

nummer 3, september 2006
8e jaargang
losse nummers € 12,50



KINESIOLOGIE



MESOLOGIE

KINESIOLOGIE EN TRAUMA'S

HET IMMUUNSYSTEEM



Kinesiologie en de behandeling van trauma's

-HET GEBRUIK VAN PROGRESSIVE MENTAL ALIGNMENT®-

"Zo beroerd heb ik me lang niet meer gevoeld", zei ze. "Sinds een paar weken heb ik allerlei klachten en voel ik me verdrietig."

Mijn vraag of er iets bijzonders was gebeurd de afgelopen weken, leverde niets op.

Als kinesioloog ben je op zo'n moment geneigd om nog wat door te vragen over de huidige klachten en vervolgens te testen wat er uit balans is en hoe dat te herstellen valt.

Waar we meestal niet op bedacht zijn, is dat onder dit soort plotseling optredende klachten een oud trauma schuil kan gaan.

Door het verbinden van feiten en onderzoeken op het gebied van fysiologie, neurowetenschappen, biologie en kwantum mechanica, is een nieuw inzicht ontstaan over hoe ons brein bepaalde onderdelen van een trauma verkeerd opslaat. Alles wijst erop, dat het vaak trauma's zijn die de basis vormen voor de meeste psychosomatische klachten.

Hoe zit dat in elkaar?

Waarnemingen gedurende de meest kritieke momenten van een trauma worden anders in de hersenen opgeslagen dan alledaagse waarnemingen.

De specifieke onderdelen van traumatische waarnemingen worden in het onderbewuste opgeslagen als "Bad Clusters", dit in tegenstelling tot alledaagse waarnemingen die als "Clusters" worden opgeslagen. Clusters worden keurig gerubriceerd en gecodeerd en zijn daardoor benaderbaar door het bewustzijn. Bad Clusters daarentegen ontstaan door een soort neurofysiologische kortsluiting in het brein. Daardoor worden ze niet juist gerubriceerd en gecodeerd en zijn ze daarna niet meer terug te vinden voor het bewustzijn. Tenzij we een speciale

techniek gebruiken zoals Progressive Mental Alignment® (PMA). Verderop in dit artikel wordt PMA® uitgelegd en hoe je deze techniek prachtig bij een kinesiologische sessie kunt inzetten.

Alles wat we zintuiglijk waarnemen, wordt in onze hersenen opgeslagen en met een breed scala aan eerder opgeslagen, soortgelijke, herinneringen vergeleken en creëert zo ons bewustzijn. Elke seconde worden er zo duizenden vergelijkingen gemaakt in het onderbewustzijn. Elk opgeslagen zintuiglijk gegeven krijgt twee afzonderlijke type codes toegevoegd.

1. De absolute code die de identiteit van het nieuwe gegeven bepaalt. Daardoor weten we wat het is wat we zintuiglijk waarnemen.
2. Een relatieve code die bepaalt wat dat gegeven voor ons betekent. Dit is de gevoelsfactor oftewel de fysiologische code.

Denk maar even aan het woord voetbal. Direct zul je allerlei voetballen voor je zien en vele momenten waarin een voetbal aanwezig was. Misschien voel je er ook fysieke reacties bij, misschien hoor je geluid of ruik je er iets bij. Het kan ook zijn dat je de spanning in je lijf voelt die je eerder bij een wedstrijd voelde. Misschien voel je je weer teleurgesteld over de prestaties van het Nederlands elftal.

Onze hersenen slaan niet alleen de feitelijke waarnemingen op, maar ook de daar aan gekoppelde fysiologische reacties en de emoties die horen bij deze reacties. Het totale pakket van waarnemingen en de daaraan gekoppelde fysiologische reacties en emoties, noemen we een Cluster. We hebben miljarden Clusters opgeslagen in ons systeem. Het materiaal in die Clusters is gerangschikt en gecodeerd; voorzien van een soort label of etiket met

aanduiding. Door het label zijn de hersenen in staat via het proces van vergelijking met eerder opgeslagen waarnemingen een beeld, geluid, smaak of geur naar boven te halen.

Een Cluster wordt geactiveerd en uit het geheugen naar boven gehaald wanneer er door onze hersenen overeenkomsten met de waarneming uit het heden worden opgemerkt. Bij elke waarneming gaat het geheugen in een recordtempo vergelijkbare eerder opgeslagen waarnemingen langs, om vervolgens een keuze te maken en ons bewust te maken van een eerdere waarneming en bijbehorende fysiologische reacties.

Denk maar aan het genoemde voorbeeld van de voetbal.

