

ENERJİK KİNEZYOLOJİNİN PRENSİPLERİ ve UYGULAMASI

Richard Utt (1950-2011)

anısına

Enerjik Kinezyolog ve Uygulamalı Fizyolojinin Yaratıcısı

ENERJİK KİNEZYOLOJİNİN PRENSİPLERİ ve UYGULAMASI

Charles T Krebs PhD

Uygulamalı Fizyolog, Kinezyolog, Araştırmacı Bilimadamı; LEAP'nin kurucusu
(Öğrenme Geliştirme Akupresure Geliştirme Programı)

ve

Tania O'Neill McGowan BSc Grad DipEd

Kinezyolog ve O'Neill Kinezyoloji Koleji Genel Müdürü,
Perth, Batı Avustralya

Önsöz

James L Oschman PhD

Editörler

Doç. Dr. Bülent ELBASAN
Dr. Fzt. Murat DALKILINÇ
Dr. Fzt. Gökmen YAPALI



© 2016 Pelikan Kitabevi

Tüm hakları saklıdır. Bu kitabın tamamı ya da bir kısmı 5846 sayılı yasanın hükümlerine göre, yazarının önceden izni olmaksızın elektronik, mekanik, fotokopi ya da her hangi bir kayıt sistemiyle çoğaltılamaz, yayımlanamaz, depolanamaz.

HANDSPRING YAYINCILIK ŞİRKETİ
The Old Manse, Fountainhall,
Pencaitland, East Lothian
EH34 5EY, United Kingdom
Tel: +44 1875 341 859
Web sitesi: www.handspringpublishing.com

İlk olarak 2014 de İngiltere'de Handspring yayıncılık tarafından yayınlanmıştır.
Copyright ©Handspring Publishing Limited 2014
Şekil 6.8 copyright © Tania O'Neill McGowan
Tüm hakları saklıdır. Bu yayının hiçbir parçası, yazar ve yayıncının yazılı izni olmaksızın veya Telif İzin Ajansının Ltd, Saffron House, 6-10 Kirby Street, London EC1N 8TS tarafından İngiltere'de sınırlı kopyalamaya izin lisansı olmadan, herhangi bir biçimde fotokopi, kayıt veya herhangi bir bilgi depolama ve alma sistemini içeren elektronik veya mekanik yolla kopyalanamaz veya yayınlanamaz.

ISBN 978-1-909141-03-2

Yayın verileri İngiltere Kütüphane Kataloğunda yer alır.
Bu kitabın bir katalog kaydı İngiltere kütüphanesinde mevcuttur.

Önemli Not

Tedavi için en iyi yaklaşımı belirlemek, bilgi kaynağının kullanılması, kişisel deneyim ve hastanın ihtiyacını anlamak uygulayıcının sorumluluğundadır.
Ne yayınevi ne de yazarlar bu kitapda yer alan materyallerin veya bilgilerin uygulanmasından doğacak kayıp ya da yaralanmalarda yükümlülük almazlar.

Sorumlu Editör: Mary Law, Handspring Publishing Limited
Metin düzenleme: Pete Wilder, Designers Collective
Kapak düzenleme: Bruce Hogarth, Kinesis Creative
Sanatsal tasarım: Rich Prime, Designers Collective
Dizgi: Palimpsest Book Production Limited, Falkirk, Stirlingshire
Basım: United Kingdom by Bell & Bain Limited
Kapaktaki ışık imajı: Seth Chwast sethchwastart.com

Düzenleme: İbrahim Yıkılmaz (iyikilmaz@gmail.com)
Kapak: İrem Aslan
ISBN: 978-605-9160-18-6

PELİKAN KİTABEVİ

Süleyman Sırrı Caddesi 16/2 Sıhhiye / ANKARA
Tel: (0312) 433 03 05 Faks: (0312) 433 03 15

Baskı:

Kalkan Matbaacılık San. Tic. ve Ltd. Şti.
Büyük Sanayi 1. Cadde No: 99/32 İskitler-ANKARA
Tel: 0 312 341 92 34

GENEL DAĞITIM

PELİKAN TIP ve TEKNİK KİTAPÇILIK LTD. ŞTİ.



