

ПУТЕВОДИТЕЛЬ

ВВЕДЕНИЕ В КИНЕЗИОЛОГИЮ

Магги ла ТУРЕЛЛЬ и Антеа Гуртене

Торсонс

Магги ла Тбурелль является наиболее цельным проповедником здоровья, учителем и консультантом по управлению. Она начала преподавательскую деятельность «Прикосновения к Здоровью» - основа кинезиологии - в 1984 году и с тех пор овладела большим опытом все основных направлениях кинезилогии, а также в обучении других аспектов и лечебных навыков.

Антея Курттенау это свободная художница, журналист и переводчик. Она специализируется в области естественной медицины и лечения, и писала для целого ряда журналов и издательств.

Хочу признать удивительную работу доктора Джорджа Гуюхарта, создателя Прикладной Кинезиологии.

Также хотелось бы от имени студентов и практикующих специалистов признать с глубочайшей благодарностью видение и щедрость доктора Джона Тая и доктора Шелдона Дела.

Выражаю благодарность доктору Брюсу Дью за его интерес и поддержку этой книги и Элизабет Андррю за ее отзыв после прочтения этого манускрипта.

И, наконец, я очень благодарна всем учителям и практикам, которые внесли огромный и важный информационный вклад в эту книгу.

Магги ла Илурелль, Лондон, Март 1992

СОДЕРЖАНИЕ

Признание и благодарности	1
Вводное слово	4
Введение	6
Об этой книге	7
• <i>Некоторые определения: что такое кинезиология</i>	9
• Мышечное тестирование	10
• Энергия	10
• Баланс и дисбаланс	11
• Рефлекторные точки	11
1. <u>Развитие Кинезиологии</u>	12
- открытие кинезиологии	12
- основы хиропрактики	13
Триада здоровья	16
- Прикосновение к здоровью (ТФЧ) и Прикладная кинезиология (АК)	18
2. <u>Как может помочь кинезиология</u>	22
- какую помощь может дать кинезиология	26
- кинезиология – это безопасно?	27
- кинезиология как предупреждение и предотвращение	27
3. <u>Посещение кинезиолога</u>	29
- выбор кинезиолога	30
- первое посещение	31
- последующие визиты	35
- самопомощь	37
4. <u>Оценка кинезиолога</u>	38
- различные виды оценки	38
- что можно оценивать	40
- методы оценки	52
- как выносятся оценка	62
5. <u>Балансировка: коррекции и лечение</u>	70
- виды коррекции	71
- опции для балансировки	78
6. <u>Дополнительные техники приемы и самопомощь</u>	83
- постановка цели	83

- сброс эмоционального стресса (ЭСС)	89
- обезвоживание и вода	91
- стимуляция иммунной системы	92
- продвинутое видение, слух и координация	93
-дополнительные техники (не самопомощь)	99
7. <u>Подразделы кинезиологии</u>	102
- Профессиональный практик-кинезиолог (PHP)	104
- Образовательная кинезиология (EDU-K)	107
- Концепция Три в одном\Один мозг	110
- Биокинезиология (BK)	114
- Гипертон – X	115
- Кинезиология здоровья (HK)	117
- Клиническая кинезиология (СК)	119
- Систематическая кинезиология	123
8. Кинезиология и другие области	127
- Кинезиология как приложение к официальной медицине	127
- кинезиология и манипуляционная терапия	130
- кинезиология как помощник в питательных и травяных лекарствах	140
- совет, психотерапия и образ жизни	144
- энергетическая медицина	151
- заключение	157
9. Заключение	158
Приложение А: Прикосновение к здоровью уровень 1	161
Приложение В: Учебные центры и контакты	163
Библиография и дальнейшее чтение	169
Индекс	171

Вступительное слово

Путеводитель Торсона «Введения в кинезиологию» может удовлетворить как обычную публику, так и медиков-профессионалов новым подходом к развитию и пропаганде здоровья, которое развивалось за последние 25 лет.

Современная научная медицина знаменита тем, что она лечит серьёзные болезни и хорошо работает в области диагностики опухолей, рака и инфекционных заболеваний. Однако, она развивалась и специализировалась на таком уровне, что люди, страдающие от функциональных проблем в большей степени, чем от инфекционных или патологических проблем, часто нуждаются в том, чтобы посетить несколько различных специалистов и при этом всё может завершиться без удовлетворительного результата.

Я часто слышу заявления и согласен с ними, что современная медицина в США самый быстрорастущий бизнес в мире. Цены возрастают в три раза быстрее скорости инфляции, хотя в это же время стало больше чем раньше случаев детской смертности, больше артритов, мышечно-позвоночных проблем, головных болей и других условий, которые вызывают как потерю производительности и трудоспособности, так и потерю счастья. В то же время с продлением срока жизни всё большее количество людей страдает от хронических условий, к которым традиционная научная медицина не проявляет должного внимания.

Необходимо выработать другой подход. Для заполнения этой потребности и появилась новая наука кинезиология, пришедшая в этот мир с новыми методами продвижения здоровья и предотвращения заболеваний. Как участник в этой изменяющейся парадигме я видел, как кинезиология помогала миллионам людей во всех частях мира от развивающихся племен Африки и Южной Америки до индустриальных наций и бывших коммунистических стран. Я не знаю другой столь быстро, динамично и широко развивающейся области медицинского просвещения. «Прикосновение к Здоровью» и его основы, описанные в этой книге, могут содержать то, в чём вы, читатель, нуждаетесь как в помощи. Такой подход видит человеческое существо как составную часть целого и предполагает умный

альянс и схему с определенной целью для всего существующего в этом мире. Это позволяет и даже заставляет искать новые пути в постановке вопросов, другие способы работы, кроме тех, которые сегодня доступны в научных медицинских подходах.

Один наиболее важный процесс, происходящий в настоящее время, это меняющееся отношение медицинского мира к данной теме. Эти высокообразованные профессионалы также признают необходимость изменений в парадигме, внутри которой они действуют. Как профи в научном медицинском мире они осознают эту новую приветствуемую парадигму, признают и её ценность; кто-то самостоятельно учится этой практике, другие передают пациентов практикующим кинезиологию специалистам и классам, где люди могут научиться помогать себе сами.

Эта книга может изменить вашу жизнь к лучшему. Читая её, вы получите полную картину основ, в то же время увидите истории, которые могут включать описание проблем, подобных вашим или имеющихся у вашей семьи или друзей. Кинезиология и Прикосновение к здоровью предлагают очень безопасный подход к заботе о здоровье и возможность изучения того, как помочь себе быть более здоровым и хорошо чувствующим.

Я надеюсь, что всё больше людей во всем мире будут делать себя более сильными этими методами, и человеческая раса сможет развиваться и выполнять свою цель более эффективно. Я настойчиво призываю всех вас присоединиться к нам.

Джон Тай,

Блумингтон, Калифорния март 28. 1993

ВВЕДЕНИЕ

В современном здравоохранении кинезиология одно из наиболее быстроразвивающихся и интересных современных направлений. Это система медицинского ухода за здоровьем, которая использует мышцы для тестирования как диагностический инструмент и рассматривает человека в целом, используя набор мягких и безопасных приёмов. Она охватывает полный спектр здоровья и лечения от физического применения хиропрактики, остеопатии и спортивной медицины до менее заметных областей психотерапии и лечения. Столь широкая область применения кинезиологии, связывающей физические аспекты здоровья с эмоциональными, духовными и мысленными, становится важной составной частью здравоохранения в 90е годы как самостоятельная терапия, так и подспорье ортодоксальной медицине и другим способам лечения.

С момента зарождения в 1964 года американским доктором Джорджем Гудхартом кинезиология развилась и распространилась в необыкновенно широкий набор областей. Сегодня она практикуется во всем мире докторами, дантистами, хиропрактиками, остеопатами, натуропатами, физиотерапевтами, диетологами и многими другими практиками натуральных форм медицины, а кроме того, бизнесменами, учёными, любителями.

С 1973 года система кинезиологии Прикосновение к Здоровью развивалась специально для непрофессионалов, она охватила более 2 миллионов людей по меньшей степени в 42 странах.

При использовании мышечного тестирования, соединенной с другими диагностическими методами, кинезиология предлагает один из лучших методов оценки (некоторые практики будут говорить, что наилучший), доступных в современном здравоохранении. Как и многие другие способы лечения, заявляющие права на целостность, они оказывали влияние в пользу одной особой техники или философии, кинезиология является реально единой. Она обеспечивает все аспекты человеческого существования – структурного, питательного, психологических компонентов здоровья и обеспечивает средства для достижения и коррекции дисбаланса во всех трёх, часто сообщающихся, зонах. Комбинация методов мышечного тестирования, единого подхода и эффективных способов лечения даёт возможность с помощью кинезиологии добиваться положительных результатов тогда, когда другие подходы, включая ортодоксальную медицину, не сработали.

ОБ ЭТОЙ КНИГЕ

Это информационная книга, рассказывающая о широком круге возможностей кинезиологии; она не предназначена для того, чтобы заменить собой руководство-инструкцию, хотя некоторые навыки самостоятельной помощи включены в главу 6. Книга была написана для обычной публики и для продвинутых студентов и практиков-медиков как ортодоксальной, так и вспомогательной медицины. Книга предназначена для тех, у кого мало или вообще нет предварительных знаний кинезиологии, она будет представлять интерес для тех, кто уже имел опыт в одном из направлений кинезиологии и хочет побольше узнать о более широком её применении. В Приложении **В** имеется лист организаций, учебных пунктов и контактов с людьми.

В странах вне США (до возможных новых европейских законов, которые могут быть в будущем использованы) наибольшее число практикующих кинезиологов стали естественными практиками здоровья, познав потенциал кинезиологии, но они не имеют достаточной квалификации, чтобы дать медицинский диагноз. Кинезиология была также принята не таким большим количеством медицинских работников, включая докторов, дантистов, психотерапевтов. Практикование кинезиологии изменяется от страны к стране в зависимости как от исторических факторов, так и от действующего законодательства. В США, где зародилась эта наука, её в основном практикуют люди, имеющие лицензию на диагностирование, такие как хиропрактики, остеопаты, доктора и дантисты.

Эта книга нацелена на то, чтобы дать обзор по кинезиологии на современном этапе, включая Прикладную кинезиологию, Прикосновение к здоровью и другие приложения, которые изучаются и применяются на практике по всему миру. В книгу включены описания способов мышечного тестирования и коррекции, лечебных методов, здесь же есть обсуждения широкого круга условий, которые можно откорректировать или улучшить с помощью кинезиологии, от физических до эмоциональных, от дефектов питания до трудностей при обучении, от полностью профессиональной работы до навыков самопомощи. Эта книга включает также ряд случаев, показывающих множество путей, которые привели людей к положительным результатам от применения кинезиологии в её различных формах. Эти случаи были отобраны в результате личного опыта Магги

ла Тибурелль и её коллег; некоторые незначительные детали и имена людей изменены, чтобы соблюсти конфиденциальность (там, где использованы Т или Я это относится к Магги ла Турелль).

Магги ла Турелль

Антея Куртенау

Март 1992

Некоторые определения

Кинезиология, как будет видно, обеспечивает через тело человека самый прямой путь практикующему для связи с пациентом или клиентом и, наоборот. В то же время, что верно для других форм альтернативной и нетрадиционной медицины, кинезиология потребовала собственного специфического языка, и это может помочь читателю в этой главе немного разобраться с такой терминологией.

ЧТО ТАКОЕ КИНЕЗИОЛОГИЯ?

Слово происходит от греческого слова кинезис, означающего «движение». В медицине этот термин даётся изучению мышц и движению тела. «Прикладная кинезиология» это было название данное его изобретателем, доктором Джорджем Гудхартом, для системы по применению мышечного тестирования, диагностики и терапевтически к различным аспектам здоровья. Сегодня название Прикладная кинезиология (АК) относится только к родительской системе, как учит Международный Колледж Прикладной Кинезиологии (ИГАК). После возникновения различных направлений, термин кинезиология был признан (кроме медицинских профессий) как основной термин для всех этих систем.

Федерация Кинезиологии, высшая инстанция для отделений в Великобритании, даёт следующее определение:

Кинезиология, литературно изучение движения тела, это единая система движения и взаимодействия энергетических систем человека. Мягкое определение мышечного ответа на мониторинг (тех зон), которые заблокированы и находятся в дисбалансе, ослабляют физические, эмоциональные или энергетические факторы, которые могут быть приложены к подобным дисбалансам.

Естественные лечебные ответы тела стимулируются вниманием к рефлексам и акупунктурным точкам, а также к использованию специфических движений тела и питательной поддержки. Они могут привести к повышенному физическому, умственному, эмоциональному и духовному состоянию.

МЫШЕЧНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

Мы будем описывать мышечное тестирование немного детально, но это важно для понимания, для начала того, что в кинезиологии мышцы тестируются не на их силу, как это делается в физиотерапии, а для того, чтобы добиться качества мышечной реакции.

ЭНЕРГИЯ

В кинезиологии, как во многих других формах традиционной медицины сегодня, слова «энергия, энергетический» имеют специфические значения весьма отличающиеся от их обычных значений. Слово «энергия» не значит «встать и пойти», хотя повышенное вставание и уход часто являются результатами после собраний кинезиологов. В данном контексте энергия, часто соотносимая с «незаметной невидимой энергией», относится к системам энергии внутри и вокруг тела.

Невидимая энергия это синоним с КИ по китайской акупунктуре, а также с ПРАНА по традиционной индийской медицине и философии; сквозь века многие другие термины были сломлены этой универсальной жизненной силой, гармоничный поток которой является жизнеопределяющим для здоровья ума и тела.

Хотя долгое время на всё это не обращали внимания ни современная медицина, ни наука, существование невидимой энергии становится всё более широко признанным фактом. Отчасти это обусловлено признанием Запада культуры акупунктуры, а частично технологическим достижениям, таким как Кирлианская фотография, способная давать отпечатки полей невидимой энергии и показывать варианты, отражающие вариантность в здоровье и энергии субъекта.

НЕКОТОРЫЕ ТЕРМИНЫ

Сегодня термины «Медицинская энергия и медицина вибраций колебаний» всё чаще используются (докторами также как и натуральными терапевтами) по отношению к целой группе естественных лечебных систем, включающих акупунктуру и кинезиологию. Блестящая и очень подробная книга была написана по данному предмету американским доктором Ричардом Гербером: Медицина Вибраций: новый выбор для самолечения. (санта фе, Bear @ Co 1988).

Невидимую энергию всегда видели и ощущали чувствительные люди, такие как хилеры, акупунктурные специалисты учились читать поток КИ через 12

специфический пульсов на запястьях. Они связаны с рядом энергетических дорожек, называемых меридианами, каждая из которых относится к специфическому человеческому органу, жёлёзкам или системам.

Дальнейшая энергетическая связь между меридианами и специфическими мышцами была определена кинезиологией. Кинезиология пользуется ручным мышечным тестированием для того, чтобы оценить энергию субъекта, а затем применяет ряд приёмов для улучшения прохождения здоровых потоков энергии через тело.

БАЛАНС И ДИСБАЛАНС

Древняя философия китайской медицины утверждает, что здоровье имеется при наличии баланса и гармонии во всех частях тела, баланс является совершенным состоянием, при котором ни по каким аспектам нет ни излишка, ни недостатка. Эта вера является основополагающей в кинезиологии, сегодня она разделяется многими естественными терапевтами.

Кинезиологи используют мышечное тестирование для определения энергетических дисбалансов – это избыток или недостаток энергии – что может повлиять на здоровье человека, и они привлекают теорию акупунктуры для понимания возможности балансировки этих энергий.

Итак, кинезиолог это тот, кто не уполномочен заниматься квалифицированным медицинским лечением симптомов, а тот, кто обратится к поиску дисбалансов пациента и будет описывать что такой пациент делает для «энергетического балансирования». Таким образом, исчезает необходимость в использовании терминологии, используемой в медицинской диагностике.

РЕФЛЕКТОРНЫЕ ТОЧКИ

Это точки на или рядом с поверхностью тела, которые связаны с частями тела, не обязательно находящиеся в той же зоне. Например, стимулирование рефлекторных точек легким потиранием даёт эффект на необходимую часть тела. Приёмы коррекции в кинезиологии включают удержание или мягкий массаж ряда таких точек.

ГЛАВА 1 Развитие Кинезиологии

Когда мы реально видим, слышим и чувствуем, мы видим и слышим и чувствуем сложную простоту человека и простую его сложность.

Д-р Джордж Гудхарт

Прикладная кинезиология является детищем Джорджа Гудхарта, ДС, очень наблюдательного и творческого американского доктора - хиропрактика, который начал развивать этот единый метод определения и коррекции ряда систем тела в начале 60 годов. С того времени этот метод распространился среди профессионалов хиропрактиков и медиков в Америке.

В других странах кроме США картина иная. Хотя кинезиология становится всё более популярна среди практикующих естественную медицину специалистов, она была совершенно не востребована в медицине. Однако, благодаря своим корням из хиропрактики, она имеет солидную научную базу. Обучение хиропрактиков может быть настолько же научным, как и докторов медиков, которые сдают экзамены на получение звания ДОКТОР.

ОТКРЫТИЕ КИНЕЗИОЛОГИИ

После предпрофессионального обучения в университете Дертонта, доктор Гудхарт в 1939 году окончил национальный колледж.....

Это разрешено в Британии, где хиропрактики, получившие образование или в США или в Англо европейском колледже Хиропрактики в Бурнемуте, где есть 4 годичный, полный курс строго научный и где недавно был получен статус от имени Совета по Национальным Академическим наградам.

Хиропрактик, который, по его словам, выпускает «медиков, которые используют методы хиропрактики». Фактически Международный Колледж Прикладной Кинезиологии (ИСАК) принимает студентов только с медицинскими или научными знаниями.

Основы Хиропрактики

Прикладная кинезиология АК берёт свое начало от хиропрактики. Хиропрактика, что означает «*сделано руками*», это метод мануальных манипуляций на хребте и позвонках, изобретённый талантливый (иногда эксцентричным) американцем, Даниелем Палмером, в конце девятнадцатого века. Хиропрактика это больше, чем просто техника манипуляций: она основана на концепции, что нервы отвечают за все функции тела и, таким образом, подобная взаимосвязь с нервной системой имеет отношение к здоровому функционированию. Работа над хребтом воздействует на всего человека, поскольку хребет включает спинной мозг и центральную нервную систему, откуда нервные окончания расходятся по всему телу.

Однако, хиропрактики имеют дело не только с хребтом и позвонками; они также работают с мышцами, поскольку это мышцы тела, которые держат хребет и другие кости в нужном положении. Слабые или перенапряженные мышцы вызывают изменения в осанке и всей скелетной системе и именно они могут быть ответственны за проблемы рецидивов, имеющих место при манипуляциях. Была настойчивая необходимость исправлять мышечный баланс, что привело к тестированию и коррекции дисбаланса мышц и созданию Прикладной Кинезиологии. Хиропрактика основана на предпосылке, что здоровье приходит изнутри, через разум самого тела. В соответствии с Даниелем Палмером, эта внутренняя разумность связана с общим разумом, который правит миром; таким образом, нервная система обеспечивает нашу связь с разумом Вселенной.

Сегодня хиропрактика наиболее широко признанная альтернативная терапия во всём мире, особенно распространенная в США, где хиропрактик как первичная инстанция, заботящаяся о здоровье, заменил семейного доктора для многих семей. В других странах хиропрактика получает всё больше признание; в 90 годы были опубликованы результаты по поводу клинических исследований, проведённых Британским Медицинским Исследовательским Советом в сотрудничестве с Британской Ассоциацией Хиропрактики, который показал, что применение хиропрактики более эффективно и требует на лечение болей нижней части спины времени не больше, чем обычное внебольничное амбулаторное лечение.

- Доктор Гудхарт был сыном хиропрактика, который занимался и гомеопатией, аллопатией (традиционной) медициной, остеопатией и натуропатией, и эклектические подходы отца оказали на него большое влияние. В 1964 году, когда он открыл Прикладную кинезиологию, это был уже глубокоуважаемый лидер в этой области, проводящий постоянные семинары для своих коллег-профессионалов по новым методам хиропрактики.

Первые открытия: Эксперименты с мышечным тестированием

Доктор Гудхарт сделал своё открытие, как он выразился, «*по интуитивной прозорливости*». Он работал с молодым человеком, жаловавшимся на то, что не мог работать физически, где надо работать руками; это ему не удавалось потому что кости лопатки «*выдавались наружу*». Исследуя мышцу, толкающую лопатку вперед, доктор Гудхарт был удивлен, когда обнаружил, что она была атрофирована не от простоя, как он ожидал. Он также увидел какие-то

болезненные узловатые образования (крошечные шишечки) в районе точки, где мышца присоединяется к каркасу грудной клетки. Когда он надавил на них, они, казалось, исчезли, а когда он сделал глубокий массаж, мышца сама стала сильнее.

Это интересное наблюдение привело его к дальнейшим экспериментам по тестированию мышц с использованием обычных методов. Доктор Гудхарт обнаружил, что где бы мышца не стала слабой, соответствующая ей мышца на другой стороне тела начинала напрягаться, *«добавляя боль на рану»*; однако, когда такую слабость корректировали, напряжение или спазм проходили. Это было совершенно революционное открытие: всегда считалось, что спазм мышцы наступает сначала и вызывает слабость на противоположной стороне. Напротив, в соответствии с теорией доктора Гудхарта слабость мышцы часто появляется изначально; более того, эта слабость может наступать по ряду причин, которые до сих пор не были обнаружены.

В своих опытах по тестированию мышцы доктор Гудхарт нашёл в дальнейшем, что некоторые мышцы были слабы, потому что в лимфатической системе имела место застойность (лимфа это органическая субстанция, питающая и очищающая ткани тела). Когда путем массажа отдельных рефлекторных точек на теле лимфатическая система стимулировалась, подобные мышцы опять становились сильными.

Через какое-то время Гудхарт стал тестировать мышцы по отношению к другим системам тела. Он обнаружил, что некоторые из них были ослаблены из-за слабой циркуляции или отсутствия потока в спинной жидкости, из-за неправильного питания или нарушений в акупунктурных меридианах (см. Акупунктурные связи, ниже). Эти открытия объясняли, почему не всегда срабатывали и *«закреплялись»* коррекции хиропрактиков, и часть пациентов вынуждена была возвращаться назад для дальнейшего лечения.

Более того, корректировка таких слабостей подходящими определёнными средствами, такими как массаж, мягкие прикосновения или выписывание витаминов, восстанавливало в теле гармонию на гораздо более постоянном уровне. Фактически это был быстрый немедленный и четкий метод как оценки состояния ряда систем тела, так и восстановления любых дисбалансов, обнаруженных во время подобных оценок.

Доктор Гудхарт начал обучать других хиропрактиков методам Прикладной Кинезиологии, и они с большим энтузиазмом восприняли эти методы.

Связь акупунктуры

Одним из наиболее важных открытий доктора Гудхарта является то, что он установил связь между мышцами, органами и акупунктурой системы меридианов.

Система акупунктуры была разработана китайцами между 3000 и 25 годами до РХ. Они обнаружили, что болезнь наступает, когда жизненная сила ЧИ не может свободно протекать по телу, и они создали карту меридианов – тоннели и дорожки, по которым течёт эта энергия. Среди этих меридианов есть специфические точки, называемые акупунктурными; поток ЧИ можно регулировать балансируя путем стимуляции или успокоения этих точек. Каждый меридиан связан энергетически с органом, железой или другой частью тела: неправильная работа лёгкого, например, вызывает дисбаланс в энергетическом потоке легочного меридиана, с которым оно энергетически связано.

Система меридианов плотно связана с функциями нервной системы. Вмешательство в неё, вызванное болезнью или стрессом, может привести к потере сигналов в теле. Корректировка системы меридианов помогает нервной системе, а стало быть, и всей системе связей человеческого тела, давая ему возможность действовать лучше.

В начале 70х после нескольких лет разработки и улучшения Прикладной Кинезиологии доктор Гудхарт был всё ещё озабочен некоторыми незаполненными пробелами. У него появился особый интерес к медицинским исследованиям доктора Феликса Манна, который познакомил британских медиков с акупунктурой. Связь между меридианами, органами и железами уже была известна ;новое в работах доктора Гудхарта было в том, что он нашёл связь между меридианами и определёнными мышцами. Он, например, открыл, что плохая работа лёгкого может вызвать дисбаланс не только в меридиане лёгкого, но и в соотносящейся мышце, дельтовидной (мышца на верхней части плеча, при помощи которой поднимается рука).

Открытия доктора Гудхарта дали поистине новое измерение потенциалу диагностики с помощью Кинезиологии, поскольку слабая мышца могла также указывать на дисбаланс в соответствующем меридиане и органе и/или железе. Результатом стало развитие Меридианной терапии, которая сегодня является основой АК и многих других направлений в кинезиологии.

Доктор Гудхарт и его коллеги разработали ряд мышечных тестов, основанных на связи между мышцей и меридианом. Это добавило новые возможности в ряду уже используемых приёмов коррекции, где меридианы и

акупунктурные точки могли быть использованы для усиления слабых мышц. Вместо использования традиционных акупунктурных иглол подобное усиление можно было достигнуть путем прикосновения. Процесс очень похож на то, где мы имеем дело с электрическими цепями, прикосновение или стимуляция определенных акупунктурных точек заставляет мышцу «*включаться* или *выключаться, усиливаться* или *ослабевать*». Продолжая пример с меридианом легкого, когда имеется болезнь или дисбаланс в легком, дельтовидная мышца покажет слабость при кинезиологическом мышечном тестировании. Стимулируя или балансируя энергию меридиана путем работы или над меридианом или над специфическими акупунктурными точками, мы имеем один из способов лечения, применяемый для восстановления энергии в самом легком, продвигая лечебный процесс. Однажды излеченная, сила мышцы также восстанавливается, обеспечивая своего рода поддержку, которая показывает, что энергия меридиана легкого теперь сбалансирована. Это относится ко всем меридианам и соотносящимся с ними органами\железами и мышцами.

ТРИАДА ЗДОРОВЬЯ

Методики кинезиологии могут быть использованы в купе с широким набором терапевтических и других методов, начиная от физических через эмоциональные и умственные. Это целостная система, которая используется как полноценная терапия.

Сегодня термин «*единый*» применяется к почти любым не медицинским способам лечения, часто не оправданно. Некоторые практики естественной медицины работают с пациентами, корректируя только симптомы или фокусируясь на одном аспекте здоровья – структурном, питательном или, например, эмоциональном – игнорируя при этом все другие аспекты. Настоящий единый практик то ли традиционной медицины, то ли естественной будет принимать во внимание не только физические симптомы пациента, но и эмоциональные, химические аспекты, окружающую среду, всё, что вносит свой вклад в полную картину здоровья или болезни.

Кинезиология в конечной форме имеет большие права называться единой, чем многие другие способы лечения. Кинезиологи смотрят на здоровье с трех основных направлений – химического, структурного и умственного – каждый из них взаимодействует с другими, и все вместе они представляют собой целое, единое, что и называется Триада Здоровья. Чтобы кто-то был полностью здоров,

все три системы должны функционировать хорошо, в гармонии друг с другом. А в связи со своей взаимосвязью, корень, вызывающий болезнь, не всегда очевиден.

Например, очевидное лечение боли в спине может показаться манипуляция (или болеутоление); однако, если у больного неправильная диета или он много курит (что воздействует на мышечный тон разрушением витамина С) и/или у него не всё в порядке дома, сама по себе манипуляция не принесёт постоянного выздоровления. Таким же образом, проблемы пищеварения могут быть вызваны эмоциональным стрессом, а не неправильным питанием, хотя причины беспокойства могут быть отслежены на структурном или химическом уровне.

Мышечное тестирование, соединенное с другими методами кинезиологии, позволяет практикам находить, которая из трех систем находится вне баланса; таким же образом, коррекции кинезиологии и лечение могут быть применимы во всех трех зонах. Фактически восстановление баланса может оказаться ключом к большим изменениям в жизни людей.

Головные боли\Молочная Аллергия

Женщина представилась как публичный лектор и демонстратор кинезиологии и сообщила, что страдает сильными головными болями. Она была официальным работником, не замужем и в свои 30 лет, объясняла она, регулярно страдала от головных болей и была также гиперактивной. Кинезиологическая оценка обнаружила, что у неё были слабые мышцы, относящиеся к меридиану живота. Поскольку это была публичная демонстрация, использовались простые методы кинезиологии для балансировки энергии меридиана живота этой женщины. Эффект был немедленный. Женщина встала с массажного стола и заявила, что чувствует себя совершенно иначе; головная боль ушла, она стала заметно спокойней.

Она следовала этой схеме, лечась частно, пока дальнейшие тестирования кинезиологии открыли хроническую слабость в мышцах живота. Эта слабость была отмечена как резкая аллергия на молоко. После того, как молоко было исключено из её диеты, многие другие вещи в её жизни изменились. Головные боли прекратились, она успокоилась, семья обратила внимание на изменения в её поведении.

Но изменения на этом не закончились. Лучшее самочувствие, ясное мышление, она изучала кинезиологию и решила учиться на натуропата, дисциплина, где она

могла также применять свои навыки в кинезиологии. Она начала новые отношения, оставила официальную профессию и уехала в Канаду, чтобы завершить курс по натуропатии.

ПРИКОСНОВЕНИЕ К ЗДОРОВЬЮ (ТФХ) и ПРИКЛАДНАЯ КИНЕЗИОЛОГИЯ

Развивая свои идеи и исследования, Джордж Гудхарт работал с группой хиропрактиков. Один из его ближайших коллег был доктор Джон Тай, ДС. Будучи с самого начала вовлечённым в разработку Прикладной кинезиологии, у него было видение как получить удивительные улучшающие здоровье результаты от АК, доступными каждому методами. В 1973 году была опубликована его книга Прикосновение к здоровью. Она являлась синтезом методик АК в доступной для любого человека форме и возможностью самостоятельного её применения, включая людей без медицинского или сопутствующего образования. Следом за этим был сформирован Фонд Прикосновение к здоровью; в его попечителях были Джордж Гудхарт, Джон Тай и Шелдон Дил, ДС. Этот фонд организовал центр обучения инструкторов ТФХ, который тренировал их по всему миру. Всё это привело к быстрому разрастанию Прикосновения к здоровью, т.к. люди из всех областей жизни по всему миру учили и разделяли эти методы. С 1973 года через ТФХ прошли более 3 миллионов человек из 42 стран.

Целью Джона Тая было сделать Прикосновение к здоровью доступным каждому, кто был заинтересован в самостоятельном улучшении собственного здоровья, и эти знания должно было разделить со своей семьей и друзьями. ТФХ никогда не планировалась как терапия. Однако, растущее число профессионалов здоровья, которые прибегали к учёбе и включали ТФХ в свою практику.

Гудхарт, Тай и Дил, все попечители фонда ТФХ, были также основателями Международного колледжа прикладной кинезиологии (ИСАК), образованной в 1974 году. И хотя Джордж Гудхарт поддерживал Прикосновение к здоровью и цель самостоятельной помощи простых людей самим себе, он был недоволен возрастающим числом не профессиональных медиков, которые занимались здоровьем как практики, используя эту методику.

Таким образом, фонд ТФХ и ИСАК шли в разных направлениях. ИСАК стал представительским органом для тех, кто хотел жестко профессиональной организации; он имел жесткие правила для своих членов. Фонд ТФХ, наоборот, продолжал представлять тех, кто считал необходимым разделить знания

Прикосновения к здоровью с максимально возможным количеством людей. Доктор Джон Тай и Шелдон Дил оставались членами обеих организаций.

Шелдон Дил как и Джон Тай видел развитие ТФХ и других методик кинезиологии доступными как медикам, так и простым людям, которые могли бы изучать их и делиться знаниями с другими людьми.

В то время, как Джон Тай создал синтез ранних направлений АК и назвал их Прикосновение к здоровью, Шелдон Дил создал и продолжает синтезировать текущие направления АК, названные им Продвинутой кинезиология, и позволяющих делать коррекции хиропрактиками и остеопатами.

С начала 80 годов доктор Дил начал обучать инструкторов Прикосновения к здоровью продвинутой кинезиологии по всему миру. Поскольку многие ТФХ инструкторы одновременно являются практикующими терапевтами, это позволило тысячам специалистов, имеющих отношение к здоровью, получить новые знания и навыки в кинезиологии и передать своим клиентам все преимущества от этого.

Ориентация фонда ТФХ за прошедшее время изменилась и он стал исследовательской организацией. Его учебная роль отошла к Международному колледжу кинезиологии (ИКС), расположенному в Европе и возглавляемому доктором Брюсом Дью, медиком, также являющимся членом ИСАК. Доктор Дью распространил систему обучения Прикосновение к здоровью, развивая сеть средних и продвинутых курсов под термином курсы Профессиональная практическая кинезиология (РКР), ранее известные как Профессиональные курсы провайдеров здоровья (РНР). Эти курсы также объединяют АК и другие методики, но используют методы, отличающиеся от методов доктора Шелдона Дила.

Другие области кинезиологии развивали люди, чьими первыми знаниями о кинезиологии были курсы по ТФХ; основные описаны в главе 7.