Er zijn echter ook waarnemingen die het bevattingsvermogen van ons systeem te boven gaan, omdat ze meer stress, paniek of angst met zich meebrengen, dan op het ogenblik van waarneming door het lichaam verwerkt kon worden. We noemen dit een trauma. Traumatische waarnemingen en de bijbehorende fysiologische reacties worden door de hersenen als "onherkenbaar" gekenmerkt, doorlopen niet het analyseringsproces van gewone waarnemingen en worden opgeslagen door onze hersenen in de rubriek "geen toegang voor het bewustzijn." Je zou kunnen zeggen dat onze hersenen zich op deze wijze beschermen tegen een vorm van kortsluiting of oververhitting; er zat teveel stress op de waarnemingen om ze van een label te kunnen voorzien. Er was sprake van een neurofysiologische noodsituatie. We noemen de ongestructureerde en ongecodeerde, ongelabelde opslag van een traumatische waarneming een Bad Cluster. Door de ongelabelde wijze van opslaan in het geheugen, is het moeilijk om bepaalde delen van een traumatische waarneming weer terug te halen in het bewustzijn. De fysiologische componenten behorende bij de traumatische waarneming, worden actief bij een stressloze waarneming zodra er componenten aanwezig zijn, die qua beeld, geluid, geur of smaak overeenkomsten vertonen met de details van de oorspronkelijke traumatische waarneming. Een Bad Cluster is niet hetzelfde als een verdrongen herinnering. Een verdrongen herinnering is wel in het bewustzijn geweest en gecodeerd; een Bad Cluster daarentegen niet.

Stel dat je ooit bent lastig gevallen door iemand die achter een boom vandaan sprong, een lange zwarte jas aan had en je bedreigde, dan kan de aanblik van iemand op straat in een lange zwarte jas je hetzelfde bedreigende angstgevoel bezorgen.

Traumatische ervaringen worden opgeslagen in de vorm van Bad Clusters zodra we in een paniekgevoel, een gevoel van controleverlies terecht komen.

De fysiologische reacties van een Bad Cluster is vele malen krachtiger dan die van normaal gecodeerde Clusters en zal daardoor altijd ons gevoel domineren. Panische angst is de voornaamste fysiologische reactie die verbonden is met een Bad Cluster. Onschuldige nieuwe waarnemingen, zoals een kleur, geur, smaak, vorm, woord etc., kunnen een Bad Cluster actief maken.

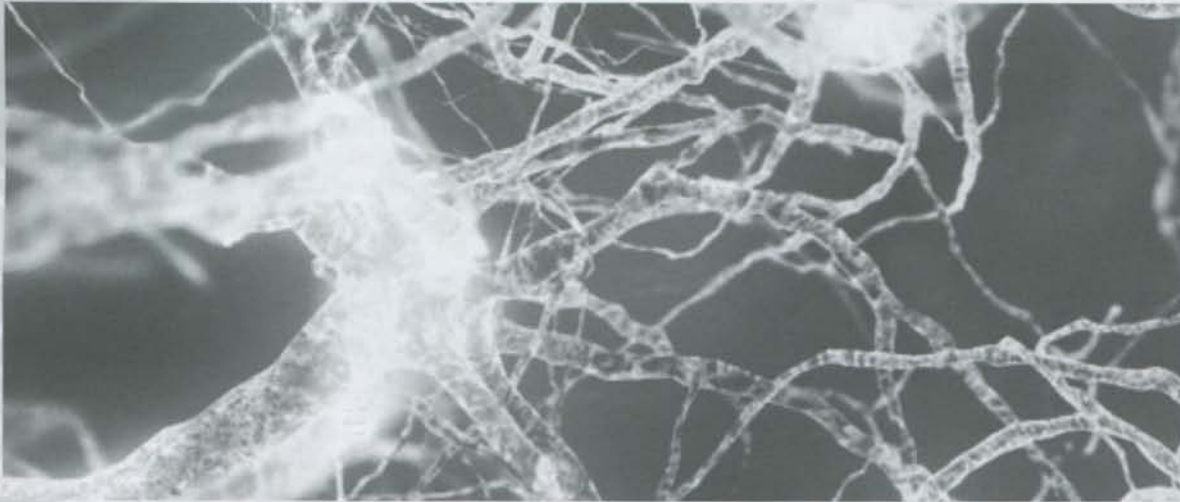
Bij het genoemde voorbeeld van iemand op straat tegenkomen met een zwarte jas aan en angst voelen, zal het niet eens opvallen dat de plotseling opkomende angst gekoppeld is aan het waarnemen van de persoon in de zwarte jas. Het wordt ervaren als plotseling zonder reden angstig worden. Het kan bijvoorbeeld uitgelegd worden als straatvrees en op die manier een eigen leven gaan leiden. We zijn emoties gaan koppelen aan de actuele zintuiglijke waarneming en verkeerde associaties gaan maken. Een blijvende verstoring van onze fysiologie is het gevolg. Psychosomatische klachten liggen dan voor de hand. In het genoemde voorbeeld zouden we bijvoorbeeld een therapeut kunnen gaan zoeken die straatvrees behandelt.

