

### Newsletter Mai 2022

Die Lösung der Blockierung ist die Lösung -  
behutsam, nicht gewaltsam – Bernd Senf

Liebe Freundinnen und Freunde der Kinesiologie, liebe Leserinnen und Leser,

seit zwei Monaten sitze ich vor dem Computer. Mein Kopf war leer. Jetzt lichtet sich der Denkbeweg und ich bin wieder voll für Euch da. Neben den gesellschaftlichen Herausforderungen ist es vor allem die Frage, wie zeigen sich blockierende Verhaltensweisen, Glaubenssysteme, Zielsetzungen und wie sind ihre Auswirkungen auf Gemüt und Gesundheit.

Es ist eine Forschungsreise:

Was hilft diesem individuellen Menschen persönlich am Besten, seine Herausforderungen zu lösen? Wie gehe ich mit dem Weg um, den das Muskel-Rückmelde-System mir zeigt, wenn z.B. das Symptom nicht in der Priorität liegt, sondern ein dahinter stehendes Thema sich zeigt?

Die erste Lehre: nicht (be-)werten, was sich zeigt!

Ich erinnere an den Prozess der drei **A**:

**Aufmerksamkeit** - ja, da gibt es etwas, was beachtet werden will

**Annahme** – dieses Thema, Symptom, Lebensereignis ist jetzt da

**Anpassung** – ich finde den passenden Weg und die Methode mit dem, was ist, gut um zu gehen

Auf diese Weise wird durch kleine und/oder große kinesiologische Balancen immer ermöglicht, dass das eigene System sich ausgleicht und mehr Energie zur Verfügung steht. Denn letzten Endes ist jede Blockierung auch ein Energiemangel.

„Das Schlechte ist schlecht genug, da kann man sich auch auf das Gute konzentrieren.“

Erika Freeman, amerikanische Psychoanalytikerin

Wähle Deine Ausrichtung!

Um die Ausrichtung neu zu wählen und zu halten, formuliere ich einen Zielsatz. So wende ich mich Positivem zu ohne Unterdrückung. Daraus erfolgt die Leichtigkeit.

Und hier noch ein paar positive Beispiele zum weiter lesen:

[The blue economy](#)  
[Wüstenbegrünung](#)

Wir können es anders und besser machen!

***Ich freue mich darauf, meine Arbeit und langjährige Erfahrung an Euch weiter zu geben***

**Eure Christiane Wolfes**

Aus dem Inhalt:

1. ONLINE Kinesiologie Einführung 17. Mai 19.00 Uhr
2. Die neuen Ausbildungstermine ab Herbst 2022
3. Buchempfehlung
4. Mit Kinesiologie gut durch besondere Zeiten gehen;  
einfache Anwendungen für große und kleine Menschen

## **1. Einführung in die Kinesiologie ONLINE**

**Dienstag, den 17. Mai 2022 19 Uhr**

Freitag auf Sendung

### **Der Mensch plant und das Leben lacht**

Den inneren Frieden zu wahren ist eine der wichtigsten Fähigkeiten (nicht nur) in dieser Zeit.

Bei mir bleiben – positiv miteinander umgehen – immer wieder Wege aus der schlechten Stimmung finden.

Die uralten Techniken aus denen die kinesiologischen Balancen sich ableiten, behalten ihre Wirksamkeit und Gültigkeit.

Jetzt hinein schnuppern und sich per email anmelden

## **2. Kinesiologie Ausbildung Neuer Beginn 9.-11. September 2022**

### **Kompetenz für sich selbst erwerben**

Die Ausbildung gliedert sich in 12 Wochenenden. Bewährte Techniken, effektive Kommunikation, Eigenprozess und das Miteinander in der Gruppe bilden ein rundes Ganzes.

Die Kinesiologie Ausbildung wird in Präsenz unterrichtet. Eine ausführliche Beschreibung der Ausbildung liest Ihr [HIER](#)

direkt [online anmelden](#)



Die neuen Termine [der Kinesiologie Ausbildung](#) Herbst 2022

1. 9.-11.9.22

---

Christiane Wolfes Kinesiologie und Coaching

Bautzener Straße 17 10829 Berlin [www.kinesiologie.net](http://www.kinesiologie.net) c.wolfes@kinesiologie.net

2. 1./2.10.2022
3. 5./6.11.22
4. 3./4.12.22
5. 7./8.1.23
6. 4./5.2.23
7. 4./5.3.23
8. 1./2.4.23
9. 6./7.5.23
10. 3./4.6.23
11. 1./2.7.23
12. 23./24.8.23 Abschluss
13. 23./24.9.23 n.V.

1. Muskeltest Intensiv Basic
2. Energie im dynamischen Gleichgewicht --Emotionen- Kinesiologische Balance Techniken
3. Die Kunst der Zielsetzung,
4. Touch for Health 1
5. Kommunikation mit dem ganzen Gehirn
6. Persönliche Anwendung - die Dynamik des Erfolgs
7. Touch for Health 2
8. Gehirn und Lernen
9. Touch for Health 3
10. Vertiefende Techniken
11. Der feinstoffliche Mensch Aura und Chakren
12. Training und Supervision
13. Balance der Ernährungsreflexpunkte (optional)

Bitte meldet Euch an. Es ist eine Präsenz Weiterbildung. Alle Hygienemaßnahmen werden erfüllt.

### 3. Buchempfehlung

Leben in Ladakh  
von Helena Norberg-Hodge

Im Gleichgewicht mit der Natur und mit anderen Menschen leben. Können wir uns das heute überhaupt noch vorstellen? Haben wir ein inneres Bild davon?

Oder sind wir durch das Aufwachsen in einer industriellen Gesellschaft mit deren Scheuklappen, Wertvorstellungen und Denkmustern „verloren“?

Das kleine Taschenbuch hat mir viele Anregungen gegeben, noch bewusster zu leben und freundlich miteinander um zugehen. Es zeigt auch, was wir schon verloren haben und was wir miteinander wieder gewinnen können.



## **4. Gesund bleiben – einfache Anwendungen für große und kleine Menschen**

### **Mit Kinesiologie gut durch besondere Zeiten**

Lege eine Hand auf die Stirn und die andere Hand auf den Hinterkopf. Lasse alle Gedanken durch laufen und halte keinen fest. Beobachte. Lasse die Gedanken so lange durchlaufen, bis Wiederholungen eintreten.

Dann sortiere und entscheide: Ist der Gedanke hilfreich? Gibt er den Weg frei für positive Lösungen und Wegrichtungen, Raum für Neues?

Bleibe in dieser Haltung mit den Händen auf der Stirn und am Hinterkopf, bis Du tief durchatmest.

Die Zeit dieser Übung ist nicht begrenzt. Von drei Sekunden bis drei Stunden, jede Anwendung ist hilfreich.