Прикладная кинезиология АК СЕГОДНЯ

Прикладная кинезиология АК остается твердо стоять на стороне традиционной. Она направляется и управляется из США из Международного колледжа прикладной кинезиологии. Из-за своей хиропрактической сущности большинство людей, занимающихся на курсах в Ак уже имеют навыки в работе руками, включая многих хиропрактиков в США и некоторых остеопатов в Англии. Для подачи заявления на курсы и в члены ИСАК необходимо иметь 4 годичное полноценное медицинское или имеющее отношение к медицине образование и лицензию на работу диагноста.

Сегодня АК определяется как система диагностики и лечения, использующая процедуры стандартного мышечного тестирования как искусства и науки для оценки работы тела, и она применяет целый ряд продвинутых терапевтических методик.

АК является целостной системой, основанной на концепции Триады здоровья. Отклонения в работе тела, будь они физические, умственные или химические, открывают себя через изменения нейромышечной цельности и единства, и задействованная мышца показывает слабость при клинических условиях. АК использует связь мышц-меридианов-органов-желез как часть оценки состояния, а также и другие специальные процедуры оценок, принятых в кинезиологии. Некоторые из них описываются в главе 4.

Открытия в оценках АК всегда используются наряду с другими стандартными методами диагностики, такими как применение медицинской истории, физическое обследование, лабораторные тесты или рентгеновские, если это необходимо. Джордж Гудхарт отстаивает то, что это «диагностический гигант, а потом терапия становится очень простой: вы знаете где, когда, как и почему надо делать это».

Методы коррекции и лечения, используемые в АК в своем большинстве взяты из хиропрактики, остеопатии, акупунктуры и других терапевтических дисциплин. В отличие от ТФХ и других направлений кинезиологии они включают приёмы и работу с мягкими тканями по проблемам хребта из хиропрактики и остеопатии. Некоторые наиболее простые коррекции будут предметом описания в дальнейшем в главе 5.

Мышечное тестирование также используется для подбора эффективных методов лечения и после этого опять проверка, что это лечение было успешным. Изменения в мышечной реакции от слабого к сильному указывает, что лечение улучшило нейромышечную работу.

РАЗВИТИЕ КИНЕЗИОЛОГИИ

Начальное обучение АК ведётся в течение 100 часов и покрывает материал, утвержденный ИСАК. Все исследовательские проекты, предлагаемые преподавателями АК проверяются в течение трех лет в работе, прежде чем они принимаются как материал, утвержденный АК. И лишь выпускники ИСАК могут пользоваться использовать имя Прикладная кинезиология по отношению к своей работе.

ТФХ

ТФХ это синтез ранних материалов АК. Сформулированных доктором Джоном Тай специально для людей без медицинского образования или навыков работы руками. Цель – улучшение здоровья своими силами любым человеком путем балансирования энергии. Это не терапия, это не используется для диагностики или работы с симптомами.

Прикосновение к здоровью разделяет многие основы концепций АК в особенности единый подход, включающий Триаду Здоровья. Это основано на балансе энергии, использовании тех же связей мышца-меридиан\орган-железа как и в АК, на том же мышечном тестировании (хотя задействуется меньше мышечных тестов). Пользуются большинством стандартных коррекций АК, исключая манипуляции руками (см. главу 5).

Прикосновение к здоровью самая широко используемая система в кинезиологии в мире. Учеба доступна любому, кто заинтересован в сохранении здоровья, и она рекомендуется как основной курс обучения для людей, желающих больше узнать о специальных областях кинезиологии.

ТФХ в СЕМЬЕ

Женщина пятидесяти лет на выставке наблюдала демонстрацию Прикосновения к здоровью и получила короткий курс, который ей очень понравился. Спустя несколько дней, роюсь на полках местного единственного книжного магазина, она нашла копию книги Тая Прикосновение к здоровью. Спустя некоторое время она посетила вечерний класс, который я вел по Прикосновению к здоровью, и когда она ушла домой, она стала практиковать это в своей семье.

В результате её сестра также начала посещать курсы, и они вместе наслаждались практикой. Потом к ним присоединился сын, а в это время другой сын пришёл ко мне для индивидуальных занятий. Все члены семьи регулярно делали балансировку, включая мужа этой женщины – и собака! Улучшились не только их здоровье и благосостояние; все они получили огромное удовольствие, разделяя этот опыт и продолжая делать это.

ГЛАВА 2 КАК МОЖЕТ ПОМОЧЬ КИНЕЗИОЛОГИЯ

Болезнь не приходит вдруг, хотя может так показаться: обычно это результат нарастающего стресса, физического или эмоционального, ведущий к дисбалансу систем тела\мозга, которые приводят уже к физическим симптомам. Регулярное поддержание организма с помощью кинезиологии или Прикосновения к здоровью может не позволить выстроиться подобной цепочке.

Не будет преувеличением сказать, что практически каждый человек может получить пользу от кинезиологии – от нерождённого ребенка до старого пенсионера, от натренированного человека до неуверенного и раненого – даже животные могут получить выгоду.

Какие бы ни были симптомы, кинезиология отбалансирует тело и вернёт его в оптимальное состояние для излечения самого себя, убирая негативные нагрузки, будь они физические, химические или эмоциональные. Её наилучшее применение имеет дело с ежедневными проблемами, для которых невозможно найти постоянное лечение. Около 80 процентов проблем кроме болезней, которые люди приносят к своим докторам, подпадают под эту категорию. Кинезиология, действующая от единой основы, признаёт взаимосвязи различных частей тела и его систем. Методики оценки очень хорошие при определении причин проблемы, они могут быть использованы при определении источника неприятного состояния или усталости, которые преуалируют сегодня и не имеют очевидной медицинской причины. Кинезиология берёт домыслы из лечения, позволяя телу приоткрывать точно те места, где находится проблема, и точно определять, в чём нуждается тело для своего излечения, чтобы проблемы можно было откорректировать в зародыше, зачастую на постоянной основе. Кинезиология является идеальной для превентивной заботы о здоровье и в своей простой непрофессиональной версии Прикосновение к здоровью может использоваться кем угодно вместе с семьей и друзьями для подобных целей.

Кроме улучшения здоровья здоровых кинезиология может помочь болезни против болезни, и в этом она позволяет целой системе работать более гармонично. Люди с медицинскими знаниями могут получить помощь от кинезиологов, которые обучены таким более серьезным условиям; сложные методики кинезиологии позволяют людям функционировать наилучшим образом

при определенных обстоятельствах и иметь поддержку по поводу лучшего здоровья.

Кинезиология может даже помочь тем, что не может сделать напрямую мышечное тестирование, как то маленькие дети или груднички или старики. Для этого используются суррогатные тесты, когда мышечное тестирование переносится через другого человека, выполняющего роль посредника. Это позволяет оказывать помощь даже раненым или людям без сознания; это также очень применимо к животным. Суррогатное тестирование описывается детально в главе 4.

Некоторые люди, имеющие проблемы со здоровьем, могут нуждаться в помощи практика, который умеет комбинировать кинезиологию с другими областями специальности. Иногда разные виды лечения могут быть затребованы на разных стадиях лечебного процесса, например, после того, как мы имели дело со структурными факторами может возникнуть необходимость обратиться к эмоциональным проблемам или наоборот. Иногда после первичной оценки или после периода лечения, кинезиолог может отослать клиента к другому кинезиологу, практикующему врачу или доктору.

ЧЕМУ МОЖЕТ ПОМОЧЬ КИНЕЗИОЛОГИЯ

Поскольку кинезиология не концентрируется вокруг специфических симптомов, а тестирует и корректирует дисбалансы по всем системам тела\мозга, список вопросов, связанных со здоровьем, по которым может быть оказана помощь или достигнуто облегчение, бесконечен. Кинезиология и коррекции вызывают тело \мозг лечить себя самим, какие бы симптомы не проявлялись внешне; конечно, очень часто симптомы исчезают без каких либо прямых повреждений. Нижеследующий пример показывает, как кинезиология смогла помочь и очень молодому человеку и старому.

Ребенок с сильной близорукостью

Джимми, шести лет, был крайне близорук на левый глаз, что являлось результатом слабой работы мышцы левого глаза. Когда он пришёл ко мне на прием, он уже посещал глазную клинику, где они были обеспокоены, что у него это могла быть очень серьезная, постоянная проблема.

Во время оценки я попросил его прочитать стандартную глазную таблицу и сделать это без очков, сначала обоими глазами, потом правым глазом и левым по отдельности. Я записал всё, что он смог увидеть. Оценка кинезиологическая

показала дисбаланс в мышцах, связанных с его глазами, а также очень плохую координацию глаз.

Я провел ряд определенных коррекций, заключающихся в массаже определенных акупунктурных точек и рефлекторных зон и попросил его сделать простое упражнение для глаз. В конце получасового первого приема, когда я повторил те же тесты с глазной таблицей, его зрение уже улучшилось настолько, что он мог видеть так же хорошо без очков как и с ними. Это означало, что его предписания и рецепты более не действовали.

Я посоветовал матери Джимми продолжать упражнения, показанные ему, чтобы она опять отвезла его в клинику для нового исследования, что она и сделала. Она рассказала, что в клинике не могли понять, как могли произойти такие огромные изменения.

Джимми должен был носить очки некоторое время, но это отдельная история. Через год улучшения в зрении были стабилизированы и по заключению клиники его зрение 20-20.

Старик с болью в колене

Мисс Е. 75 лет, пришла ко мне на приём по поводу жестокой боли в левом колене, которое стало болеть около года назад. Специалисты ортопеды дали диагноз разорванные связки, и её лечили психотерапией и болеутоляющими средствами, позднее остеопатией в течение года – всё это не давало улучшений.

При оценке я обнаружил, что маленькая мышца за коленом была слабой и оказывала воздействие на работу всех окружающих мышц. После того, как эта мышца была выправлена с помощью стандартных приёмов коррекции кинезиологии, боль немедленно и навсегда исчезла.

Поскольку специфическая боль в колене никогда больше не возвращалась, мисс Е всё ещё имеет время от времени напряжение в коленях и продолжает регулярно посещать меня для лечения.

Не все приёмы кинезиологии столь же эффективны и быстры, но подобные результаты не являются для нас необычными. Ниже вы найдете лист, который даёт некоторое понятие о диапазоне применения кинезиологии.

Случайная травма
Пагубная привычка
Аллергии
Беспокойство

Астма
Боли в спине
Детское писание в постели
Проблемы мочевого пузыря

Проблемы кишок (внутренних органов)	Запоры
Боли в груди	Проблемы координации
Кандида албиканс	Депрессия
Синдром Хронической усталости (МЕ)	Диарея
Проблемы пищеварения	Трудности при концентрации внимания
Дислексия	Усталость
Проблемы ушей	Страхи
Непорядок с питанием	Синуситы
Экземы	Непорядки с кожей
Эмоциональные расстройства	Спортивные травмы
Истощение	Замороженные плечи
Проблемы с глазами	Геморрой
Боли в ногах	Головные боли
Гиперактивность	Ишиас
Синдром илеоцекального клапана	Стрессы
Скопление газов	Субфертильность
	Травмы локтей

Несовместимость пищи:	Тошнота
Неуверенность,	Боли в шее и напряжение
Повреждения, не требующие хирургического вмешательства,	Нервные проблемы
Инсомния,	Невралгии
Раздражающий кишечный синдром,	Фобии
Напряжение челюсти,	Послеоперационные боли
Боли в суставах	Дисбалансы осанки
Трудности при обучении	Менструальные синдромы
Низкая самооценка	Неусидчивость
Мигрени	Звон в ушах
Изменения настроений	Челюстные проблемы
Напряжение мышц	Проблемы веса
Мышечные боли и раздражения	(излишний, недостаточный вес).
	Взаимоотношения

Как может помочь кинезиология

Кинезиология, как это видно, может быть полезна при многих обычных заболеваниях, которые традиционная медицина может облегчить, но не обязательно вылечить. Все перечисленные заболевания были эффективно проработаны при использовании подходов кинезиологии при оценке всех аспектов человека и коррекций обнаруженных дисбалансов заметное улучшение по сравнению с традиционными методами лечения.

Посмотреть только на один пример: всё больше и больше людей страдают от Хронического синдрома усталости, который широко известен как ME (что в реальности есть неправильное употребление термина). И хотя это состояние сегодня признано медиками, его причина остается загадкой, и немногие ГП могут предложить какую-либо помощь кроме рекомендаций длительного отдыха. Для рассмотрения всех аспектов у больного кинезиолог может рекомендовать наиболее приемлемую диету и помочь справиться со стрессом и любыми другими мешающими элементами в жизни данного человека. Что ещё очень важно, корректировка дисбалансов в подразделах энергетической системы даёт эффект поднятия заниженных энергетических уровней больного и поднимает его из-за отчаяния, вызванного низкой энергией (см. главу 8).

БЕЗОПАСНА ЛИ КИНЕЗИОЛОГИЯ?

При работе правильно обученных людей кинезиология не может повредить никому. Методы, используемые для коррекции, просты и мягки; они работают на усилении энергии пациента, следуя приказам его собственного тела, что есть усиление энергии и что таковым не является.

Любая терапия хороша в зависимости от человека, который её применяет, и, надо сказать, есть опасность при применении некоторых внешне кажущихся простыми методов, которые используются необученными людьми. К сожалению, свобода практики в некоторых странах включая Британию, для альтернативных лекарей, приводит к злоупотреблениям. Известно, что людям, посещавшим так называемых кинезиологов, говорили после минимального тестирования, что у них имеются серьезные заболевания, что он должен жить, питаясь исключительно рисом, потому что у него есть множественные аллергии. По существу, серьезные состояния могут быть не замечены тем, кто объявил себя терапевтом уже после недельной учебы по мышечному тестированию.

ВВЕДЕНИЕ

Подробно о мышечном тестировании будет рассказано в главе 4; это искусство и делать это надежно и профессионально можно только после серьезного обучения и большой практики. Любой может сказать: «Вытяните руки», затем нажать на них. Это не кинезиология, не мышечное тестирование. К сожалению, многие терапевты именно это и делают, заявляя, что они работают как кинезиологи или даже как прикладные кинезиологи. Но до тех пор, пока практик не начнет понимать, что существует множество факторов, которые могут повлиять на мышечное тестирование, выводы и заключения могут быть некорректными.

Надо подчеркнуть, нормально обученные кинезиологи не нацелены или не пытаются давать медицинские диагнозы, пока они не имеют квалификации для этого. Большинство пациентов, посещающих кинезиологов в первый раз с медицинскими проблемами, уже имеют диагноз от своих лечащих врачей, а если нет, кинезиологи посоветует им получить такой диагноз.

КИНЕЗИОЛОГИЯ КАК ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Идеальным применением кинезиологии является превентивная забота о здоровье, поддержание физической, эмоциональной и энергетической систем в балансе, и чтобы выявлять проблемы как можно реже. При таком использовании в альянсе с методами самостоятельной помощи (см. Главу 6) она может помочь людям добиться и сохранить оптимальное состояние здоровья.

Более того, кинезиология может определять дисбаланс до того, как он разовьется в физический симптом или болезнь. Это особенно верно для случаев связи мышцы-меридиана, а Терапия по меридианам используется для оценки и лечения.

Сегодня важность человеческих энергетических систем, включая меридианы в теле и энергетическое поле вокруг, признаны в нескольких областях медицины, они всё больше группируются вместе как «*энергетическая медицина*» или «*вибрационная медицина*». Энергетическая медицина включает гомеопатию, лечение; Препараты цветов Баха, и конечно, акупунктура. Как считает доктор Ричард Гербер «*система меридианов акупунктуры является интерфейсом энергетических взаимосвязей между нашим физическим телом и энергетическими полями, окружающими нас*». (Ричард Гербер. Вибрационная медицина: новые выборы для самостоятельного излечения, Санта Фе, 1988, стр. 189).

КАК МОЖЕТ ПОМОЧЬ КИНЕЗИОЛОГИЯ

Среди практиков энергетической медицины общепризнано, что проблемы здоровья сначала появляются в тонком теле, тонких энергетических полях, до материализации в физическом теле. Тонкое энергетическое тело – некоторые лекари считают это аурой – состоит из набора энергетических полей, окружающих физическое тело. Невидимые большинству людей, эти поля можно увидеть и почувствовать людям с оккультными способностями, таким как хилеры, которые зачастую предвидят проблему здоровья до того, как человек начинает осознавать её.

Кинезиология один из путей дать возможность практикам определить потенциальные проблемы в тонком энергетическом поле. Получив возможность считывать путем мышечного тестирования меридианы, кинезиолог может обнаружить дисбаланс тонкой энергии, который имеет место или только начинается и который через определенное время приведёт к явным симптомам и болезни.

Очень типичным примером такого рода может служить такой: клиент приходит к кинезиологу, жалуясь на усталость, резкие изменения настроения, дезориентацию или на целый ряд других весьма неясных симптомов. При тестировании кинезиолог находит, что широчайшая мышца спины (большая мышца на спине) слабая. Эта мышца связана с меридианом селезёнки, который заряжает энергией поджелудочную железу, производящую инсулин и контролирующую уровень сахара в крови. Распрашивая клиента, кинезиолог обнаруживает, что у клиента склонность к сахару.

Кинезиолог использует все доступные средства для коррекции и усиления слабой мышцы; дальнейшее тестирование подтверждает, что мышца была напряжена, что означает, что энергия была возвращена в меридиан селезенки и соответствующую железу, поджелудочную. Для сохранения этих результатов клиенту дают совет уменьшить потребление сахара и увеличить количество пищи, богатой витамином А.

Если бы дисбаланс в поджелудочной железе был очень сильным, ему бы позволили сохраниться и не быть замеченным и долго не занимались бы им, у клиента мог бы наступить диабет.

Конечно же, Прикосновение к здоровью специально разработано для предупреждения и может быть изучен любым человеком, желающим помочь сохранить свое собственное здоровье и здоровье своей семьи.

ГЛАВА №3

ВИЗИТ К КИНЕЗИОЛОГУ

Если вы сами решите попробовать посетить кинезиолога, есть ряд факторов, которые надо принять во внимание: к кому можно обратиться, в какой области они работают, с какими другими навыками или методами терапии они сочетают свою работу?

Хотя кинезиология интенсивно действует в США, это не типичный случай для других стран, и вам может быть трудно найти специалиста кинезиолога в вашем городе. Однако, эта отрасль развивается, и всё больше и больше людей постоянно занимаются кинезиологией.

В то время как ТФХ и АК формируют основы всякой кинезиологии, многие направления стали концентрироваться на различных областях здоровья, каждая со своими специализированными методами оценки и коррекции. Главные направления даны в главе 7. Количество этих направлений показывает спектр возможностей, предлагаемых кинезиологией. Как любая другая область, предлагающая свои особые подходы, кинезиологи в большинстве случаев сочетают с другими методами терапии, такими как диетология, питание, остеопатия, хиропрактика и другие формы работы тела. Итак, хотя кинезиология может формировать основу их работы, индивидуальные практики будут иметь разные подходы, основанные на областях, которые они практикуют, а также другие используемые ими навыки.

Приложение **В** включает перечень контактов с людьми из различных областей и направлений кинезиологии, которые смогут отослать вас к ближайшему практикующему специалисту.

Однако, выбор может быть иногда затруднительным. Как определить, тот который будет для вас подходящим?

ВЫБОР КИНЕЗИОЛОГА

Идеальным был бы выбор кинезиолога, который имеет все навыки, которые могут удовлетворить ваши потребности. Например, если у вас есть проблема со спиной, ваш первый выбор может быть или остеопат или хиропрактик, использующий кинезиологию. С другой стороны, вы могли бы получить оценку от кинезиолога, который не является мануальным терапевтом, и если проблема была мышечной, как это часто бывает, он или она вполне могут откорректировать это. Однако, когда выяснялось, что необходимы манипуляции, вас отошлют к хиропрактику или остеопату.

Если же вы страдаете от эмоционального стресса, ваши потребности могут быть лучше удовлетворены при посещении кинезиолога, который специализируется в подобных вопросах; если это проблемы пищеварения или аллергии, то специалист, использующий методики кинезиологии наилучшим образом сможет сделать оценку ваших потребностей в диете.

Поскольку есть так много путей для использования кинезиологии, очень важно найти кого-то, кто не только обладает навыками, необходимыми для вас, но и работает в комфортной для вас манере. На практике ваш выбор может быть ограничен теми, кто доступен на местном уровне. Но какими бы ни были варианты большинство практиков имеют образование по Прикосновению к здоровью. К кому бы вы ни обратились, можно посоветовать, чтобы первый сеанс был консультативным, на этой стадии без обязательств последующего обслуживания.

Чтобы помочь вам ориентироваться в этом деле и не оплошать, на странице 125 есть таблица, которая показывает на чем надо сделать акцент в каждой области или направлении кинезиологии.

ГОНОРАР

Профессиональные кинезиологи, как и другие врачи, должны получать деньги за свои услуги. Гонорары определяются рядом факторов: знаниями, опытом, длиной сеанса или местоположением (например, в больших городах накладные расходы выше, чем в других местах).

Единый подход принятый большинством кинезиологов может быть определен временем сеанса, а сеансы, включающие кинезиологию могут быть дольше, чем сеансы без нее.

Однако, кинезиология обычно может быстро добраться и определить причину проблемы, даже если другие системы не срабатывают, а техника коррекций быстрая и эффективная. И хотя отдельные сеансы могут быть длиннее и поэтому более дорогими, чем при посещении других врачей, в конечном счете, как правило, визитов будет меньше, а результаты будут более продолжительными.

ПЕРВЫЙ СЕАНС

Сеанс, о котором мы рассказываем в этой главе, основан на типичной практике профессионального кинезиолога, использующего единую модель АК-ТФХ. Продолжительность сеанса значительно изменяется. Остеопат или хиропрактик на первый сеанс затратили бы 30 минут и 15 минут на последующие сеансы. Почти все кинезиологи дают приём, который продолжается час и более.

Большая часть времени на первом сеансе тратится на сбор информации. Каковы бы ни были ваши особые проблемы, практик будет выстраивать полную картину баланса ваших структурных, питательных и эмоциональных состояний и энергетический факторов.

ИСТОРИЯ БОЛЕЗНИ

Кинезиолог начнет с того, что будет писать историю вашего случая: задавать вопросы об имеющихся у вас симптомах, о любых медицинских диагнозах и способах лечения, вашей медицинской истории болезней, операций, медицинских способах лечения. Он захочет узнать о вашем образе жизни, включая занятия и отдых, стрессы, диету, отношения, вашу домашнюю и рабочую жизнь.

Рентген

Хиропрактики и остеопаты иногда требуют рентгеновские снимки (или делают их сами); если это так, то стоит выяснить, могут ли быть получены существующие снимки, пока не сделаны новые.

Медицинская диагностика

Кинезиолог обязательно спросит у вас виделись ли вы со своим врачом и может посоветовать сделать это. Пока он или она не имеют права на медицинский диагноз, оценка кинезиологии обеспечивает энергетическую оценку различных частей тела и его функций. Если, после посещения доктора, медицинский диагноз предполагает, что вам необходимо лечение, вы можете обсудить наиболее приемлемые способы лечения с вашим кинезиологом по традиционной медицине,

по кинезиологии или комбинации их обеих. Всегда стоит посмотреть, что можно сделать до операции, поскольку невозможно заменить органы, удалённые во время операции, как невозможно убрать шрамы, если они имеются.

Может случиться, что во время оценки обследования кинезиолог будет подозревать наличие проблемы со здоровьем, о которой вы не имеете представления, может предупредить о необходимости медицинского обследования. В этом случае кинезиолог будет отсылать вас к лечащему врачу. Часто это случается из простой предосторожности, но никогда не стоит игнорировать это, как показывает нижеследующая история.

Серьезные проблем свища пазухи

Ко мне на прием попал мужчина с жалобой на жестокие проблемы со свищем, которые продолжались в течение ряда лет. Он был у своего доктора за год до этого, но решил, что предпочитает лечение «естественное» натуральное, и он пытался найти различные естественные способы лечения.

Во время обследования я понял, что у него могла быть гораздо более серьезная проблема, чем он полагал. Я посоветовал ему обратиться к своему врачу опять и попросить сделать обследование специалистом уха-горла-носа до того, как начинать лечение у кинезиолога. Он последовал моему совету и спустя неделю была операция по подозрению в раковой опухоли. К счастью эта операция была сделана вовремя; опухоль оказалась предраковой.

К сожалению, подобные случаи крайне редки.

Кинезиологическое обследование оценка

Когда записана история вашего случая, начинается обследование, оценка состояния. Кинезиолог будет обращать внимание на все ваши специфические симптомы, но поскольку кинезиология основана на единой модели, такое обследование закрывает все аспекты – структурные, химические и эмоциональные, а также электромагнитные. Обращая внимание на все эти зоны, часто выясняется глубинные или сокрытые причины этих симптомов.

Мышечное тестирование

При использовании стандартных методов АК-ТФХ по обследованию и оценке, кинезиолог будет выполнять ряд мышечных тестов на обеих сторонах вашего тела, чтобы определить энергетический баланс мышц, меридианов и соответствующих органам желез. Он будет выполнять один тест, называемый тестирова-

ние мышцы-индикатора, чтобы добраться до целого ряда других факторов. Эти техники описываются более полно в 4 главе.

Вам не надо будет раздеваться, если только ваш кинезиолог не является также мануалистом, таким как остеопат или хиропрактик; тестирование может быть сделано в одежде. Вас могут попросить снять какой-то предмет на последующих сеансах, чтобы кинезиолог мог лучше анализировать вашу осанку при мышечном дисбалансе.

Большинство же тестов выполняются, пока вы лежите на массажном столе, что упрощает тестирование ножных мышц. некоторые из тестов включают движения, для которых вам надо будет встать на ноги.

Пока вы комфортно лежите, кинезиолог будет двигать вашу руку в определённую позицию, а затем попросит вас «*подержать*», пока сам будет легким нажатием в определенном направлении на пару секунд. Это всё для того, чтобы определить может ли тестируемая мышца немедленно вернуться в своё исходное положение.

Кинезиолог будет продолжать серию мышечных тестов на обеих сторонах тела, всякий раз ставя вашу руку или ногу в разные положения – ни одно из них не является неудобным – и каждый раз применяя легкое нажатие на несколько секунд.

Вы увидите, что некоторые мышцы замыкаются в беспомощном состоянии, другие поддаются, когда их тестируют. Это может оказаться удивительным, поскольку в нормальном состоянии мы обычно не осознаем эти маленькие мышечные слабости. Например, многие люди-правши считают, что их правая рука сильнее, и удивляются, если это оказывается не так. Однако целью этого процесса является не определение вашей силы, а оценка качества реакции ваших мышц и энергии, немедленно и вполне доступным способом.

Коррекции

Хотя большинство времени на первом сеансе тратится на сбор информации, вы уже во время обследования и оценки получите коррекцию. Они совершенно безболезненны и результаты мгновенны. Некоторые описаны более подробно в главе 5 и 6. Важно знать, что чем больше информации может собрать кинезиолог во время обследования, тем более точным и эффективным будут коррекции и лечение.

Результаты выводы обследования

В конце первого сеанса кинезиолог сможет предоставить вам выводы об основных зонах дисбаланса, показанных вашим телом, указать на специфические дисбалансы и положительные связи между вашими симптомами и тем, что он обнаружил. Вам могут рассказать о коррекциях, которые вы получили. Вам могут посоветовать посетить 3-4 сеанса, а затем с меньшим интервалом до исчезновения симптомов.

Эффекты от сеанса кинезиолога

Большинство людей считают посещение кинезиолога очень расслабляющим, а некоторые чувствуют приятную легкость и доброту после сеанса. Однако, из-за того, что это очень мощные, глубоко проникающие процессы, они могут привести к серьезным энергетическим изменениям, в результате чего будет чувствоваться усталость и сонливость или другие подобные симптомы. Это на самом деле хороший знак, и это не должно беспокоить вас: это всё значит, что тело проходит через процесс излечения. Лучше всего отдохнуть или поспать; фактически стоит планировать ваши сеансы так, чтобы они позволяли вам иметь время для отдыха после сеанса. Хотя изменения энергии происходят постоянно во время работы с вами, оздоровительный эффект может продолжаться дни, недели и даже месяцы, следующие за сеансами.

Тело имеет природные способности к самоизлечению и делает это совершенно естественно; например, если вы поранили палец, через какое-то время он заживет сам по себе. **Кинезиология, приводя в баланс все аспекты человеческого существа, - структурный, химический и ментальный – приводит тело в оптимальное состояние для самоизлечения. Как много понадобится для этого времени, зависит от индивидуальных особенностей человека.**

ПОСЛЕДУЮЩИЕ СЕАНСЫ

После первого сеанса уже от вас зависит, хотите ли вы вернуться для последующих встреч, и у вас есть свобода выбора, чтобы решить эти вопросы в свое время.

Хотя процедуры на каждый сеанс похожи, двух одинаковых не бывает. Каждый раз корректируется одно нарушение баланса, другой дисбаланс выходит в приоритеты; это то, что тело требует как следующую коррекцию. Этот процесс продолжается, пока все нарушения не будут исправлены, и тело не вернется в сба-

лансированное состояние. Например, кинезиолог может начать с коррекции структуры – некоторых слабых мышц; когда это сделано, тело может показать, что надо обратиться к эмоциональным проблемам или что химические нарушения нуждаются во внимании или даже другая структура. Иногда сеанс частично или целиком заключается в тестировании аллергий или ощущений, а всё это требует времени. Поскольку кинезиолог имеет дело с каждым аспектом и усиливает одну сторону Триады, это будет поддерживать изменения в другой стороне. Примером может служить случай с женщиной, страдающей аллергией на молоко, рассказанной в главе 1. Первый сеанс убрал головные боли, но мышечная слабость показала на химический приоритет. Это относилось к аллергии, которая при тестировании, оказалась относящейся к молоку. Когда была убрана химическая проблема путем исключения его из рациона, возникла эмоциональная проблема. При продвижении лечения остается меньше нарушений, и обычно все они, в конце концов, исчезают. К этому времени вы будете чувствовать себя значительно лучше.

Время лечения

Благодаря тому, что кинезиология такая эффективная система, обычно нет необходимости посещать много сеансов, чтобы почувствовать улучшение; резонно ожидать заметных улучшений к третьему сеансу. Некоторые клиенты говорили о необыкновенной скорости воздействия коррекций. Они же фактически моментальные, хотя может понадобиться время, чтобы понять результаты изменений, которые они принесли. Люди часто спрашивают: «*Как долго держатся улучшения?*». Ответ таков, что улучшения держатся, пока не появится какой-нибудь стрессовый фактор, который вызовет дисбаланс. **Задача кинезиолога обнаружить эти стрессовые факторы и перенастроить тело для восприятия нового состояния баланса.**

Кинезиолог не фокусник и очень важно устанавливать разницу между краткосрочными проблемами и хроническими, которые могут потребовать гораздо большего времени на излечение. Лечение это текущий процесс, который может занять дни, недели или месяцы как рассказано в этой истории.

Долгосрочный процесс лечения

С жалобами на очень сведённые веки ко мне обратился 48 летний мужчина, который страдал этим уже около шести месяцев. Специалисты глазники не могли

идентифицировать причину этой проблемы; они помогали, но не могли излечить его, применяя мазь кортизон.

Пообщавшись с ним, мне стало ясно, что хотя у него и не было текущего эмоционального стресса, с ним произошла история страха-потери. Обследование показало, что проблема глаз соотносилась со слабым меридианом почки и общей токсичности. Мужчина страдал также от запоров, у него была неправильная диета. Он выпивал до 6 чашек крепкого кофе ежедневно и только недавно бросил курить. Его система была слабой и интоксифицированной, она страдала от стимуляции сигаретами и кофе в течение многих лет.

Это не могло быть короткое лечение за одну ночь. Я стимулировал лимфатическую систему этого человека и систему меридианов, дал ему определенные рекомендации по диете, ряд упражнений на каждый день и работал с ним по эмоциональным проблемам, пока он не понял, что может изменить кое-что в своей жизни, что запустит и стимулирует новые интересы.

Мужчина получал по шесть сеансов с месячным интервалом, следуя в это же время моим рекомендациям по самопомощи. Через короткое время наступили улучшения по состоянию глаз и общему самочувствию, его отношение к жизни приняло позитивный характер. В конце лечения состояние глаз было полностью нормализовано.

Теперь мужчина гораздо более подтянут, у него есть интересы и важные дела в жизни. Он продолжает время от времени посещать меня для поддержания своего состояния.

САМОПОМОЩЬ

Одним из положительных свойств кинезиологии является то, что вы активно участвуете в сеансе; вы работаете при мышечном тестировании и можете над собой экспериментировать, например, проверить, стала ли мышца сильнее после коррекции, или проверить воздействие молока, или сахара, или кофе, или ваших верований, отношений, не принимая на веру то, что говорит вам специалист.

Ваше участие продолжается и между сеансами. Кинезиолог может рекомендовать изменить диету, может тестировать, насколько эффективно это было на следующей встрече. Может быть предложена самопомощь в форме упражнений, самомассажа рефлекторных точек или использования методов уменьшения воздействия стресса. (некоторые из этих методов даны в главе 6).

