

# HAPPY HEALTH BLOG

AUGUST 31, 2016

## Vad är Kinesiologi?

HÄLSA, ALTERNATIV MEDICIN

Jag älskar alternativmedicin och olika typer av komplementärmedicin. Största anledningen är för att inom nästan all alternativmedicin jobbar man mer med att förebygga problem istället för att vänta och försöka läka sjukdomar efter att man blivit sjuk. Man har också en större helhetssyn inom alternativmedicin där man jobbar med både det psykiska, kroppen och själen. För mig är det självklart att allt hänger ihop och därför har jag testat massvis med olika former av alternativmedicin. Jag har fått ställa några frågor till Agneta Larsson som jobbar med Holografisk Kinesiologi. Agneta är utbildad hos Ulf Kilman som är lite av en kändis/guru inom ämnet och som bl.a. hjälper många elitidrottare och andra högpresterande personer.

Agneta har arbetat större delen av sitt liv med finans och försäkring men blev trött på att sitta på kontor hela dagarna och valde att byta bana helt. Idag lever hon ett harmoniskt och rofyllt liv där hon jobbar med att hjälpa människor genom Kinesiologi och Tuning.

## Vad är kinesiologi?

*Holografisk kinesiologi® är en kombination av modern västerländsk fysiologi, anatomi och rörelselära i kombination med urgamla kinesiska akupunkturlagar och österländsk kunskap om människans nervsystem. Kroppen utmanas genom neuromuskulära tester och genom det kan kroppens elektriska impulser och kommunikation tolkas.*

## Vart kommer kinesiologi ifrån? Många tror att det härstammar från Kina... Är det så?

*Kinesiologi kommer från grekiska ordet kinesis (rörelse) och är en lära där man testar kommunikationen i kroppen genom att man utmanar nervsystemet med*

*hjälp av att testa spänningen i musklerna. En kinesiolog lär sig att läsa av hur nervsystemet reagerar och kan se hur kroppen kommunicerar och hanterar allt den utsätts för, samt kan även hjälpa till att få kroppen att förstå hur den skall arbeta. Det finns många olika läror och tekniker inom kinesiologin men grunden är densamma där man läser av hur kroppen fungerar neurologiskt. Det är möjligt att testa det mesta, men det finns fallgropar, varför det krävs utbildning för att kunna läsa av kroppen korrekt. Kroppens nervsystem kan vara stört på grund av t ex vätskebrist, miljögifter, stress eller trauman. När kroppen saknar information, har brister eller har kompenserat och inte är i balans kan svaren bli missvisande. Kvalitén på frågeställningen är också viktig. Ju bättre frågeställning desto bättre svar kan man få. Kinesiologi kommer inte från Kina. Det kommer ursprungligen från USA. Däremot används kinesiska kunskaper om akupunkturmeridianer och energiflöden i kinesiologin. Den moderna kinesiologins grundare påstås vara George Goodheart, Dr of Chiropractic, som tillsammans med en grupp läkare och terapeuter utvecklade AK- Applied Kinesiology. Han upptäckte när han arbetade med en basketbollspelare att kroppen reagerade på olika sätt beroende på hur man placerade händerna på kroppen. Efter några år bestämde de sig för att gå ut med informationen då de funnit att den var för bra för att bara behållas inom gruppen.*



## **Hur började ditt intresse för kinesiologi?**

*Jag kom i kontakt med Ulf Kilman för vi hade sjukdom i familjen. Det visade sig att hans fru och jag kände varandra då vi arbetade i samma bransch, finans och*

*försäkring. Jag började även behandla mig och märkte vilket fantastiskt redskap det var för att stärka upp kroppen och att vara i balans.*

## **Hur går en behandling till?**

*Personen ligger på bänken med kläderna på. HKT- Holografisk kinesiologi (Ulf Kilmans metod) utförs genom att följa ett strikt schema. I behandlingen använder terapeuten så kallad manuell muskeltestning för att hitta obalanser, spänningar och blockeringar i kroppen. En blandning av medicinska kunskaper som näringslära, anatomi, pH värde, syresättning och neurologi används tillsammans med alternativmedicinska metoder som akupunktur, homeopati, osteopati, sacrocraniella behandlingar och att hantera tankar och känslor. Kroppen får genom denna balansering hjälp med rätt vitaminstatus och även strukturell behandling och akupunktur vid behov.*



## **Du berättade om koder under behandlingen, kan du berätta lite om dem och om hur vår kropp uppfattar dessa?**

*Koder som används under behandlingen kommer ursprungligen från mudras-händer och fingrar som hålls i vissa positioner. Mudras har använts inom yogan och meditation långt tillbaka i tiden.*

*Inom yogan säger man att; Handställningarna, de så kallade mudras är viktiga kontakter till vårt nervsystem. Specifika hand – och fingerställningar anses kunna stimulera olika delar av kroppen och psyket. Enligt yogan relaterar olika områden i händerna till olika delar av kroppen och hjärnan. Handställningarna är enkelt uttryckt ett sätt att tala med både kroppen och sinnet.*

## **Utan att ha gjort en behandling hos dig, finns det tre hälsotips du kan ge som gäller alla eller i alla fall de flesta människor?**

*Undvik vete och försök äta så rent/ekologiskt som möjligt. Drick tillräckligt med vatten - rent vatten! Rör på dig! Hitta något du gillar - promenera, spela tennis, yoga, cykla, springa... allt räknas! 10min om dagen kan göra stor skillnad!*

## **Många lider idag av pollenallergi, är det något som man kan behandla genom kinesiologi?**

*Ja, genom att balansera och stärka upp kroppen med behandling har många fått mindre besvär och även en del blivit av med allergin helt.*

## Kan du berätta om de tre vanligaste obalanserna som dyker upp i behandling?

*Svårt att kategorisera endast tre obalanser. Om jag ska plocka ut något så det som ofta dyker upp är att tarmar behöver balanseras samt njurar, sen är anledningen högst individuell till obalansen för varje person.*



# Slutligen, kan du berätta lite om hur TUNING fungerar?

*En TUNING behandling programmerar och finjusterar kroppen, psyket, nervsystemet och dina sinnen för att du skall kunna utvecklas i den riktning du vill. Du ges nya möjligheter att hantera dina tankar, känslor och din fysik.*

*Vi tränar mentalt och använder kinesiologi som redskap för att dina positiva programmeringar ska förstärkas och de negativa kopplingarna medvetande göras. Arbetsredskapet är en pärm med ett noga utarbetat schema som går igenom efter att du bestämt målbild, dvs. det du vill arbeta med.*



Om du vill prova en kinesiologi behandling hos Agneta i Stockholm så får du under hela september månad 20% rabatt om du uppger NATALIE vid bokning. Maila [agneta@conscious-now.se](mailto:agneta@conscious-now.se) eller ring 073 321 19 55.