MERKEZ: Ataç Sok. No: 3/A Sıhhiye / ANKARA
(0312) 434 07 44 - 45 Faks: (0312) 434 07 46

ŞUBE: Oğunlar Sok. No: 4/4 Bakanlıklar/ANKARA
(0312) 417 17 27 - 419 42 41 • Faks: (0312) 419 79 09

ŞUBE: Bayındır Sok. Adilhan Kitapçılar Çarşısı No: 6/65
Kızılay/ANKARA
(0312) 434 41 21 - 434 41 33

web: www.pelikankitabevi.com.tr / e-mail: pelikankitabevi@gmail.com

Nisan Kitabevi **ŞUBE:** Nisan Kitabevi Doktorlar Cad. No: 69/D ESKİŞEHİR
(0222) 221 07 05 • Faks: (0222) 221 21 90
www.nisankitabevi.com

İÇİNDEKİLER

Önsöz	vii
Editörün Notu	ix
Giriş	x
Kısım I Kinezyolojiyi anlamak	1
Bölüm 1 Kinezyolojiyi anlamak	2
Bölüm 2 Kinezyoloji'nin tarihsel gelişimi	6
Kısım II İnsanın enerjik yapıları	17
Bölüm 3 Tarihsel perspektif	19
Bölüm 4 Auramızın tabakaları ve çok boyutlu bedenimiz	25
Bölüm 5 Çakra-nadi (yoga) sistemi	30
Bölüm 6 Akupunktur meridyen sistemi	35
Bölüm 7 Tibet Şekil 8 enerjisi	62
Kısım III Kas izlemeni anlama ve uygulama	67
Bölüm 8 Kas izleminin fizyolojisi	68
Bölüm 9 Propriyosepsiyon: kas fonksiyonunun kontrolü	75
Bölüm 10 Kas imbalans durumları	87
Bölüm 11 Kassal cevabın emosyonel kontrolü	96
Bölüm 12 Kas izleme kullanışlı mıdır?	104
Kısım IV Kinezyolojinin ana parçaları	129
Bölüm 13 Duraklama kilidi	131
Bölüm 14 Stres kuvvetleri	138
Bölüm 15 El şekilleri	145
Bölüm 16 Spesifik indikatör noktalar	150
Bölüm 17 Akupresür formatlama	154
Bölüm 18 Bilgi toplama metotları	165
Kısım V Hasta değerlendirmesi	169
Bölüm 19 Hasta ile çalışma	170
Bölüm 20 Hasta hikâyesinin alınması	173
Bölüm 21 Hasta değerlendirmesi	178
Bölüm 22 Başlangıç programlarını gözden geçirmek	181
Bölüm 23 Hedef belirleme	198
Bölüm 24 Ağrı değerlendirme	201

Kısım VI Set-up: Bilgi Toplama	205
Bölüm 25 Bilgi toplamak için el şekillerinin kullanılması	206
Bölüm 26 Duyguların bulunması	214
Bölüm 27 Yaş geriletme	224
Bölüm 28 İlişkili yardımcı faktörleri belirlemek	229
Bölüm 29 Amigdala ve bilinçaltı sağkalım duygularına ulaşmak	230
Kısım VII Kor düzeltme teknikleri	237
Bölüm 30 Düzeltme tekniklerinin uygulanması	238
Bölüm 31 Nörolenfatik refleksler	241
Bölüm 32 Nörovasküler refleksler	249
Bölüm 33 Kası dengelemek	255
Bölüm 34 Reaktivite	259
Bölüm 35 Merkezleme	266
Bölüm 36 Emosyonel stresin dağıtılması	274
Bölüm 37 Esanslar	278
Bölüm 38 Akupresür	283
Bölüm 39 8 şeklindeki enerjiler	292
Bölüm 40 Hologramlar	298
Bölüm 41 Çakralar	308
Bölüm 42 Ses	315
Bölüm 43 Işık ve renk	318
Kısım VIII Seansların sonlandırılması	323
Bölüm 44 Dengelerin tamamlanması	324
Bölüm 45 Hastanın desteklenmesi	326
Kısım IX Enerjik iyileşme modeli	329
Bölüm 46 Kuantum mekaniğinin standart modeli	331
Bölüm 47 Metafizik bilimi: fiziğin yeni bir modeli	336
Bölüm 48 Kaos teorisi ve biyolojik sistemleri dengelemek	339
Önerilen Kaynaklar	349
Dizin	xxx

Önsöz



O ve bu tedavi vardır, o ve bu yöntem vardır ve bir de vücudun gerçekliği vardır.

Çev. Özge Çınar Medeni

Kerry Weinstein

Bu söz, sağlık hizmetlerinde görülen anıt niteliğindeki değişimin sembolik ifadesi ve bu değişime sıradışı bir katkı olarak hazırlanmış bu kitabın takdimidir. Gelişen ne ise sağlığımızı destekleyen, yaralanma ve hastalığın iyileşmesine yardım eden yöntemler konusunda düşünmenin iyi bir yoludur. Çağdaş araştırmalar ve klinik deneyimler, her birimize sorgulanabilir bilimin genellikle birincil amacı bir şeyler satmak iken, bedenini nasıl çalıştığını 'kanıtlamak' için kullanıldığı konusunda yüklenmiş keşmekeş bataklığı kesmektedir. Verilen mesaj sıklıkla bedenin kendini doğal olarak iyileştirme yeteneğine iyimser bir bakıştan ziyade, savunmazlığımızın sahte bir görünümü olmaktadır.