Поддержание

Аналогия с обслуживанием машины может показаться забавной, но есть несколько схожих вещей. Вы не можете ожидать, что машина будет ездить многие годы без обслуживания, проверки, и определенных ремонтных работ. Ваше тело такое же. Оно только выигрывает от регулярных проверок и ремонтов, если это необходимо для поддержания его нормальной работоспособности. Многие люди, столкнувшиеся с кинезиологией, признают это и приходят для регулярных энергетических балансировок как определённой формы обслуживания. Важно и то, что не обязательно надо заболеть, чтобы признали необходимость в энергетической балансировке или обслуживании. Многие тренированные и здоровые люди включают это как часть своей программы **фитнеса**.

Поддержка Здоровья с помощью Прикосновения к здоровью

Для вас становится возможным иметь сеанс кинезиологии с товарищем, который изучил Прикосновение к здоровью и хотел бы разделить свои знания с вами на непрофессиональной основе. Очень много людей по всему миру получили опыт по кинезиологии от друзей, а не от профессиональных практиков-кинезиологов. Прикосновение к здоровью предлагает широкий спектр методов энергетического баланса, и многие люди, не имеющие профессионального отношения или опыта в области здоровья, стали пользоваться этими приемами.

Глава 4 ОБСЛЕДОВАНИЕ

Кинезиология предлагает один из самых эффективных методов обследования, которые доступны сегодня в естественных областях работы со здоровьем. Посредством мышечного тестирования кинезиолог может получать информацию о любой части тела и о реакции тела на любые стимулы. Эта глава рассказывает о разных факторах, которые могут быть определены, о ряде используемых методик, большинство из которых уникальны для кинезиологии; это поможет вам понять больше о описываемых далее историях лечения пациентов.

Различные типы обследований

Обследование АК

АК обследует шесть главных факторов которые могут вызвать мышечную слабость и сопровождать дисфункцию органа. Один из них это химический дисбаланс, относящийся к питанию; другие относятся к структурным проблемам, известным как пять факторов ИВФ (межмозговой про-

ход). ИВФ это место или отверстие сбоку каждого позвонка через которые нервы, потоки крови и лимфы выходят из спинного мозга в остальные части тела. Это будет очевидно по слабости мышц, если имеется какое-либо нарушение в структурной, химической или эмоциональной зонах человека, а один из этих пяти факторов будет функционировать ненормально.

Этими пятью факторами являются:

1. Подвывих (защемление или смещение позвонков)
2. Лимфатическая закупорка
3. Сосудистая (оборотная) стагнация
4. Относящийся к твердой мозговой оболочке закручивающаяся пара **CSF**
5. Акупунктурный/меридианный дисбаланс

АК делает больше тестов на мышцах, на отдельных частях мышц, чем ТФХ.

ОБСЛЕДОВАНИЕ ТФХ

В то время, как АК, имеющая корни в хиропрактике, использует обследование и мануалку, система ТФХ, не имеющая отношения к мануальной терапии, придает большее значение энергетическому балансу и другим факторам, включая эмоциональные.

ТФХ определяет около 42 основных мышц в теле. Как и при обследовании АК любой дисбаланс в структурной, химической или эмоциональной области человека выявится как мышечная слабость. Но поскольку ТФХ не включает манипуляции, обследование не включает подвывихи, а пытается определить, является ли мышечная слабость результатом лимфатической закупорки, сосудистой стагнации или акупунктурному или меридианному дисбалансу, мышечному ошибочному программированию и/или проблемам, связанным с питанием или эмоциональными проблемами.

Обследование без мышечного тестирования

Кинезиолог, практикующий энергетическое балансирование может, как часть первичного обследования, использовать некоторые не мышечные методы тестирования из Закона Пяти Элементов, системы традиционной китайской медицины, которой сегодня пользуются многие специалисты по акупунктуре. Это относится ко всему на свете, а в теле к одному из пяти элементов: огонь, земля, металл, вода или дерево, которые все взаимодействуют между собой. В соответствии с этой

философией, здоровье приходит при балансе всех пяти элементов, которые связаны с меридианами и основными человеческими органами.

Кинезиолог может использовать эту систему, чтобы вставить в контекст Пяти Элементов свои находки по мышцам и меридианам. Каждый элемент соотносится с определенным чувством, звуком, запахом, вкусом (например, сладкий или горький) и сезоном.

При обследовании все эти связи используются, например, для того, чтобы обратить внимание на цвет кожи клиента, тон его голоса, запах тела, любимую пищу и предпочитаемое время года, и всё это имеет особое значение с точки зрения здоровья и баланса меридианов. Эта информация вместе с другими деталями, собранными с помощью мышечного тестирования, даёт очень полную и доступную картину настоящего состояния клиента.

ЧТО МОЖЕТ БЫТЬ ОБСЛЕДОВАНО?

Хотя факторы, которые можно обследовать, почти безграничны, эта глава расскажет о тех, которые обычно собираются с помощью методик АК/ТФХ и некоторых других областей кинезиологии, которая объединяет эти факторы в обычные категории структурные, химические, эмоциональные и электрические (Общая таблица дается на стр. 51).

СТРУКТУРНЫЕ ФАКТОРЫ

Структурные факторы включают мышцы и кости; дисбаланс в них может вызвать плохую осанку, боли и дискомфорт. Кинезиология тестирует главные мышцы тела для определения слабых и напряженных мышц, а также для определения защемлений, закупорок и вывихов в костях хребта, черепа или почечной лоханки.

Другие структурные тесты включают обследование амортизаторов в коленях, бедрах и ступнях, тестирование хиатуса грыжи, проверки илеоцекального клапана (ИЦК). ИЦК находят на соединении толстого и тонкого кишечника. Если этот клапан работает не правильно – а это может быть, если он слишком открыт или слишком прикрыт – это может привести к целому ряду казалось бы не относящихся друг к другу проблем, таких как головная боль, диарея, кандида Албиканс или запор. (Кандида, которую называют еще и кандидиасис, это дрожжевое разрастание, которое лишь недавно было признано в основном в альтернативных областях медицины, и её считают причиной ряда симптомов, таких как раздувания, вагинальные расстройства, умственные расстройства, тошнота, синдром раздражения и т.п.)

Химические Факторы

Химические факторы включают аллергические реакции, расстройства, связанные с питанием, гормональные дисбалансы, неполадки с кровью и сахаром и токсикацию. Все они расстраивают химические процессы в теле человека и могут вызвать широкий спектр симптомов, таких как умственные расстройства, состояние кожи, головные боли, головокружения и кандиду, не говоря о многих других.

Кинезиология предлагает, пожалуй, наиболее эффективный и точный метод проверки на аллергии и чувствительность к пище и другим субстанциям. В отличие от других методов определения аллергии, этот дает результат сразу и без боли. Используется собственный ответ тела на реакцию теста на пищу, жидкости, воздушные и капельные аллергены, такие как кошачий мех, металлические яды (ртуть, например), стресс от окружающей среды или геосостояния, алкоголь, табак и пищевые добавки. Кинезиология может также выявить среди выявленных аллергических реакций и ощущений и, таким образом, между необходимостью избегать чего-либо вместе или просто уменьшать predisposedness к ним.

Эмоциональные факторы

Эмоциональные факторы включают наши мысли, верования, отношения и чувства как сознательные, так и подсознательные, относящиеся к прошлому настоящему и будущему – все они могут вызывать умственные и эмоциональные проблемы, включая стресс, беспокойство, бессонницу, вредные привычки и фобии. Эти эмоциональные факторы не только воздействуют на наше поведение, они также имеют продолжительный эффект на все аспекты нашего здоровья. Вы становитесь тем, кем вы верите вы являетесь, а то, что вы представляете из себя в настоящее время, это совокупность того, во что вы верили и о чем думали в прошлом. Поэтому когда имеешь дело с проблемами здоровья очень важно определить любые эмоциональные факторы, которые могут иметь отношение к этому.

Мышечное тестирование даёт мгновенный, не озвученный ответ тела – подсознательный ответ – на эмоциональные стимулы. Подобное тестирование может приоткрыть внутренние конфликты и сокрытые отрицательные верования и отношения, которые часто являются причиной вредных привычек; люди обнаруживают, что саботируют положительные изменения, которые они сознательно хотели бы принять. Тест на это в кинезиологии называется «*психологическим реверсированием*» (см. стр 86). Мышечное тестирование может вытягивать точную информацию об эмоциональных проблемах; например, точно указать когда нача-

лась проблема, где и с кем и что может быть помощником в решении всех этих трудностей, включая беспокойства и фобии и с определением эмоциональных факторов, зачастую вызывающих аллергии. Тестирование может идентифицировать стресс, который часто заблокирован в теле во время аварии или травмы, давая путь для хронической боли.

Электромагнитные факторы

Они окружают ряд энергетических цепочек в теле человека и энергетических полей, которые находятся на расстоянии до 5 см вокруг тела. Электромагнитные проблемы вызываются электрическими нарушениями в этих системах, которые создают неправильную или слабую связь внутри тела, зачастую давая ход чувствам дезориентации и смущения, плохой координации, дислексии и т.п. Транквилизаторы и другие медикаменты, медицинские и социальные, могут быть основными причинами электромагнитных нарушений.

Электромагнитные факторы включают:

- Лор – это баланс положительных и отрицательных ионов, которые мы вдыхаем, которые создают положительные и отрицательные токи в теле;
- Центрирование, дуга – это то, как тело реагирует на быстрый шок. Центрирование включает доминирование правой левой полушарий мозга, энергетические цепочки походки или ходьбы и черепного/крестцового движения
- Переключатель полярности - тело подобно батарее, имеет положительный и отрицательный контакты (см стр 96)
- Акупунктурные меридианы (энергетические пути) – определяет 14 меридианов на излишек и недостаток энергии, каждый соотносится со специфическим органом или частью тела, включая мозг и спину.
- Органы: живот, селезенка, легкие, печень, мочевой пузырь, почки, пузырь, толстый и тонкий кишечник
- Железы:
- Интеграция Правого/левого полушария мозга - У большинства людей левое полушарие мозга специализируется в производстве последовательной информации или логической и аналитической, в маленьких кусочках информации, где правое полушарие воспринимает пространственные концепции, матрицы, ритмы, музыку и т.д. как единое целое. (У некоторых людей эти полушария обратные). Каждое полушарие контролирует противоположную сторону тела, и такая слабая взаимосвязь полушарий воздействует как на умственную работу, так и на физическое

тело. Когда полушария не интегрированы, человек может привыкнуть к одному режиму мышления; например, кто-то с сверхдоминированным аналитическим полушарием может лишь думать о логическом решении проблемы и не способен размышлять и искать решение. Нарушение работы полушарий также может быть ключевым фактором дислексии, трудностей при учебе, плохой координации. Зрительная заторможенность – т.е. обследование энергетических цепочек, относящихся к глазам. (это было очевидно в случае с маленьким мальчиком в главе 2). Слуховые – т.е. энергетические цепочки относящиеся к ушам.

Сводная Таблица того, что можно обследовать с помощью АК/ТФК и некоторых областей кинезиологии.

Структурные факторы.

Мышцы: В ТФХ есть 42 основные мышцы, которые тестируются, и располагаются по обеим сторонам тела, рук, ног, колен, передней и задней частей торса и шеи. В АК тестируется больше мышц, но более специфически.

Кости: спинной хребет, череп и таз. Другие зоны тестирования включают амортизаторы в коленях, лодыжках и бедрах; зубы, илеоцеокальный клапан, паховая грыжа.

Химические факторы. Аллергии на пищу, жидкости, воздушнокапельные субстанции, токсиканты, пищевые расстройства, гормональный и кровь-сахар.

Эмоциональные факторы чувства любого рода, веры, отношения, сознательные и подсознательные, относящиеся к прошлому, настоящему и будущему, внутренние конфликты (психологическая реверсия).

Электромагнитные Энергия цепочек в теле и энергетические факторы полей вокруг тела на расстоянии 5 см. ЛОНИЗАЦИЯ ЦЕНТРИРОВАНИЕ (доминирование правой или левой сторон мозга цепочки походки и хождения, черепно-го/крестцового движения. Переключатель полярности и интеграция правой/левой сторон мозга. энергетические цепочки, относящиеся к глазам и ушам.

Мозг и спина

Органы: живот, селезенка, сердце, легкие, печень, мочевого пузырь, почки, пузырь, тонки и толстый кишечник.

Железы: поджелудочная, вилочковая, слизистая, репродуктивная, щитовидная

МЫШЕЧНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

Мышечное тестирование является принципиальным методом обследования, используемым в кинезиологии, и такое тестирование отличает кинезиологию от

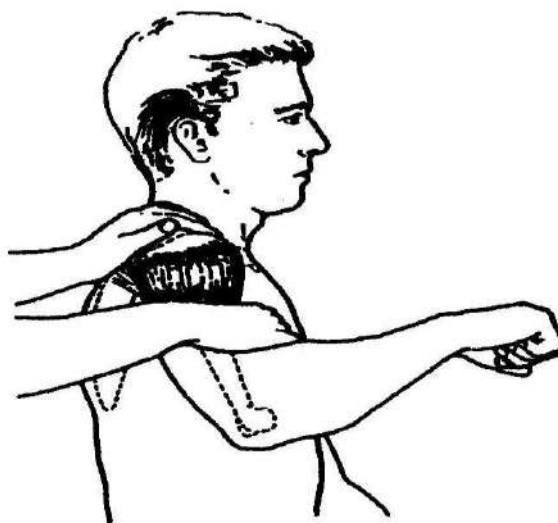
всех других терапий. Есть ряд различных путей по использованию для обследования при тестировании.

Нет ничего нового в вопросах мануального тестирования мышц; часто физиотерапевты используют это для определения силы специфических мышц, особенно у пациентов, которые имеют слабость в результате, скажем, полиомиелита, удара или повреждения. Физиотерапевты оценивают силу мышц в сравнении с гравитацией по шкале 0-5. Ноль эквивалентен отсутствию ответа, а 5 нормальной силе.

Мышечное тестирование в кинезиологии

Большинство мышц, тестируемых по шкале 0-5 попадают на уровень 5. Однако, эти многие «*нормальные*» мышцы не выдержали бы мышечные тесты кинезиологии, которые определяет качество реакции мышц, определяемых нервной системой. В этом кинезиология уникальна. В кинезиологии при мышечном тестировании мышца изолируется при тесте насколько это возможно от других мышц, с которыми она обычно взаимодействует. Мышца вводится в сокращение, таким образом оба её конца находятся на наиболее близком расстоянии друг от друга. Тестируемого просят удерживать эту позицию, пока тестирующий применяет легкое нажатие около 2 кг или менее того, в течение 2 секунд, толкая в таком направлении, чтобы растянуть мышцу. Если конечность двигается более чем на 5 см, она считается слабой, если держит, то сильной.

Изоляция мышцы таким путем делает для клиента сохранение начальной позиции тестирования более трудным. Тестируется возможность человеческой нервной системы адаптироваться к изменению давления тестирующего во время 3х секундного периода. Это позволяет тестирующему определить мышечный ответ.



1. Мышечное тестирование кинезиолога (тест трапециевидной мышцы)

Два метода пользования мышечного тестирования

Метод тестирования мышцы от сокращения до растяжения один и тот же для всех областей кинезиологии за исключением гипертоника-Х, когда мышцы проверяются при растяжении. Тестирование мышцы это форма биоподдержки, когда сильный или слабый ответ даёт тестирующему особую информацию.

При кинезиологическом обследовании мышечное тестирование используется двумя различными путями:

1. В форме серии специальных мышечных тестов для обнаружения того, как хорошо работает тело во всех аспектах - структурном, химическом и эмоциональном.
2. Тестированием индикаторной мышцы ИМ, когда используется одна мышца для получения не озвученных ответов на стимулы, которые могут относиться к структурным, химическим, эмоциональным или электромагнитным факторам.

Во всех направлениях кинезиологии пользуются обоими методами, и иногда отдают предпочтение тестированию индикаторной мышцы.

Тест Индикаторной мышцы (ИМ)

Работают с одной мышцей как инструментом биоподдержки для получения информации о теле/мозге или другой части тела, кроме той специфической мышцы, которую тестируют.

Мышца, используемая таким образом, называется индикаторной мышцей (ИМ). Это может быть любая мышца тела, которая сильная и работает нормально; её связь с меридианом в таком случае не важна. Эта единственная мышца может быть использована для тестирования ответов тела на стимулы, и она будет слабой при легком давлении, когда стимулы вызывают дисорганизацию или дисбаланс в системах пациента. Например, если упражнения ползания вызывают в системе стресс (стр. 75), ранее сильная ИМ будет ослабевать.

Полагают, что причиной этому является то, что если мышца показывает сильно, стресса нет, мозг может срабатывать одновременно с мышечным тестированием и дополнительными, не стрессовыми стимулами. Однако, если стимулы вызывают некоторый стресс, это создаёт моментальную дисориентацию в мозге, который не в состоянии совладать одновременно с двумя нагрузками, т.е. держать мышцу

сильной и иметь дело с воздействием стимула. Как результат мышца сразу слабеет.

В Прикладной кинезиологии и Прикосновении к здоровью тестирование индикаторной мышцы всегда происходит в комбинации с другими вариантами обследования как средствами обследования структуры, химии, эмоций и электромагнитной энергии. Однако, некоторые области кинезиологии делают и свой собственный расширенный ИМ тест для обследования эмоциональных факторов и получения ДА/сильно или НЕТ/слабо ответов на словесные запросы. Иногда это называют «запросами к телу» или «интуитивным мышечным тестированием».

Использование и злоупотребление тестированием индикаторной мышцы

Тестирование индикаторной мышцы может оказаться весьма драматичным; оно открывает удивительные возможности получать почти любые ответы сразу же. Именно эта огромная сфера мышечной биоподдержки привела к быстрому распространению кинезиологии в различных областях медицины.

Однако, как упоминалось ранее, эта техника должна применяться хорошо обученными специалистами. Ряд факторов может повлиять на тестирование мышцы, а отсутствие осознания этого тестирующим может привести к ошибкам при получении информации. Употребляя её как «*вопрос к телу*», нужно быть также очень внимательным, ибо не все кинезиологи могут его использовать надёжно и постоянно.

«Вопрос к телу» - это надёжно?

Есть большая разница между кинезиологами, использующими основанные на АК методы обследования и теми, кто пользуется методом «*вопрос к телу*». Специалисты АК со своими более научными и ориентированными на медицину основами, используют логические, а не интуитивные методы обследования для получения информации от тела. Те же, кто пользуется методом «*вопрос к телу*» БОЛЬШЕ ДОВЕРЯЕТ ИНТУИТИВНОМУ ПРОЦЕССУ, обращаясь напрямую к мудрости тела.

В обоих методах есть достоинства и недостатки. АК, определяя что и как можно обследовать, ограничивает потенциальный спектр обследования, особенно в области эмоций; однако, результаты методов АК могут быть повторены. Метод «*вопрос к телу*» даёт неограниченные возможности обследования любого рода факторов, но из-за зависимости от более интуитивного подхода, он даёт результаты, которые не всегда можно повторить, а это значит менее надёжные. Тем не менее,

в опытных и знающих руках «*вопрос к телу*» может привести к совершенно невероятным результатам, как это продемонстрировано в главе 7.

Однако, причина, по которой метод «*Вопрос к телу*» может быть ненадежным, кажется таким потому, что практик не полностью отрешён, он или она могут работать с клиентом как посредники и, таким образом, влиять на конечный результат теста, зачастую ненамеренно. Цитируя Давида Вальтера, одного из ведущих специалистов и описательей Ак: «*Кажется, что некоторые люди могут применять явно терапевтические подходы и достигать результатов, которые недоступны другим спецам.....такие специалисты могут быть ценными для клиента, но они не могут научить этому других, кто не имеет аналогичных способностей и умственных матриц*». (Давид Вальтер. ДС Прикладная кинезиология, Системы ДС США 1981 том 1 стр 5)

Практики, студенты и клиенты стараются выбрать те подходы, которые для них наиболее комфортны.

Дальнейшие методы Обследования

Есть и другие методы для достижения даже большей информации от тела/мозга. Они уникальны для кинезиологии и используются в совокупности с другими особыми мышечными тестами или тестами мышц-индикаторов.

Некоторые системы и области кинезиологии работают по этим, а не по другим техникам, хотя иногда они используются и в комбинации. В их определениях найдется не много различий.

Терапевтическая Локализация (ТЛ)

Эта процедура используется для тестирования структурных, химических, электромагнитных энергетических факторов, чтобы точно определить место, где заложена проблема. Кинезиолог тестирует мышцу-индикатор, а в это время клиент прикасается к подозрительной зоне – это может быть место на черепе, акупунктурная точка или какой-то зуб. Если предыдущая мышца-индикатор была сильной, а стала слабой, это означает наличие дисбаланса в части тела, к которой прикасаются. Терапевтическая локализация или локализация цепочки, как её иногда называют, также может быть использована для того, чтобы оценить, какой из подходов лечения поменяет слабый ответ мышцы на сильный.

Вызов

Эта процедура такая же, как для терапевтической локализации, но касается точек или нужных зон специалист, например, чтобы найти, какой позвонок сдвинут с места. Вызовом называют также и технику для определения того, было ли

предоставлено определённое лечение в достаточной мере или требуется другой вид помощи.

Двойные точки

В этой процедуре кинезиолог тестирует мышцу, пока одновременно прикасаются к двум проблемным зонам (самим специалистом или клиентом), чтобы найти есть ли связь между ними, например, между черепом и нижней частью спины. Часто такая важная связь находится, как это продемонстрировано в истории, изложенной на странице 58.

Терапевтическая локализация, Вызов и Двойные точки широко используются в АК и в некоторых (не всех) областях кинезиологии.

Определение приоритета

Одним из наиболее важных и уникальных диагностических инструментов в кинезиологии является возможность установить приоритет проблемы или нарушения: это значит выделить главную проблему от второстепенной. Она была введена доктором Шелдоном Дилом. Если перегорел свет из-за пробок, он снова не загорится, если не будет включен человеком, не занятым пустяками. Чтобы восстановить свет во всей цепи, источник первичной проблемы в предохранительной коробке должен быть найден и устранен. Тело аналогично: определите первичную проблему и автоматически выяснятся вторичные.

Во время обследования, определение приоритетов нужно для четкого выделения главных проблем от второстепенных. Тогда коррекции концентрируются на первичных проблемах. Ниже есть пример использования терапевтической локализации, вызова, двойных точек и определения приоритета, когда можно выявить первичную причину серьезной медицинской проблемы, которая в противном случае могла бы привести к бесполезной серьезной операции.

Боли нижней части спины и черепные проблемы

У одной из моих клиенток была серьезная проблема в нижней части спины, которая действовала на поясничную часть позвоночника (технически известную как Л4 и Л5), и она страдала хроническими болями более 15 лет. Когда она пришла ко мне на приём, ей уже была назначена операция на позвоночнике, и она ждала своей очереди. Кинезиологическое освидетельствование подтвердило через Вызов, что у неё есть проблема в нижней части спины. Однако, терапевтическая локализация также показала, что некоторые из её черепных костей были зажаты; в нормальном состоянии они должны иметь возможность слегка двигаться. Двой-

ные точки открыли связь между двумя (важность этой самой связи признана возрастом числом остеопатов и хиропрактиков, которые сегодня используют черепную и черепно-сакральную терапию, мягкие методы работы с головой, челюстью и нижней частью спины).

Дальнейшее тестирование показало, что эта черепная проблема была приоритетом в проблеме болей в нижней части спины этой женщины. Я отослал ее к хиропрактику-кинезиологу чтобы получить дополнительное мнение и варианты возможного лечения. Он подтвердил все выводы моего первого обследования и сделал коррекции на зажатых костях черепа.

Это лечение самым драматическим образом убрало хронические боли, которые уже никогда не возвращались. Ей не было необходимости делать хирургическую операцию. Слабость в спине оставалась, но при внимательном уходе она держит все это под контролем, а боли отсутствуют большую часть времени.

Режимы рука/палец

Дальнейшее развитие процедур обследования заключалось во внедрении руки и других режимов, которые развивались в клинической кинезиологии (СК, стр 119) и «режимов пальца» как это развивалось в ПКП (стрр 104). Эти режимы заключаются в том, что практик или клиент складывают пальцы в определенную конфигурацию, которая может сделать сильную мышцу слабой или слабую сильной. Режимы рук обеспечивают своего рода беззвучный язык, при помощи которого специалист может запрашивать о связях между разными факторами, подходящими способами лечения и приоритетами. Это очень сложная система, где используется словарь сотен режимов рук. Эти режимы не признаны как часть материала ИСАК.

Закладывание в круг (режим сохранения цепочки)

Это также было разработано в СК. Используется для сохранения информации о специфических проблемах во всем теле. Дисбаланс активизируется, такой как слабая мышца, и в то же время ноги клиента вращаются наружу и раздвигаются на 45 см. это действие переводит специфическую проблему в теле как целое, вызывая каждую мышцу в нем показывать слабость.

Эта техника полезна при обследовании, т.к. она убирает необходимость поддерживать тестируемые мышцы, которые уже слабые или болят, и способствует более сложным процедурам, таким как перепрограммирование мышцы, двойные мышцы и поиск приоритетов. Она используется вместе с коррекциями и лечением, чтобы обеспечить их эффект.

Тестирование с посредником

Когда по какой то причине кинезиолог не может напрямую вести мышечное тестирование клиента, может быть использован посредник. Эта техника может быть применима с малыми детьми, стариками, ранеными, парализованными, очень больными, глухими и даже с людьми в коме. Животные также могут обслуживаться подобным образом.

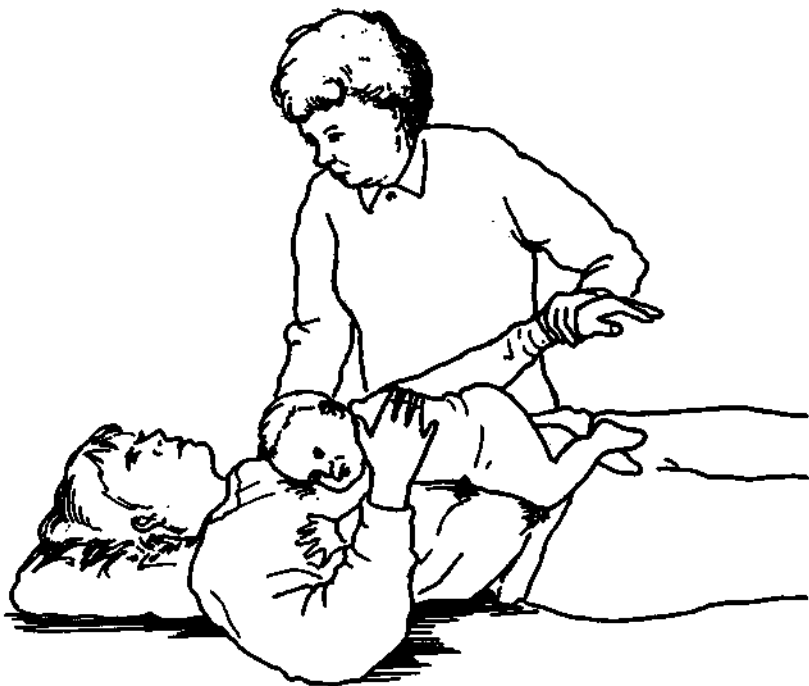
Суррогатное тестирование включает ещё одного человека, который соглашается действовать как своего рода «*энергетическая приемная станция*» для человека, нуждающегося в помощи. Тестирование происходит в обычном режиме на посреднике, который имеет контакт с клиентом, например, касается его плеча или руки. Таким образом, достигается эффективная коррекция. Посредник обычно не чувствует никакого дискомфорта во время этой процедуры, но люди очень чувствительные часто чувствуют легкие, мгновенные изменения в своих собственных телах.

Конечно важно протестировать и отбалансировать посредника до начала основного сеанса, чтобы кинезиолог понимал, что ответы получает от клиента, а не от посредника. Коррекции происходят в обычном режиме на человеке, которому нужна помощь, если это только возможно физически.

Суррогатное тестирование может звучать как невероятное, но это работает. Хотя обычно это невозможно увидеть, электромагнитная энергия является частью всего живого, любой системы, включая людей. Когда мы прикасаемся к другому человеку, энергия передается и возвращается.

Это может быть продемонстрировано с помощью специально разработанной лампы, действующей от маленькой батареи. (во времена описания этих лампочек, они к сожалению ещё не были в продаже в ГБ). Когда один человек касается контактной точки на батарее, а другой дотрагивается до второго контакта, ничего не происходит. Но когда люди дотрагиваются один до другого, например, держат за руки друг друга, свет загорается, показывая, что их электрическая энергия замкнула цепь.

Тестирующий проводит тестирование ребёнка через мать.



Кинезиологическое обследование

Суррогатное тестирование после травмы

После аварии на велосипеде клиент обратился к кинезиологу по поводу смещения косточки на шее. Эти кости обычно не фиксируются, окружающие мышцы должны быть сильными, чтобы держать кость на месте, пока она сама себя ремонтирует. Рука у него была на перевязи и очевидно мышцы в этой зоне нельзя было протестировать. Его товарищ согласился выступить посредником, и кинезиолог до начала мышечного тестирования проверил его и очистил. Потом посредник взял клиента за руку, и во время всего сеанса через тестирование посредника кинезиолог мог находить точно те мышцы, которые были поражены при аварии, и коррекция которых могла начать процесс излечения. В результате клиент быстро поправился, и травма была излечена безо всяких проблем.

СВОДНАЯ КАРТА МЕТОДОВ ОБСЛЕДОВАНИЯ

Специфическая мышца

Серия мышечных тестов

Тест индикаторной мышцы (ИМ)

В купе с другими процедурами обследования
Сама по себе как мышечный ответ на стимулы
Сама по себе как мышечный ответ на «вопрос к телу», «ДА\НЕТ»

Терапевтическая локализация (XL)	Практик тестирует ИМ пока клиент держится за проблемную зону или практик тестирует слабую мышцу, а клиент касается лечебной точки.
Вызов	<ol style="list-style-type: none">1. То же, что и для ТЛ, но практик касается проблемной зоны во время тестирования мышцы2. Средства определения достаточно ли даваемого лечения или требуется другой подход Двойные точки Практик тестирует мышцу, дотрагиваясь до двух проблемных зон одновременно, чтобы определить, есть ли между ними связь
Определение приоритета	Средства, позволяющие самому телу открыть причину первичного дисбаланса, который после коррекции будет автоматически корректировать вторичные нарушения.
Режимы Рука\пальцы	Складывание пальцев в определенную конфигурацию, обеспечивая, таким образом, не звуковой язык общения при постановке вопросов телу. Сохранение цепочки при активизации дисбаланса; это закрытый режим (закрытая остановка) в теле с помощью вращения ног наружу и их раздвигания.
Суррогатное тестирование	Требуется дополнительный участник процесса как посредник. При обследовании клиента он должен касаться посредника и тогда тестирование выполняется через посредника.

КАК ПРОИСХОДИТ ОБСЛЕДОВАНИЕ

Все кинезиологические обследования производятся или путем специфических мышечных тестов, или мышцами-индикаторами, которые тестируются вместе с другими методиками обследования или манипуляциями, или тестируется только сама мышца индикатор.

Обследование Структурных Факторов

Мышцы, обследуются с помощью уже описанных стандартных процедур мышечного тестирования, и также специальными тестами для специфических мышц. позвоночник (кости спины) обследуется тестированием мышцы-индикатора, а в это время специалист делает вызов, прикасаясь к кости или костям, которые могут провоцировать проблему.

Кости в черепе, включая ТМДЖ (темпоромандибулярное соединение челюсти), исследуются тестированием мышцы-индикатора во время терапевтической локализации, что предусматривает, что клиент касается проблемного участка тела. Тестируемые Мышцы не только определяют точную мышцу или кость, на которые надо обратить внимание, можно также определить с большой точностью в каком направлении тело желает иметь коррекцию. Эта очень специфическая информация бесценна для хиропрактиков и остеопатов для выполнения их ручных манипуляций, приветствуется любая информация, полученная с помощью рентгена и других процедур обследования.

Ручные и другие режимы также используются в некоторых областях кинезиологии для получения очень детализированной информации о структуре тела.

Химические факторы при обследовании

Аллергия и Чувствительность

Ряд методов используется для определения аллергических состояний, и разные системы кинезиологии будут использовать для этого различные методы.

В АКТФК пользуются специфическими тестами, напрямую связанными с тестируемой пищей. Например, ключичная часть большой грудной мышцы располагается в верхней части груди, связана с меридианом живота и самим животом, задействуется в переваривании протеина, такого как молоко. Если эта мышца сильная, а потом ослабевает, когда человек принимает молоко через рот, это означает, что

молоко даёт ослабляющий эффект на систему человека – как в случае с женщиной с аллергией на молоко, о которой рассказывалось в главе 1.

Две места для тестирования одобрены АК и используются в Прикосновении к здоровью. Первое – тестирование пищи или субстанции в форме, в которой они обычно принимаются, (готовятся или в сыром виде); это кладется в рот и пережевывается, пока соответствующие мышцы тестируются. Если это не очень удобно, субстанцию можно нюхать при проведении тестирования.

