

ALLERGIEN

aus kinesiologischer Sicht

Hier soll nicht die Rede sein von Allergien im schulmedizinischen Sinne. Allergien sind gemäss kinesiologischem Verständnis häufig die zugrunde liegenden Ursachen für Uebergewicht, Essstörungen, Migräne, Verdauungsprobleme, Hautausschläge, Sucht-Autoimmun- und viele andere chronische Erkrankungen, von Polyarthrititis über Rheuma, Asthma bis zu Hyperaktivität, Konzentrationsstörungen emotionale und geistige Instabilität, chronische Müdigkeit, etc.

Gemäss kinesiologischen und anderen naturheilkundlichen Erkenntnissen, welche über weite Strecken der chinesischen Medizin folgen, sind Allergien immer multifaktoriell: Ein Teil der Allergie wird ausgelöst durch klimatische Faktoren (Föhn, Bise!), ein Teil durch ein schwaches Immunsystem, geschwächt durch mangelnde Koordination von Hirnbereichen und Nervenreflexen, ein Teil durch äussere Faktoren wie geopathischer Stress, Elektrosmog, Umweltschädigungen, ein Teil durch psychische und emotionale Faktoren, und ein grosser Teil durch Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Gewisse dieser Faktoren können relativ einfach identifiziert und anschliessend vermieden werden, bei anderen unvermeidbaren gilt es, das Energiesystem der Person zu stärken.

Nahrungsmittel

Die 45-jährige Anna T. ist es müde, dauernd starke Medikamente nehmen zu müssen. Seit 20 Jahren leidet sie an chronischer Polyarthrititis, hat dauernd Schmerzen, ist dadurch in ihrem Leben und ihrer Beweglichkeit massiv eingeschränkt.

Wie immer in solchen Fällen - den "Austherapierten" teste ich zunächst die Ernährung aus. Im Touch-for-Health Grundkurs lernt man das Austesten von Lebensmitteln mittels realer Esswaren welche die Testperson in den Mund nimmt. Darauf hin wird die körperliche Reaktion auf dieses Nahrungsmittel mit dem Muskeltest ausgetestet. Wenn der Testarm bei diesem Test runter geht (hypoton wird, "schwach" getestet) heisst dies, dass das entsprechende Nahrungsmittel vom Körper im Moment abgelehnt wird. (Eine Karenzzeit von 3 Monaten genügt häufig). Vor 35 Jahren, als Touch for Health sich verbreitete, war das Austesten realer Esswaren die Regel. Heute leben wir jedoch im Informationszeitalter, sodass nach meiner Erfahrung Listen von Nahrungsmitteln durchaus genügen, um zuverlässige Testresultate zu erhalten. Der Körper weiss ja aus Erfahrung was die Lebensmittel sind. Bei Anna gehen wir nun die Nahrungsmittelliste durch. Entweder sage ich die Namen der Lebensmittel laut, oder meine Klientin liest die Liste langsam und laut durch, und ich teste die körperlichen Reaktionen auf die einzelnen Esswaren mittels Muskeltest oder Pendel. So ergibt sich

innert einer halben Stunde eine zuverlässige Liste von Esswaren, welche künftig für gewisse Zeit gemieden werden sollen. Bei Anna sind es einige der Spitzenreiter der allergieauslösenden Lebensmittel:

- Schweinefleisch (auch Wurstwaren und industrielle Fleischprodukte, nicht jedoch Bio-Fleisch)
- Milch (häufig nur Milch, nicht Milchprodukte)
- Weizen (also auch Bio-Produkte)
- Zucker, Süßigkeiten (Ausnahme Schokolade und Honig)
- Karotten
- Peperoni
- Sellerie
- Schalentiere (Crevetten, Lobster, etc.)
- Erdbeeren
- Trockenfrüchte

Anna lässt von jetzt an die gestrichenen Lebensmittel weg - und siehe da, die Schmerzen verschwinden, Anna muss keine Medikamente mehr nehmen und ihre Lebensqualität verbessert sich enorm. Anna merkt jetzt selber ganz genau, wieviel es wovon "leiden mag" und kann ihre Ernährung selber steuern, auch ohne Muskeltest und Kinesiologie.

Dieselben oder ähnliche Resultate können mit Geräten wie Bio-Resonanz, Reba, Elektro-akupunktur nach Voll, Rubimed der Drs. Banis, ausgetestet werden. Die Resultate von Geräten sind für viele Leute objektiver und zuverlässiger. Der Muskeltest testet jedoch auf ein bestimmtes Ziel hin und auch feinstoffliches, welches nicht immer mit Geräten erfasst wird.

Emotionale Gründe

Wer kennt dies nicht: ein psychischer oder emotionaler Stress, ein aufwühlendes Ereignis, eine Auseinandersetzung in Familie oder am Arbeitsplatz führen sofort zum "Ausschlag", zum Magenweh, zum Herzrasen etc. Der emotionale Stress ist nicht der alleinige Auslöser sondern lediglich der Tropfen, welcher das Fass zum überlaufen bringt. Emotionalem Stress kann kinesiologisch sehr wirkungsvoll mit Stimulation (Klopfen oder Halten) von bestimmten Akupunkten (meist Anfangs- oder Endpunkte von Meridianen) begegnet werden.