"*Studies Show*" isimli kitapta John H. Fennick, bizim sürekli olarak nasıl o veya bu tedavinin, yaşam biçiminin, beslenme biçiminin bizim için iyi veya kötü olduğunu kanıtladığını iddia eden çalışmalarla bombardıman edildiğimizi anlatıyor. Ortalama bir birey, hekim ve deneyimli bir araştırmacı bile bu iddiaları değerlendirmeyi zor buluyor, öyle ki bazı insanlar sağlığa ilgili hiçbir iddiaya güvenmiyor.

Vücudun gerçekte nasıl çalıştığı bu kitabın sayfalarının arasından; sinirlerin, kasların, hareket ve enerjinin birlikte çalışması konusunda kapsamlı çalışmalar ve klinik deneyim ile doğrulanmış, dikkatlice belgelendirilmiş bilgi olarak akmaktadır. Artık tıbbın geleceği temel olarak biyokimya ve moleküler biyoloji laboratuvarlarında yapılan deneylere kalmamaktadır. Bunu yerine, Dr. Charles Krebs ve onun meslektaşısı Tania O'Neill McGowan gibi akademik bilim adamı-terapistlerin; vücudun nasıl çalıştığı konusunda gerçek bilgiyi sağlamak ve gelecekte başarılı bir koruyucu sağlık sistemi için bakış açısı ortaya koymak amacıyla alternatif, tamamlayıcı ve bütüncü tedavi için temel araştırma sonuçlarıyla birleştiği yerde biyotedavinin önünü açma noktasında olduklarını öğreniyoruz.

Akademik biyotedavi hergün hastalarına dokunan, dikkatlice gözlemleyen ve ellerinin altında duran çözümü zor olan sıra dışı durumları değerlendiren ve yeniden değerlendiren duyarlı bireylerin gözlemlerinden ortaya çıkan önemli ve güvenilir büyük miktarda bilgiyi öğrenmektir. Mutlu hastaların Enerjik Kinezyoloji'nin başarısını geçerli kılmaya olanak tanıyan doğrudan deneyimleri vardır.

Charles ve Tania bizim uzman terapistlerimiz arasındadırlar. Modern tıba sağlam bilimsel zemini, terapötik alanda ortaya çıkan ve son derece heyecan verici olan öğretme ve uygulama deneyimleri harmanlayan bireylerin getirebileceği bir dizi anlayış ve buluş getirdiler. Charles, Enerjik Kinezyoloji'nin öncüsü olan (Robert ve Charles Lovett, bunlarla birlikte Florece ve Henry Kendall) akademik kinezyolojistlerden eğitim almış önceki kuşaktaki büyük öğretmenler ve liderler (George Goodheart, Gordon Stokes, Bruce Dewe, Richard Utt ve Sheldon Deal) ile çalıştı. Bu kişilerin kanıtlamaya değil, bulmaya ve doğrulamaya çalıştıklarını gösteren akademik kinezyolojist terimine önem verin, olgun bir bilim adamı en iyi bilimin kanıtları ile değil tahminlerle yönlendirileceğini bilir.

Charles öğretmek, tedavi ederek ve araştırarak, sürekli kendi çalışma alanının kapsamını genişleterek ve kendi buluşlarını kısmen onun yaptığı buluşlar ile gelişen bir terapötik topluluğa göstererek dünyayı dolaştı. Ayrıca, Charles Akupresür Eğitim Geliştirme Programı'nı da geliştirdi.

Bu yöntem kas geri besleme ve akupresür tekniklerini özel öğrenme sorunlarını düzeltmek için kullanılmaktadır. Sonuç ağrı ve sancuların azalmasından daha fazladır, insanların ilk gittikleri yerde yardımcı arama nedenlerini, kaderlerini gerçekleştirmelerine izin verir.

Charles'ın özgeçmişi araştırma bilimi ve sinir bilimi üzerinedir. Bir üniversitede araştırmacı ve eğitimci olarak çalıştı ve 20 yıldan fazla klinik deneyimi var. Beyin ve onun vücut ile bağlantılarını tam ve gerçekte holografik olarak kavrayışı onun eşsiz terapötik yaklaşımlarına ayrıntılı bir destek sağlamaktadır.