Вы можете сказать, как могут быть точными результаты тестирования во рту до того, как субстанция переварится. Доктор Шелдон Дил объясняет, что «50% сенсорных и моторных клеток мозга относятся к ТМДЖ челюстной зоне, т.е. 50% всех посланий мозга фильтруются через эту зону». (Гордон Стокс и Мари Маркс ДС 1983 стр 42). Это делает рот очень чувствительной зоной, и когда пища или другая субстанция смешиваются со слюной, информация о процессах пищеварения передается через мозг.

Другие места, где можно разместить субстанцию для тестирования включает зону на или под пупком, около околоушной железы на щеке и в энергетическом поле (эти зоны не одобрена ИСАК). Некоторые кинезиологи выполняют тест с субстанцией, помещенной в стеклянную посуду.

Важно понимать, что кинезиолог тестирует специфическую пищу или субстанцию, а не просто пищу. Например, для получения реакции на стресс любая реакция будет относиться к типу хлеба во рту человека, а не к любому виду хлеба вообще. Также важно знать, что результат относится к специфическому времени обследования, а не ко вчерашнему дню или следующей неделе. Хотя врач может определить чувствительность, всегда рекомендуется до начала приема долгосрочной ограниченной диеты повторить те же самые тесты на другой день, скажем, спустя 3 недели, чтобы выяснить была ли реакция только временной или имеется реальная текущая проблема.

Если есть кто-то, чтобы держать субстанцию в руке клиента и нажимать на руку без предварительного тестирования, то это не кинезиологический тест. К сожалению, слишком часто этот метод под знаменем кинезиологии можно увидеть на медицинских выставках и других подобных местах.

Обычное Химическое Обследование

Каждая мышца, тестируемая при кинезиологическом обследовании не только относится к какой-нибудь части тела, но и связана с факторами пищеварения. Надо сказать, что есть ряд питательных веществ и продуктов, которые делают

каждую отдельную мышцу сильной, другие делают её слабой, некоторые – нейтральной. Слабая мышца может быть показателем химического дисбаланса. Например, широчайшая мышца спины, большая мышца на спине, связана с меридианом селезенки и поджелудочной железой, контролирующей уровни крови и сахара. Мышца тестируется, когда обследуются поджелудочная железа и её способность контролировать уровни крови и сахара. Если эта мышца сильная, то, скорее всего, рафинированный сахар может её ослабить.

Непорядки с пищеварением

Ещё один метод обследования (Не одобренный ИСАК) использует рефлекс питания, называемые рефлексом Фидлера. Мышца-индикатор тестируется, пока врач дотрагивается до каждой из этих рефлекторных точек. Например, если сильная мышца-индикатор ослабевает, когда врач касается рефлекторной точки для витамина А, находящейся на правом веке, это может служить показателем нехватки этого витамина. Это же нарушение может быть выражено как слабая мышца, как мы описывали выше).

Потребности в питании меняются, их надо регулярно обследовать. Когда тело как единое целое начинает функционировать лучше в результате энергетического баланса, оно будет усваивать пищу лучше и будет менее всего подвержено чувственным реакциям. Это значит, что один человек может показать реакцию на какой-то продукт или питательное вещество таким то и таким но сегодня, а через месяц эти показания могут быть совсем другими. Как говорит доктор Гудхарт «Вы не то, что вы кушаете; вы то, что вы выпиваете».

Некоторые кинезиологи при обследовании используют ручные режимы. Обследование на питание должно быть основано на множестве разных факторов и, когда возможно, стыковаться с лабораторными тестами, а не изолированно. Может быть значительная разница в потребностях питательных веществ до и после вправления костей, пока определенная деятельность (такая как высокопрофессиональный спорт) или умственные состояния (беспокойство) потребуют повышения поддержки питательных веществ, которые не будут больше нужны, когда эти условия не будут применяться.

Обследование Эмоциональных факторов

Используется набор различных методов для обследования эмоциональных факторов, и разные области и направления кинезиологии пользуются своими собственными подходами. В АК и ТФХ есть два основных метода. Первый, когда две мышцы тестируются, одна относится к функциям мозга и другая.....

Второй метод обследования, которым пользуются во многих областях кинезиологии, основывается на Пяти Элементах (см. стр. 68). Каждый из этих элементов имеет эмоциональный аспект. Поскольку каждая мышца связана с меридианом, а меридиан включен в Закон о Пяти Элементах, каждая мышца также имеет эмоциональную составляющую. Эти связи могут помочь кинезиологу при определении эмоциональных факторов.

Например, в соответствии с этой системой печень, пузырь ассоциируются с чувством гнева, ярости и расстройства. Поэтому дисбаланс в энергии мышцы, относящейся к меридиану печени может быть вызван эмоциональным компонентом, таким как невыраженный гнев – что часто и является причиной проблемы. Опыт показывает, что эти корреляции могут быть очень точными.

акции мышцы. ИМ также можно использовать, чтобы получить ответы ДА или НЕТ, когда задается вопрос- есть ли эмоциональный фактор? Относится ли это к матери? К отцу? И так далее.

Ручные режимы могут быть использованы в эмоциональных обследованиях.

Обследование электромагнетических факторов

Электромагнетические факторы исследуются или при помощи теста мышцы-индикатора в связке с другими методами обследования, специальными методиками обследования, движением или упражнениями или особыми мышечными тестами.

Общая картина акупунктурной энергии достигается путем тестирования специфических мышц, которые, будучи связанными через мышцы и меридианы, дают информацию о каждом меридиане. Энергии в меридиане может быть слишком мало (недостаток энергии) или она может быть в избытке. Её недостаток обычно определяется слабым мышечным сигналом, а избыток при помощи ИМ теста, когда клиент дотрагивается до пульса на руке или специфических акупунктурных точек. Эта информация по энергетике может быть понята с точки зрения Закона Пяти Элементов, которая включает все меридианы и их взаимоотношения друг к другу и описывает предсказуемые матрицы энергетического движения в теле. Таким образом, вместо обследования каждого нарушения мышечно-меридианного дисбаланса по отдельности, они определяются в связке друг с другом каждый как часть целой системы.

Все другие электромагнетические факторы тестируются с помощью ИМ теста в связи с другими тестами, такими как движение или активация определенных точек. Многие из этих тестов описаны в главе 6.

Сводная Таблица Что обследуется и Как

Что обследуется Как это обследуется (ИМ = мышца-индикатор)

Структура Мышцы: мышца тестируется от сокращения к растяжению

Кости: ИМ и Вызов все другие структуры используют терапевтическую локализацию (ТЛ) и ИМ

Химия Аллергии: АК ТФХ тесты более чем один специфический мускул с субстанцией во рту, если это подходит или нюхает это. Плюс допол-

нительные тесты. Некоторые области тестируют пищу на или под пупком или на щеке.

Пищевые расстройства: специфический мышечный тест и ИМ с пищевыми рефlekсами

Кровь сахар и гормоны: Специфические мышечные тесты.

Эмоции АКТФХ: специфические мышечные тесты и Закон Пяти Элементов (эмоциональное соответствие). Направления используют ИМ тест и «вопросы к телу».

Электромагнетические Все: ИМ тесты со специальными дополнительными процедурами тестирования (детали в главе 6)

Факторы

Меридианы и соотнесенные органы (специальные мышечные тесты и железы) ИМ и акупунктурные точки ИМ и пульс на руке.

ГЛАВА 5

БАЛАНСИРОВАНИЕ: Коррекции и Лечение

Цель кинезиологии - создание состояния здоровья и гармонии путем баланса всех связанных с этим аспектов. Это достигается корректировкой любых нарушений, обнаруженных при обследовании, использованием синтеза энергобалансирующих методов и коррекция, взятых из хиропрактики, остеопатии, акупунктуры и других лечебных дисциплин.

Некоторые из этих коррекций являются стандартными терапевтическими методиками, другие же уникальны для кинезиологии. Частные кинезиологи используют и свои оригинальные техники не являющиеся частью кинезиологии.

Одно из замечательных и уникальных преимуществ кинезиологии это использование самого тела для определения того, что нужно. Например, если было определено нарушение через слабый сигнал мышцы, врач может воспользоваться слабым сигналом и точно определить какие коррекции или лечебные действия нужны телу для изменения сигнала от слабого на сильный. Это освобождает

практиков от необходимости решать, что нужно или не нужно, хотя, конечно, они должны знать, какие опции предлагать. Это также означает, что система подобная Прикосновению к здоровью, разработанная для не профессионалов, безопасна для применения.

Вторым уникальным преимуществом является немедленный отзыв тела о том, что нужно, нет необходимости ожидать днями и неделями решения правильное лечение избрано или нет.

Третье отличительное и очень нужное преимущество это то, что мышечное тестирование дает и кинезиологу и клиенту немедленный ответ (обратную связь), сработала ли та коррекция или применяемое лечение. Немедленно после проведения коррекции практик делает проверочный тест на бывшей слабой мышце. Если она стала сильной, это показывает, что коррекция была эффективной: клиент почувствует разницу в мышечной реакции и будет знать, что все сработало. Такое знание дает положительное отношение, которое само по себе продвигает лечебный процесс. Это также позволяет телу человека сделать необходимые внутренние настройки на изменения, которые только что имели место. И конечно же, всё это намного быстрее и эффективней, чем, например, прием медицинских препаратов в течение нескольких дней или недель, до того, как ты узнаешь, помогают они тебе или дают побочные эффекты.

ТИПЫ КОРРЕКЦИЙ

Из-за разнообразия кинезиологии в этой книге невозможно рассказать обо всех коррекциях и способах лечения, которые могут предоставить разные системы и ответвления кинезиологии. Нижеследующие методы широко используются в АК, Прикосновению к здоровью и основных направлениях кинезиологии. Когда мышцы оказывается слабой, любая методика или комбинация стандартных коррекций может усилить её. Этими стандартными коррекциями являются:

- мануальные манипуляции (хиропрактики и остеопаты)
- Нейро-лимфатический массаж
- Прохождение меридианов
- Удержание акупунктурных точек
- Мышечное перепрограммирование

Дополнительные стандартные коррекции:

- Перекрестировка право лево мозговая интеграция
- Снижение эмоционального стресса (ЕСР)

- Балансировка питательных веществ

Это лишь некоторые наиболее часто применяемых коррекций; есть и много других, некоторые из которых описаны в главе 6.

Нейролимфатический массаж

Нейролимфатические рефлекторные точки это особые зоны или точки, относящиеся к лимфатической системе и расположенные на передней и задней частях тела. В начале 20х годов 20 века остеопатом Франком Чапманом была сделана карта этих точек (см. Интерпретация эндокринных рефлексов Чапмена, американская академия остеопатии, США. 1963). Джордж Гудхарт во время своих исследований обнаружил взаимосвязь между рефлексами Чапмена и отдельными мышцами.

Лимфатическая система является одной из наиболее важных дренажных систем организма, и её правильное функционирование это основа хорошего здоровья. Стимулирование нейролимфатических точек путем глубокого массажа даёт эффект стимуляции лимфатической системы через нервную систему. Например, нейролимфатический массаж зоны колона (толстый кишечник) обнаружен внизу на внешней стороне ног, от бёдер до колен; массаж этой зоны может облегчить запоры при стимуляции толстой кишки.

Если лимфатическая система вялая в определенной зоне, то важная мышца будет при тесте показывать слабо; стимулирование соответствующей рефлекторной точки даёт эффект немедленного усиления такой мышцы. Нейролимфатические рефлекторные точки активизируются при глубоком давлении в течение 25-30 секунд. Пока их массируют, человек может чувствовать некоторый дискомфорт, который быстро проходит.

Удержание нейроваскулярных рефлекторных точек

В 30-е годы калифорнийский хиропрактик доктор Беннет, открыл на голове у человека зоны, которые, если на них слегка надавить, казалось, стимулируют прилив крови к отдельным органам и железам; это его открытие сопровождалось использованием флюорографии, своего рода движущимся рентгеном. Доктор Гудхарт установил, что если давить на эти точки, которые он назвал нейроваскулярными точками удержания, можно было восстановить силу слабой мышцы; когда слабость была из-за плохой циркуляции, он опять открыл взаимосвязь между специфическими точками и мышцами.

В большинстве эти точки находятся на голове, на них надо легонько давить одну-две минуты или дольше, пока не начнёт прощупываться пульс и (это не связано напрямую с частотой ударов сердца). Двойные точки (точки на обеих сторонах головы) удерживаются пока не синхронизируется пульс.

Результат подобных действий глубокая релаксация, отсутствие дискомфорта. Например, нейроваскулярные точки для живота находятся на бровях, над бровями. Это также точки снятия эмоционального стресса. Удерживая их, мы улучшаем кровообращение к животу и уменьшаем стресс.

Отслеживание меридиана

Мы уже установили, что отдельные мышцы энергетически связаны со специфическими меридианами, органами и железами. Эта связь используется не только как диагностика при обследовании, но и как терапия при коррекции и лечении.

Меридианы это энергетические дорожки в теле человека, по которым двигается Ци, энергия жизни. При кинезиологическом мышечном тестировании, слабая мышца может показывать ограничения в потоке энергии в меридиане, связанном с этой мышцей.

Поток энергии можно стимулировать отслеживая путь меридиана пальцами в определенном направлении, прямо на теле клиента или в 5 см от него. Во время процесса отслеживания и врач, и клиент часто чувствуют такие вещи как жар, холод, звон (ощущения совершенно обычные, когда активизируют или работают над тонкой энергией).

Например, центральный меридиан, проходящий через центральную линию тела и оканчивающийся на нижней губе, связан со всеми другими меридианами и мозгом. Стимулируя поток энергии в этом меридиане путем отслеживания, можно поднять подачу энергии к мозгу, активизируя его работу.

Удержание акупунктурных точек

Также как отслеживание меридианов для стимуляции потока энергии кинезиология использует специфические акупунктурные точки для усиления или ослабления энергии в меридианах. Это оказывает балансирующий эффект на мышцы, органы и железы, связанные с этим меридианом. Обычное кинезиологическое лечение состоит в легком удержании двух акупунктурных точек на пару минут, пока не синхронизируется их пульсация. Во время этого процесса иногда случается, что клиент или врач могут почувствовать энергетические изменения, может быть вы-

плеск энергии или чувство легкости, жара или прохлады.

Мышечное перепрограммирование

Иногда бывает, что требуемая коррекция не соотносится ни с какой уже описанной системой, а заложена в саму мышечную программу, и все это находится внутри потоков информации, которыми обмениваются мышца и мозг.

В тех случаях, когда мышца нуждается в «*пробуждении*», руками стимулируется или край мышцы (начало или конец – т.е. край мышцы, прикрепленный к неподвижной кости или край, прикрепленный к подвижной кости) на несколько секунд и этого достаточно чтобы «*включить*» связь, чтобы мышца теперь при тесте была сильной.

Однако, многие хронические проблемы мышц могут происходить, когда мышца «выключается или меняет программу в ответ на повреждение или травму, чтобы защититься, а потом не может «*включиться*» снова и возвращается к норме после всего. Это может вызывать не корректную работу других мышц, которые работают в связке с ней.

Кинезиология может определить эти состояния мышечных нарушений или не корректной работы и перепрограммировать мышцы тогда, когда опасность позади. Для этого надо добраться до волокон мышцы (середины) и раздвинуть их (круговые клетки) на несколько секунд. Такая техника безболезненна. Посылается сигнал в мозг, что волокна слишком длинные, и мозг отвечает на это их сокращением, отсюда бывшая слабая мышца становится теперь сильной. Обратный процесс стягивает волокна мышцы вместе, давая напряженным мышцам возможность отдыхать. Второй метод может быть использован для облегчения мышечных спазмов и судорог.

КРОСС ПОЛЗКОМ ПРАВО ЛЕВО МОЗГ ИНТЕГРАЦИЯ

Как мы рассказывали в главе 4, мозг состоит из двух полушарий, правого и левого, каждый контролирует противоположную сторону тела. Большая часть людей имеет одно доминирующее полушарие, обычно левое, поэтому большинство правши. Однако всё это как объединенное целое.

КРОС КРОЛ или изменение матрицы было впервые разработано в 1960 году докторами Доманом и Делагато, чтобы помочь детям с нарушениями мозга, с тех пор, это развилось и используется в кинезиологии для улучшения координации нормальных детей и подростков.

Как одно из упражнений в кинезиологии Кросс крол используется как для тестирования, так и для улучшения взаимосвязи правой\левой полушарий мозга. Это

включает ходьбу на месте, высокий подъем ног, поочередное касание противоположного локтя.

Когда имеется дисбаланс, ИМ после выполнения упражнений будет при тестировании показывать слабо. Это можно откорректировать, если клиент будет выполнять то же упражнение около минуты каждый раз, пока смотрит в направлении, которое меняет ИМ от слабого к сильному; у правшей это обычно означает смотреть вверх и влево. Всё это поможет взаимосвязи полушарий. Другие коррекции для баланса мозговой работы включают счет или постукивание, пока делается Кросс крол.

Дополнительную информацию вы можете найти в главе 6, методы самопомощи, и в секции по образовательной кинезиологии в главе 7.

Освобождение от эмоционального стресса (ЕСР)

Возвращаясь к Триаде здоровья эмоциональный баланс необходим для завершения баланса и гармонии. Эмоциональный стресс может быть первичным фактором в нарушении работы мышцы и может воздействовать на структуру и химию тела. ЕСР очень простой, но мощный метод, чтобы помогать людям справляться быстро и эффективно со стрессом.

Джордж Гудхарт обнаружил эмоциональные стрессовые точки при наблюдении людей, которые страдали от сильных стрессов или травм и у которых появлялись заметные красные пятна на лбу, над бровями. Обнаружилось, что если он слегка держал эти точки, пока клиент мысленно заново переживал стресс, восприятие человеком стресса изменялось, и он или она чувствовали себя готовыми, чтобы иметь дело с таким стрессом.

Физиология стресса

Когда тело\мозг находятся под стрессом, происходит отток крови от периферийных зон черепа, и он направляется к большим мышцам тела. При сильном стрессе это называется боевой или полетный механизм. В таком состоянии передняя часть мозга работает с меньшей эффективностью: это часть мозга, которую мы используем, когда думаем без эмоциональных привязок. В то же время, совершенно отчетливо задняя часть мозга запрограммировала прошлые воспоминания и основные первичные механизмы выживания; они реагирует немедленно на стресс, посылая цепочку химических посланий через всё тело. Надпочечные железы (находящиеся сверху почек сзади над поясницей) посылают в кровь адреналин, поднимающий уровень сахара в крови и увеличивающий количество крови к сердцу, ногам и основным мышцам, чтобы подготовить тело для битвы с медве-

дем у входа в пещеру или чтобы убежать от него. При теперешней жизни мы физически редко вынуждены драться или убегать, спасая жизнь, но наши мозги и химия тела всё ещё четко реагируют на резкий стресс таким вот инстинктивным образом.

Использование Освобождения от эмоционального стресса (ЕСР)

Хорошие новости это то, что мы можем делать кое-что по этому вопросу, немедленно и эффективно, путем методик ЕСР, включающих удержания точек ЕСР в то время, как подвергнувшийся стрессу человек заново переживает во всех деталях ситуацию, вызывающую стресс. Это может быть использовано для расчистки эмоциональных нарушений, идентифицированных с помощью Пяти Элементов. Точки ЕСР также являются нейроваскулярными точками для желудка. Это не только место, где переваривается пища; здесь мы также переваривает наши эмоции; вот вам и ощущение «бабочки в животе», которое вызывается беспокойством; а факт рака желудка очень часто относится к перенесенному стрессу.

Удержание точек ЕСР легким нажатием позволяет крови приливать к желудку и передним долям мозга. Эта часть мозга не реагирует на прошлые воспоминания, но в то же время работает, и это спонтанная, творческая и реальная работа.

Изначально, пока человек заново переживает стресс, пульс в этих точках не чувствуется. Спустя несколько минут блуждающий пульс может ощущаться на обеих сторонах. Обычно после всего нескольких мгновений до 10 минут такие пульсы синхронизируются и успокаиваются. Когда это случается, происходит серьезные изменения в физиологии человека. Всё тело расслабляется, дыхание замедляется и углубляется, и человек более не чувствует на себе воздействие стрессовой ситуации.

Изначальная причина стресса в действительности не изменилась и не исчезла; изменилось лишь восприятие человеком этого стресса. Часто во время освобождения от стресса всплывает процесс новых решений из созидательной части мозга и чисто эмоциональный ответ заменяется на сбалансированный.

Это удивительно неинвазивный метод помощи. Практику нет необходимости знать, в чем кроется проблема клиента, ему не нужно обладать навыками советника, чтобы эффективно её использовать. Эта техника может использоваться безвредно, чтобы иметь дело с любого рода стрессом, от страха летать до решения проблем прошлого, настоящего и будущего. Вы и сами можете пользоваться ею, чтобы помочь друзьям в кризисе или для помощи самим себе (см. стр 86).

Лечебные средства цветов Баха

При эмоциональной балансировке часто пользуются лечебными средствами цветов Баха. Это натуральные растения в гомеопатической форме. Их всего 39, каждое относится к определенному эмоциональному состоянию. Некоторые из них описаны в главах 6 и 7.

Пищевая балансировка

Опять возвращаясь к Триаде здоровья, питание играет очень важную роль в нашем химическом балансе. Нарушение этого баланса может быть первопричиной структурного дисбаланса и также воздействовать на мышление и эмоции.

Как объяснялось в главе 4, каждая мышца тестируемая в кинезиологии, имеет фактор питания, а мышечное тестирование позволяет кинезиологу давать рекомендации по диете для улучшения работы всего тела, химическому, структурному и умственному. Возвращаясь к примеру с широчайшей мышцей спины, которая относится к поджелудочной железе и уровням крови-сахара: если она слабая по причинам питания, она усилится при приеме пищи, богатой витамином А, такими как зелень, листья овощей, и уменьшением приема сахара.

Некоторые направления кинезиологии, такие как клиническая кинезиология, кинезиология здоровья или биокинезиология, пользуются своими методами балансирования питания и коррекции аллергий.

ОПЦИИ ДЛЯ БАЛАНСИРОВАНИЯ

При всём таком выборе для коррекции и лечения когда и как их подбирать и применять, где начинает кинезиолог процесс балансирования?

Каждая мышца связана с нейролимфатическими точками, нейроваскулярными, с меридианами и акупунктурными точками; стимуляция соответствующих точек усилит слабую мышцу, которой не хватает энергии. ЕСП и питательная поддержка могут также усилить слабую мышцу, как и многие другие коррекции и подходы, которые здесь не были описаны.

Вот пример коррекций для одной лишь мышцы и как делается их выбор. Та же процедура используется для всех мышц.

Ключичная часть большой грудной мышцы находится на обеих сторонах верхней части груди; она начинается в области шеи и прикрепляется к кости на передней стороне плеча. Её ассоциируют с меридианом желудка и живота. Нейролимфатические точки для этой мышцы расположены на передней части тела прямо

под грудью на левой стороне, на задней стороне тела между лопатками (на полпути вниз) и на другой стороне спины.

Нейроваскулярные точки это две точки на выступах бровей (ЕСР точки).

Меридиан живота начинается под глазом и заканчивается на втором пальце (рядом с большим пальцем ноги). Он проходит вдоль обеих сторон тела. Акупунктурные точки удержания расположены на руках и ногах. Точки ЕСР используются для эмоциональной коррекции.

Пищевая поддержка состоит из пищи, богатой комплексом витамина В (пшеница, дрожжи и т.д.). Диетические рекомендации даются для того, чтобы избежать употребления сахара и сладкого, особенно перед едой.

Кинезиолог, обнаружив слабость в ключичной части большой грудной мышцы, просит клиента коснуться любой перечисленной выше точки, чтобы найти точку или точки, которые меняют реакцию от слабой к сильной. Их тестируют в порядке, указанном выше.

Затем кинезиолог проводит указанные коррекции, а проделав их, снова проверяет слабую мышцу, чтобы убедиться, что коррекция нормально сработала. Кинезиолог может продолжать заниматься точкой, выяснить, закончена ли балансировка этой мышцы или нужны дальнейшие исправления.

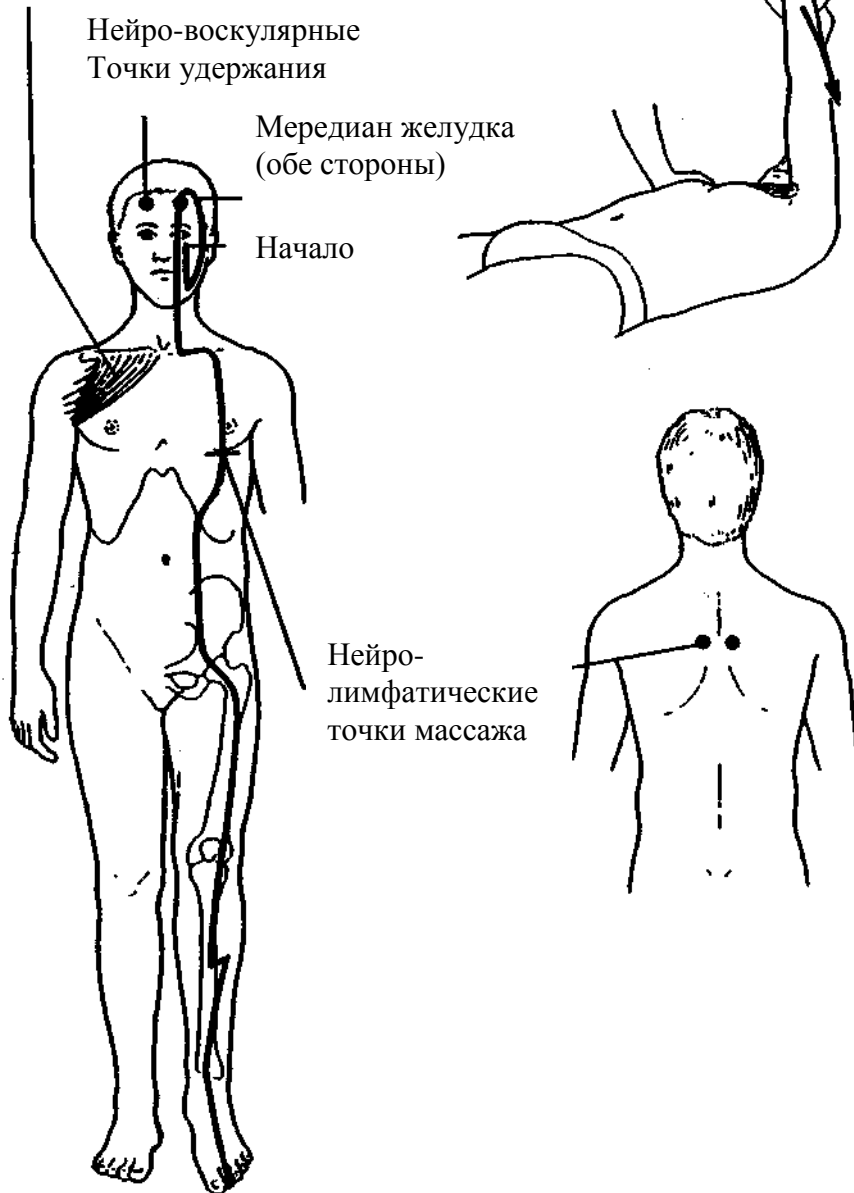
Есть ряд опций для балансировки. Самый простой это работать через 14 или более тестов мышц и корректировать каждую слабую мышцу по мере обнаружения. Это называется «**Фиксация по дороге**» и ей обучают на курсах ТФХ уровень 1 (основы).

Другой, чуть более сложный метод заключается в том, чтобы найти первичный дисбаланс, как это описано в главе 4. При этой опции полное обследование проводится до того, как делается какая-либо коррекция. Кинезиологи, использующие этот метод, записывают нарушения по мере их обнаружения и могут посмотреть ту форму, основанную на теориях акупунктурных энергетических потоков. Есть ряд таких теорий (важный является Закон Пяти Элементов), в соответствии с которым энергия течёт по предсказанным матрицам. Эта информация помогает кинезиологам находить начальные точки. (теория энергетического потока в акупунктуре изучается на курсах ТФХ второго уровня).

Еще один метод заключается в том, что кинезиолог может проверять, каждый раз определяя дисбаланс, приоритетный он или нет, и исправлять его только в этом случае.

Ключичная часть
Большой
грудной мышцы

Тестирование ключичной части
большой грудной мышцы



Пищевые рекомендации: пищевые продукты, богатые
Витамином **В,Е**, г пивные дрожжи , избегать конфет перед едой

Сводная карта коррекций, приемов и опций балансирования

Основные коррекции

Нейролимфатические рефлексy мягкий массаж спереди и сзади тела

до 30 сек

Нейроваскулярные рефлексy мягкое нажатие на нейроваскулярные рефлекторные точки (в основном на голове) до 1 минуты

Отслеживание меридиана отслеживание пути меридиана прямо на теле или на расстоянии 5 см от тела

Акупунктурные точки удержания мягкое удержание двухспецифических акупунктурных точек одновременно в течение 1 минуты

Мышечное перепрограммирование начало мышцы и место присоединения (...) мягкая активизация обоих краев мышцы. Механизм круговых клеток: работа над волокнами внутри мышцы, их растягивание для усиления на несколько секунд и сведение для ослабления

Дополнительные коррекции

Гросс Крол упражнения Гросс крол в комбинации со специальными движениями глаз и мозговой работой

Освобождение от эмоционального стресса

мягкое прикосновение на каждой стороне бровей пока оба пульса не станут спокойными и синхронизированными

Пищевое балансирование

Балансирование всего человека предложение рекомендаций по диете

Опции балансирования

«Фиксация по дороге» корректировка дисбалансов по мере их определения

Приоритетный баланс

Завершение обследования без коррекций и без нахождения приоритета для балансирования, которые также будут корректировать другие нарушения.

Приоритетная коррекция

корректируются только те нарушения, которые являются приоритетными по мере идентификации

Энергетические матрицы

использование матриц энергетических потоков, определенных акупунктурными теориями и Закон Пяти Элементов

ГЛАВА 6

Дополнительные методы и техника самостоятельной помощи

Эта глава рассказывает о нескольких дополнительных методиках используемых в АК, ТФХ и других областях кинезиологии. В каждом случае даётся описание того, что тестируется или обследуется, применяемые коррекции, как эти коррекции могут быть использованы для самобалансирования. Вы можете найти варианты в том виде, как они используются разными кинезиологами. Если вы не читали более детальные главы 4 и 5, то описание некоторых тестов и коррекций, используемых для самопомощи, повторяются.

Методы самопомощи предназначены для пользования людьми всех возрастов, включая детей, имеющих хорошее здоровье; если вы страдаете от болезни или какого то заболевания, вам следует обратиться за профессиональной помощью до применения любого самостоятельного самобалансирования.

Регулярное применение таких методов может улучшить здоровье, деятельности и чувство хорошего состояния, а поскольку они занимают по времени выполнения лишь несколько минут, их легко вставить в любую деловую шкалу и делать на ежедневной основе. Если вы хотите побольше узнать о них, вам могли бы прийти по вкусу курсы Прикосновения к здоровью.

Даётся идея широкого спектра применения кинезиологии, ряд приёмов, которые не могут быть использованы для само балансирования запросто, они также перечислены здесь, зато и не описаны детально.

ПОСТАНОВКА ЦЕЛИ

Все мы имеем выбор в жизни плыть ли нам по течению и принять последствия этого или спросить себя «*Что я хочу в действительности?*». Постановка себе ясных целей даёт чувство направления: одним из важных результатов определения цели является то, что она немедленно становится гораздо более достижимой. Это применимо во всех областях жизни: отношениях с людьми, здоровье, работе, играх. Хорошим примером является история Хелен (стр 147), чья жизнь однажды изменилась после того, как она настроила себя на положительный результат.

В контексте кинезиологии, постановка цели помогает клиенту и врачу ясно видеть для чего они работают. Обычно в жизни, лучшие результаты достигаются если они соотносятся с целью. То же относится и к кинезиологии, когда обследование, коррекции и лечение соединены в единую цель, а не находятся в полном беспорядке.

Методы постановки цели похожи на те, которые используются в НЛП (нейролингвистическом программировании), системе, основанной на изучении как, а не что мы думаем и на том, как мы обрабатываем сенсорную информацию. Некоторые области кинезиологии применяются и адаптируются теориями и методиками НЛП.

НЛП устанавливает определенные границы для постановки целей и хорошо сформированных выводов. Например, важно заявить цели в положительном ключе: **«Я хочу наслаждаться чувством свободы и движения в моей спине»**, а не **«Я не хочу иметь боль в спине»**. В тот момент, когда вы думаете о желаемом состоянии, у вас начинаются некоторые сенсорные осознания; вы начинаете раздумывать, какой же положительный результат получится, а не о том, что вы человек, у которого все болит.

Для того, чтобы цели были удачными, они должны быть реалистичны и достижимы. Тестируемые мышцы можно использовать для помощи при поиске наилучшей цели для себя, вместе с эмоциями, которые с ними связаны. Различные области кинезиологии используют ряд разных методов для тестирования и постановки целей.