Progressive Mental Alignment® (PMA®) is een methode om Bad Clusters te behandelen en onschadelijk te maken en de grote hoeveelheid energie die ze blokkeren vrij te maken voor positief gebruik.

PMA® gaat er van uit, dat je met specifieke vragen een Bad Cluster kunt opsporen en neutraliseren. Het proces van neutraliseren houdt in dat je de onbewuste delen, inclusief de er aan gekoppelde fysiologie, alsnog van labels gaat voorzien waardoor het vernietigend werk van een Bad Cluster geëlimineerd wordt.

Hoe herken je of er een Bad Cluster werkzaam is? De mogelijke aanwezigheid van een Bad Cluster kun je vermoeden, wanneer er klachten zijn zoals: allerlei angsten, onverklaarbare klachten, plotselinge stemmingswisselingen, irrationeel gedrag, depressie, plotseling opkomende lichamelijke klachten waar niet direct een oorzaak voor te vinden is. Uiteraard zijn er meer klachten die op een Bad Cluster kunnen wijzen. Bij alle klachten die er op wijzen dat ze psychosomatische zijn, loont het de moeite om na te gaan of er een Bad Cluster werkzaam is.

PMA® is ontwikkeld door de Nederlander Jacob Korthuis. Zijn boek "Bevrijd jezelf" las ik negen jaar geleden en het maakte diepe indruk op me. Jacob Korthuis is niet stil blijven staan en heeft veel onderzoek verricht naar de Bad Clustertheorie. Inmiddels heeft hij in het Engels zijn standaardwerk over PMA® gepubliceerd onder de titel Desirable Power.



Het "Away from Pain" instituut is zijn geesteskind; van daaruit geeft Jacob trainingen en inleidingen over de hele wereld over de aanpak van Bad Clusters met behulp van PMA®. Daarnaast heeft hij tezamen met Gerard Meerstadt de Florida Management School Inc. opgericht dat als onderwijsinstituut (voorlopig uitsluitend) bedoeld is voor trainers en coaches in het bedrijfsleven.

Ik vind PMA® een geweldige methode die prima in te voegen is in de kinesiologicalische sessies. Ik adviseer iedere kinesioloog die wil gaan werken met PMA® om een training te volgen in hoe je PMA® gebruikt. Met de hierna beschreven testprocedure kun je een stukje op weg komen.

Terug naar de mevrouw met de plotseling optredende klachten uit het begin van dit artikel.

Ik vermoedde een Bad Cluster en volgde de volgende kinesiologicalische testprocedure:

1. Stel de klachten vast en zet ze in de pauselock.
2. Doe alle voortesten en corrigeer waar nodig.
3. Ga verder met testen terwijl de patiënt zijn ogen blijft dichthouden gedurende de hele sessie (contact met het onbewuste is dan gemakkelijker).
4. Test de Gouverneur Meridiaan (nogmaals voor degenen die deze test al in de voortesten hebben opgenomen). En corrigeer indien uit balans. Zet in de pauselock.
5. Test de Centrale Meridiaan (nogmaals) en corrigeer indien uit balans. Zet in de pauselock.
6. Zeg hardop als tester: "ik heb hier te maken met een oud trauma van X" (naam patiënt noemen). Alleen zeggen ter informatie; niets testen.
7. Test opnieuw de Gouverneur en de Centrale; wanneer de klachten gerelateerd zijn aan een Bad Cluster zal zowel de Gouverneur Meridiaan als de Centrale Meridiaan (geheel of gedeeltelijk) geblokkeerd zijn. Zet in de pauselock.
8. Zet het woord "trauma" in de pauselock door het te noemen.

9. Test uit op welke dag de acute onverklaarbare klachten zijn begonnen. Zet in de pauselock. Niet ver terug gaan in de tijd; in het heden blijven (maximaal 3 weken terug). Zet in de pauselock.