Charles ayrıca iki tane dikkate ve övgüye değer kitabın yazarıdır. "*Düşünmenin devrimci yolu: Neredeyse ölümcül kazadan yeni bir düşünme bilimine*" isimli kitap Charles'ın kuadripleji ile sonuçlanan bir kazadan sonra nasıl iyileştiğinin dikkate değer bir öyküsüdür. O ölümle veya yaşamın fiziksel veya zihinsel özür ile ilgili bir kararıyla yüzleşiyordu. Kendisinin derin anatomi ve fizyoloji bilgisi ile birlikte inanılmaz bir istekle Charles yeniden yürümeye karar verdi ve başardı. Bu süreçte Doğu'nun eski tıbbi metinlerinden batının sinir bilimindeki son buluşlarına kadar çok miktarda bilgeliği



harmanladı. Bu kitap kinezyoloji alanına anıtsal bir katkı olduğunu kanıtladı. Bu kitap, yayınlanmasına kadar bu alanın erişilebilir en eksiksiz kitabıdır. İkinci önemli kitap “*Beynin Beslenmesi*” Charles’ın biyokimya ve beslenme konusundaki bilgisini ortaya çıkardı.

Tania fizik alanında geçmişe sahip ve şu an Batı Avustralya’da Enerjik Kinezyoloji okulunun sahibi ve yöneticisidir. Bu okul Gelişmiş Kinezyoloji Diploması veren ilk programlardan birini içeren bütüncü eğitim sunmaktadır.

Bu yetenekteki terapistlerin yaşam boyu sürdürdükleri çalışmaları bunun gibi bir kitapta sunmaları büyük bir olaydır. Onların arkadaşlarından ve meslektaşlarından biri olmaktan gurur duyuyorum ve bu ustaca cildin önsözünü yazma ayrıcalığı için müteşekkirim.

Tamamlayıcı, alternatif, bütüncü ve enerji tedavilerinin her dalından öğrenciler ve öğreticiler bu parlak kitabın kapakları arasında değerli görüşler ve teknikler bulacaktır. Hasta deneyimlerinden ve kayda değer iyileşen kişilerden alınan hikâyeler bu kitabı oldukça okunabilir ve eğlenceli yapmaktadır. Ayrıca kitap çok iyi resimlendirilmiştir. Mükemmel resimler bana göre yaşamsal öneme sahiptir ve bu kitap bu açıdan çok zengindir.

Diğer önemli noktalar aşağıdaki gibidir:

- Terapistlere iyileşme için ve iyileşmenin sonuçlarını mutlu hastalara açıklayabilmek için fizik ve kuantum fiziğinden yeni modelleri uygulama olanağı veren eski ve modern vücut enerji sistemlerinin kapsamlı olarak bilinmesi
- Homeostazis, kaos, stres, kompensasyonların nasıl biriktiği, değişimi dengelemek ve dolayısıyla değişime direnmek ve bunlarla birlikte bu ikilemden nasıl çıkılacağı konularının yeniden anlaşılması
- Terapistlere bilinçaltıyla doğrudan temas durumunda olma ve onun gizemlerini ortaya çıkarma olanağı veren iskelet kasını izlemenin önemli geri besleme mekanizmalarının tartışılması
- Genelde kası test etme olarak bilinen kası izlemenin önemli bilimsel açıklaması – Kasın ne yapabildiği ne yapamadığı.

Kaynaklar

1. Fennick, JH 1997, *Studies Show: A Popular Guide to Understanding Scientific Studies*, Prometheus Books, Amherst.
2. Krebs, C 1998, *A Revolutionary Way of Thinking: From a Near Fatal Accident to a New Science of Healing*, Hill of Content Publishing, Melbourne.
3. Krebs, C 2006, *Nutrition for the Brain: Feeding Your Brain for Optimum Performance*, Michelle Anderson

- Bedenin kendini iyileştirme yeteneğinin olduğunu fakat bazen dışarıdan hafif bir yardıma gereksinimi olduğunu kabul etme
- Her bireyin tek ve dolayısıyla her tedavinin bireye özel olması gerektiğini kabul etme
- Enerjik Kinezyoloji alanında çalışırken rastgelelenmiş kontrollü çalışmaların neden az değerli olduğunu, fakat Charles ve Tania gibi önemli araştırmacıların nasıl yüksek nitelikli bilim ve kendi yöntemlerinin geçerliliğini yaptıklarının açıklaması
- Kinezyolojinin kas-iskelet sistemi ile ilgili konularda güçlü bir kaynak olmasının ötesinde geniş uygulama alanının tanımlanması; kinezyoloji çok geniş aralıkta hastalıklarda kullanılabilir, bunun nedeni kas-iskelet sistemi, lenfatik sistem ve iç organların işlevi arasındaki iyi belgelendirilmiş ilişkilidir.
- Patofizyoloji ile bağlantıların, belli kasların zayıflığı ile belli hastalıklar arasında bağlantıların ilgili sistematik çalışmalar yapan Chapman, Bennett ve Goodheart tarafından nasıl ortaya çıkarıldığının tarihçesi.
- Charles ve Tania’nın uygulamada en kuşkucu gözlemciye bile akla yatkın gelen aura, astral beden ve çakralar gibi tartışmalı kavramlara cesur girişimi
- Terapistler için ilgi çekici olan insan enerjisinin eski ve modern kavramsallaştırmaları arasındaki bağlantıların tanımları