Самопомощь

Привейте в себе привычку ставить для себя цели. Начните с маленьких, которые легко достижимы, и далее выстраивайте большие цели. «Вы могли бы начинать каждое утро, ставя цели на день. Держите цель в голове и подумайте обо всех факторах, которые могут помешать. Об этом поговорим в следующей главе.

Балансирование цели

Важно признавать, что зачастую есть скрытые факторы, которые конфликтуют с нашим очевидным желанием изменений. Например, человек, у которого болит спина, может быть подсознательно выигрывает, получая дополнительную порцию любви и внимания; или женщина с проблемой лишнего веса, которая может противостоять нам с новой и возможно угрожающей позицией.

Есть ряд способов справляться с такими факторами, когда цель определяется вместе с кинезиологом. Для начала, когда цель определена и идентифицированы соответствующие эмоции, кинезиолог может связать все дальнейшие обследования и коррекции с этой целью и балансировать тело\мозг в соответствии с этим.

Другой метод – это использовать мышечное тестирование для определения скрытых очагов сопротивления. Как уже поясняли, левое полушарие мозга (у большинства людей это *«логическое»* полушарие) контролирует правую сторону

тела, а правое (у большинства людей это наиболее созидательная и интуитивная сторона мозга) контролирует левую сторону тела. Мышцу-индикатор (ИМ) на правой стороне тела можно использовать для получения ответа от логического полушария, а на левой стороне – ответ от креативного интуитивного полушария. Чтобы цель была удачно достигнута, оба полушария должны дать положительные ответы. Когда есть скрытый конфликт одного полушария, часто это левая сторона, она может давать положительный (т.е. сильный сигнал ИМ) на заявление цели, в то время как другое полушарие дает негативный (слабый) ответ; может случиться и так, что оба ответа ИМ будут слабые.

Взаимосвязь мозга – самопомощь

Одна из коррекций на скрытый конфликт это «*взаимосвязь мозга*», которая была разработана Полом Денисоном где используется физическая метафора для интеграции двух полушарий. Вот что надо делать:

- Вытянуть руки горизонтально в стороны, ладони вверх
- Вообразить, что левая сторона мозга находится в левой ладони, а правая в правой (это может быть проще, если глаза закрыты).
- Теперь, думая о своей цели, очень медленно дайте ладоням, в которых всё ещё находятся полушария, соединиться, чтобы они встретились в центре, а ваши пальцы сомкнулись.
- Дайте время, чтобы почувствовать взаимосвязь

Если не чувствуете, что вы достигли полной интеграции с первого раза, можно повторять это несколько раз.

Балансировка цели: освобождение от стресса – самопомощь

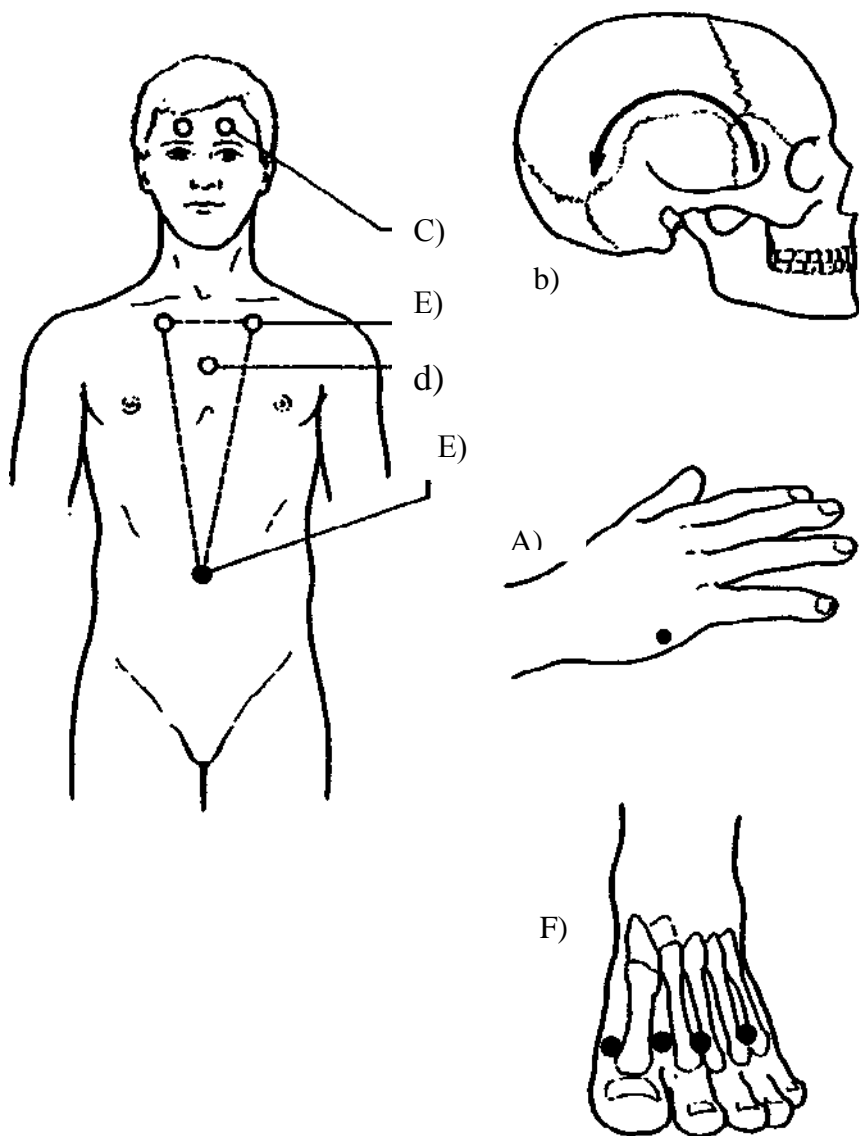
Если вы и без тестирования понимаете, что вас напрягает думать о своей цели, вы можете использовать основную технику Освобождения от Эмоционального стресса (см. стр 89).

Психологическая инверсия (разворот)

Это ещё один путь, чтобы справиться со скрытыми конфликтами, которые мешают людям при реализации своих целей. Он был разработан доктором Роджером Галаханом.

Когда при достижении цели постоянно происходит сбой, это может быть из-за того, что в кинезиологии называется «*психологической инверсией*». Показано, когда сильный ИМ сигнал ослабевает, если человек ставит положительную цель и усиливается, когда он или она думают о невозможности достичь такой цели.

Хотя может потребоваться совет или дальнейшее кинезиологическое обследование для определения причины, есть для этого очень быстрая и простая коррекция. Она заключается в том, чтобы постукивать по акупунктурной точке (называемой Маленькая тонкая шишка 3), расположенная на внешнем краю руки около складки, образующейся, когда складывается ладонь в кулак (см. рисунок 5а).



Кинезиологи постукивает по этим точкам на обеих руках клиента очень быстро, три раза за секунду, в течение 20 секунд, пока клиент повторяет: «У меня полная уверенность в себе и я воспринимаю себя таким, как есть». Это меняет энергетическую формулу в меридиане, который высвобождает негатив. Повторное тести-

рование теперь подтвердит положительное или сильный ИМ сигнал на положительную цель.

Рисунок №5 Точки самопомощи.

- a) Психологическая инверсия
- b) Постукивание
- c) Снятие эмоционального стресса
- d) Постукивание по тимусу
- e) Полярность и прослеживание глазами по кругу
- f) Походка

Психологический поворот – самопомощь

- Думайте о цели, которую не можете достигнуть; осознайте, как вы себя чувствуете.
- Постучите по точкам, как рассказано выше или попросите друга постучать по ним, пока вы повторяете заявление: «Я полностью уверен в себе и принимаю себя таким, каков я есть».
- Опять думайте о своей цели и осознавайте, как себя чувствуете.

Временное постукивание

Эта техника кинезиологов для внедрения позитивных подтверждений или целей и консолидации положительных изменений в настоящем времени. она может применяться для любых улучшений, которые вы делаете. Она заключается в постукивании пальцами вдоль темпорофеноидальной линии черепа, формирующей раздутую форму вокруг и над ушами (см. рис 5В). Это место, где тело\мозг отфильтровывает поступающую сенсорную информацию так, чтобы мы не были слишком перегружены информацией, поступающей постоянно.

В 1975 году Джордж Гудхарт понял, что эта система фильтрации может быть временно выключена постукиванием по ТС линии, а это можно использовать как терапевтический приём чтобы разрешить положительным сигналам входить и не быть отфильтрованными. Это может быть использовано для усиления любых подтверждений или целей и нужна для помощи при поддержке изменений таких привычек, как отказ от курения.

Самопомощь????? Нет по-английски

- положите подушечку каждого большого пальца на подушечку каждого безымянного пальца (в эмоциональном режиме пальца)

- удерживая эту позицию, используйте указательный и средний пальцы для постукивания по голове вокруг и над ушами, пока повторяете ваше утверждение или цель 10 раз.

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТРЕССА (ЕСР)

Важно знать, что стресс вызывается не тем, что случилось с нами, а тем, как мы воспринимаем и реагируем на ситуацию. Освобождение от Эмоционального стресса (ЕСР) позволяет увидеть, до сих пор стрессовые ситуации расслабленно и объективно (см. главу 5 стр 75). ЕСР это очень простой и мощный метод, который можно использовать различными способами.

Хотя стресс может воздействовать на ряд меридианов, обследование состоит в тестировании мышцы, связанной с меридианами, соотносящимися или с желудком или с мозгом. Если мышца показывает сильно при тестировании сначала, но ослабевает, когда человек думает о стрессовой ситуации, тогда ЕСР необходим.

Подобно другим методам кинезиологии ЕСР очень помогает при попадании во всякого рода ежедневные стрессы. При использовании его таким образом, это безопасно и даёт баланс и гармонию. Иногда скрытые эмоции выходят наружу, в этом случае могут быть слезы облегчения, которые также освобождают удерживаемый стресс. Однако любой человек с медицинскими показаниями, такими как клиническая депрессия, должен обратиться за профессиональной помощью.

Хотя имеется преимущество, если есть человек, который держит точки ЕСР, вы можете пользоваться этой техникой сами с тем же успехом или предложить делать это другому человеку.

Основной ЕСР

Точки ЕСР это две рефлекторные точки, находящиеся на малых выступах на бровях и называемых Лобными буграми. Их можно найти посередине между средней линией ваших бровей и линией волос. (см. рисунок 5с).

- Закройте глаза и положите пальцы легонько на эти точки.
- Теперь думайте о ситуации или проблеме, беспокоящей вас. Постарайтесь пережить это как можно сильнее, осознав, что и кого вы видите, слышите и чувствуете и даже чувствуете вкус или запах.
- Прокручивайте в голове эту сцену; через некоторое время вы увидите, что вам и в самом деле трудно сфокусироваться на этом.
- Когда это произойдет, откройте глаза, опять подумайте о том, как вы чувствуете себя по поводу произошедшего.

Этот процесс может занять от одной до десяти минут. Когда вы держите точки, вы можете чувствовать пульсацию, сначала переменчивую. Когда оба пульса синхронизируются, стресс исправлен.

ЕСР с помощью друга

Если вы хотите помочь товарищу, можете предложить поддержать его или её ЕСР точки пока ваш друг работает со стрессом. Это можно делать молча; нет необходимости делить стрессовый опыт с вами. Это уважаемый и заботливый путь чтобы оказать помощь любому, кто расстроен эмоционально.

Продвинутый ЕСР

Продвинутый ЕСР объединяет эмоциональный режим пальца и вращение глаз, приспособленные из НЛП доктором Уэйном Топпингом и используемую в биокинезиологии (см. стр 114). Удержание эмоционального режима пальца активирует эмоциональные центры в мозге, а когда мы двигаем глазами в разных положениях, мы получаем доступ к информации из разных частей мозга, таких как образы и воспоминания. Например, когда мы смотрим вверх, мы получаем доступ к части мозга, где мы оформляем или видим картинку. Любой стресс, запущенный таким образом через вращение глаз, может быть исправлен с помощью техники ЕСР.

Продвинутый ЕСР взаимозаменяем со стандартами ЕСР и может использоваться в любое время.

Продвинутый ЕСР – самопомощь

- Сложите вместе подушечки больших и безымянных пальцев на обеих руках.
- Теперь положите указательный и средний пальцы обеих рук на точки ЕСР на бровях.
- Думайте о стрессовой ситуации или проблеме и в то же время медленно вращайте глазами, сначала в одну сторону, затем в другую, сначала с закрытыми глазами, потом с открытыми. Вы можете повторить эту процедуру.
- Теперь опять подумайте о стрессовой ситуации. Обратите внимание, как она изменилась.

ЕСР: Прошое, Настоящее и Будущее

Теперь вы знакомы с основными методиками ЕСР. Они могут применяться к стрессам, относящимся к прошлому, настоящему или тем, которые могут произойти в будущем.

Самопомощь

Одним из способов изменить вашу реакцию на плохие воспоминания это удерживать ваши ЕСР точки пока вы вспоминаете события с максимальной детализацией. Когда вы это сделали, начните воображать, каким другим всё это могло бы быть, гораздо положительней.

Что вам было нужно в то время?

Что вы знали тогда, что знаете сейчас?

Кто (возможно включая Бога, если вы в это верите) мог вам помочь?

Что вы хотели бы сделать или чтобы не было сделано?

Создайте новую версию случившегося, объединив все ресурсы, которые можете вспомнить, которые бы сделали вас лучше. Поступая таким образом, вы создаёте другой путь восприятия стрессового опыта и помогаете создать внутренние ресурсы для самого себя.

Теперь вы можете спросить себя, были те ресурсы хороши для любой настоящей ситуации или подобной проблемы в будущем. Подумайте об аналогичной ситуации, которая могла бы вызвать стресс в будущем и постройте её в вашем уме, включая все источники, которые есть в вашем распоряжении для того, чтобы иметь с ней дело. Повторить несколько раз.

«Теперь вы подготовлены для работы с вашим будущим более эффективно, чем до этого».

ОБЕЗВОЖИВАНИЕ И ВОДА

Человеческое тело на 70% состоит из воды. Почки, которые являются системой фильтрации крови, могут быть подвержены неадекватному водному всасыванию, а это будет воздействовать на ваше здоровье. Например, есть очень важная мышца, связанная с почками и называемая поясничной, которая, когда она слабая, может вызывать боль в спине. Поясничная мышца будет показывать при тестировании слабо, если тело обезвожено и может усилиться в тот момент, когда есть прием жидкости.

Большинство из нас пьют недостаточно воды. Вы знаете, что за 24 часа мы можем терять эквивалент, равный 10 стаканам воды просто через дыхание, выделение пота, выделения через почки и внутренности?

Начальное обезвоживание заметно по состоянию кожи. Кинезиологические тесты на обезвоживание заключаются в том, чтобы сдвинуть кожу на черепе, слегка подергивая волосы, пока тестируется мышца-индикатор. Если ИМ ослабевает, это означает потребность в воде.

Для вас нет необходимости делать тест на обезвоживание, чтобы убедиться, что вы пьете достаточно воды 6-8 стаканов в день. Чистая вода или фильтрованная - это лучше, чем водопроводная, которая содержит разные частицы и хлор. Как и все кинезиологи остеопат Ашли Робинсон подчеркивает важность воды. Один из его пациентов страдал жестокими болями в спине два-три раза в году. Хотя он выздоравливал достаточно быстро, он хотел бы избежать всего это с самого начала. Однажды он обратился к Ашли в тот день, когда начались эти боли (обычно он должен был ждать назначения несколько дней). Его поясничная мышца была слабой, и он слабел при тесте и подёргивании волос, что показывало обезвоживание. Поняв это, он начал пить больше воды и меньше чая: его проблема со спиной исчезла.

СТИМУЛЯЦИЯ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ

Вилочковая железа

Играет важную роль в иммунной системе, защитной системе тела, и, таким образом, в способности сражаться с заболеваниями. Её функция для здоровья жизненно важная для всего здоровья в целом. Стресс действует на железу как и инфекция; в особых случаях она может сжаться до половины своего нормального размера и веса за 24 часа. Это одна из причин, почему мы имеем больше шансов заболеть, когда попадаем в стрессовую ситуацию.

Эта железа расположена в середине верхней части груди и является железой, связанной с сердцем (см. рис. 5Д); действительно кажется, что на неё воздействует и количество любви, которое даёт и берет человек. Это может объяснить, почему старые люди живущие в одиночестве, у кого есть проблемы с сердцем, часто испытывают улучшения, когда у них появляются домашние животные которым требуется уход и любовь.

Кинезиологи делают тест на вилочковой железе по системе Терапевтическая Локализация (ТЛ): клиент прикасается к центру верхней части груди, пока практик тестирует ИМ. Если ИМ ослабевает, это может означать, что железа недостаточно активна.

Оздоровительная функция вилочковой железы может быть включена простым постукиванием этой зоны на груди всеми четырьмя пальцами и большим пальцем одной руки в ритме вальса на протяжении 20 секунд. Вы сами можете помочь поддерживать здоровье, делая это каждый день.

ИСПРАВЛЕНИЕ ЗРЕНИЯ, СЛУХА И КООРДИНАЦИИ

Глазная заторможенность

Иногда, глядя в определенном направлении или при чтении, двигая глазами вперед-назад, мы можем вызвать стресс. В кинезиологии это называется **глазной заторможенностью**. Это может быть связано с разными проблемами, включая плохую координацию и дислексию. Симптом **глазной заторможенности** проявляется в нестабильности или отсутствии баланса, когда смотришь вниз, спускаясь вниз по ступенькам, или усталости при чтении.

Кинезиологи обследуют это путем тестирования ИМ, пока клиент держит голову прямо и смотрит вверх, затем вниз, затем в обе стороны. Если ИМ ослабевает, когда клиент смотрит в любом из этих направлений, это означает, что имеется какой-то стресс, вызванный такими положениями глаз.

Это корректируется, если держать глаза в положении, которое ослабляет ИМ и одновременно массирует определенные акупунктурные точки. (это была одна из коррекций, которая помогла исправить зрение Джимми в истории болезни в главе 2). Образовательная кинезиология использует многие другие тесты для зрения. Вы можете помочь держать глаза вне напряжения, пользуясь следующей техникой:

- Положите одну руку на пупок, а большим пальцем и пальцами другой руки потрите две точки прямо под ключичной костью около 10 см в стороне (см. рисунок 5E).
- Одновременно, держа голову прямо, очень медленно вращайте глазами по всему кругу, потом в обратном направлении.
- Это займет около 30 секунд и может выполняться в любое время, повторяться несколько раз в день, если вы этого захотите. Наблюдайте за улучшением.
- «Вы можете также делать упражнение, называемое «Ленивые 8». Представьте (или нарисуйте) большую цифру 8, лежащую на боку. Спокойно держите голову, следуйте глазами обводам восьмерки, начиная в направлении сверху в лево. Вы можете повторить это несколько раз.

Слух и баланс

Будучи явным участником процесса слушания наши уши важны и в других аспектах: внутреннее ухо действует на наш баланс, а внешнее содержит карту всего тела. (отдел акупунктуры, аурикулярная акупунктура, точки воздействия на ушах для воздействия на все части тела).

Наши уши также выделяют энергию и приносят её в тело. Вы можете чувствовать это сами, положив каждую руку в пяти см от ушей и медленно двигать руки

вверх, затем вниз. Эта энергия может быть обследована в кинезиологии через тестирование ИМ, пока человек поворачивает голову в одну сторону насколько возможно, затем в другую. Это задействует мышцы шеи, которые воздействуют на уши. Если ИМ ослабевает при повороте головы в любую сторону, это означает, что есть какой-то дисбаланс в ушной энергии. Кинезиолог может корректировать это, заставив человека повернуть голову в направлении, которое ослабляет ИМ, потом крепко (но без боли) подергивают уши, как если бы откручивали их, от ушных раковин и работая вниз от верха доли. Эта коррекция была использована на старом мужчине, чьи способности слышать были повреждены во время Второй Мировой войны, и она привела к значительному улучшению слуха.

Если вы хотите возбудить энергию в ушах и, таким образом, во всем теле, крепко держите уши, как это описано выше. Это занимает около 15 секунд. Это может также улучшить ваш баланс, это помогает в некоторых случаях при тошноте в машине.

ПЕРЕКРЁСТНЫЙ МЕТОД

Этот метод был уже описан в главе 5. Это упражнение включает ходьбу на месте, размахивание руками и подъем колен. Когда вы делаете это, пусть каждый локоть касается по очереди противоположного колена.

Перекрёстные движения используются как для тестирования, так и для улучшения интеграции между двумя полушариями мозга. Как тест, если сильно ИМ ослабевает после завершения нескольких Перекрёстных движений (около 10), это показывает, что есть стресс и необходимость в дальнейшей интеграции. Образовательная кинезиология (ЕДУ-К) специализируется на работе с подобными дисбалансами и обеспечивает ряд тестов, чтобы найти особые коррекции, необходимые каждому человеку.

Практика Перекрёстных движений помогает логическому, аналитическому полушарию и креативному интуитивному полушарию работать вместе продуктивно. В связи с тем, что каждое полушарие контролирует противоположную сторону тела, хорошая связь между ними означает также хорошую координацию тела. Это хорошее упражнение для людей с дислексией и плохой координацией, таких как маленькая девочка, о которой рассказывалось в главе 7, которая была чудной и забывчивой (см. стр 109).

Коррекция самопомощь, описанная ниже, это обычная коррекция, которая помогла многим людям. Если, однако, вы не чувствуете себя нормально при её вы-

полнении, остановитесь и постарайтесь обратиться за индивидуальной консультацией к врачу.

Перекры́стные упражнения– самопомощь

Чтобы исправить баланс полушарий и общую координацию, вам необходимо сделать:

- Ходьба на месте, как написано выше, в течение 20 секунд
- Как только вы можете делать это, повторите упражнение, медленно вращая глазами сначала в одном направлении, затем в другом.

Переключе́ние Полярности

Подобно батареям наши тела содержат положительный южный полюс и негативный северный полюс; как в батарее, это полярности воздействуют на наши электрические цепочки. Стрессы любого рода – умственные, физические и химические – могут их нарушить, вызвав тем самым неверные сигналы в наших электрических цепях, которые, в свою очередь, вызывают беспорядок в теле и мозге.

Каждая рука имеет другую доминирующую полярность. Левая - это северная клемма, отрицательная, правая рука – южная, положительная клемма. Кинезиология делает тест на переключение полярности таким образом:

Кинезиологи тестирует ИМ на обеих сторонах тела. Он или она тестируют затем каждый ИМ индивидуально, сначала одной рукой, потом другой, а затем опять первой рукой, всё это в быстрой последовательности.

Если полярность человека нормально сбалансирована, ИМ не станет слабым, когда будет подвергнут такому быстрому повторяющемуся изменению полярности от руки тестирующего. Однако, если она станет слабым, это значит, что есть нарушения в полярности человека.

Этот дисбаланс исправляет кинезиолог, или клиент, активизирующий три набора акупунктурных точек по 10 секунд каждую:

Переключе́ние полярности - самопомощь

- положите руку на пупок и одновременно массируйте точки под ключичной костью в 10 см от тела (те же точки используются на глаза – см. рисунок 5e).
- Держа руку на пупке, активизируйте точки на вашей верхней и нижней губ, потирая их.

Если вы хотите удержать вашу полярность нормально сбалансированной и будете в состоянии думать даже более ясно, чем делали это, вы можете использовать эту коррекцию на себе, и повторять её несколько раз в день.

Механизм ходьбы пешком

Иногда усталость при ходьбе вызвана плохой координацией мышц, задействованных в движении рук и ног. Это достигается во-первых тестированием этих мышц индивидуально, чтобы проверить, что они сильные, затем тестировать две мышцы в комбинации: например, одновременно тестировать левую руку и правую ногу, поднятые вперед как при ходьбе.

Если какие-либо из этих мышц при индивидуальном тесте показывают сильно, но слабеют, когда тестируются в комбинации с другой мышцей, это показывает на нарушение в механизме ходьбы. Каждая комбинация мышц имеет свои соответствующие наборы корректирующих точек, которые находятся на ногах.

Самопомощь

Если вы хотите удерживать все эти мышцы хорошо скоординированными, массируйте точки на ногах около больших пальцев между косточками и на сторонах соединений больших пальцев. На это может уходить по 30 секунд на каждую ногу. (см. Рисунок 5Ф).

Сводная Карта методов самопомощи

Постановка цели Каждое утро начинать, ставя цель на день. Делайте её реалистичной и доступной. Определите всё, что мешает вам.

Балансировка цели Вытянуть руки в стороны интеграции мозга горизонтально, ладони вперед. Вообразить, что левая половина мозга у вас в левой руке, а правая в правой. Думать о цели и медленно сводить обе ладони вместе, пока пальцы не сомкнутся.

Психологический разворот инверсия Думать о цели, которую хотите достигнуть. Постукивать быстро по точке на стороне каждой руки, приговаривая «*я полностью уверен в себе и принимаю себя таким, как есть*».

Временное постукивание Держать вместе подушечки большого пальца и безымянного на обеих руках. Пользоваться указательным и средними пальцами для постукивания вокруг и над ушами, повторяя про себя утверждение или свою цель.

Освобождение Слегка держать ЕСР точки (выступы на лбу). Заново пережить детально стресс, видя, слыша и чувствуя его. Делать это от 1 до 10 минут. **от эмоционального**

стресса (Базовый ECP)

- ECP Прошлого Настоящего и Будущего** Использовать ту же технику, что и вверху, помня прошлую причину стресса. Воссоздать её при помощи любых необходимых приемов. Внести это в процесс мышления настоящего и будущего.
- Вода и обезвоживание** Пить ежедневно 6-8 стаканов чистой минеральной или фильтрованной воды.
- Балансировка вилочковой железы** Постукивать зону на груди над этой железой (под верхней ключицей в центре груди) около 20 секунд всеми пятью пальцами одной руки.
- Глаза и зрение** 1. Одну руку положить на пупок. Пальцы и большой палец другой руки держат две точки прямо под ключичной костью около 10 см от тела. Медленно вращать глазами в одну сторону, затем в другую примерно 20 секунд.
2. держать голову прямо, глазами следить за большой цифрой 8 по ее сторонам.
- Балансирование слуха** твердо развернуть уши, выталкивая наружу и потягивая в стороны.
- Перекрёстный метод** Марш на месте, каждый локоть касается противоположного колена. В то же время медленно вращать глазами в одну сторону, затем в другую примерно 20 секунд.
- Переключение полярности** Держать пупок, одновременно массировать следующие акупунктурные точки 10 секунд:
1. 2 точки под ключицей костью 10 см от тела
 2. Точки на верхней и нижней губах
 3. Копчик основания хребта
- Балансировка походки** Массажировать точки на ногах около пальцев и между костями и на стороне большого соединения пальца; 30 секунд на каждую ногу.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ МЕТОДЫ (не для самопомощи)

Не все кинезиологические коррекции могут быть использованы для самопомощи или самобалансирования; есть также методики самостоятельной помощи, которые требуют более подробных инструкций, чем те, которые даются здесь.

По сути, есть так много факторов в кинезиологии, которые могут быть обследованы и откорректированы, что просто невозможно включить их все в эту книгу. Чтобы дать вам общую картину широчайшего применения кинезиологии, вот лишь несколько факторов, которые могут быть обследованы и откорректированы, которые не были описаны.

- **Боль и контроль боли:** боль может быть облегчена немедленно путем работы с акупунктурой.
- **Ткань старых шрамов:** шрам может пропускать поток энергии и ослаблять меридиан, проходящий через него. Массаж и другие средства лечения могут исправить это.
- **Дисбаланс чакры:** чакра это энергетический центр, находящийся в энергетическом поле и в теле. Кинезиология может тестировать дисбаланс в чакре и использовать ряд лечебных методов для их баланса.
- **Кровяное давление:** простой тест, без приборов, может быть использован для проверки того, есть ли давление, нормальное ли оно. Если нет, нужна специальная балансировка полюсов может помочь исправить это. ВР чтения могут также быть отслежены.
- **Дыхание:** неправильное дыхание может воздействовать на ваше здоровье. Кинезиология может исправить функцию задействованной мышцы.
- **Излечение Фобий:** Эта тезника взята из Пять минут лечения фобии, доктор Р. Галлаган. В теории это так: излишний эмоциональный стресс, вызванный фобийными реакциями, создаёт временный избыток энергии в одном из меридианов, обычно в желудке. Постукивание начала или другой стороны поражённого меридиана пока клиент заново переживает фобийное состояние, ребалансирует меридиан. В результате фобийная реакция исчезает.
- **Травма при аварии:** клетки и волокна нашего тела, также как наши мозги, удерживают воспоминания. Иногда, когда кто-то получает физическую травму в результате аварии или падения, тело пытается защитить себя, выключая определённые мышцы. Позже даже если человек не имеет сознательных воспоминаний событий, его тело сохраняет память о шоке, случившемся, когда оно находилось в той особенной ситуации и будет каждый раз показывать слабость в той позиции. Кинезиолог может убрать это, по-

незиологии конечной целью ставят концепцию Триады Здоровья, а это баланс структурных химических и умственных\эмоциональных аспектов человеческого существа. Так что же выделяет одну область от другой?

И хотя есть много дыр между ними, различие в начальной точке, а путь который выбирается для достижения цели это баланс и гармония. В Прикосновении к здоровью начальный прицел в обследовании сделан на энергию мышца-меридиан\орган-железа, и на ТФХ коррекции, рассчитанные на энергетический баланс. По контрасту с этим, в Образовательной кинезиологии (ЕДУ_К) основной точкой обследования является электрическая цепь системы тела\мозга и методы коррекции отличаются в некоторых отношениях от методов в ТФХ с дополнительными коррекциями, специфичными для ЕДУ-К. На 125 странице вы найдете Сводную карту, где показаны основные различия между главными направлениями, эта глава включает описания тех областей вместе с разными случаями, иллюстрирующими, как они работают на практике.

Эти истории были отобраны для демонстрации широкого ряда проблем, где может быть использована кинезиология. Тот факт, что включено больше разных историй из определенных областей, а не из других, не означает, что одна область кинезиологии больше или более успешная, чем другие.

И хотя эти истории рассказывают об удивительных случаях, было бы неверным считать, что кинезиология может излечить всё, что угодно.

Это не так. **практики не лечат других людей:** тело постоянно пытается само себя вылечить, а кинезиология помогает в этом и поддерживает процесс. Кинезиология даёт разрешение практику работать с клиентом, используя разум и мудрость самого тела для раскрытия того, что не в порядке и что нуждается в балансировке и восстановлении.

Мышечное тестирования также даёт и клиенту и врачу положительную поддержку, подтверждающую, что идёт лечебный процесс. Это знание, которое есть больше, чем вера или уверенность, являются ключевыми факторами в успешном излечении.

Однако, сам факт биоподдержки так быстр, что может в ряде случаев привести людей к мнению, что кинезиология это своего рода «волшебная палочка». Правда, что результаты по временам могут быть очень быстры, но это более обычно для текущего оздоровительного процесса, который может продолжаться недели и месяцы до полного завершения.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КИНЕЗИОЛОГИЯ

ПРАКТИК (ПКП)ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПРОВАЙДЕР ЗДОРОВЬЯ (ПХП)

Профессиональные курсы растут из-за всё возрастающей необходимости в программе, которая даст возможность изучающим Прикосновение к здоровью расширить знания на основе АК, которые включены в их основной курс.

В середине 80х доктор Брбс Дью, глава факультета Фонда ТФХ вместе с женой Джоанной, выступил инициатором новой серии курсов, названных Прикосновение к здоровью 4 и 5. Доктор Дью, врач и старый член ИСАК, отобрал из основ системы главные процедуры, которые не закрывали оригинальные работы Джона Тая, те, которые не требовали навыков мануалиста или медицинского образования. С помощью своего собственного клинического опыта он сделал эти процедуры доступными большому числу выпускников ТФХ, которые хотели получить профессиональное обучение.

Работа, которая теперь ведётся в четырех школах по пять дней в неделю, это синтез наиболее употребляемых и отработанных АК процедур и инновации из не мануальной кинезиологии, которая развилась из оригинальных курсов Прикосновение к здоровью. Большинство процедур и методов изучаемых теперь были фактически изучены и развиты не только доктором Дью, но и всё растущим числом специалистов кинезиологов, работающих с этой системой в клинической практике. Ежегодные курсы по оценке исследований проводятся для выпускников, чтобы они могли получить новые знания и поделиться своими находками.

Результатом этой работы стал известный курс «профессиональный провайдер здоровья», а раньше, как «программа практика-кинезиолога», признание, что оригинальное видение обучения любителей этим предметам доктора Тай дало рождение совершенно новому профессионалу здоровья.

Вместе с ясным, без профессионального жаргона языком распространение сложной информации, уникальность программы заключается в её комбинации простых и логичных режимов пальцев системы идентификации наиболее эффективных процедур для клиента с основными принципами определения и осознания эмоциональных факторов на каждой стадии баланса.

Режимы пальцев были изначально открыты остеопатом и Прикладным кинезиологом доктором Аланом Беардаллом, основателем Клинической кинезиологии (см. стр 119). Они дают практику доступ к информации, какой аспект – эмоциональный, физический, биохимический или электрический – нуждаются во внимании в первую очередь. Четыре основных оригинальных режима доктора Беардал-

ла (достигаемые просто удержанием большого пальца у подушечки каждого другого пальца по очереди) доказали замечательное постоянство и были приняты всем кинезиологическим миром.

