

## KINESIOLOGIA HOLISTICA: CONTROLA TU ENERGIA

Kinesiología holística...que palabra más rara, ¿verdad? Si os digo "masaje" seguro que ya estáis más centrados. Para saber mejor a qué nos referimos, tomaremos la explicación de **Alejandro Sánchez**. Esta técnica nos permite conectar con la sabiduría de nuestro cuerpo. Nuestro inconsciente, paradójicamente, sabe más acerca de nosotros mismos que nuestra parte consciente y, la Kinesiología, mediante un sencillo sistema de test, nos permite acceder a toda esta información de forma precisa.

Durante el tratamiento, el terapeuta establece comunicación directa con el inconsciente del paciente. A través de unos determinados actos reflejos, el paciente contesta claramente a las preguntas que se formulan acerca del estado de su organismo, sus emociones y de su estado energético en general. De este modo, el paciente dirige la sesión, guiando a través de sus respuestas y proponiendo las correcciones necesarias.

Gracias a estas repuestas, nos es posible encontrar aquellos aspectos que se relacionan con el origen de cualquier patología. Nos muestra qué está detrás de la enfermedad y qué tratamiento es el más adecuado para este paciente en concreto. Por tanto, se testan tanto los desequilibrios como las acciones necesarias para reestablecer la armonía.

Al ser una terapia holística, se trata al paciente como un todo. Se comprueba su capacidad de relacionarse con su entorno, el centrado corporal y equilibrio, su manera de caminar, el estado de sus chacras (centros energéticos), química de la sangre y bioquímica (vitaminas, minerales, oligoelementos, nutrición, etc.), estado emocional, estructura (huesos y ligamentos), todos los órganos y vísceras... En realidad, todo se puede testar cómodamente en una camilla y de una forma relajada para el paciente.

Desde que entre en la Comunidad mi vida ha ido cambiando cada vez un poco más, haciendo cosas nuevas, emprendiendo proyectos y probando nuevas experiencias. En este caso quiero compartir con vosotros algo que me ayuda bastante y que es la Kinesiología Holística, es decir, un masaje relajante que ayuda en gran medida a nuestro cuerpo y a nuestra mente.

Esta practica relajante nos ayuda a quitarnos el stress acumulado que tenemos ya sea del trabajo, de algún sobre esfuerzo o de otros motivos, favorece la circulación sanguínea y previene algunos problemas de salud. La Kinesiología Holística viene originariamente de oriente, de los antiguos curanderos orientales que utilizaban estas técnicas con sus propias manos e incluso con objetos como piedras lisas.

Por los años 60, el Doctor en medicina alternativa, Goodehart, la convirtió en ciencia llamándola Kinesiología Aplicada, descubriendo que los músculos tienen una conexión nerviosa que a su vez esta relacionada con algún órgano determinado.

Cito textualmente las palabras del Doctor Goodehart: "La kinesiología aplicada se basa en el hecho de que el lenguaje del cuerpo nunca miente. La oportunidad de entender el lenguaje del cuerpo mejora con la capacidad de utilizar los músculos como indicadores de esa expresión. Una vez que se ha averiguado la debilidad muscular se dispone de una variedad de opciones terapéuticas. La oportunidad de utilizar el cuerpo como un instrumento de análisis de laboratorio no tiene paralelo en la terapéutica moderna pues la respuesta del cuerpo no tiene errores; si uno enfoca el problema correctamente haciendo la diagnosis y el tratamiento propios adecuados la respuesta será adecuada y satisfactoria para medico y paciente".

La diferencia de una sesión de fisioterapia y una de kinesiología holística es que la fisioterapia se centra en curar o restablecer zonas dañadas o con molestias y la kinesiología procura prever la aparición de molestias o enfermedades, incluso curarlas en el caso de estar presentes.

Si os habéis hecho un esguince, os duele la espalda o tenéis molestias musculares, os recomiendo que vayáis al fisioterapeuta. Pero si queréis relajar el cuerpo, sentir os menos pesados, quitaros esas pinzas que provocan el stress en nuestros músculos, tener un mejor riego sanguíneo a ciertas partes del cuerpo entonces si os recomiendo que probéis la kinesiología holística.

Recientemente yo la estoy probando y me deja como nuevo, me ayuda a sentirme mejor cuando hago deporte, me siento más descansando y me da una energía diferente para seducir, me siento más saludable y eso se transmite a las personas que me rodean.

Para terminar os dejo unas palabras de Raphaël Von Assche, experto en Kinesiología Holística; "Normalmente nuestro cuerpo se restablece y se cura a cada instante en todos los niveles. Pero a veces surgen obstáculos fuertes o carencias irreversibles y se altera nuestro sistema de autocuración.

El cuerpo se adapta a estos bloqueos pero cuando hay más alteraciones surgen los síntomas. Para encontrar la causa primaria se esconde detrás de los síntomas en Kinesiología Holística utilizamos los cambios de tono muscular. La musculatura no solo hace mover o mantener el cuerpo sino que también es un espejo del subconsciente que nos da la posibilidad de encontrar informaciones profundas para poder liberar la autocuración.

La Kinesiología le da al terapeuta la posibilidad de evaluar y tratar al ser humano en todos los niveles de su ser y por eso se llama Kinesiología Holística".

David del Bass