Enerjik kinezyoloji ile Charles ve Tania kendi alanları ve genel koruyucu sağlık için değerli ve silinmez bir iz bırakıyorlar. Bu kitap bir terapötik kılavuzdan ötedir. Bu, şimdi ve gelecekte terapistin her dalındaki tedavi ediciler tarafından çalışılacak bir kitaptır. Yazarları ve yayınevini dünyada daha rahat ve tamamlanmış bir yaşamı için sayısız hastaya yardım edecek bu kitabı ürettikleri için kutluyorum.

Lames L. Oschman, PhD.
Enerji Tıbbi’nin yazarı: *The Scientific Basis of
Dover, New Hampshire, USA*

Aralık 2013

Editörün Notu



Değerli meslektaşlarımız,

Kinezyoloji Bilimi, Fizyoterapi Rehabilitasyon alanı fizyoterapistlik mesleğine özgü uygulamalar içerisinde temel oluşturan oldukça büyük ve önemli bir yere sahiptir. Bireyin değerlendirilmesi, kişiye uygun fizyoterapi rehabilitasyon programının oluşturulması ve sürecin yeniden değerlendirilmesi aşamasında yapılan tüm girişim ve müdahalelerde kinezyolojiden yoğun olarak yararlanılmaktadır. Son dönemlerde, insan hareketini inceleyen Kinezyoloji biliminden farklı olarak, holistik bakış açısını temel alan tüm yaklaşımlarda, temel problemin veya çözümünün sadece vücut yapılarına bağlı olmadığı, bunun yanı sıra vücudumuzda ve doğada var olan enerji ile ilişkili olduğunun ortaya konması, bu alana verilen önemi daha da arttırmıştır. Doğada var olan ve sahip olduğumuz enerji döngüsünde normal akışın sağlanması, iyileşme için temel anahtarlardan birisi olduğu savunulmaktadır.

İşte bu açıdan bakıldığında; fonksiyonel yetersizliklerin giderilmesi, sağlığın iyileştirilmesi ve yaşam kalitesinin artırılması için ana unsurlardan biri ve uygulamalı kinezyoloji alanında

ülkemizdeki ilk kitap olma ayrıcalığını taşıyan Enerjik Kinezyoloji isimli bu kitabın çevirisini Türkçe Bilimsel Kaynak Havuzuna ve bilime kazandırma heyecan ve mutluluğuyla yola çıktık. Bu alanda çalışan çok değerli akademisyen ve klinisyenlerin yer aldığı çeviri ekibi ile birlikte kinezyolojinin enerji boyutunu dilimize uyarlama şansını bulduk.

Lisans, yüksek lisans ve doktora düzeyinde eğitim alan veya almaya devam eden değerli öğrenciler ile, mezuniyet sonrası eğitimler ile bilgi ve donanımını zenginleştirmeye devam eden tüm sağlık profesyonelleri için başvuru kaynağı olacağını düşündüğümüz bu kitabın çevrilmesi aşamasındaki zahmetli organizasyondaki desteği için değerli meslektaşımız Fzt. Umut Apaydın'a, tablo ve şekillerin çevirisindeki katkılarından dolayı Hatice Yakut'a, çeviriye emek veren tüm meslektaşlarımıza ve kitabın basım aşamasındaki çok büyük destekleri için Pelikan Kitabevi'ne en derin şükranlarımızı sunarız

Editörler

Doç. Dr. Bülent ELBASAN
Dr. Fzt. Murat DALKILINÇ
Dr. Fzt. Gökmen YAPALI

Giriş



Kitaba genel bakış

Çev. Özge Çınar Medeni

Enerjik Kinezyoloji uluslararası alanda öne çıkan her geçen gün daha fazla bilimsel destek ve kabul kazanan tamamlayıcı tıp dalıdır. Enerjik Kinezyoloji dalı hızlı bir şekilde büyümekte ve dünya çapında profesyonel okul ve üniversitelerde git gide artan bir şekilde öğrenilmektedir; fakat şu anda bu heyecan verici alanın ilke ve uygulamalarını kapsayan çok az yazılı eser bulunmaktadır. Bu kitabı yazmaktaki amacımız bu boşluğu doldurmaya yardım etmek ve enerjik kinezyolojinin kuramı ve uygulamasını birbirine daha fazla uyumlu duruma getirmeye başlamak.