Исследования Дью и их коллег развили этот кажущийся универсальным язык тела в высоко доступную базу данных для оператора, которого Беарделл назвал «**биокомпьютером**». Эта система продолжала расти, а система Дью вырастала во всё большую и большую широкую сеть, поскольку её признали. Люди могут быть обучены высоким стандартам без отношения к ПХП и ПКП материнским методам кинезиологии – АК.

Программа ПХП\ПКП теперь вместе с ЕДУ-К (стр 107) и серией **Три в одном** (стр 110) одна из наиболее успешных продвинутых курсовых программ, доступных учащимся не мануальной, единой кинезиологии, и она одна из напрямую заинтересованных обучением профессиональных практиков в разных дисциплинах кинезиологии. Ей обучают и практикуют на четырех из пяти континентов в мире.

Нижеследующий случай рассказывает о прободной грыже болевом состоянии, когда живот или .фагус сдвинуты со своей обычной позиции, не давая пище перевариваться правильно и вызывая изжогу. Обычное медицинское лечение заключается в предписании принимать лекарства от изжоги, они не имеют дела с причиной. Кинезиология обеспечивает процедуру, которая помогает сбалансировать мышцы вокруг диафрагмы, позволяя желудку вернуться к своей изначальной позиции; есть также некоторые самокоррекции, которые кинезиолог может предложить как приемлемые.

Хроническая усталость

Джулия, возраст после 30, страдала от хронической усталости и резких болей в мышцах. Тестирование ПХП показало тенденцию к грыже пищевода, низкий уровень работы вилочковой железы (она играет важную роль в иммунной системе) и возможность излишнего роста Кандиды Албиканс (инфекция грибковая дрожжевая, которую часто ассоциируют с синдромом хронической усталости или ME). Надпочечные железы также показывали высокий уровень напряжения. В добавление ко всему имелись нарушения в тонких энергетических уровнях с солнечным сплетением, показывающем приоритет. В области энергетической медицины солнечное сплетение соотносится с чувством личной силы и ответственности самого человека. Она вышла замуж в 17 лет и её ребенок умер в коляске. Отношения с другими людьми также не заладились, её сына в возрасте 3 лет забрали в специальный дом.

Большую часть жизни Джулия потратила, чтобы угодить своей матери. В результате она стала эмоционально бессильна до такой степени, что её солнечное сплетение, её силовые центры были слишком слабыми, чтобы удержать работу тела в той зоне в нормальном режиме, а отсюда пошли нарушения в работе тонкого кишечника и надпочечника.

В течение трех месяцев она имела лечение с двухнедельными интервалами. Работая над разными процедурами как указывали режимы пальцев, да ещё определяя эмоциональные факторы и подвигая её к этим зонам, ей удалось достигнуть прежде невиданных уровней энергии и жизнеспособности. Она отпраздновала это, отправившись в отпуск в Грецию и окончила краткосрочные массажные курсы. Боли прошли, пищеварения восстановилось, но наиболее заметными изменениями были блеск в её глазах и пружинистая походка.

Информация предоставленная Адриан

Эта история в особенности интересна тем, что включает элементы всех уровней. Коррекция грыжи это физическая операция, в то время как балансировка центра солнечного сплетения включает тонкие энергии. Однако реальный сдвиг в энергетике пришёл тогда, когда Джулию заставили заново пережить и вылечить некоторые старые травмы и, в особенности, когда она отказалась от своей формулы веры о самой себе. Но главный прорыв наступил, когда она дала себе право высказать всё, что хотела, что было особенно важно для неё в отношениях с матерью.

Образовательная КИНЕЗИОЛОГИЯ (ЕДУ-К)

Образовательная кинезиология известная как ЕДУ-К имеет широкий спектр применения, но используется в основном для улучшения образовательных навыков, включая чтение, письмо, цифры, концентрацию, память и т.д. самые простые версии можно использовать

ЕДУ-К была разработана доктором Паулем Деннисоном в 1980. Проработав 20 лет в Калифорнии в восстановительном учебном центре для детей, он начал работать вместе с хиропрактиком кинезиологом и в 1979 году окончил курсы ТФХ. В 1982 году он развил программу по Устному изменению матрицы (о ней написано ниже) и расширил работу, чтобы включить сюда и взрослых, а не только детей. ЕДУ-К продолжала развиваться как наука о коммуникациях между телом и мозгом, сначала делая ударение на правом и левом полушарии, а потом на других параметрах размерах мозга.

Фонд ЕДУ-К, основанный в США, предлагает курсы обучения по всему миру. Они интересны для многих практиков, особенно для профессиональных медиков, занимающихся образованием. Некоторые обследования ЕДУ-К и коррекции были взяты в АК, ТФТ и другие области кинезиологии.

Как работает ЕДУ-К

Образовательная кинезиология использует мышечное тестирование для определения напряжений и расстройств, вызванных определенной деятельностью и движениями, которые могут воздействовать на координацию и работу многих зон. Часто они бывают результатом электрических нарушений, которые дают слабые или неправильные сигналы между мозгом и телом. Дисбалансы могут быть вызваны движением глаз и положением головы; это не всем известно, что для некоторых людей при нагрузке, например, просто смотреть вниз уже ослабляет вся их системы. Это воздействует не только на походку людей – имеется неустойчивость при спуске вниз по ступенькам – но что важно, может отнять способность ребенка читать, поскольку чтение почти всегда включает взгляд вниз.

В то время как простейшие версии ЕДУ-К такие как гимнастика мозга (смотри ниже) может быть использована прямо в классах школьниками, более продвинутые уровни, такие как балансирование цели, годятся для преподавания только обученными практиками и как правило, один на один. Люди, образованные в других областях, как-то образование или советники могут достигать хороших результатов, добавляя к своим знаниям ЕДУ-К. Коррекции ЕДУ-К включают гимнастику мозга и настройку цели.

Перекрёстный метод

Это балансирует левую и правую половины мозга. Перекрёстный метод изначально открытый в 1960 доктором Доман и Делагато, которые очень успешно применяют его для помощи детям с повреждениями мозга. касаясь руками противоположного колена в перекрёстном методе заставляет левое и правое полушария работать одновременно, а когда два полушария научились работать вместе и одновременно, связь между ними восстановилась через корпус каллосум, мостик в мозге, который связывает оба полушария. Однако, эта методика одна недостаточна для детей или взрослых с проблемами обучения или мышления или дислексии.

Доктор Деннисон наблюдал, что наступали более серьезные изменения, когда выполняющий Перекрёстный метод одновременно активизировал свою не логическую мозговую половину путем жужжания и поворота глаз в определенном

направлении. При другой короткой процедуре и намерении объединиться изменение матрицы может помочь любому быть более приспособленным в новой или трудной ситуации. Мышление и поведение становятся мягче и менее стрессовыми, потому что внимание распределяется лучше.

Гимнастика мозга

Это серия движений, разработанных для того, чтобы войти в состояние ослабленной тревоги, когда нужна наибольшая работоспособность. Некоторые перераспределяют энергию, некоторые ребалансируют левую и правую стороны мозга, а некоторые позволяют доставлять кровь и кислород, которые «отключаются» во время стресса, и возвращают их назад к передней части коры головного мозга.

Постановка цели

Когда люди начинают расширять «зону своего комфорта» на новых территориях, им может понадобиться помощь для новых нейрологических связей, которые позволяют выполнять новые задания с меньшей нагрузкой. ЕДУ-К методы помогают людям поставить себе соответствующие цели, положительные, активные, ясные и энергичные.

Следующие примеры показывают как ЕДУ-К может пригодиться детям с или без специфических сложностей с обучением.

Группа, которая занималась в лондонской школе.

В октябре 1989 года специалист по образованию и кинезиолог Вивьен Гилл с коллегами познакомила с методикой ЕДУ-К три класса 9-10 летних детей из внутригородской школы. Два класса были разделены, чтобы можно было сравнивать эффект от применения методики ЕДУ-К на «экспериментальной и контрольной» группах. Третий класс получил упражнения Изменение матрицы и Гимнастику для мозга для постоянной работы.

На следующий год в 1990 году общие результаты показали определенные серьезные продвижения в навыках чтения как результат применения методики АК, особенно в классе, который получил методику для постоянной работы, а способности детей слушать и ладить друг с другом также улучшились.

Некоторые дети в особенности улучшили не только способности чтения, но также поднялась их самооценка и самоуважение. Одна застенчивая девочка, чей возраст чтения возрос с 6.11 до 9.11 лет сказала, что она перестала беспокоиться о чтении, которым теперь она на самом деле наслаждалась.

Один мальчик чувствовал себя одиноким, ему было трудно, и он хотел внимания. Между октябрём 1989 года и июлем 1991 через год после получения первых результатов его способности к чтению повысились от 7.8 до 13.6 лет. Позже он комментировал, что не заметил никакой разницы в себе самом, однако когда ему напоминали, как всё обстояло два года назад, он говорил: «Да, теперь я помню. Я не привык обезьянничать по всем вопросам, но теперь думаю о жизни. Я не хочу идти на бега, когда вырасту, хочу хорошую работу».

Ребенок с плохой координацией

Девочку 12 лет, всю жизнь бывшую неуклюжей и забывчивой, привела на приём к кинезиологу ее мать. После обследования выяснилось, что у неё плохая связь между полушариями мозга, и хотя доминирующей половиной является правая не логическая часть, она была правшой. Это объясняло её плохую координацию и отсутствие способности логически думать, что вызывало забывчивость. Балансировка ЕДУ-К с использованием замены боковой матрицы и других методик ЕДУ-К выправило их.

После трех сеансов девочка пришла в игровую команду школы, стала более организованной и менее забывчивой, хотя её родителям понадобилось ещё какое-то время, чтобы заметить, что нет необходимости всё время её дергать по поводу забытых вещей. Улучшения сохранились, в конце учебного года она выиграла награду для своего класса.

Информация от КАЙ МАККАРРОЛ

КОНЦЕПЦИИ ТРИ В ОДНОМ

Уникальный подход к управлению стрессовыми ситуациями разрабатывается с 1972 года Гордоном Стоксом, директором по обучению Фонда Концепция Три в Одном. Изначально названная «**Единый мозг**», программа, разработанная ими, распространилась и впитала в себя другие курсы, в которых сочетались элементы единого здоровья, работы тела-энергии, нейронауки и оригинальных исследований. Концепции Три в Одном используют мышечное тестирование для определения стресса совместно с другими коррекциями и методами из АК и ТФХ. Курс состоит из девяти последовательных занятий. Название отражает развитие теории работы мозга левого\правого полушарий для включения связи передней и задней частей мозга. когда человек проходит через эмоциональный стресс, весь потенциал мозга не используется; когда эмоциональный стресс ослабевает, мозг полу-

чает возможность воспринимать и действовать в спокойной, эффективной манере с полным доступом к левой части мозга и её логичности и правой части и её созидательности. В целом же мозг действует как объединенная система.

Подходы Три в Одним

Первый шаг – определение не твердого решительного эмоционального напряжения и отрицательных верований, которые мешают людям действовать с использованием полного потенциала. Основной метод обследования – использование мышцы-индикатора для определения приоритета стрессов и коррекций. Мышечное тестирование так же используется для обследования на каком уровне стресс воспринимается на сознательном или подсознательном.

Коррекции избираются из огромного набора методик для изгнания стресса, которые направлены на мягкое стирание негатива из памяти и тела. Если нужно, то клиенту предписываются разные упражнения для выполнения в домашних условиях.

Методика излечения прошлого

Многие настоящие эмоциональные, физические и поведенческие проблемы имеют корни в прошлых травмах. Методики Три в одном сфокусированы на исправление этих травм, на восстановление нашей способности делать выбор без унаследования последствий наших прошлых переживаний.

Барометр поведения

Это инструмент, помогающий кинезиологу определить эмоции, которые клиент может и не осознавать: это систематизированная карта эмоций, включая гнев, страх, вину и т.д. Практик использует мышцы-индикаторы для определения первичных расстраивающих эмоций-нарушителей.

Снижение возраста

Это техника из арсенала Три в Одним (она также используется в других областях кинезиологии) для определения возраста, когда началась проблема. Используя мышцу-индикатор, кинезиолог спрашивает, есть ли проблема в определенном возрасте (между 20-15, 15-10 и т.д.), а мышца реагирует и определяет этот возраст; потом процесс продолжается более детально, чтобы установить точный возраст, когда имела место начальная травма.

Коррекция стресса ЕДИНЫЙ МОЗГ

Сюда включаются разные методики среди которых есть версия освобождения от эмоционального стресса, когда практик держит одну руку на точках освобождения от стресса на лбу, пока другая рука держит , затылок, где хранится память прошлого.

Это можно делать молча; нет необходимости знать, какова была основная травма, хотя в некоторых случаях это может оказаться нужным для практика и клиента, чтобы поговорить о том, что происходит. Если тот опыт был пугающим, клиент может заново прожить его в более отрешенной манере, как бы глядя фильм, и тогда иметь возможность «переписать текст» и воссоздать событие так, как ей или ему хотелось бы, чтобы оно случилось. Пока это продолжается, кинезиолог будет удерживать точки коррекции стресса.

Пример ниже показывает, как излечение старых травм может внести важные изменения в настоящее и как – что тоже признано в Образовательной кинезиологии 0 трудности обучения часто оставляют корни в эмоциональных проблемах.

Проблемы с обучением и эмоции

К одному практикующему Один мозг обратился мужчина 31 года. Он сказал, что дислектичен, что всегда у него были трудности с чтением, цифрами и письмом; он собирался начать работать на новом месте и страдал от нервозности, отсутствия уверенности и имел трудности с концентрацией. Плечи у него были опущены, голова вниз, и он рассказывал врачу, что страдал частыми ночными кошмарами по поводу школьных лет.

Тогда всплыло, что когда ему было 8 лет, старый школьный учитель поставил его в угол и там его и оставил. Это событие, за которым последовали другие ухудшения проблем, дало ход всем его другим последующим сложностям и привело к отсутствию уверенности.

За три месяца он сделал шесть долгих сеансов, во время которых врач работал с ним по методике Единый мозг. Стресс и отсутствие уверенности начали исчезать, а к окончанию лечения это был уверенный, счастливо работающий на новой работе человек, у которого не было больше ночных кошмаров.

Иногда проблемы вызываются травмами и до рождения как в случае с 4 летним, который не умел говорить; снижение возраста показало, что в утробе на него было оказано воздействие, когда мать вынуждена была сделать операцию на органах. После шести месяцев коррекции стресса он опять ясно разговаривал,

успешно работал в школе. Когда детям оказывают помощь во время, результаты могут наступить очень быстро.

Проблемы детства

Мальчик девяти лет попал к врачу по поводу дислексии, и он мочился в постель; поведение его было агрессивным, хотя гнев, казалось, был скорее из-за плохого настроения, а не его естественного темперамента. Практик обнаружил, что он был напуган отцом и для уничтожения этого страха использовал коррекцию Один мозг. После получасового сеанса гнев мальчика и расстройство исчезли. Улучшение продолжалось и через некоторое время она стал счастливее, не мочился по ночам, в школе он показывал нарастающий успех. Что еще более важно, его отношения с отцом значительно исправились.

Другой кинезиолог, практикующий Один мозг, использовал снижение возраста для помощи матери, у которой были проблемы с ребенком, очень необычно.

Связка мать-ребенок

Женщина, у которой уже было 4 ребенка, имела большие трудности с младшим. По ее словам, он в 3-4 года был носился и не давал покоя, у него были вспышки раздражения, он не хотел быть с ней или без нее, не позволял обнимать себя. У матери был очень неприятный опыт при его рождении. Ей хотелось родить всех четверых, она чувствовала, что это было бы лучше всего и для нее, и для ребенка. Работники больницы возражали, и хотя они позволили ей родить так, как она хотела, они забрали ребенка сразу после рождения, и ей невозможно было нянчить его в течение нескольких часов после рождения. Вся семья пришла на прием к врачу, малыш остался в другой комнате, играя с братьями и сестрами, пока мать выступала как посредник для него. Это очень необычно: в известной практике посредник обязательно должен касаться пациента. Однако это было эффективно, нет сомнений в сильной связи, существующей между матерью и ребенком. С матерью в роли посредника малыш был доведен до возраста рождения. После того, как значительная часть стресса была убрана, его привели и спросили, не хотел ли он, чтобы мама взяла его на руки. Он тут же ответил ДА и оказался на руках как будто там и родился. Мать и ребенок оставались там, глядя друг на друга, ласкаясь пока врач продолжал держать точки снижения стресса. Потом практик говорил, что это был очень волнительный момент. Восстановление завершилось. Позже мать писала отчет о сопутствующих изменениях в ребенке: он теперь просыпался счастливым, а не сонным, не плакал и не кричал, когда ее не было рядом, не показывал плохое настроение, когда брат или сестра брали его игрушки.

Он начал задавать вопросы и проявлял активный интерес к окружению, книгам, на которые раньше и внимания не обращал. Он спокойно и расслабленно обнимался с матерью и «его глаза стали большими и прекрасными, как будто он посмеивался про себя». Информационная предоставлена Джереми.....

Работа Три в Одном помогла людям с разными относящимися к стрессу проблемами, включая фобии (такие как страх высоты и полета), МЕ (синдром хронической усталости, паника и даже алкоголизм, а также трудности обучения).

БИОКИНЕЗИОЛОГИЯ (БК)

Биокинезиология работает на связке между внутренними органами и железами и положительными и отрицательными эмоциями. Институт биокинезиологии был основан в 1972 году Джоном Бартоном, бывшим компьютерным дизайнером, у которого был огромный интерес к единым терапиям. Он и его жена Маргарет, их ученики сделали огромную работу по исследованию для ранних публикаций. Доктор Уэйн Топпинг учился вместе с Бартоном, изучал ТФХ и интегрировал некоторые АК и ТФХ методики к подходам БК. Используя мышечное тестирование, терапию локализации и Вызов по время прикосновения к специфическим частям тела, были открыты корреляции между всеми частями тела и положительными и отрицательными эмоциями.

Работы Уэйна добавили также новое измерение в методику Освобождение от эмоционального стресса. Это была терапевтическое дополнение положения глаза, притянутое из НЛР, которая коррелировала положение специального глаза и специфическими внутренними процессами, как воображение прошлого или будущего, слуха, чувств и т.д. Балансирование достигается комбинацией положительных подтверждений и методами снятия стресса доктора Топпинга. Уэйн Топпинг разработал ряд курсов по БК, которые он преподает в Англии и во всем мире.

Облегчение хронической боли

После шести месяцев после автомобильной аварии Диана всё ещё страдала от сильной боли в шее, плечах, руках, бедрах и коленях. Медицинское лечение предписывало носить воротник и принимать много болеутоляющих средств, но безуспешно. Теперь ей говорили, что медики ничего другого сделать не могли, что ей предстоит «жить с болью».

Диане дали основной ТФХ баланс по 14 мышцам, за ними последовало балансирование прилегающих мышц в зонах боли. Определенные меридианы и реактивные мышцы были также откорректированы, но боль оставалась.

Практик затем использовал работу Топпинга освобождение от стресса, пока Диана заново пережила этот случай; после этого все её мышцы при проверке показывали слабо. Потом её попросили вращать глаза влево и вправо; когда позиции глаз активизировали мозг в определенных точках, Диана рассказывала, что она чувствовала боль в отдельных зонах - руках, локтях, плечах, шее и ногах. Затем работали с точками Освобождения от Эмоционального стресса, пока глаза Дианы были в этих позициях активизации боли. Когда она сделала это, боль в каждой зоне прекратилась и, наконец, исчезла. При повторном тестировании мышцы Дианы были полностью в балансе.

Спустя неделю Диана полностью избавилась от боли в руках, ногах и плечах, осталась небольшая боль в шее. Ей предложили поставить шею в позицию боли и положить руки на точки ЕСР, вращая глаза, пока она не чувствовала, что её глаза моргают. На этом этапе она должна была удерживать позицию и видеть ушла боль или нет. Это было абсолютно удачно, и Диана была в состоянии ослабить свои боли. Информация предоставлена Кей МакКарм

ГИПЕРТОН – X

(ОСВОБОЖДЕНИЕ МЫШЦЫ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЕ)

Гипертон-Х это мягкий путь работы с мышцами, который может помочь людям с проблемами при обучении, плохих показателях в физкультуре, при хронических болях, эмоциональны проблемах или чувствительности к цвету и пище. Известно, что она помогает людям, страдающим от ударов, церебральных параличей, травм после аварий, обычных болей в теле и может дать принести полное выздоровление при обычных академических навыках, координации и уверенности.

В 1982 году Франк Махони, инструктор ТФХ из Калифорнии, начал работать с учениками молодежной высшей школы (возраст 12-14 лет), используя концепции и другие единые принципы ТФХ для помощи учеников, имеющих проблемы с чтением. Отметив значительные успехи в чтении, он объединил силы с Полем Деннисон, основателем Образовательной кинезиологии, помогая тому на ЕДУ-К курсах в США и Берлине. Это закончилось тем, что он выработал свою собственную программу Гипертон-Х, как отдельную и уникальную методологию. Несколько идей Махони, относящихся к церебрально-спинной жидкости, самокоррекции и гипертонированным мышцам (перенапрпжяённым), включены также в ЕДУ-К семинары.

При тестировании и коррекции заслуженных атлетов Махони установил определенную корреляцию между уровнем атлетических выступлений и умственными

способностями, между энергетическими системами, полушарием мозга и гипертонированным состоянием мышц. Он также требовал понимания Сакро-затылочных методик (СОМ), методов хиропрактики и их воздействий на церебро-спинную жидкость. Внедряя ТФХ знания, он начал развивать методы определения и коррекции перенапряженных мышц, что имело воздействие на крестец и затылок. Освобождая эти ключевые мышцы, ему удалось воздействовать на поток церебрально-мозговой жидкости, улучшить работу эндокринной системы, высвободить любые нейро-мышечные защемления (которые блокируют связь тело\мозг) и создать более гармоничную и единую систему оздоровления.

Эта методика пользуется мышечным тестированием как формой биоподдержки, особенно для определения состояния перенапряжения основных мышц. В отличие от Прикосновения к здоровью, где мышцы тестируются при их сокращении, система Гипертон – Х проверяет мышцы при их растяжении. Коррекция включает клиента медленно активизировать мышцу в направлении сокращения, **пока одновременно происходит выдох**. Освобождая эти перенапряженные мышцы даётся путь для интеграции тела\мозга.

Атлеты с хронической болью

Боб, 38 лет, по профессии строитель и очень сильный спортсмен и футболист. Его деятельность была ограничена болью в средней и нижней частях и правом бедре, стреляющими болями в обе ноги. Он уже проходил определенное лечение по методу хиропрактики, а рентген показал, что в позвоночнике не было никаких нарушений; однако, была искривление в зоне поясницы, а один из его бедер был выше другого. Обследование по Гипертон-Х подтвердило данные рентгена и обнаружилось, что искривление в районе поясницы и нарушения были связаны с перенапряжением мышц.

Ему сделали баланс по Прикосновению к здоровью, было оказано воздействие на перенапряженные мышцы мягким дыханием Гиперто-Х и методами растягивания по очереди и приоритетам. Это сняло напряжение. Мышцы затем были перепрограммированы на улучшение связи между ними и мозгом. Последующие сеансы включали дальнейшее освобождение по системе Гипертон-Х.

У Боба были полностью сняты боли через 6 месяцев и он смог продолжать играть и тренироваться в футбол и выполнять тяжелую физическую работу. Сейчас он регулярно посещает практика для ежегодного осмотра, чтобы поддерживать

себя в хорошей форме и быть активным в работе и спорте. Между такими посещениями он занимается самопомощью и делает дома упражнения Гипертон=X.

Информация предоставлена Кей МакКАРРОЛЛ

КИНЕЗИОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ (НК)

Кинезиология Здоровья занимается определением и корректировкой физических, психологических и окружающих стрессов, принимая во внимание не только причины определенных наборов симптомов, но также те процессы, которые помогают держать проблему. Ее автор доктор Джимми Скотт живет в Канаде, но регулярно преподаёт на курсах в Англии.

НК направлена на снятие старых, непригодных психологических матриц, корректирование аллергий и расстройств питания и разработку индивидуальных программ для диеты, упражнений, отдыха и игр. Она помогает людям более эффективно действовать в жизни, а также делать необходимые изменения для исправления жизни.

Мышечное тестирование используется для обследования того, что нужно и коррекций, включая акупунктуру определенных точек, а иногда и магнитных, кристаллов и гомеопатических субстанций и натуральных масел. Иногда человека просят думать о чем-либо особенном или прикоснуться к части его или ее тела, пока удерживаются акупунктурные точки.

НК также занимается корректировкой геопатических стрессов (тяжелые радиации земли) и электромагнитными загрязнениями от компьютеров, телевизоров и т.п. и очисткой от препаратов и тяжелых металлов разных систем.

Как показывают следующие истории НК может успешно применяться с широким спектром условий и успешно обрабатывать такие сложные проблемы как агорафобия, сенная лихорадка, астма, экземы, остеоартрит и ревматический артрит, головокружения, проблемы в спине, замороженные плечи, предменструальные напряжения, ногти грызть, приливы паники, отсутствие самоуверенности, синдром хронической усталости, кандиды, бронхиты и проблемы, вызванные стрессом.

Аллергия на рыбу

Сэм, возраст 67 лет, всегда имел проблему. Если кушал рыбу. Его губы и глотку сводило, ему было больно, когда пища двигалась вниз по пищеводу. Он мог не кушать рыбу, но после обеда, где в любом виде присутствовала рыба, его обычное состояние возникало и хотелось что-то сделать по этому поводу.

Сначала работали над усилением его иммунной системы, чтобы корректировать проблему, которая была у Сэма при усвоении минерального марганца. При

внимательном мышечном тестировании оказалось, что он мог бы начать есть рыбу через пять с половиной месяцев, сначала понемножку.

Через шесть месяцев после этого единственного сеанса Сэм позвонил и с благодарностью сказал, что съел немного рыбы несколько дней назад безо всякого большого эффекта. Он был удивлен, что такая старая проблема была решена за один одночасовой сеанс с кинезиологом по здоровью.

Головокружение

Ричард, 61 год, страдал головокружениями в течение 10-15 лет. Его врач диагностировал повреждение внутреннего уха, вызванное вирусом гриппа, и заявил, что он должен будет жить с этой проблемой. Поскольку работа Ричарда включала лазание по деревьям, это была настоящая проблема. Иногда он должен был привязываться к дереву, чтобы не упасть, хорошо еще, что у него были предупреждения заранее о наступлении головокружения. Большинство консультаций НК продолжаются по часу, но Ричард нуждался в коротких сеансах, а не в длинных. Во время них с ним работали магнитами, чтобы помочь перебалансировать его электромагнитную энергию. Его также просили воображать себя в состоянии головокружения, пока держали нужные рефлекторные точки. Спустя два года Ричард уже был без симптомов и наслаждался результатами. Иногда, когда он уставал, у него появлялись предупредительные ощущения; когда это случалось, он знал, что должен успокоиться.

Псориаз

Розмари имела псориаз на протяжении пяти месяцев и была, понятно, обеспокоена тем, чтобы не стало хуже. Астма её маленького сына была удачно излечена при помощи НК, и она решила тоже попробовать этот метод. Обследование показало, что печень Розмари и почки работали неправильно. Это не означало, что у неё могла развиться серьезная болезнь, но без помощи этим серьезным органам псориаз едва ли мог бы уйти. В случае с Розмари работа нижней части печени и почек оказалась относящейся к стрессовым эмоциям. Её лечение заключалось в том, что она должна была думать о чувствах, которые её расстраивали, вызывали беспокойство и страх быть ненужной. В это время практик держал рефлекторные точки, которые снимали эмоциональный заряд с этих мыслей. Ко времени второго назначения её кожа была почти чистой. Она решила продолжать делать НК для артрита, от которого также страдала, а её муж, у которого псориаз был уже 40 лет, тоже решил попробовать лечиться. Ему также становится лучше при применении подобных методик вместе с магнитной терапией.

Информация предоставлена Джейн Тернелл.

КЛИНИЧЕСКАЯ КИНЕЗИОЛОГИЯ (СК)

Клиническая кинезиология это комплексная и очень сложная система, которая используется медиками-профессионалами, обученными навыкам мануальных специалистов. Она подчеркивает важность устойчивых связей между разными системами и частями тела при создании хорошего здоровья. Завершающий случай отсутствия связи это рак, где больной участок тела окружен от здоровых тканей, что не позволяет решить проблему. Известная также как Человеческая Биодинамика (ХБД), СК была поздним ребенком доктора Алана Беардалла, хиропрактика с широким кругозором и интуицией, штат Юта, США. Он разработал ряд революционных идей, которые расширили перед АК новые горизонты, многие из которых были интегрированы в другие системы кинезиологии. Важный пример это замок ноги, также его называют замок паузы, что является способом сохранения информации всего тела, полученной при мышечном тестировании для последующего строительства на её основе. Он также был пионером методики совокупного Двух указателя, где цепочки соотнесенных фактов могут быть открыты в порядке их приоритетности.

СК использует параллель между мышечным тестированием в человеческом теле и электронным компьютером. Они оба имеют двойную фазу: мышца показывает или сильно или слабо, пока цепь компьютера или открыта или закрыта, включена или выключена. В обоих случаях информация передаётся. Доктор Беардалл разработал сложные пути по использованию человеческого «биокомпьютера» как для диагностики, так и для терапии. Он также выдвинул постулат, что информация хранится на разных уровнях, часть её находится как бы в файлах, что самым безопасным и наиболее эффективным способом добраться до основ проблемы клиента является вариант, когда мы имеем дела с поверхностными (не файлованными) проблемами до того, как отправимся на более глубокий уровень (файлованные) информации.

Доктор Беардалл верил, что боль (или любые другие симптомы, физические или иные) это способ тела рассказать о необходимости изменений. Если такое требование удовлетворяется, человек может двигаться вперед по пути к здоровью и позитиву. Если внутренний крик о помощи не услышан (игнорируется), тело само постарается приспособиться, но за цену снижения эффективности своей работы и меньшего сопротивления дальнейшим стрессам, которые создают вечную спираль мочило к нездоровью.

Доктор Беардалл трагически погиб в дорожной аварии в ноябре 1987 года. К тому времени он завершил основу проекта по описанию каждого сектора каждой мышцы в теле человека вместе с процедурами их тестирования и всеми факторами, связанными с каждой отдельной мышцей, такой как нервная поддержка, акупунктурные меридианы, прилегающие органы, уровни хребта, черепные и ножные кости, а также нейро-лимфатические и нейро-васкулярные точки и специфические требования по питанию. С момента его смерти возникла дюжина дальнейших вариантов, когда частные практики стали применять свои навыки по перспективам, которые он приоткрыл.

Как работает СК

Есть два пути выбора той области терапии, которая требуется. Один включает диагностические точки на черепе; другой использует положение рук или режимы, скомбинированные с ИМ тестами. Доктор Беарделл также открыл и разработал режимы работы для рук (см стр 58) для определения соответствующего лечения; в СК их более 1000 режимов, и все они были внесены в каталог, некоторые режимы простые, некоторые очень сложные.

Режимы структурной терапии включают признанные методики манипуляций, работы с мышцами и кранио-сакральная терапия, а также многие инновации, разработанные доктором Беарделлом и другими специалистами. Электромагнитное лечение включает вибрационно-энергетические препараты, такие как драгоценные камни, цветы, гомеопатические средства или натуральные масла, мануальное лечение по акупунктурным точкам. Тщательное тестирование проводится после каждого лечения для того, чтобы убедиться, что лечение или лекарство дали желаемый результат во всех частях тела. Это включает тестирование длины руки и ноги, которые должны быть равными. (удивительно, как часто имеется дисбаланс между длиной конечностей на первом обследовании). Группы мышц на шее и все четыре конечности также подвергаются тестированию.

Внимание СК к химии тела важно для успеха излечения трудных или хронических проблем. Для соответствия таким требованиям доктор Беардалл разработал свой собственный ассортимент синергически сбалансированных питательных добавок, которые включают все отслеженные элементы и носители, необходимые для оптимальной их утилизации.

Нижеследующие случаи показывают, как разные способы лечения используются в этом комплексе, но несомненно единой форме терапии.

Колит

Венди, 32 года, два ребенка, страдала колитом три с половиной года; они появились во время её первой беременности. Во время второй беременности это повторилось с ухудшением, и её стали накачивать большими дозами стероидов. Когда она увидела сначала остеопата-клинического кинезиолога, она ещё принимала их, в меньшей дозе, вместе с другими препаратами.

Тестирование СК показало, что она нуждалась в целой поддержке питания, чтобы помочь ей бороться с многочисленными аллергиями. Ей давали мультивитамины и минеральные добавки. РНК, оказывали поддержку надпочечным железам. Цветочные препараты также предписывались, чтобы помочь в снятии эмоциональной травмы, разные структурные терапии были использованы, чтобы помочь потоку ВУД втекать и вытекать из пораженных тканей. Венди потихоньку поправлялась и меньше чем через пять месяцев перестала принимать всякие лекарства.

