

„Meine Erfahrungen mit Kinesiologie“



Silvia Konrad / Studentin: „Kinesiologie - eine positive und stärkende Erfahrung mit sich selbst erleben“

Bis vor einem Jahr kannte ich Kinesiologie noch nicht. Doch in meinem Leben hat sich einiges verändert. Und so hab´ ich auch eine andere Einstellung zu alternativen Behandlungsformen gewonnen.

Ich bin Studentin und arbeite nebenbei auch noch Teilzeit in einer großen Firma. Abgesehen davon, dass Prüfungen meist Stress bedeuten, ist auch dieses Arbeitspensum – Arbeit und Studium daher für mich nicht immer stressfrei. Und so kann es schon einmal passieren, dass ich eine Klausur nicht positiv absolviere. Wäre ja nicht so schlimm, schließlich hab´ ich ja schon alles positiv bestanden. Und so dachte ich mir, klappt bestimmt auch die eine PC-Prüfung. Aber leider war dies nicht der Fall. Und am 30. November 2010 hatte ich dann bereits zum wiederholten Mal diese Prüfung. Ich fragte mich, liegt es an der PC-Prüfung oder bin ich wirklich einfach nur nervös. Da ich mir aber selber nicht erklären konnte, warum es gerade mit dieser Klausur nicht klappt, ging ich zur kinesiologischen Beratung.

5 Tage vor der Klausur ging ich in Graz zu Christian Dillinger, um mich für meine Klausur kinesiologisch unterstützen zu lassen. Ich erzählte ihm meine Lage und er hat mich sofort verstanden. Während der Sitzung dachte ich mir, ob das überhaupt was helfen kann. Und ich glaube, er merkte auch meinen Zweifel. Er arbeitete so lange mit mir kinesiologisch, bis ich an mich selbst glaubte. Nach der Anwendung einiger kinesiologischer Techniken fehlte offenbar noch ein ganz entscheidendes Stück für einen guten Abschluss der Beratung. Christian Dillinger testete und kam zum Ergebnis, dass zur positiven Verstärkung bzw. zur Hebung meines Selbstwertgefühls für die Klausur eine Arbeit mit Symbolen angezeigt war. Dieses Symbol fand ich für mich in einem passenden Krafttier zur Unterstützung, dies war in meinem Fall ein Tiger. Der Tiger sollte auf der einen Seite mir zur Seite stehen, aber auf der anderen Seite sollte ich selbst der Tiger sein. Das bedeutet ich kann zwar so verspielt und lieb sein, aber ich habe auch die Kraft und die Macht das Ganze zu schaffen wie ein Tiger. Mit diesem Gefühl verließ ich die Praxis. Ich merkte an diesem Tag zwar den Tiger in mir, konnte aber nicht damit umgehen.

Am nächsten Tag, hatte sich mein Gefühl verändert: Es ist irgendwie schwer zu be-schreiben, auf alle Fälle hatte ich so eine Ruhe in mir, dass es mir selber schon fast unheimlich war. Und gerade in dieser Ruhe war ich sehr aufnahmefähig. Dies half mir, vor allem weil ich nicht mehr viele Tage hatte bis die Klausur stattfand.

Bis zum Prüfungstag bzw. auch am Prüfungstag war ich die Ruhe selbst. Viele Freunde von mir waren erstaunt, wie gut ich drauf war beziehungsweise wie selbst-bewusst und ruhig ich zu dieser Prüfung ging. Auch mir war es fast schon unheimlich, aber ich wusste in mir einfach, ich kann diese Klausur schaffen. Aber kaum saß ich vor dem PC, um meine Klausur zu absolvieren, gingen die Nerven mit mir durch. Diese Phase hielt nicht lange an, ich konnte mich sehr schnell wieder in die Lage des Tigers versetzen. Und dieser Tiger war es zum Schluss auch, der mir wieder diese Ruhe zurück gab und ich anschließend die Klausur schreiben konnte. Ich wusste, ich bin stark und keiner kann mich daran hindern. Als ich die Klausur beendete wusste ich: „Ich habe sie bestanden.“ Und ein paar Tage später war auch das Ergebnis endlich da, und siehe da, ich hatte sie wirklich bestanden. Die Freude war natürlich riesen groß.

Ende Jänner schrieb ich ein weiteres Mal eine Klausur, die ich nicht zum ersten Mal absolvierte. Ich überlegte mir zuerst, eigentlich muss ich mich auch hier wieder in die Situation des Tigers versetzen können, aber leider gelang mir das nicht so richtig. Immer wieder wurde ich von einem Gefühl des Zufalles eingeholt. Ich dachte mir, vielleicht war dies mit den Tiger und das ich einfach alles schaffen kann, nur Zufall. Und ich war gar nicht diejenige, die es schaffen kann. Aber geradedieses Gefühl ließ mich nicht in Ruhe und ich vereinbarte wieder einen Termin bei Christian Dillinger.

Dieses Mal teste er wieder kinesiologisch und wandte aber eine ganz andere Methode an als das letzte Mal: Ich sollte mich selbst in verschiedene Aspekte meiner Person hineinversetzen, hatte am Anfang wieder meine Zweifel, dass das funktionieren könnte. Aber sobald ich alle „Ichs“ durchging, wusste ich, wie sich die verschiedensten Seiten anfühlen und versuchte anschließend dies auch zu verstehen.