Bu kitap ile araştırma ve klinik bilgiden oluşan bir dizi bilgiyi kinezyolojistler, diğer sağlık çalışanları ve kinezyoloji öğrencileri için doğrudan doğruya yararlı ve erişilebilir bir biçime sokmak amaçlandı. Kitap bu alanda uygulanan temel yöntemlerin ve bu yöntemlerin altta yatan fizyolojik ve enerjik temelini tanımlama ile birlikte bu alanın gelişiminin kapsamlı bir tarihini içermektedir. Kinezyoloji deneyimi olanlar için bu kitap tekniklerin nasıl uygulandığını ve neden etkin olduklarını daha iyi anlamak ve başkalarına anlatmak için kuramsal bir temel sağlayacaktır.

Bu kitapta bulunan kavramlar bu alan gelişmekte olduğu için, doğaları gereği çok hızlı değişiyorlar. Bu kitabın içeriğini bu yöntemi uygulayanlar ve öğrenenlerden gelen, kinezyoloji yöntemlerinin ve yöntemlerin temel aldığı mekanizmaların kapsamlı açıklamasını bulmakta zorlandıkları hakkındaki geri bildirimlere dayanarak belirledik. Bu kitabın Enerjik Kinezyoloji alanını tamamen kapsayan bir kitap olarak yazılmadığı, bunun yerine gün ışığına çıkan bu alanın keşfinin ilk adımı olmak için yazıldığına anlaşılması önemlidir. Bu kitapta bulunan birçok kavram ve klinik uygulama henüz bilimsel araştırmaların dikkatli bir incelemesine dayanmamaktadır. Fakat bunların klinik etkinliği

geçen üç dekadın üstünde bir sürede bizim ve dünyadaki binlerce klinisyen tarafından gözlemlere dayandırılmıştır.

Bu kitabın özel olan bir yanı içeriğinin olmasıdır. Dr. Charles Krebs Enerjik Kinezyoloji tekniklerinin yaratıcılarının büyük çoğunluğunu biliyor ve bu yöntemlerin gelişimini ilk ağızdan dinleme, gelişimlerine tanık olma veya araştırma ve geliştirmede etkin olarak bulunma ayrıcalıklarına sahip oldu. Bu kitap alana yeni olan kişilerle birlikte var olan uygulayıcılar için okumayı ilgi çekici yapan pek çok tarihsel öykü içermektedir.

Bu kitaba duyguların gelişimi ile ilgili kavramların tarihsel olarak gözden geçirilmesini ekledik. Bunun nedeni, insan aklının ezoterik işleyişi ile klinik bilim arasındaki sıkı bağlantıların, düşünce ve duyguların bizim bütün işlevlerimizi nasıl etkilediği konusundaki yaklaşımların anlaşılmasında ayrıcalıklı duruma geldiğini bulmamızdır. Gerçekte Enerjik Kinezyoloji'nin özel niteliklerinden birisi onun akıl ve bedene yalnızca fiziksel ve fizyolojik durumlardan değil, duygusal, psiko-ruhsal durumlardan da etkilenen, karşılıklı etkileşim içinde bir birim oldukları yönündeki bütüncül yaklaşımıdır.

Ek olarak, bu kitapta İnsan'ın enerjik yapıları ve bunların fizyolojik, duygusal ve psiko-ruhsal işlevlerle nasıl etkileştiğinin ayrıntılı bir tartışması bulunmaktadır. Son bölümle birlikte bu bölüm enerjik iyileşmeyle ilgili bilimsel bir örneğin ana hattını oluşturarak bütün uygulayıcılara değerli bir kaynak sunmaktadır.

Bu kitabı yazarken modern Enerjik Kinezyoloji'nin kullanımı ve uygulanmasında temel olan yol ve yöntemlerin seçimini yapmak zorundaydık. Bu kitapla, bu alanda kullanılan yöntemler şu anda çok çeşitli olduğu için, Enerjik Kinezyoloji'nin bütün içeriğinin ve kullanılan yöntemlerinin ansiklopedik bir birikimi olması



amaçlanmadı. Biz, dünyada Enerjik Kinezyoloji'de kullanılan ana yöntem ve prosedürleri dâhil etmeye çalıştık ve klinik etkinliklerini sürekli gösterdik. Eğer diğer uygulayıcıların kendi kinezyoloji deneyimlerinde tamamlayıcı olduğunu düşündükleri yöntemleri bu kitaba koymamışsak bu kasıtsızdır, çünkü hem bilgimizle hem de kitabı kullanışlı boyutta tutabilmekte sınırlandık.

Taslakları okuyan, kitabın sıralaması, içeriği ve açıklığı konusunda öneriler veren birçok öğrenci ve uygulayıcıya teşekkür ediyoruz. İçten teşekkürlerimizi bu eserin temelini ortaya koymak için yaratıcı sezgi ve ısrara sahip olan bu alanın devlerine veriyoruz. Bu projede çalışmak özel bir zevkti ve okuyucuların, tıpkı bizim gibi içeriği ve düşünceleri heyecan verici bulmalarını umuyoruz.