Umweltfaktoren

Gewisse dieser Faktoren können wir vermeiden, andere nicht. Schnurlose Telefone zu Hause, welche die schlimmsten Störungen und Allergien hervorrufen können, können ohne weiteres durch gewöhnliche Telefonapparate ersetzt werden. Schädliche elektromagnetische Wellen für das Energiesystem des Menschen werden von Mikrowellenapparaten, von Lautsprecherboxen, von Fernsehern, elektrischen Uhren, fluoreszierenden Lampen emittiert. Diese Apparate können durch weniger stark strahlende ersetzt oder im Wohnumfeld vom Schlafplatz entfernt werden (Achtung: die Strahlen dringen auch durch Mauern, können also auch in das ans Wohnzimmer angrenzenden

Schlafzimmer strahlen!) Parfums, Shampoos, Kosmetika können vermieden werden, auf Insekten- und Unkrautvertilger kann man verzichten, ebenso auf industriell verarbeitete Nahrungsmittel, Konserven und Junk Food.

Schwieriger wird es mit Allergien auf Hausstaub, Milben, Haustiere. Wer bringt es schon übers Herz, den geliebten Hund, den verschmutzten Stubentiger wegzugeben, den Kindern das liebste Haustier wegzunehmen, weil ein Spital beschieden hat, dass das Kind allergisch sei auf Tiere? Nein, es gibt wirkungsvolle kinesiologische Techniken welche die Trennung von geliebten tierischen Hausgenossen unnötig machen. Wieder ist es eine Kombination von Arbeit auf dem Energiesystem, Übungen zur besseren Koordination sowie dem Weglassen und Vermeiden allergieauslösender Nahrungsmittel und anderer Substanzen.

Mangelnde Körper-Koordination und Sinnesintegration

Wenn der Energiefluss durch das Meridiansystem oder durch das Chakren-System nicht ausgeglichen ist, entstehen Energieblockaden, Ueberenergien an einen Ort, mangelnde Energie am anderen Ort, was das Aufflackern von allergischen Reaktionen begünstigt. Bei mangelnder Koordination ist gemeint dass die Orientierung und Unterscheidung von Hinten / Vorne, von links-rechts und oben-unten nicht optimal ist. Dies sind die linkischen Leute, die Kinder mit zwei linken Händen, die Mühe haben mit der Orientierung im Raum und somit mit dem Lernen. Der Alltag ist mühsam und erfordert grosse Anstrengung, Viele Kinder werden in der Entwicklung ihrer Koordination behindert, wenn sie zu früh nur zweidimensionale Dinge passiv konsumieren - dies eine Umschreibung für zu frühen, zu langen und zu intensiven Fernsehkonsum. Ihrem natürlichen Bewegungsdrang zu folgen, sich im Sand und Dreck zu suhlen, auf Bäumen herumzuklettern, über Hindernisse zu balancieren und zu springen, ihre ganzen Sinne voll zu entwickeln, zu entfalten und zu integrieren, würde sie später zu besserer Lernleistung befähigen und auch das Immunsystem stärken.

Kinesiologische Techniken zur Befreiung von Allergien

Roger Callahan war der erste, welcher die Klopftechnik von gewissen Akupunkturpunkten (meistens Anfangs- oder Endpunkte von Meridianen) in seinen Büchern beschrieben hat. Seine Technik wurde unterdessen von der Kinesiologie und Meridianlehre unkundigen Autoren wie Gary Craig unter dem Namen "Emofree" sowie Zivorad M. Slavinski, welcher der Technik den Namen "PEAT" gab (Psycho-Energy-Auro-Technology) weiterentwickelt und publiziert. Die Callahan- Technik findet auch in Psychologen-Kreisen immer weitere Verbreitung, da sie ein einfaches und probates Mittel darstellt, um sich selber in einigen Minuten zu helfen, von emotionalem Stress und Allergien zu befreien.

Katharina Gattiker-Bertschinger

Kinesiologin I-ASK / NVS

Katharina Gattiker führt eine kinesiologische Praxis in Zürich (siehe www.energeia.ch). Ihr zweites Buch "Einfach Schlank!" kommt nächstes Frühjahr im VAK-Verlag heraus.

Literatur:

Roger Callahan: "Der unwiderstehliche Drang" VAK-Verlag

Roger Callahan: "Leben ohne Phobie", VAK-Verlag

"10 starke Tips bei Stress", Reihe concept, VAK-Verlag

Jimmy Scott "Allergie und der Weg, sich in wenigen Minuten davon zu befreien", VAK-Verlag,

Dr.med. Sigrid Flade "Allergien natürlich behandeln" G&U Verlag