Diese kinesiologische Beratung war wieder eine Arbeit mit positiven Verstärkern, ein Bewusst-Machen meiner Stärken und Ressourcen. Meine Lieblingsseite war vom Anfang an die Sonnenseite. Ich weiß zwar nicht warum, aber ich spürte auf dieser Seite so eine Wärme und Geborgenheit. Ich glaube innerlich wusste ich, auf dieser Seite bin ich richtig. Aber es gab auch die anderen Seiten neben dem Sonnenkind und auch diese Seiten leisteten einen Beitrag. Diese wären beispielsweise: „Verletztes Kind in mir“ und ein „Innerer Heiler“. Und dieser „Innere Heiler“ war jener Teil wo ich an die vorhergehende Beratung anknüpfen konnte. Es war wieder dieser Tiger, der mir Kraft gab. Aber nicht er alleine. Das „große Ich“ wusste und zeigte mir auch, dass ich schon soviel überwunden und geschafft habe und auch diese Klausur schaffen werde. Die wichtigste Aussage war, „... ich bin auf den richtigen Weg ...“. Diese Affirmation stärkte mich innerlich sehr. Es gab in dieser Sitzung nicht nur „Sonnenschein“, sondern auch Teile, die mich innerlich blockierten oder mir den Erfolg nicht gönnten bzw. ich ihn nicht verdiene.

Nachdem alle Aspekte schließlich von der Stimmigkeit überzeugt waren, waren alle Seiten vereinigt. Ich in der Mitte und rundherum „saßen“ die anderen Teile. Dieser Moment von Stimmigkeit und im Einklang sein war einfach gigantisch. Ich dachte immer ich kenne dieses Gefühl von Meditationen, aber dies war von höherer Qualität. Dieses Gefühl war einfach echt. Und ich war auch meinen anderen Seiten sehr dankbar dafür, was sie mir in dieser Sitzung aufgezeigt haben. Als ich die Praxis verließ, war ich mit mir einfach nur im Einklang und glücklich über die jetzige Situation. Dass ich bereits in fünf Tagen wieder eine solche Klausur hatte, die ich zum wiederholten Mal schrieb störte mich überhaupt nicht mehr. Ich wusste, ich werde von mir selbst unterstützt und was noch viel wichtiger war, ich weiß das ich am richtigen Weg bin. Diese Erkenntnisse ermöglichten mir es auch gelassener an die Prüfung anzugehen.

Bei dieser Prüfung war es aber nicht die Ruhe, sondern ich war es selbst, die mich erstaunte: Ich wusste in mir, ich bin es die es schaffen kann. Und ich weiß, dies war der große Unterschied zur ersten Beratung. Auf der einen Seite, bin ich zwar wieder durch das Krafttier „Tiger“ zu diesen Erkenntnis gekommen, aber auf der anderen Seite war es in dieser Situation mein Selbst.

Die Klausur war wieder eine ganz andere Situation. Ich saß wiederum vorm PC und startete die Prüfung, aber ich verspürte eine andere Ruhe als beim letzten Mal. Schließlich wusste ich, ich selbst schaffe die Prüfung. Und das Ergebnis von der Klausur bekam ich sogar noch am gleichen Tag und siehe da, es war positiv.

Mittlerweile sind doch schon einige Monate seit den Beratungen vergangen. Und ich kann nur Positives berichten. Mit diesem ausgetesteten Hilfsmittel kann ich noch immer arbeiten: Ich schrieb vor kurzem eine Klausur, hatte bei dieser Arbeit aber noch keinen Druck, weil es mein erster Antritt war und auch hier hat es wieder geklappt. Ich kann mich immer wieder in die Situationen der verschiedenen „Ichs“ hineinversetzen, mich unterstützen lassen und merke in welchen Momenten ich mit mir selbst im Einklang bin.

Ich bin Christian Dillinger sehr dankbar dafür, dass er in dieser Situation mich mit dieser Methode unterstützte und ich dadurch eine Seite an mir kennen lernen durfte, die ich vorher nicht gekannt hatte. Und ich weiß jetzt was es bedeutet mit sich selbst im Einklang sein und anschließend etwas zu schaffen.

Seit ich diese Erfahrungen machen durfte, bin ich selbst von Kinesiologie überzeugt und weiß, dass sie in sehr vielen Bereichen unterstützend sein kann.

Silvia Konrad

Nicole Matysek / ÖBK-Mitglied Level 2: „Meine Lebensveränderung durch Kinesiologie“

Meine kinesiologischen Fertigkeiten habe ich in den TOUCH FOR HEALTH 1 - 4 Kursen vor 2 Jahren gelernt und bin stolz, dass ich für meine Bemühungen mit Diplomen belohnt wurde. Seither hat sich bei mir viel getan.....

- Es brachten mich eine eigene Verletzung dazu, zusätzlich zur Schulmedizin nach komplementären Methoden zu suche,
- Ich hatte die tolle Erkenntnis, wie wertvoll TFH ist und wie ich sie täglich bei mir selbst erfolgreich anwenden kann.
- Ich erkannte schnell, wie gerne diese Methode in meinem Freundeskreis angenommen wird.

Eigentlich hätte ich die Ausbildung schon früher machen sollen, aber es war anscheinend noch nicht der richtige Zeitpunkt.

Meiner Ausbilderin, Herta Suchy, möchte ich ein herzliches „Danke schön“ aussprechen, die uns Schülerinnen mit sooo viel Geduld durch den Kurs geführt hat. Ihr habe ich es zu verdanken, dass ich da bin, wo ich heute stehe: mit mehr Selbstbewusstsein, mit der Fähigkeit, auch andere Leute zu balancieren und mit der Entwicklung immer neuer Ideen, wie ich Körper, Geist und Seele in Einklang bringen kann.

Das Wohlfinden meiner Freunde und Freundinnen ist mir wichtig. Wir alle freuen uns über Touch for Health und ich bin mit HERZ, LIEBE und LEVEL 2 dabei.

Nicole Matysek