Bu kitap nasıl kullanılacak

Bu kitap Enerjik Kinezyoloji'nin anlaşılması için gereken kavramların okuyucu tarafından kavranabilmesine izin veren bir sıralama ile yazıldı. Fakat bölümler belli konular için kaynak noktaları olarak tek başına da durmaktadır.

Bu kitabın çeşitli okuyucu kitlelerinin ilgisini çekeceği düşünülmektedir. Bu okuyucu kitleleri aşağıdakiler olabilir:

- Kinezyoloji öğrencileri
- Kinezyoloji uygulayıcıları
- Karyopraktörler
- Manuel terapistler
- Psikoemosyonel terapistler
- Enerji tıbbi uygulayıcıları

Bu kitap birçok bölüme ayrılmıştır. Bölüm I, *Kinezyolojiyi Anlamak*, Enerjik Kinezyoloji alanının tarihsel geçmişini anlatıp tanıtmaktadır. Bölüm II, *İnsanın Enerjik Yapıları*, İnsan'ın sağlığı ve iyileşmesine göz atarak başlamaktadır. Ardından çok boyutlu bedenleri ve bedeninin birincil enerjik sistemini; çakra-nadi sistemi, akupunktur meridyen sistemi ve Tibet 8 şekilli enerji sistemi, ayrıntılı olarak tartışmaktadır.

Bölüm III, *Kası İzlemenin Anlaşılması ve Uygulanması*, kasın işlevinin kontrolü ile birlikte kas fizyolojisinin yoğun tartışmasını vermekte, kas dengesizliğinin ve kas yanıtının duygusal kontrolünü ortaya koymaktadır. Kası izlemenin çeşitli yöntemleri ve bunların geçerliliği ile son bulmaktadır. Bölüm IV, *Temel Kinezyoloji Araçları*, modern Enerjik Kinezyoloji uygulaması için gereken temel yöntemleri tartışmaktadır.

Bölüm V, *Hasta Değerlendirmesi*, hastalarla çalışırken etkin bir kinezyoloji tedavisi sağlamak için kullanılması gereken süreçlerin ana hattını çizmektedir. Bölüm VI, *Kurgu: Bilgi Toplama*, hastanın durumunu etkin bir biçimde tanımlamak için gereken yardımcı öğelerle birlikte, bilinç düzeyinde ve bilinçaltındaki bilgiye erişmek için kullanılan bir dizi yöntemi özetlemektedir. *Bölüm VII: Temel Düzeltme Yöntemleri*, modern Enerjik Kinezyoloji'de kullanılan çeşitli düzeltme yöntemlerini kapsamaktadır. Bölüm VIII, *Sonuç Oturumları*, hastaya destek vermeye devam ederken, kinezyoloji tedavisini etkin bir şekilde tamamlamak için gereken öğeleri içermektedir. Son olarak bölüm IX, *Enerjik İyileşme için Model*, uygulayıcının iyileşmede önemini vurgulayarak, enerjik iyileşme için bilimsel destek sunmaktadır.

Kinezyoloji öğrencileri ve kinezyolojistler büyük olasılıkla bu kitapta bulunan bütün bölümleri kullanacaktır. Fakat diğer tedavi yöntemlerini uygulayanlar özel konuları daha iyi anlamak için bu kitabın belli bazı bölümlerine erişmeyi tercih edebilirler.

Kitapta kullanılan terminolojinin açıklaması

Biz bu kitabı Enerjik Kinezyoloji alanında sıklıkla kullanılan terminoloji ile sunduk. Klinik bağlam yerine genel anlamda kas monitörünü tartışırken, *monitör* terimi kası izlemeyi yapan bireyi tanımak için kullanılmaktadır. Fakat terapidaki insanlardan bahsederken *uygulayıcı hastaya* tedavi sağlamaktadır.

Bu kitapta *kası izleme* terimi, kinezyolojinin başlangıcından beri kullanılan *kası test etme* te-



rimi yerine kullanılacaktır. Bu terminoloji değişiminin gerekçesi bölüm 8-*Kası İzlemenin Fizyolojisi*'nde ayrıntılarıyla açıklanmaktadır.

Temel kinezyoloji araçları terimini tedavide sözel olmayan mekanizmaları tartışırken kullandık; örneğin, özel el pozisyonlarında tutma (el şekilleri) ve aku-noktalara dokunma. Bu gruptaki yöntemler kas izleme ile birlikte kinezyoloji tedavisini yapmak için kullanılmaktadır ve bu alanda kullanılan araçlar olarak düşünülebilir. Bunun tersine, *temel düzeltme yöntemlerini* içeren bölüm bu temel kinezyoloji araçlarını kullanarak bulunan dengesizlikleri çözmek için kullanılan prosedürleri içermektedir.

