují energetické proudění nejdříve v oblasti mozku a tím i v příslušné části těla, kterou tato oblast řídí. Narušení, zablokování energetických toků nastává při nemoci nebo stresu, ale i třeba díky traumatům z dětství uloženým v podvědomí. A tak se vytváří nejrůznější psychické či fyzické problémy, které se mohou stát chronickými. Stresové situace mohou podle této teorie zablokovat a odpojit až 75 % mozku. Mozek je jako počítač a zaznamenává všechny naše zkušenosti od početí po současnost, včetně stresujících či nepříjemných zážitků. Pomocí testování svalů může terapeut tyto energetické blokády vyhledat a pomocí jemných technik - jako např. jednoduchými pohyby, doteky či masážemi přerušit energetický tok obnovit. Tato změna se následně projeví zlepšením svalové reakce. Kineziologie tedy využívá vlastních ozdravných sil, které má každý a po odblokování se organismus začne automaticky vracet do rovnovážného stavu. Je to tedy metoda naprosto objektivní, kterou se může naučit každý a nemá nic společného s léčitelstvím. Například v Americe ji od 60. let hradí pojišťovna. Je hrazena také zdravotní pojišťovnou v Nizozemsku a od roku 1998 i v Maďarsku. Tato terapie se poněkud zjednodušeně definuje jako způsob komunikace terapeuta s podvědomím pacienta, směřující k odstranění tzv. psychických bloků. Je postavena na poznatcích tradiční asijské medicíny, která vždy respektovala jednotu těla a ducha. Zároveň slučuje tyto poznatky s psychoterapií a západní medicínou. Sama lékařská věda říká, že až 95% onemocnění je psychosomatického původu. Naše tělesné zdraví je tedy závislé na našich duševních procesech. I bolení zad, hlavy, či v kříži může mít psychosomatický základ, podobně jako jej má vředová choroba žaludku, srdeční infarkt, sexuální poruchy, vady řeči, potíže s učením, čtením, psaním, počítáním a další. U těchto potíží a nemocí nám může odborná aplikace kineziologie pomoci. Tato metoda pomáhá k rozvoji harmonického života, k nastolení samoléčebného procesu organismu. Dále pomůže zbavit se různých strachů (z učení, z bolesti, před operací apod.), zlovyků, fobií, deprese či stresu. Může zmírnit či odstranit další duševní či fyzické potíže jako např. alergie, pomočování, závislosti, poruchy spánku. Výrazných výsledků dosahuje využití kineziologie při práci s dyslektiky a dysgrafiky, ale též s dětmi hyperaktivními, které zklidní, nebo naopak zakřiknutými, z nichž pro změnu dokáže udělat sebevědomé jedince. Podmínkou úspěšné léčby je nezbytná spolupráce pacienta. Terapeut pouze zahájí léčebný proces odstraněním bloků a pak už záleží na pacientovi, jak se bude ve svém životě chovat a pečovat o své zdraví.

Zdroj: <http://www.celostnimedicina.cz/kineziologie.htm>

V případě zájmu o terapii kontaktujte Mgr. Lenka Vašíčkovou. Lístičky k podpisu rodičů žáci dostanou tamtéž a domluví se na konkrétní termín.