10. Als je de dag, waarop het Bad Cluster actief is geworden, gevonden hebt, ga dan vragen stellen. Gebruik hierbij de voorbeeldvragen die onderaan deze procedure staan of vergelijkbare vragen. Neem de tijd; het is geen sessie die je "even doet". Bij elk antwoord test je Gouverneur meridiaan punt 26 (net boven de bovenlip) en Centrale meridiaan punt 24 (net onder de onderlip). Testen beide punten zwak, ga dan doorvragen en associëren op het laatste antwoord van de patiënt. Neem voldoende rust en tijd tussen de antwoorden door; de patiënt moet hard werken en zoeken in zijn systeem om de gegevens van een Bad Cluster naar boven te kunnen halen.

11. Als je uiteindelijk duidelijk hebt, wat de (verborgen) oorzaak was van de acute klachten en zicht hebt op het Bad Cluster, test dan uit, welke kinesiologicalische correcties nodig zijn om het restant aan onbalansen van dit Bad Cluster te neutraliseren.

12. Controleer de Gouverneur Meridiaan en de Centrale Meridiaan. Deze moeten nu geen onbalansen meer vertonen.

Vragen die je kunt stellen wanneer je test in de hierboven beschreven procedure dat je op het Bad Cluster zit in de sessie:

- Wat zie je precies voor je?
- Waar ben je precies?
- Wat is het meest vervelende/dominante moment daar? (niet nadenken, alleen voelen, je lichaam vertelt het je).
- Wat is het meest dominante detail in dat moment. (geluid, woord, geur, smaak, vorm etc.)
- Hoe voelt het in je? Waar voel je wat?
- Welk beeld/herinnering komt er nu spontaan bij



je boven? (niet nadenken, de beelden spontaan laten komen)

- Beleef het volgende plaatje opnieuw op dezelfde manier (geef instructies hierbij).
- Dus opnieuw: gebeurtenis - moment - detail - gevoel.
- Wacht op het volgende spontane plaatje. Blijf dit proces herhalen totdat je volledige ontspanning voelt.
- Het kan voorkomen dat je achtereenvolgens veel verschillende situaties tegenkomt. Deze zijn wel aan elkaar gelinkt en leiden uiteindelijk naar de aanvang van het Bad Cluster). Nogmaals: neem de tijd.

En dan de mevrouw uit dit artikel met de acute klachten. Uiteraard was er een Bad Cluster werkzaam.

We kwamen er achter dat ze twee weken geleden een nieuwe auto had gekocht. De cijfers op de nummerplaat waren dezelfde cijfers als de nummers op een muziek CD, die gebruikt werd toen haar man overleed na een traumatisch ongeluk. Ze had de nummers destijds opgeschreven en doorgegeven aan degene die de dienst verzorgde. Het waarnemen van de nummerplaat van de auto had een Bad Cluster geactiveerd en de fysiologische reacties behorende bij dat Bad Cluster geactiveerd.

Denk niet dat dit een zeldzaamheid of toeval is; onder vele klachten zit het materiaal van een Bad Cluster.

PMA® is in de kinesiologie op diverse plaatsen in te zetten. Bijvoorbeeld bij het onschadelijk maken van negatieve overtuigingen of slachtoffergedrag. Ook geloofssystemen (bijvoorbeeld: "Ik heb veel vrijheid nodig", "Het is moeilijk een goede partner te vinden", "Ik ben dik en lelijk", "Ik lijk wel gek") kun je met PMA® te lijf gaan.

Sinds ik een korte workshop PMA® heb gedaan, zijn mijn kinesiologische sessies nog meer verbeterd qua resultaat. Ik ga zeker de training PMA® van een week volgen. Master Jacob is er in het najaar voor in Nederland.

Voor informatie: <http://www.awayfrompain.com> (Beroepsbeoefenaars in de gezondheidszorg). Op deze site kun je gratis een online-presentatie van ongeveer een uur aanvragen van een inleiding op PMA®. Zeker de moeite waard om te doen na het lezen van dit artikel. Je kunt ook terecht op: <http://www.floridamanagementschool.com> (Bedrijfsleven)

Victor Backus, kinesiologische specialist.
Mail: azuleen@euronet.nl

- advertentie -



Praktijk voor Kinesiologie
Monique van der Starre
Brouwerstraat 29
1814 HX Alkmaar
telefoon 072-5154706
monique.vanderstarre@tiscali.nl
www.kinese.nl

WELLNESS KINESIOLOGIE

in Nederland en Vlaanderen

Vraag informatie aan over de dichtstbijzijnde Wellness Kinesiologie Cursussen in Nederland en Vlaanderen.

Ook kun je je aanmelden voor de elektronische nieuwsbrief zodat je op de hoogte kunt blijven van alle nieuwe ontwikkelingen.

(bij het uitkomen van deze uitgave is wellicht de nieuwe website al online: www.welkin.nl)