Kinezyoloji dengesinin belirgin evreleri vardır, fakat bunlar kinezyoloji eğitim programlarında her zaman açıkça öğretilmezler. Bu kitapta biz bu evreleri açık adları ile verdik: 1, durumu ortaya koymak; 2, kurgulamak; bilgi toplamak; 3, düzeltme yöntemlerini uygulamak,; ve 4, düzeltmeleri tartmak. Kitap içinde bu evrelerin hepsini ayrıntılarıyla açıkladık.

Halka uyarılar

Şu anda bu alanda uygulayıcılar arasında çok çeşitlilik vardır. Bir uygulayıcının kendine kinezyolojist veya kinezyoloji uygulayıcısı demesi onun bu kitapta verilen bütün yöntemlerin eğitimini aldığı veya bu yöntemleri başarıyla uygulayabileceği anlamına gelmemektedir. Eğer kinezyoloji tedavisi istiyorsanız, ülkenizde bulunan uygun bir şekilde yetkilendirilmiş ve becerilerini uzun dönem klinik sonuçlara ulaşmak için başarıyla uygulayabilen bir kinezyolojist bulmak için olası uygulayıcıları araştırmalı ve sorgulamalısınız.

Charles T Krebs
Cambridge, Massachusetts, A.B.D.

Tania O'Neill McGowen
Perth, Batı Avustralya

Aralık, 2013

Çeviriye Katkıda Bulunanlar*



Arş. Gör. Fzt. Umut APAYDIN	<i>Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara</i>
Arş. Gör. Fzt. Yasemin AYDIN	<i>Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara</i>
Uzm. Fzt. Deniz BAYRAKTAR	<i>Dokuz Eylül Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, İzmir</i>
Yrd. Doç. Dr. Özge ÇINAR MEDENİ	<i>Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Çankırı</i>
Fzt. İsmail ÇİFT	<i>Özel İlkadımlar Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, Zonguldak</i>
Uzm. Fzt. Özge Ece GÜNAYDIN	<i>Ankara</i>
Uzm. Fzt. Mahsum EREN	<i>Beykent Üniversitesi Fizyoterapi Bölümü, İstanbul</i>
Uzm. Fzt. Tuba EREN	<i>Beykent Üniversitesi Fizyoterapi Bölümü, İstanbul</i>
Arş. Gör. Fzt. Erkan EROL	<i>Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara</i>
Uzm. Fzt. Cumhuri EROL	<i>Eskişehirspor Kulübü Profesyonel Futbol Takımı</i>
Arş. Gör. Fzt. Burak ERTÜRK	<i>Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara</i>
Doç. Dr. Gamze EKİCİ	<i>Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ergoterapi Bölümü, Ankara</i>
Dr. Fzt. Zeynep HAZAR KANIK	<i>Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara</i>
Yrd. Doç. Dr. Hülya YÜCEL	<i>Bezmialem Vakıf Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Ergoterapi Bölümü, İstanbul</i>
Dr. Fzt. Gül Öznur KARABIÇAK	<i>Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara</i>
Uzm. Fzt. Burçin KAYNAK	<i>Uğurlu Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, İstanbul</i>
Uzm. Fzt. Umut Ziya KOÇAK	<i>Dokuz Eylül Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, İzmir</i>
Arş. Gör. Fzt. Murat Fatih KOÇYİĞİT	<i>Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara</i>
Yrd. Doç. Dr. Fadime KÜÇÜK	<i>İzmir Üniversitesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, İzmir</i>

* Çeviriye Katkıda Bulunanlar listesi alfabetik soyisim sırasına göre sıralanmıştır.



Yrd. Doç. Dr. Özge VERGİLİ	<i>Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Kırıkkale</i>
Doç. Dr. Ferruh TAŞPINAR	<i>Dumlupınar Üniversitesi Kütahya Sağlık Yüksekokulu Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Kütahya</i>
Doç. Dr. Betül TAŞPINAR	<i>Dumlupınar Üniversitesi Kütahya Sağlık Yüksekokulu Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Kütahya</i>
Yrd. Doç. Dr. Orçin TELLİ ATALAY	<i>Pamukkale Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon YO, Denizli</i>
Uzm. Fzt. Tuğba ARSLAN	<i>Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli</i>
Uzm. Fzt. Zeynep TUNA	<i>Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara</i>
Yrd. Doç. Dr. Hatice YAKUT	<i>Hasan Kalyoncu Üniversitesi, SBYO Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Gaziantep</i>
Dr. Fzt. Gökmen YAPALI	<i>Mevlana Üniversitesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Konya</i>