Её правая нога была короче левой, и она носила каблук для компенсации. На второй фазе лечебной программы детоксификация кишки и печени позволила её телу «держать» структурные коррекции, предназначенные для выравнивания длины её ног.

У неё случился рецидив, когда она забеременела в третий раз, но с помощью продолжения поддержки питанием и управлением диетой и кранио-сакральной терапией. Спустя четыре года после этого она всё ещё в форме и здорова, длина её ног остается такой же.

Субфертильность

Кети, 33 года, врач-рецепционист, пыталась забеременеть в течение двух с половиной лет. Она и её муж прошли ряд тестов, ничего не нормального обнаружено не было. Она принимала препараты для стимуляции беременности в течение шести месяцев.

Хотя она была в отличной форме и сильна, тестирование СК показало несколько зон эндокринного дисбаланса. Разница длины её ног предполагала дисбаланс в меридиане селезенки, который был связан с проблемами сахарного метаболизма, воздействующими на её иммунную систему.

Ей давали каприНС соли (естественный антигрибковый препарат) и пробиотики для противостояния росту кандиды в кишках, что воздействовало на её матку. Используя ручной режим, её печень оказалась в конфликте с селезенкой и вилочковой железой, что воздействовало как на иммунную и эндокринную системы че-

рез гипофиз. С этим справлялись путем добавок, обеспечивающих поддержку питания её печени.

Следующий шаг – найти путь к мышцам в теле Кети, которые привыкли к такой расстановке, которые вызывали слабость в её боковых мышцах бедер (они ассоциируются с яичниками). После структурной работы с этими мышцами был рекомендован витамин Е для поддержки работы яичников.

Спустя шесть недель, шесть месяцев после того, как началось такое лечение, Кети забеременела. Она нуждалась в небольшом предродовом уходе, но в основном в форме поддержания краниосакрального механизма в балансе. После рождения и мать и дитя получили черепное лечение. (Оно может быть очень полезным после рождения и для матери и для ребенка). Кети была необходима небольшая питательная поддержка в форме мультивитаминной добавки, сделанной для подпитки автономной нервной системы.

Сейчас ребенку девять месяцев, это отличный и здоровый ребенок. Родители счастливы.

По информации Ашли Робинсона

СИСТЕМНАЯ КИНЕЗИОЛОГИЯ

Академия Системной кинезиологии (ТАСК) это британская организация, сформированная Браеном Бутлером для обучения населения основам и специфике кинезиологии.

Он был пионером продвижения Прикосновения к здоровью в Европу в 1976 году. Системная кинезиология получила название от названия программы обеспечения, которая учила Балансированному здоровью, основанному на Прикосновении к здоровью и разных средних и продвинутых методах кинезиологии, которым обучал Шелдон Дил.

Академическое расписание обучает только кинезиологическим процедурам, которые приняты как АК практика международным колледжем прикладной кинезиологии (ИСАК). Об этом рассказывалось в главе 4, 5 и 6.

Основное в ТАСК четко определено в форме необходимости отношения к людям как к целому. Академия внедряет принципы оценки жизненного стиля клиента, идентификацию ментального, эмоционального, питательного, физического и энергетического исходных факторов, которые создали условия, когда необходимо оказание помощи.

ТАСК предлагает четыре уровня курсов «Сбалансированное здоровье», которые подходят и для любителей и для профессионалов, которые обеспечивают ос-

новы основ кинезиологии. TACK также тренирует практиков до профессионального уровня на продвинутых курсах по связям, навыкам советника, по анатомии и психологии, продвинутой кинезиологии, питанию и практическому управлению.

Вот история, которая служит хорошим примером единства эффекта систематической кинезиологии, который показывает, как балансирование всей системы может привести к изменениям в жизни.

Напряженный библиотекарь

Пол, библиотекарь, тридцати лет, пришел на прием к кинезиологу с жалобой на боль в шее и боль в спине, которые сопровождались нечувствительностью и мурашками в одной стороне тела. Его врач отослал его к неврологу, не обнаружившему ничего, что можно было бы определить как симптомы.

Обследование кинезиолога показало нарушение в мышцах шеи и плеча, а также дисбаланс между его правой и левой сторонами мозга. во время обследования Пол упомянул, что он был очень расстроен в связи со своей работой; все, что ему было нужно это проявлять интерес к альтернативному здоровью и побольше времени уделять музыке. Однако, имея жену и залог на жилье, он не видел пути из этой рабочей западни.

Образно говоря, работа и была для него болью в шее, а его раздражение заставляло его держать определенные мышцы в постоянном напряжении. Факт, что все симптомы воздействовали только на одну сторону тела был из-за дисбаланса между полушариями мозга, что было результатом чрезмерного излишнего использования логической половины мозга в работе, и недостаточное использование креативного полушария.

Для решения этой проблемы Полу нужно было найти путь, чтобы изменить свою рабочую жизнь, что позволило бы ему развивать свои созидательные интересы; для него также было важно сделать это при поддержке жены и продолжать зарабатывать достаточно для выполнения своих финансовых обязательств.

С физической стороны кинезиолог откорректировала мышечные нарушения у Пола, и посоветовала ему варианты улучшение диеты и образа жизни. Давая совет, она помогла ему определить четкую цель; потом они занялись составление краткосрочных, среднесрочных и долгосрочных планов, которые дали бы Полу больше времени и возможности для его занятий. Когда он начал понимать, что это была реальная возможность, он выработал серьезную уверенность в то, что хотел делать, кем хотел быть. Ему удалось договориться о более короткой рабо-

чей неделе с хозяином, и когда он стал жить по новому плану, его физические симптомы исчезли.

Спустя два года он работает и доволен новой работой. Он завершил обучение по альтернативной терапии и занимается в свободное время музыкой. Проблем со здоровьем больше нет.

Информация предоставлена Брайеном Бутлером

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В отличие от некоторых систем оздоровления, имеющих багаж знаний, инструмент мышечной биоподдержки обеспечивает почти **неограниченные** возможности для развития кинезиологии. Также как и основные области, рядом развиваются малые поднаправления, их становится всё больше. В свое время они могут получить более широкое признание.

Кинезиология является ценным инструментом при исследовании различных аспектов здоровья и может быть в будущем более широко использована для этого.

СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ПО АК, ТФХ и ДРУГИМ ОБЛАСТЯМ КИНЕЗИОЛОГИИ

Система\Область	Кем практикуется	Что это и как работает
АК – Прикладная кинезиология	ИСАК – обученные хиропрактики, остеопаты, доктора	Прародительница кинезиологии. Развитие получила из хиропрактики, остеопатии, набора мануальных методик. Занимается заболеваниями и их профлактикой.
ТФХ – Прикосновение к здоровью\балансированное здоровье	Любители и медики профессионалы	Синтез ранних основ по материалам АК. Полная система, использующая мышечное тестирование и энергию балансирования для улучшения здоровья и профилактики заболеваний. Все это содержится в книге Джона Тай «Прикосновение к здоровью». Основной курс кинезиологии.
ПКП\ПХП профессиональный практик кинезиолог	Медики профессионалы и любители	Синтез и адаптация материалов АК, сделанная доктором Брюсом Дью, предлагает продвинутые курсы кинезиологии. Имеет свои процедуры обследования, например, режимы пальцев, «запросы телу».
ЕДУ-К Образовательная кинезиология (область по проблемам, связанным с обучением)	Учителя, медики профессионалы, любители	Специальный подход к связи между мозгом\телом, особенно если это воздействует на обучение, дислексии, координацию и пр. Используют специальные упражнения, движения, много электрических и других энергетических коррекций.
Концепция Три в одном\Один мозг	Врачи, медики профессионалы, любители	Занимается эмоциональными факторами. Пользуется мышечной биоподдержкой для снижения возраста и поведенческий барометр для определения эмоциональных состояний. Занимается методиками ликвидации стресса (фронталь-

		но-затылочное удержание)
ВК – Биокинезиология	Медики профи, любители	Работает по коррекциям между эмоциями органами и железами. Коррекции включают ЕСР плюс вращение глазами, положительные утверждения с т.п.
НК – Кинезиология здоровья	Спортивные врачи, профи и любители	Занимается перенапряженными мышцами, освобождая их путем мышечной активации и дыхания. Обеспечивает поток цереброспинальной жидкости, улучшает связь тело\мозг и их работу.
СК – Клиническая кинезиология	Врачи профи, любители	Занимается физическими, психологическими и окружающими стрессами. Обследование проводится путем мышечного тестирования; коррекции включают работу с акупунктурными и рефлекторными точками, использование магнитов, гомеопатических средств и пр.
Систематическая кинезиология\Продвинутая кинезиология	Остеопаты, хиропрактики, медики профи	Сложнейший комплекс, основанный на АК. Рассматривает систему человека как «биокомпьютер»; использует сотни режимов рук для получения информации от тела. Материал на основе АК был подготовлен доктором Шелдоном Дил для профессионалов в областях не медицинских, не связанных с мануализацией. Ежегодное обновление информации по последним исследованиям АК доктором Дил.

ГЛАВА 8

КИНЕЗИОЛОГИЯ И ДРУГИЕ ОБЛАСТИ

Кинезиология всё ещё находится в стадии развития, она ещё не используется огромным числом терапевтов. Однако, мы надеемся, что читатели поймут идею, чего можно достичь с помощью кинезиологии, и что профи в других областях будут рады добавить её к своим навыкам.

В настоящее время не все практики, которые заявляют, что используют в своей практике кинезиологию, делают это на самом деле. Чтобы мышечное тестирование было тем точным диагностическим инструментом, нужно было проверить ряд факторов, и необученные медики всегда получали ненадежные результаты, давая, таким образом, плохое реноме кинезиологии. Если вы берете сеансы у кого-то, кто заявляет, что использует кинезиологию для тестирования на аллергии, а пользуется для этого только мышечным тестированием, совет такого специалиста может быть далек от правильного. Для кинезиологии правильное применение в любой терапевтической дисциплине, означает следование очень четким процедурам.

КИНЕЗИОЛОГИЯ КАК ПРИЛОЖЕНИЕ К ЕДИНОЙ МЕДИЦИНЕ

Реакция многих докторов при первом знакомстве с кинезиологией напоминает реакцию доктора Родни Джонса, который в то время работал в исследовательской лаборатории в учебном госпитале. Когда он впервые увидел мышечное тестирование, его реакция была **«не только недоверие, но и полное пренебрежение»**.

В Англии кинезиология так далека от медицины при обучении, что большинство докторов просто не знают о её существовании. Это сожалеательно, поскольку при её внедрении в медицинскую диагностику и лечение, можно было бы снизить расходы всей системы национального здравоохранения на дорогостоящие лекарства и долгие обследования. Это также могло бы спасти много пациентов от мучительных последствий неправильно поставленных диагнозов, ограничений традиционной медицины при работе со стрессами, хроническими болями и многими другими проблемами здоровья, особенно не много и все меньше консультантов смотрят по сторонам Триады Здоровья. Однако британские доктора становятся всё более заинтересованными в идеях единой медицины и всё более открыты для работы со вспомогательными способами лечения, такими как акупунктура и гомеопатия.

В случае с доктором Джонсом надо сказать, что он посещал курсы Прикосновения к здоровью и обнаружил для себя самого как замечательно может работать мышечное тестирование. Два года спустя, когда он наладил контакт с ИСАК, прослушал лекции Гудхарта и поработал с литературой, он понял, что имеется основа детализированных отлично сформулированных исследований, стоящих за методиками Прикладной кинезиологии.

Он пишет: «Для меня это было большим облегчением, это давало мне необходимую информацию для принятия решения, мог ли я действительно принимать кинезиологию серьёзно. **Да. Могу.** Прикладная кинезиология теперь является опорной частью моей практики.

Интеграция является ключом к успешному лечению различных заболеваний. Комплексная гомеопатия, клиническое питание, фитотерапия (использование трав) и аурикулотерапия (акупунктура ушей) естественно подходят для системы лечения вместе с настройками черепными и почечной лоханки, эмоциональной поддержки и неврологической интеграции.

Мне стало ясно, что каждая форма лечения может воздействовать на все стороны Триады здоровья – но ничто, кроме кинезиологии не излечивает так всесторонне, прямо, эффективно и сбалансированно.

Из-за того, что мышечное тестирование (когда кинезиолог становится частью тестирования) не является «полностью объективным», я счастлив, что имею возможность **использовать лабораторию и другие тесты наряду с этим**, особенно по серьезным и опасным заболеваниям. Но в такой ситуации, когда лечение увязано с кинезиологией полученные результаты, очень наглядны».

Джейн была директором фирмы, возраст 35 лет, и у неё имелась серьезная астма с 17 лет, которая не проходила при изменении диеты, которую назначали после тестов на аллергию. В тридцать лет она имела эндометриоз; лекарства от него привели к депрессии, болям и проблемам с весом. В 34 года у нее развился артрит; лекарства от него усилили проблемы с астмой.

В таком состоянии она попала к доктору Джонсу для единого лечения. В течение четырех месяцев после начала объединенного лечения с помощью прикладной кинезиологии исчезли боли в суставах, в спине, перестало сводить ноги. Её энер-

гетический уровень вернулся в норму, менструации стали менее болезненны, астма постепенно уходила.

В Англии медсестры начинают интересоваться кинезиологией и Прикосновением к здоровью, а в США есть медсестры, закончившие курсы ТФХ, которые внедряют в своей практике в больницах методы снижения боли и стресса. Они показывают пациентам как пользоваться методиками самопомощи даже на госпитальной койке. Гипнотерапевт Кристина Болдвин изначально пользуется кинезиологией работая в больнице как нанятый терапевт.

После окончания только основного курса Прикосновение к здоровью она могла использовать это для снятия мышечной боли у пациентов постукиванием, для поднятия сил в ослабевших мышцах. Нанятые терапевты, говорит она, «считают себя весьма едиными в подходах к пациентам. Мы всегда принимаем во внимание умственное и физическое состояние, а также домашнее окружение, работу, отношения в семье и т.д. Кинезиолог делает всё это плюс обследует химические, пищевые факторы и окружающие факторы, такие как электро-загрязнение и геопатический стресс».

Британские дантисты начинают практиковать «единый дантизм», рассматривая пациентов как гораздо более сложные существа, чем набор зубов и применяя кинезиологию в своей работе. Один из них пишет: *использование кинезиологии также естественно для зубных врачей, как и для других областей медицины. Кроме того, что это система диагностики, это также система проверки правильности предписанного лечения. Другими словами, успех предписанного лечения может быть предсказан заранее, а не в режиме попытка-ошибка. Лечение, к которому я прихожу, это расширенная форма дантизма, которую можно назвать единый дантизм. Это одинаково подходит для традиционного дантизма, но когда используется для обследования и улучшения чувства хорошего состояния пациентов в целом, это играет более важную роль. Кинезиология может быть также использована для обследования и проверки необходимости в пищевых добавках. Под питанием я не имею ввиду лекарства; я подразумеваю те субстанции, которые нужны нам для поддержки и сохранения жизни.*

КИНЕЗИОЛОГИЯ И МАНИПУЛЯТИВНЫЕ ТЕРАПИИ

Как мы видим, кинезиология вышла из хиропрактики и становится всё более применимой не только американскими, но и британскими хиропрактиками и некоторыми остеопатами и физиотерапевтами. Её использование в манипулятивных

терапии расширяет возможности для практиков; как говорят физиотерапевты «это даёт супер средства для оценки и баланса систем тела по-настоящему единым, неинвазивным и не конфронтационным способом можно также оценить эффект терапии».

Хироспиратика

Это связанная с манипуляциями система, предлагающая широкий выбор методов. Мышечное тестирование, говорит Ричард Кук, хиропрактик и член ИСАК, убирает домыслы из практической работы:

Мы больше не купцы «прыг скок». У нас есть в распоряжении сложнейшая машина - человеческое тело – дающая ответы, если мы правильно задаём вопросы. Мы можем определить, что надо настроить, когда и как, сработала ли наша коррекция. Тело покажет все проблемы в порядке приоритетов - тех, которые являются наилучшими для лечения. Если это делается, хотя и может занять достаточно времени, улучшения очень стоят того, чтобы их ожидать.

Хироспиратики корректируют в основном структурные нарушения, но быть общим практиком сегодня – это быть способным понимать пищевые и химические проблемы, а также эмоциональные травмы. Имея АК, у нас есть средства для работы во всех областях и часто, используя естественные и относительно простые методы, возвращает пациентов обратно к состоянию крепкого здоровья.

Хроническая боль спины

Молодой человек 23 лет страдал от болей в нижней части спины два года с повторяющимися жестокими судорогами в левой ноге, которые сопровождались онемением. Он не знал откуда это появилось, кроме возможного варианта напряжения после виндсерфинга. Физиотерапия немного помогала, но он всё время испытывал постоянную тупую боль в ягодицах и бедрах.

Хироспиратика показала сдвиг влево, определенный угол поворота (скрутка в дура, защита спинного мозга) и короткую левую ногу. Стандартные методики диагностики, включая рентген, дали мало информации о причине этой проблемы. Используя АК, мышцы нижней части спины были проверены на целостность и Локализация терапии показала, что левое сакро-илиак сустав нуждался в настройке. Это было сделано при использовании особых хиропрактических методик, которые принесли драматическое усиление слабого левого сухожилия. Дальнейшие манипу-

ляции улучшили обычную мобильность пациента, а тупая боль быстро уменьшилась. После четырех сеансов молодой человек полностью выздоровел.

Очень часто причина Боли в теле не обнаруживается на стороне боли. В нижеследующем случае проблема челюсти соотносилась с болями в руке и плече пациента.

Боль в руке и проблема челюсти

Профессиональная певица 46 лет жалуется на боль в левом плече и руке на протяжении 10 лет и это начало мешать ей спать. Она была глуховата на правое ухо с возраста один год после воспаления; недавно она заметила легкий звон в здоровом ухе.

Рентген шейной области спины показал, что оба полушария были расстроены, вызывая напряжения на диск. Тестирование АК показало где была мышечная слабость и где её шея нуждалась в коррекции. В добавление практик заметил, что у женщины была проблема с челюстью при прикусе и ненормальный износ зубов на передней левой стороне. Она делала бруксизм который относился к шумам в ее ушах.

При использовании терапии локализации на челюстях было обнаружено, что она имела большую проблему с челюстью и что процесс жевания вызывал стресс во всём остальном теле. Практик исправил эти проблемы, используя специальное шпindelное клеточное мышечное лечение (мышечное перепрограммирование). После этого улучшился сон, напряжение в челюстях ослабело, полностью ушла боль в руке.

Хирург Ибабль Стевенсон практикует и преподает кинезиологию и окончила курс кранио-сакральной терапии. Она обнаружила, что мышечное тестирование не только нужно ей, но и её клиентам. Она комментирует: «После корректировки спины или другой части тела, наступали большие изменения в силе мышц. Это даёт пациенту прямую поддержку, показывает, что лечение было эффективным».

Ниже вы найдете хороший пример единых возможностей для комбинации хиропрактики и кинезиологии. В традиционной медицине пациент может быть направлен к ревматологу, хирургу-ортопеду или физиотерапевту для обследования ряда симптомов, а затем к гастроэнтерологу для проверки других симптомов. В этом случае комбинация хиропрактики и кинезиологии закрывает все её проблемы.

Проблемы пищеварения и структурное лечение

Медсестра на пенсии 60 лет. Жалобы на болевые ощущения меж ребер, напряженную, хрустящую шею, боли в левом бедре и левом колене, которые сводило. У неё был удален желчный пузырь 15 лет назад. Теперь она страдала от несварения уже несколько месяцев, жидкого стула уже три года и геморроя. У нее были резкие боли в правой нижней части живота. Доктор назначил ей антациды для пищеварения.

Кинезиологическое обследование открыло проблему с илеосакальным клапаном и дисбаланс в животе, толстом и тонком кишечнике. Приоритет показал, что проблема клапана была в основном структурной; у неё были определённые расстройства в поясничной части спины, а нервы в этой части соединялись с илеосакальным клапаном.

Сначала она получила 2 сеанса хиропрактики по МакТимони. После этого её шее стало лучше, боль и судороги в колене ушли как и боль в ребрах. Её стул был все ещё жидкий, но происходил один раз в день вместо четырех или пяти; всё исправлялось.

Она продолжала принимать сеансы хиропрактики, стала более внимательна к диете. Слабость в мышцах живота была обнаружена, ей показали, как это лечить дома путем простых упражнений и массажа специальных кинезиологических точек.

После четырех месяцев наступили значительные улучшения во всех вопросах, пищеварение и кишечник работали нормально, если она не ела ничего раздражающего.

Необходимости в лечении клапана или хиатус херния напрямую не было. Структурная работа и изменения в диете просто убрали их из картины, стерев их.

Остеопатия

Остеопатия как и хиропрактика изначально нацелена на исправление структурных проблем и использует манипуляции вместе с работой над мягкими тканями. Как и хиропрактики остеопаты верят, что лечение спины может помочь улучшить здоровье и излечить мышечно-скелетные проблемы.

Кристофер Смит является зарегистрированным остеопатом, членом и посланником ИСАК и ведущим специалистом и преподавателем АК в Великобритании и Европе. Он также работает с черепной терапией. Как показывают следующие случаи, его работа охватывает гораздо более широкий спектр, чем просто работа со спиной, сочленениями и мышцами.

Боль в спине и субфертильность

М. Секретарь, 30 лет. Жалобы на постоянную боль в спине, распространяющуюся в обе стороны. Она не могла забеременеть. Дважды попадала в дорожные аварии, имела повреждения позвоночника.

Обследование АК обнаружило, что она имела вывих, слабую мышцу пириформис (важная мышца бедра) и нуждалась в черепном лечении. Ей нужен был также витамин Е.

После нескольких остеопатических сеансов, включая черепно-сакральную терапию, М. Освободилась от болей в спине насовсем. И хотя лечение напрямую не было нацелено на лечение бесплодия, спустя пять месяцев она забеременела.

Когда ребенок гиперактивен, часто подразумевается, что диета виновата, что некоторые несчастные дети были посажены на почти голодный паёк людьми, которые подозревали наличие подозрительных аллергенов почти в каждом продукте. Кинезиолог, однако, бесценен в определении наиболее очевидного и наиболее эффективного лечения.

Гиперактивный ребенок

Этот ребенок страдал от головных болей, инсомнии и гиперактивности. Его мать рассказала, что роды были трудные; очень долгие с помощью хирургических инструментов. Обследование АК обнаружило сжатие кости в черепе ребенка; после исправления его сон, поведение немедленно поменялись, а последующее лечение значительно снизило его гиперактивность. Он стал нормально спать, головные боли прошли.

Проверка нервов

Девочка 16 лет испытывала резкое беспокойство о предстоящем экзамене. Обследование АК привело к лечению с помощью Бака, освобождения от эмоционального стресса, стимуляции акупунктурных точек и приема витамина В. На одном из сеансов девочка была более расслаблена перед предстоящим экзаменом. Ещё один сеанс состоялся за день до экзамена. Она встретила их без паники, память прекрасно работала, она сдала девять предметов.

Психотерапия

Шейла Козенс, физиотерапевт, начала обращать внимание на неординарное лечение потому что сознавала, что имелись определенные группы пациентов, на которых только традиционные методы лечения не действовали. Обычно это были

люди с хроническими проблемами, часто видимые по сложным сигналам и симптомам. Однако, подобно другим образованным медикам она, когда впервые увидела работу Прикосновение к здоровью, едва могла воспринять что тестирование мышц могло обеспечить информацию о состоянии здоровья человека. В свете своего образования физиотерапевта и опыта работы, эта концепция создавала некий конфликт для неё. Когда её саму отбалансировали, она могла определять различия в своей системе, пока с ней работали, и чувствовала себя совсем иначе после этого. На следующий день она увидела значительное уменьшение в симптомах, которые испытывала постоянно в течение некоторого времени, и они не отвечали другим методам лечения.

Сейчас Шейла закончила курсы кинезиологии, она считает её очень гибкой системой, которая может быть использована при многих других обстоятельствах для решения различного рода проблем. Она использует кинезиологию при хронических случаях, работает с людьми с более короткими проблемами и находит всё больше и больше людей, периодически возвращающихся для «поднастройки», другим же нравится, что с ними работают для предотвращения болезней.

Мгновенное излечение

Инструктор аэробики, 36 лет, боль области правого сухожилия, без определенной причины. Ей надо было бежать марафон через пару дней и она беспокоилась о своем состоянии. Её лечащий врач осмотрел её правую ногу и поставил диагноз разрыв сухожилия. Однако, кинезиологическое обследование показало, что проблема была в другом. Мышечное тестирование выявило, что приоритет был в ИСВ. Это было исправлено с помощью кинезиологии, и ей показали, как самой стимулировать точки коррекции. Ей также дали советы по диете. Её попросили прийти на следующий день для перепроверки проведенной коррекции. Женщина выздоровела и опять стала бегать до нового сеанса. Она бежала прекрасно и удачно закончила бег.

Лечение зубов

Оно не считается как «манипуляционная терапия»; фактически, это может иметь отрицательный эффект на узлы челюсти и черепа.

Зубная работа, особенно если она долгая и болезненная, может также вызывать сильный стресс. Кроме того, она может воздействовать на хрупкий баланс между челюстью и шеей, иметь реверберационный эффект на другие части тела. Однако, некоторые дантисты врачи начали осознавать эти эффекты и берут курсы и в

кинезиологии и в черепно сакральной терапии, что может быть также большой помощью для пациентов.

Например, темперомандибулярная связка (ТМЖ) связки челюсти около уха играют очень важную роль в структурном балансе. Стресс в этой зоне, вызванный лечением зубов, часто сам себя корректирует, но он может быть откорректирован кинезиологом. Дантисты, которые практикуют кинезиологию, сделают это автоматически, но очень мало практиков зубных врачей имеют знания об этих связях, как об этом рассказывает следующая история.

Боль в ноге после лечения зубов

Гилл, 43 года, неожиданная боль в правой мышце икры, которая не известно откуда появлялась. Это беспокоило её, когда она сидела или лежала, и это не давало ей спать. Остеопат был не в состоянии найти причину, подозревался тромб. Личный врач тоже не смог найти причину. Гилл чувствовал себя очень , усталым, депрессированным и летаргичным, у него были проблемы с пищеварением, потеря аппетита.

Спустя неделю боль пришла и в спину, и она имела мигрень ночью, чего с ней не случалось с детства. Через три недели после начала болей она посетила занятия Прикосновение к здоровью. В ходе работы с ней, обнаружили и стали работать над проблемой ИВС, и ей рекомендовали посетить хиропрактика-кинезиолога. Она увиделась с ним на следующий день, ему было сложно с первого раза определить существо вопроса. Она подтвердил, что это была проблема ИВС, но что это не может остаться «зафиксированным», должна быть какая-то другая приоритетность. Окончательно он обнаружил ТМД проблему и спросил её, не лечила ли она зубы в последнее время. за месяц до этого она действительно имела два посещения дантиста, делала две коронки и мостик, и во время сеанса она просидела более часа с открытым ртом. После коррекции ТМДЖ боль в мышце ушла как и все другие симптомы Гилла.

Ричард Садворт, дантист, пользующийся кинезиологией, пишет: «Отношение челюстного аппарата к другим частям скелета невозможно переоценить. То, что происходит в связке челюстей прямо относится к ШАБЛОН КЛИШЕ структуре и функции онемевшей шеи и низа спины. Коррекция неправильно позиционированная челюсть может быть обследована и проверена с помощью кинезиологией.

Вот почему кинезиология так ценна для пациентов, жалующихся на головные боли, отсутствие хорошего состояния, фантомные боль и, самое главное, диоза, которые чувствуют, что их бросили и отказались как от симулянтов.

Кинезиология может быть использована для обследования совместимости разных наполнителей и материалов. Некоторые люди плохо реагируют на ПЛОМБЫ .вставку из ртутных амальгам. Было бы неразумно заменять этот материал, пока нет уверенности, что замена пломбы будет физиологически приемлема для этого клиента. Это можно легко сделать при помощи кинезиологии.

Мышечное тестирование можно использовать для проверки индивидуальных зубов, когда причина боли сразу неясна; а также проверить прикус после лечения. Она может быть применима на любом этапе лечения зубов, а потом для проверки того, закончено лечение или нет. Всякий, кто идёт на приём к дантисту, знающему кинезиологию, повезло.

Кинезиология для выступающих????

Многие профессии имеют свои опасности повторных травм от напряжения среди тех, кто много говорит, до проблем шеи и спины, которыми страдают люди, дальнобойщики, например. Элизабет Андю, автор книги Управление мышцами для людей спорта (Торсон 1991) является и кинезиологом и хиропрактиком. Она опытный профессиональный музыкант на струнных инструментах, и её опыт профессионала музыканта и понимание проблем музыкантов привели к ней в клинику множество музыкантов из оркестров.

Даже просто играя на инструменте, за годы могут появиться расстройства в теле, особенно с инструментами, на которых играют сбоку, скрипка, медные или духовые инструменты.

Она вернулась в танцкласс и несмотря на предупреждение идти внимательно, она вытанцовывала с энтузиазмом. Спустя неделю она была очень расстроена и сказала, что колено было не совсем в порядке. На этот раз проверка приоритета определила беспорядок в бедре, который был вызван слишком большой работой в детстве.

Это был хороший пример оценки приоритетов, за тем следовали желания тела которое хочет этого – в случае с Джун проблема с ногой была приоритетом, а с бедром вторичная. Многие хиропрактики сначала бы лечили бедро, но её тела привыкло к тому, и - соответственно для танцора – хотело, чтобы сначала была вылечена нога.

Кинезиология как помощь при применении пищевых лекарств или трав

Кинезиология может быть очень удобна для врачей, которые должны предписывать специфические средства лечения, диеты и пищевые добавки. Способность балансировать энергии человека добавляют дальнейшее расширение любого ле-

чения, в то время как рекомендации самопомощи заставляют людей активно включаться в процесс излечения.

Терапия пищевая

Мы получили так много противоречивых советов о питании, что легко всё закончить, запутавшись в этом. Факт в том, что хотя есть много наставлений по питанию, которые для многих людей верны, все мы индивидуальны, у нас индивидуальные потребности. Кинезиология может очень помочь в поиске не только того, что необходимо человеку, но и в том, как могут различаться эти потребности в разное время.

В 1984 году Диана Черч, квалифицированный фармацевт с 14 летним опытом работы, узнала на своем опыте, насколько сильно можно поправить здоровье, изменив диету и принимая натуральные добавки. Она изучала пищу и в 1986 году стала терапевтом по питанию, рекомендуя витамины и минералы в помощь при лечении, а не просто диету и её изменение. Однако, она не знала никакого пути чтобы точно найти форму необходимых витаминов для определенного клиента или в какой комбинации она нужна и должна была разрабатывать для каждого клиента программу путем опытов и ошибок.

В 1987 году она открыла для себя кинезиологию и включила её в свою практику с большим успехом. Это позволило ей не только определять, какие витамины и минералы нужны тому или иному пациенту, но и в каких комбинациях. Это оказалось большим подспорьем для неё и очень выгодным финансово для её клиентов, а также быстро улучшалось их здоровье. Более того, она теперь могла работать со всем телом в более сбалансированном варианте.

Возраст не является помехой для лечения с помощью кинезиологии и хорошего питания, как показывает следующая история.

Естественный ответ на проблемы кишок

Гаражный администратор, возраст 61 год, имел ряд неприятных симптомов. У него часто были расстройства кишечника, он был не в состоянии кушать ряд «здоровых продуктов», включая большинство овощей и пшеничный хлеб. Страдал от болей в нижней части спины, коленях и локтях и постоянно чувствовал усталость, напряжение и желание спать. Его доктор поставил предварительный диагноз колит, выписал лекарства.

Кинезиологическое обследование обнаружило серьезный витаминный и минеральный дисбаланс вместе с проблемой ИВС. Ещё один клапан в его кишечной

системе плохо работал. Все это было откорректировано с помощью кинезиологии, та для восстановления дисбаланса витаминов и минералов была предписана программа питания. Спустя две недели на втором сеансе клиент почувствовал себя лучше, чем все эти годы. У него не было болей с самой первой консультации. Он был полон энергии, могу кушать овощи, кишки работали как следует и ничего не болело.

В то время как единые доктора и естественные терапевты часто сегодня смотрят на эмоциональные причины физических заболеваний, химия тела может очень влиять на эмоции.

Диета и стресс

Женщина 42 лет была неспособна работать. Она страдала от головокружений, усталости, предменструальных напряжений и полного отсутствия уверенности или мотивации. Раньше она бегала, но теперь это не доставляло ей удовольствие или мотивации. Доктор поставил диагноз депрессия, выписал антидепрессанты, которые ей не помогали. Обнаружилось, что ей не хватало витаминов и минералов, включая большую нехватку цинка. Её надпочечники (железы, управляющие в теле стрессом) были истощены, уровень сахара в крови вне нормы. Ей была рекомендована программа приема добавок для поддержки надпочечников, баланса витаминов и минералов, а также регулярное месячное кинезиологическое лечение. Выздоровление было очень быстрым; депрессия ушла, она вернулась к работе и чувствовала себя так хорошо уже через шесть недель, что другие заметили разницу и обсуждали её. Она может бегать на длинные дистанции, исчезли предменструальные напряжения и депрессия, даже если она попадала в стрессовые ситуации.

