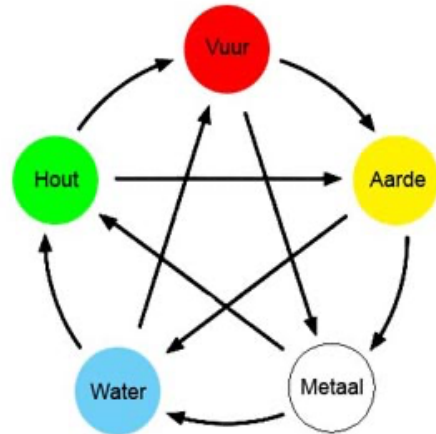


### Touch For Health

(Bron: o.a. Wikipedia)

Chiropractor John F. Thie heeft in de zeventiger jaren Toegepaste kinesiologie vereenvoudigd en onder de aandacht van een grotere greep mensen gebracht. Hij noemde het systeem van manuele spiertesten: Touch for Health.

Toegepaste kinesiologie (TK, ook wel gespecialiseerde kinesiologie of neuro energetische kinesiologie) is een pseudowetenschappelijke alternatieve geneeswijze. De naam bevat het woord kinesiologie (beter bekend als "bewegingsleer"), de studie van de bewegingen van het menselijk lichaam. Kinesiologie is echter wetenschappelijk onderbouwd, terwijl toegepaste kinesiologie geen gebruik maakt van de wetenschappelijke methode.



### Spiertesten

In toegepaste kinesiologie worden zogenaamde spiertesten gebruikt. De spiertest zelf houdt in: wie getest wordt steekt bijvoorbeeld een arm neer voren, de tester zegt "houd vast" en duwt vervolgens heel zachtjes op de arm. Er zijn nu 3 mogelijkheden:

1. Er is geen stress: wie getest wordt, kan de duwkracht van de test makkelijk "houden" .
2. Er is stress: de arm "houdt niet" en gaat naar beneden. Dit heet onderfacilitatie
3. Er is zoveel stress, dat het lichaam dit niet kan tonen, de spier "bevriest" als het ware. Dit heet overfacilitatie.

Een beoefenaar van deze behandelmethode wordt geacht in staat te zijn deze drie verschillende mogelijkheden uit elkaar te houden. Wat feitelijk gebeurt is het testen en het aanpassingsvermogen van de alfa-motorneuronen. Door de spiertest neemt de druk toe - de vraag is nu, hoe alert de alfa-motorneuronen hierop reageren. Hieruit zijn de 3 mogelijke reacties van de geteste spier te verklaren.

Beoefenaars van toegepaste kinesiologie werken holistisch. Hun doel is een mens in balans te brengen - in fysiek, emotioneel, spiritueel opzicht - of om iemand in balans te brengen in relatie tot een bepaald doel. Blokkades en onbalans in de fysieke, emotionele en energetische lichamen kunnen, volgens deze theorie via de spierrest worden opgespoord. Via dit systeem wordt er geconcludeerd of er een behandeling plaats mag vinden en, zo ja, welke dat het beste zou kunnen zijn.

Geclaimd wordt dat het makkelijker is om de arm van iemand naar beneden te duwen als die iets vasthoudt dat schadelijk voor hem is en dat een disfunctie van bijvoorbeeld het meridiaansysteem gecorrigeerd kan worden.

Volgens de theorie achter toegepaste kinesiologie worden slappe spieren versterkt (de spier is niet slap, maar reageerde op een test door niet te houden) als de proefpersoon blootgesteld wordt aan een prikkel die geschikt is voor hem/haar. Dit zou een voedingsstof kunnen zijn of het vasthouden van een Bennettpunt, het uiten van een emotie of wat dan ook.