АРОМАТЕРАПИЯ

Это древний подход к лечению, когда используется массаж в сочетании с точно подобранными естественными маслами, запахами и состав которых включает лечивающую реакцию в теле. Каждое из этих масел на основе цветов или трав имеет широкие лечебные свойства и один из главных навыков ароматерапевта – поиск нужных масел или их комбинация для каждого отдельного пациента. Мышечное тестирование в совокупности с другой диагностической информацией может использоваться для помощи в выборе наиболее подходящих натуральных масел, а кинезиология и её методы коррекции могут быть внедрены в ароматерапевтический массаж для улучшения лечения.

Обследование мышца-меридиан\орган-железа даёт лекарю дополнительную информацию не только о состоянии энергии человека и того, как это соотносится с его или её здоровьем, но и о нарушениях баланса тонкой энергии, которые могут привести к проблемам со здоровьем.

Синдром раздражения кишок

Морин, 30 лет, разведена, работает консультантом по маркетингу. Посещала ароматерапевта Тейлор по поводу синдрома раздражения кишок ИВС, что несло боль и запоры; у нее такое состояние было в течение пяти лет. Страдала также от нервных напряжений. Комбинированное обследование кинезиолога и ароматерапевта обнаружило ряд мышечных расстройств, включая относящиеся к толстому кишечнику, необходимость пересмотра диеты, которая включала ежедневно 6 чашек кофе пару стаканов спиртного. Морин также страдала от эмоционального стресса по поводу развода, который был несколько лет назад, и постоперационной травмы по вопросу выпадения толстой кишки. Ей были назначены 4 сеанса ароматерапии и массажа, включая активизацию специфических кинезиологических рефлексов. Мышечное тестирование показало, что она нуждалась в разных маслах для каждого приёма. Ей также предписывалось принимать дома ванны с натуральными маслами, изменить диету. Уменьшить количество алкоголя и увеличить количество выпиваемой воды. Для решения эмоциональных проблем была привлечена методика Снятия стресса и визуализация. Во время второго сеанса Морин смогла очень сильно расслабиться, к третьему сеансу она уже не имела болей или дискомфорта в животе и чувствовала себя эмоционально сильнее. К четвертой встрече работа кишечника нормализовалась, желудок не раздувался, боли ушли, мышцы, которые раньше показывали слабо, теперь были сильные. У неё был один дискомфортный день после ужина, где употреблялся алкоголь; это лишь подтвердило, что нужно было изменить диету. Ей очень понравилось лечение, и она регулярно является на такие сеансы для поддержания своего прогресса и усиления нового чувства хорошего состояния.

Медицинское траволечение

Лечение травами становится всё более популярной формой естественной терапии; в верных руках оно предлагает безопасный альтернативный медпрепаратам путь лечения и отсутствие побочных последствий. Траволечение работает через воздействие на химию тела и, как мы видим, кинезиология очень применима при тестировании всех аспектов химии тела и корректировки сопутствующих проблем.

Квалифицированные медики травники имеют широчайший спектр для выбора и зачастую имеется выбор трав для лечения специфических симптомов. Кинезиология может помочь травнику выбрать наиболее эффективные травы или их комбинацию. В то же время можно обращаться к другим аспектам человека, таким как баланс эмоций, координация правой и левой сторон мозга.

Постоперационная травма

Семнадцатилетняя девушка пришла на приём к Дафни Бенджамин, члену института медиков травников; у неё постоянно были боли в горле после тонзиллита, который был 4 года назад. Её врач выписал ей антибиотики. При обследовании оказалось, что она страдала от нервного напряжения и возможно от вирусной инфекции. Соответствующее лечение травами не принесло желаемого результата, показывая, что вирус был не главной причиной проблемы. Обратились к эмоциональному аспекту здоровья девушки, используя для этого методы кинезиологии здоровья мозга, тела и энергии. Удерживая её ЕСР точки, добились того, что пациентка идентифицировала свои страхи. Выяснилось, что она боялась задохнуться с того момента, когда ей на лицо была одета маска во время операции удаления тонзиллита. ЕСР лечение помогло убрать это. Ей дали тонизирующую смесь трав для общей поддержки всех её систем. Спустя месяц девушка заявила, что она больше не имела проблем с горлом. Была или нет вирусная инфекция, но исправление эмоциональной травмы позволило её телу освободиться от воспалений в горле. Впоследствии проблемы с горлом не возвращались.

СОВЕТЫ, ПСИХОТЕРАПИЯ И ОБРАЗ ЖИЗНИ

Эмоциональная сторона Триады здоровья привлекает всё большее внимание в наши дни как в традиционной, так и в вспомогательной медицине. Есть большое понимание влияния мозга на здоровье – особенно, но исключительно в областях медицины, связанной с энергией\вибрациями – и меньшего намерения практиков говорить людям, чтобы «они взяли себя в руки и держались».

Эмоциональный стресс может вызвать физическую боль и напряжение, которые можно убрать мышечным балансированием. Химические факторы можно добавлять к эмоциональным стрессам: кофе и сахар часто являются главными составляющими диеты для людей депрессированных или напряжённых, ибо не многие люди понимают, что кофе это в действительности стимулятор, который может усилить воздействие стресса, в то время как излишнее количество сахара может

привести к изменениям настроения. Таким образом, изменение диеты само по себе может уменьшить уровни стресса.

Пользуясь кинезиологией терапевт может сказать с помощью биоподдержки тела, какой эффект имеет эмоциональная сторона проблемы – даже такую, о которой пациент и не догадывается – методики подобные Снятию эмоционального стресса, эмоциональное балансирование вместе с энергетическим балансированием могут помочь людям увидеть и иметь дело со своими проблемами.

Интегрированная кинезиология

Некоторые советники и психотерапевты видят кинезиологию бесценным инструментом в своей работе, а некоторые внедрили её в свою работу. Гарри Ховелл закончил курсы гипноза и психотерапии. Познакомившись в 1970 году с АК, он теперь руководит собственной школой Интегрированная кинезиология, программа которой освещает вопросы единого здоровья, включая его собственные наработки, Психо-кинезиологию (ПК).

Психокинезиология вышла из психо-терапевтического опыта самого Гарри Ховелла. Он обнаружил, что доминирующее полушарие может зачастую быть фактором психологической проблемы, поскольку постоянное использование одного полушария может привести к умственной перегрузке. Кроме того, он пользуется точками для эмоционального тестирования на голове, чтобы определить, какие эмоции стимулированы излишне вместе с точками органов, которые используются для успокоения эмоций.

Неврозы, психозы, шизофрения и маниакальная депрессия все они очень хорошо реагируют на ПК обследование и лечение. ПК подобно всем кинезиологическим системам принимает во внимание отношения между телом и мозгом. Лечение включает стимуляцию или успокоение точек меридианов, исправление пищевых расстройств и манипуляции, иногда вместе с цветом, музыкой и лазерной терапией.

В то время как высокопрофессиональные психотерапевты подобные Гарри Ховеллу работают с серьезными психологическими проблемами, большинство кинезиологов передает клинические случаи соответствующим экспертам. Однако, имея дело с ежедневным стрессом и плохим настроением, каждый кинезиолог знает о методике Снятия эмоционального стресса, образно говоря, на кончиках своих пальцев. Некоторые из них уже являются хорошими советниками, другие учатся этому.

СОВЕТНИК

Обычно люди ищут совета, когда есть определённая проблема, в которой они хотят разобраться получше или изменить её. Это может быть жизненная ситуация такая как трудности в семье или работе, или поведении или отношениях, это могут быть вредные привычки или низкая самооценка.

Работа советника вкупе с кинезиологией обеспечивает самый надёжный способ разрешения этих проблем и обычно за более короткий период, чем при применении только психотерапии. Кинезиология соединила некоторые методики из нейролингвистического программирования (НЛП), которое даёт методы, способные расширить опции людей тем образом, как они эти вещи видят, создавая, таким образом, больший выбор в жизни. Методики включают установку положительных целей и выходов (описано в главе 6), использование специальных движений глаз как в Биокинезиологии, снижение возраста и изменение восприятия прошлого.

Многие коррекции из кинезиологии, о которых рассказывалось ранее, могут быть полезны при работе со всеми видами эмоционального дисбаланса, с которыми часто приходят к советникам. Сравнительный лист внизу даёт некоторое представление о доступных вариантах. Нет необходимости говорить, что советник может выбрать очень тщательно, что будет наиболее подходить определённому клиенту.

- Создание хорошо сформулированных целей и выходов (т.е. идентификация того, что вы хотите, вместо концентрации на том, чего вы не хотите. См. главу 6, стр. 83).
- Снятие эмоционального стресса
- Интеграция Правое\левое полушария
- Снижение по возрасту
- Эмоциональное балансирование при использовании Закона Пяти элементов
- Препараты цветов Баха
- Психологический возраст фобий и их излечение
- Разрешение конфликтов веры, какие часто бывают при вредных привычках

Методики самопомощи даются людям, чтобы они могли сами помочь себе. Это включает Снятие эмоционального стресса, внимание к диете, Препараты цветов Баха и методики для улучшения координации правой и левой сторон мозга, всё, что помогает создать и сохранить эмоциональный баланс.

Я сам работаю кинезиологом и практикующим НЛП советником и некоторые сеансы с клиентами намного больше продвигают советы, чем энергетическое балансирование, что зависит от потребностей клиента на настоящий момент.

Депрессия

Хелен, 39 лет, учительница, пришла на прием. Жалобы на усталость и депрессию после рождения сына 12 лет назад появившегося на свет раньше срока. Около десяти лет была пациенткой психиатрического отделения. Она жаловалась и на боли в верхней части груди, нарушения менструального цикла. Моя оценка была в том, что она была нервным сплетением негатива. Все последние 12 лет она была сконцентрирована на своих проблемах; она никогда не думала о положительном выходе для самой себя и не имела концепции, что это могло бы быть. Боль в груди была частично из-за мышечного дисбаланса. Используя ИМ тестирование руками в её энергетическом поле, я обнаружил, что это было частично из-за эмоционального дисбаланса в зоне её тонкого энергетического тела. Энергия её меридианов была совершенно разбалансирована, нужно было обратить внимание на диету. Первой и наиболее важной частью лечения была помощь ей в поиске направления и понимания того, что же она хочет для себя, какой она хочет быть и что она хочет иметь, получить, реальное чувство того, что это может быть. На первой же паре занятий она добралась до этого; глубокая депрессия ушла и не возвращалась. Боль в груди после мышечного балансирования в этой зоне уменьшилась давая возможность оздоровления энергетическому полю. Регулярное энергетическое балансирование привело в гармонию энергию её тела, в результате чего уменьшилась значительно усталость(у нее была очень ответственная работа). Менструальный цикл устоялся. Между сеансами она помогала себе сохранить сбалансированную перспективу жизни, работая с полушариями путем Перекрёстных упражнений и движениями глаз, используя Снятие эмоционального стресса.

Во время курса лечения я пользовался методиками снижения возраста и эмоционального балансирования. Главные изменения были достигнуты на пятом-шестом сеансах. Теперь Хелен счастлива и справляется во всеми требованиями своей деловой жизни. Она продолжает приходить на сеансы время от времени, зная, что может прийти, когда нужна экстренная помощь. Ей нет необходимости более обращаться в отделение психиатрии.

Курсы управления

Всё большее количество фирм и организаций из частного и госсектора признают ценность передачи ресурсов в управление своего персонала. Профессор Кей Купер, эксперт мирового уровня в вопросах управления при стрессе на работе показал, что это даёт компаниям возможность наблюдать за их персоналом и его психологическим состоянием; счастливые работники приносят меньше нерабочих часов и более высокие доходы фирме. Кинезиология может предложить быстрый, эффективный путь для постановки целей, улучшить связи, выступления и креативность, уменьшить стресс и создать гармонию как на индивидуальном, так и групповом уровнях.

Один из самых удобных инструментов кинезиологии для этого - постановка цели. Основы идут из НЛП, они просты в применении для индивидуалов и групп. Мышечное тестирование также удивительно эффективно показателен инструмент для тренеров. Он может быть использован, чтобы показать физические и умственные последствия плохой связи, плохой диеты и расстроенных электрических цепочек (например, слабой связи тела и мозга); можно обучить для всего этого самопомогающим коррекциям.

При тренировках навыков связи мышечное тестирование можно использовать для показа немедленного физического эффекта, который оказывает на людей высказанные слова. Например, слова типа НО или ШУД дают ослабляющий эффект на большинство людей, а использование слов И и ВУД ЛАЙК в таких же предложениях усиливает большинство людей. Мы знаем, что лесть хороша а критика нет, но немного людей осознают, насколько сильным может оказаться эффект на всю их физиологию, пока это не будет наглядно продемонстрировано.

Многие методики кинезиологии, которые используют в частной практике, можно с пользой использовать и для среды рабочей: оценка и коррекция электромагнитных ошибок, вызывающих разброд в теле и мозге, улучшение связи между глазами и мозгом и между ушами и мозгом и для интеграции полушарий мозга для ясного и сбалансированного мышления.

Химические факторы, которые естественно воздействуют на работу, можно также продемонстрировать, это может быть ослабление эффекта от кофе, сахара, шоколада, сигарет, алкоголя и прочее. Другими словами, усиливающий эффект от чистой воды и свежих фруктов может убедить людей, которые незнакомы со здоровым питанием, что стоит изменить свою диету.

Возможно самой употребляемой самопомощью, инструментом, из всех является методика Снятие эмоционального стресса, применяемая к настоящему, прошлому и будущему. Всякий от директора до рабочего может выиграть от простой и сильной методики. Временное постукивание может использоваться для консолидации сделанных изменений. В это время не только эти методики приносят улучшения; они могут быть использованы как методы самопомощи и на работе и дома.

Все эти и другие методики можно изучить за одно учебное занятие. Они помогают продвинуть отношения на работе, положительное отношение к работе и дают чувство хорошего состояния не только на работе, но и в целом в жизни.

Корпоративный стресс

Управление одной большой компании столкнулось со значительным уменьшением бюджета в результате проводимой реорганизации. Нет необходимости говорить, что это было вызвано определенным стрессом работников и их беспокойством. Меня пригласили для проведения учебной встречи с ними. Все работники управления пришли на эти занятия, которые были скомбинированы с кинезиологией и другими навыками управления учебы. Во время тренинга они заново определили цели, как индивидуальные, так и личные. Они увидели цену явной и положительной связи и узнали методы самопомощи для уменьшения стресса, улучшения работы и креативности и обеспечения здоровья путем приема большего количества полезной пищи. Хотя некоторые работники были вначале не уверены в ценности подобной тренировки, к концу её они все были довольны тем, что пришли, и чувствовали, что они выиграли от этого. Они говорили о новых идеях и планах на будущее и чувствовали себя позитивно. Они также чувствовали ближе друг к другу и смотрели вперед на лучшие рабочие отношения.

Гипнотерапия

Кристин Болдвин, бывшая терапевт, о которой упоминалось в этой главе, последние четыре года работала как гипнотерапевт. Став квалифицированным кинезиологом, её работа претерпела серьезные изменения:

Я осознаю взаимосвязь между мозгом и телом. Например, тот, кто приходит ко мне с проблемой алкоголизма может иметь химический дисбаланс или эмоциональную проблему, вызванную алкогольной зависимостью. То же относится и к курильщикам, которым трудно бросить эту привычку, к людям с избыточным весом, и т.д. почти все проблемы, с которыми приходят к психотерапевту, нуждаются сначала в кинезиологическом обследовании.

Одна из самых обычных стандартных физических проблем эмоциональных проблем, головных болей, инсомния и других это кандида албиканс. Это могут быть и аллергии, вызванные целой кучей проблем. Лишённые права на аллергии клиенты могут улучшить как свои умственное, так и физическое состояние.

Кинезиология предлагает подходы терапевтам, чьи клиенты имеют сопротивляемость гипнозу, возможно из-за страха того, что может открыться или из-за потери контроля:

Я часто находил травмы, используя кинезиологическую регрессию, после сопротивления. Я не предполагаю, что кинезиология может иметь место гипнотерапии, где есть глубоко зажатые инциденты, но я сделал нужную работу, используя ту же НЛП методику, которую использую в гипнозе. Я всегда пользовался Снятием эмоционального стресса во время гипноза, когда не было другого пути освобождения от стресса внутреннего конфликта, и это работает замечательно! С некоторыми клиентами я переключался от гипноза к кинезиологии для совета и обратно, когда чувствовал, что это наилучший путь решения проблем клиента. Я использовал любые навыки, которыми обладал, где это было нужно и удобно, включая рефлексотерапию, Шиатсу, массаж, сон и прочее.

Пользуясь гипнотерапией и кинезиологией, Кристин решала большой круг проблем, включая депрессии, питание, фобии, обычные беспокойства. Некоторые случаи были простыми – нервы перед экзаменом или экзамен по вождению можно было решить за один-два сеанса. Более сложные случаи, включая детство или другие прошлые травмы, занимали больше времени.

Беспокойства и фобии

Профессионал 30 лет ищет помощь от беспокойства, нервных симптомов, проблем отношений и низкой самооценки. У него имеются страхи, включая страх высоты, лифтов, пассажира в машине, змей и крокодилов. Имеется и синдром раздражения кишок. Практик понимала, что должна найти основу его эмоциональных проблем. Ее кинезиологическое обследование выявило, что у него были истощены надпочечники, в системе меридианов был ряд блокировок. Он рассказал, что страдал от чувства будто попал в ловушку и потери контроля и навязчивой идеей смерти, которая началась в возрасте 11 лет. Во время второй из шести встреч, был использован гипноз для снижения возраста до детского, который был связан с его страхами и фобиями. Во время трех других сессий Снятие эмоционального стресса и другие балансирующие методики помогали ему снижать воспоминания без особого напряжения. Сеансы продолжались с гипноанализом и к пятнадцатой

встрече, пользуясь кинезиологией, у него обнаружили ряд аллергий, особенно на молоко, против чего были использованы методики возвращения к нормальному психическому состоянию. Он оставил сеансы на два месяца, после этого вернулся ещё на четыре сеанса. Он был теперь способен сам загипнотизировать себя, очень живо вспоминал прошлое, действие которого нейтрализовалось при помощи НЛП и кинезиологии, а также Лечения цветами Бака. В это время лечение еще не было завершено, но он был расслаблен, более уверен и в личных отношениях.

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

Сама по себе кинезиология могла бы быть квалифицирована в ряду энергетических медицинских систем с её сильной связью с акупунктурной системой. Она также совместима с другими формами энергетической медицины, включая лечение.

Акупунктура

Марек Урбанович является специалистом по акупунктуре и занимается кинезиологией. Как он показывает, главная разница между акупунктурой и кинезиологией в том, что последняя выросла из двадцатого века на понятия структуры тела, основанной на хиропрактике, когда сама акупунктура является одним из аспектов традиционной восточной медицины, уходящей в прошлое на тысячи лет.

Кинезиология приняла несколько основных моделей от восточной медицины, включая меридианы и концепцию учения Чи.

Внутри восточной медицины есть разные школы мысли, и кинезиология приняла часть, известную как модель Пять элементов. С развитием кинезиологии это может принимать другие модели акупунктуры. На этой ранней стадии в своей истории кинезиология имеет очень простой подход к акупунктуре. Однако ей удалось снять мистику с некоторых наиболее эзотерических идей, демонстрируя их ценность через мышечное тестирование. Использование одной лишь акупунктуры обращается лишь к одному аспекту Триады здоровья и не работает напрямую с химией тела или структурой. Но можно и не напрямую добиться изменений в этих зонах. Специалист по акупунктуре, который пользуется кинезиологией, способен видеть пациента с гораздо более широкого горизонта. Соответственно, пациент, который навещает кинезиолога\акупунктурщика будет иметь более широкий и внимательный диагноз и только выиграет от лечения.

Синдром Хронической усталости МЕ

Мисс С студентка 28 лет страдала от многочисленных симптомов, относящихся к симптому хронической усталости, включая инфекции груди и нарушение питания – чувство постоянного голода. У неё был гепатит и воспаление гланд, тенденция к молочнице, циститу и кандидозу. Были и периодические боли и плохие настроения. Лечилась внутривенными антибиотиками и исследовалась на лапароскопию. Был обнаружен дисбаланс в легких и меридианах толстой кишки (относится к элементу металла). С помощью кинезиологии выяснилось, что мисс С не переносит зерно, кукурузу, сахар и яблоки ранет и у неё недостаток магния. Она страдала от металлической интоксикации, особенно свинца и алюминия в системах. Структурно она имела наклонённую почечную лоханку, проблемы ТМД, нарушения черепного темени и проблемы ИВС. После применения приемов кинезиологии в нескольких зонах наступили немедленные улучшения. Коррекции ИВС принесли немедленное уменьшение в работе живота, диареи головных болях и раздражении. После долгого лечения, при использовании акупунктуры и кинезиологии наступило 80% улучшение в МЕ. Она теперь делала упражнения регулярно без болезненных последствий, вернулась к занятиям, работала полноценно и делала все дела дома. Наладились её периоды лишь иногда ощущался дискомфорт. Уменьшилась частота заболеваний инфекций груди. Она могла кушать кукурузу постоянно, а иногда и пшеницу. Молочница бывает очень редко, а кандидоз под контролем. В течение пяти лет у неё не было жадности к пище.

ИЗЛЕЧЕНИЕ ЛЕКАРСТВО

Кинезиология сама по себе является формой естественного излечения, но в этой главе мы ведём речь об излечении, как это практикуется у врачей, использующих ряд энергетических методов, таких как руки, драгоценные камни, цвет и звук, работа с тонкими энергиями тела для привнесения изменений в физическое тело. Знахарство??? Лекарство, известное также как духовное излечение и эзотерическое лечение имеют среди других названий своим источником загадочность и суеверие. Признание энергии тела и энергетических систем помогает, по крайней мере частично, объяснить, почему «наложение рук» врачом может в действительности дать физический эффект на другого человека.

Мышечное тестирование в кинезиологии это **уникальный мостик** между физическим телом и телом тонких энергий. Во второй главе мы обращались к описанию доктора Гребера об акупунктурной системе как связке между физическим телом и полями тонкой энергии. Когда кинезиологические мышечные тесты используются

для получения информации от энергии меридианов, они дают также и прочтение полей тонкой энергии.

Аура, как хилеры называют поля тонкой энергии вокруг тела, расширяется и её можно увидеть и почувствовать (теми, кто это может) на расстоянии до одного метра. Мышечное тестирование можно использовать для определения дисбалансов в ауре с большой точностью, определяя им положение и расстояние до тела. Эти нарушения воздействуют на физическое тело: найдя точное место тонкого энергетического дисбаланса, врач может или держать руку в этой зоне, пока энергия не сбалансируется (этого может оказаться достаточно) или найти какое энергетическое лечение будет наиболее подходящим для корректировки, включая го-меопатию, Цветы Баха, натуральные масла, драгоценные камни, кристаллы, цвет и звук.

Кинезиология снимает завесу мистицизма с хилерства, используя физическое **мышечное тестирования** для определения нарушений в тонкой энергии, которая не может быть обычно заметна – это прекрасный путь для демонстрации существования этой самой тонкой энергии, особенно людям, которые незнакомы с ней. Для некоторых это первое реальное доказательство, что есть гораздо больше в физическом теле, чем мы можем видеть глазами; это открывает целый новый и возбуждающий мир о них самих, меняет их веру. Это не только клиенты, кто повернул свои мозги в эту сторону. Многие ученики Прикосновение к здоровью открыли свою чувствительность и способность к излечению на первом же занятии, когда участвовали в основном курсе. Они начали чувствовать энергию меридианов, настраивать по точкам Снятие эмоционального стресса и дали возможность своим пальцам чувствовать и точно находить то место, к которому надо прикасаться, то давление, которое надо оказывать.

Другими словами, они обнаружили, что у них есть чувствительность, которой, как они полагали ранее, обладали только хилеры. Все мы потенциальные лекари, а некоторые люди должны увидеть свой потенциал сами.

Менструальные проблемы

Я обучала группу кинезиологии и хилерству. Одна из студенток имела проблему пред менопаузы постоянного менструального кровотечения многие месяцы, что привело к анемии. Ни больничное лечение, ни гормоны не давали облегчения. Делая упражнения в группе, её партнер обнаружил при мышечном тестировании нарушение в энергетическом поле женщины на расстоянии 45 см от тела, над её маткой. Он просто держал руку в энергетическом поле женщины несколько минут,

убирая её, когда чувствовал в этом необходимость. На следующий день женщина позвонила, возбужденная и обрадованная, и сказала, что её кровотечение остановилось. Регулярное балансирование с друзьями с курсов помогло сохранить эти улучшения и быстро восстановило её жизнеспособность.

Лечение цветами Баха.

Лечение цветами Баха часто применяется естественными лекарями и хилерами – иногда и докторами – для поддержания пациентов, у которых наступают эмоциональные изменения. Эти очень редкие лекарства, сделанные из эссенций растений и воды, нацелены на изменения специфических состояний ума и, как верят, для работы через тонкие энергетические поля; есть 38 индивидуальных лекарственных растения плюс Спасательные растения, которые добавляют в эту композицию еще пять.

Чарльз Бенхам, единый терапевт, использует Лекарства цветы Баха среди других единых методик в своём отделении кинезиологии, Оптимальный баланс здоровья.

Аллергия на кошек

Замужняя женщина 32 лет пришла повидать Бенхама, жалуясь на жестокие аллергические реакции на шерсть кота, который был у нее много лет, реакция на медицинские и естественные способы лечения отсутствовала. За несколько секунд общения с котом её глаза и нос становились раздраженными, красными и вспухшими, она начинала постоянно чихать, лицо и шею покрывала сыпь. Обследование подтвердило, что кроме этого всё у неё было со здоровьем хорошо. Пузырек в шерсть кота был установлен на её пупок, что немедленно привело к заметному мышечному ослаблению. С пузырьком на животе ей был сделан ряд тестов по вариантам лечения и лекарствам. В результате был выбран вариант Цветы Баха – вереск, и белый орех. Две капли каждого были разбавлены в воде, и женщина должна была принимать по четыре капли этой микстуры три раза в день на протяжении девяти дней. Первую дозу она получила сразу, что немедленно прекратило слабый сигнал на образцы шерсти кота. Спустя шесть недель она по телефону с радостью рассказала, что проблема решена; накануне кот сидел у неё на коленях и никаких последствий не было. Она лишь однажды имела рецидив, для которого были выписаны те же средства. Ей посоветовали иметь под рукой эти травы на всякий случай. Но всё это не понадобилось, аллергия не возвращалась.

Облегчение при мигренях

Другой клиент была замужняя женщина 51 года. Она страдала уже 10 лет раз в месяц от жестокой мигрени, включая тошноту, депрессию и чувство холода, которые продолжались 2-3 дня. Акупунктура и гомеопатия не помогли. Она считала, что у неё есть аллергия на цитрусовые и упомянула, что болело левое бедро и нога после автомобильной аварии, случившейся несколько лет назад.

Тестирование открыло явную связь между мигренью и аллергической реакцией, и обе в комбинации были принесены в сознание клиента. Дополнительное тестирование показало сдвиг таза в левой стороне тела с «активной» тканью шрама на левой ноге, что было результатом аварии. (Активный шрам может разорвать энергетический поток в соответствующем меридиане).

С помощью мышечного тестирования тело клиента избрало в качестве лечения цветы Бака клематис. Ей надо было принимать по две капли каждого в воде четыре раза в день на протяжении 10 дней. Это было единственным лечением. При новом тестировании все проблемы были сняты. Клиент продолжает посещать с шестимесячным интервалом врача. Её мигрени никогда не возвращались. Левая нога женщины, которая была повреждена, беспокоит ее время от времени, но при регулярных визитах к врачу это находится под контролем.

Кинезиология для животных

Методики кинезиологии могут быть применимы для животных также как и для людей. Среди других своих достижений доктор Гарри Ховелл провел глубокое изучение этого вопроса с Кинезиология для животных (АНК).

Как он указывает, некоторые ветеринары сегодня следуют обычной тенденции к использованию естественных препаратов, лечат с помощью акупунктуры и гомеопатии, а в некоторых случаях хиропрактикой и хилерством. Легально только квалифицированные ветеринары имеют право лечить животных, но как говорит доктор Ховелл, закон не препятствует оказанию помощи своему или любому животному:

Мой подход был в том, чтобы разработать систему, которой можно обучить всех владельцев, которые могут выступать в качестве посредников при мышечном тестировании. Все животные имеют те же органы, что и человек; у них другое расположение. Они имеют акупунктурные меридианы. АНК действует по тем же принципам, что и кинезиология, так же как терапевт или владелец воздействует на разные точки в теле животного, пока в это

же время тестируется мышца посредника. Лечение такое же, как и для человека, за исключением того, что я стараюсь использовать травяные настойки вместо таблеток, ибо их легче применять.

Мейджор, кот

Мейджор, тогда в возрасте двух лет, страдал от потери веса, постоянного желания пить (это сопровождалось повышенным мочеиспусканием) и тошнотой; его шерсть была сухой и жесткой со следами экземы. Ему дали два курса антибиотиков, затем курс стероидов. Улучшений не было, ветеринар сказал владельцу Мейджора, что тому оставалось жить 2-3 месяца.

Это очевидно была проблема, связанная с почками, что и подтвердила кинезиология. Однако диагноз был простой: понадобится много времени, чтобы попробовать всё, что явно подходит в качестве лечения, прежде чем удастся определить то, что действительно необходимо для лечения. Это были два гомеопатических препарата арсеникум альбум и натрум муриатикум. Было предписано изменение питания, особенно избегать сухой пищи, часто вызывающей проблемы с почками, особенно у котов. Симптомы Мейджор полностью исчезли в течение 4 недель. Два года спустя во время написания этой статьи, он находится в прекрасном состоянии.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Любая новая дисциплина - а кинезиология появилась только в середине 60 годов – требует времени для распространения и завоевания признания. Те профи, которые используют её, верят без сомнения в её надежность и эффективность. Хочется верить, что многие другие последуют за этими пионерами. Информацию о применении кинезиологии в специфических областях можно получить напрямую от самих специалистов или от различных учебных организаций. Смотрите приложение В на листе контактов.

ВЫВОДЫ

Мы надеемся, что эта книга достигла своей цели: показать вам мир кинезиологии и дать некоторые представления о возможностях применения этого быстро растущего и интересного нового направления.

В связи с тем, что кинезиология выросла самостоятельно и не ассоциируется ни с какой организацией или человеком, это не выпестованные кем-то знания. Мы попытались собрать вместе множество разных аспектов в этой области и определить некоторые общие зоны. Рассказывая о приемлемых и неприемлемых стан-

дартах мышечного тестирования, мы также хотели дать людям возможность понять, что можно ждать от неё. Таким образом можно было уменьшить количество людей, которые неправильно применяют мышечное тестирование, что наносит вред кинезиологии и клиентам. Мы сознательно исключили руководство по мышечному тестированию, которое надо изучать под наблюдением специалистов и преподавателей.

В связи с распространением кинезиологии **по всему миру** с помощью Прикосновения к здоровью, предназначенному для **любителей-непрофессионалов**, её развитие не курировалось профессиональным правительственным органом. До недавнего времени ИСАК была единственной специализированной организацией, но её критерии на членство исключали большинство практикующих по всему миру кинезиологов. Однако, с подключением профессиональных медиков и других специалистов, принявших кинезиологию и включивших её в свою практику, или использующих её как лечение самостоятельное, появилась необходимость для управления телом или телами, чтобы установить стандарты для аккредитации, учебы и профессиональной практики. Одна из таких организаций Федерация кинезиологов в Великобритании, головная организация для всех систем и отраслей кинезиологии, практикуемых в этой стране.

В книге такого формата невозможно дать глубокую информацию ни по одному из направлений. Многие специализированные книги были написаны с прицелом на ту или иную систему или отрасль. Большинство требовало определенных знаний в кинезиологии до того, как их можно было полностью оценить.

Мы надеемся, что данная здесь информация, приведёт вас к желанию побольше узнать о кинезиологии.

Если у вас уже всё хорошо со здоровьем, может быть вы включите кинезиологию в ряд ваших **фитнес программ**.

Если у вас есть проблемы со здоровьем, вы можете считать консультацию с кинезиологией своим лечением.

Если вы заинтересованы в улучшении здоровья самостоятельно, вы можете быть заинтересованы в посещении курсов Прикосновение к здоровью.

Если вы уже изучаете кинезиологию, вы можете заинтересоваться одним из направлений.

Если вы уже профи в медицине, вы, возможно, станете применять кинезиологию в своей работе, чтобы улучшить её.

Если вы работаете в другой области, такой как образование, управление, вы можете найти возможности для применения кинезиологии в своей работе.

Наконец, мы верим, что у вас теперь есть более четкое представление о взаимосвязи между телом, мозгом и духом и о том, как кинезиология может быть использована для раскрытия и улучшения этих связей. Кинезиология перебрасывает мостик между физическим и не физическим полями и позволяет напрямую экспериментировать над собой путем мышечного тестирования и балансировки энергии, невидимых и неосознаваемых аспектов, играющих столь важную роль в здоровье и хорошем самочувствии.